

## Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS) 2010-2011

Le visage des jeunes d'aujourd'hui : leur santé physique et leurs habitudes de vie

Faits saillants  
Saguenay–Lac-Saint-Jean  
22 octobre 2012

L'EQSJS 2010-2011 est une enquête québécoise de grande envergure réalisée par l'Institut de la statistique du Québec (ISQ) suite à un mandat confié par le ministère de la Santé et des Services sociaux. Menée auprès de 63 196 élèves du secondaire, dont 3 482 de la région, l'enquête vise à combler des besoins prioritaires d'information en matière de surveillance de l'état de santé des jeunes et de ses déterminants tant à l'échelle provinciale que régionale. L'enquête a ciblé les élèves de la 1<sup>re</sup> à la 5<sup>e</sup> secondaire inscrits dans les écoles publiques et privées, francophones et anglophones, dans 16 régions sociosanitaires du Québec. Les élèves ont répondu à un questionnaire portant sur leurs habitudes de vie, leur santé physique, mentale et psychosociale. Les résultats livrés aujourd'hui portent sur la santé physique et les habitudes de vie; un deuxième rapport traitant de la santé mentale et psychosociale sera publié au printemps 2013.

L'Agence de la santé et des services sociaux du Saguenay–Lac-Saint-Jean a extrait les principaux faits saillants touchant les jeunes de la région. Ces données sont une source très riche d'informations pour orienter les interventions en promotion de la santé et en prévention. Elles feront l'objet de travaux en ce sens au cours des prochains mois avec les partenaires concernés.

### Tabagisme :

- L'usage de la cigarette semble continuer de perdre de la popularité chez les jeunes, et ce, autant au Saguenay–Lac-Saint-Jean qu'au Québec. En 2010-2011, environ 11 % des jeunes fréquentant les écoles secondaires de la région fument sur une base plus ou moins régulière, alors qu'en 2008, une enquête régionale établit cette prévalence à 14 %.
- Toujours en 2010-2011, dans la région, près de 9 jeunes du secondaire sur 10 sont non-fumeurs. Cette proportion est comparable à ce qui est observé au Québec et s'applique autant aux filles qu'aux garçons.
- Néanmoins, toute proportion gardée, les jeunes filles de la région (10 %) sont plus nombreuses que celles du Québec (8 %) à avoir fait l'expérience de la cigarette avant l'âge de 13 ans.

### Comportements sexuels :

- 60 % des élèves du secondaire de 14 ans et plus n'ont jamais eu de relations sexuelles, une proportion similaire à celle enregistrée au Québec.

- 60 % déclarant avoir eu des relations sexuelles, disent utiliser le condom lors de leur dernière relation sexuelle vaginale, une proportion moindre que celle enregistrée au Québec (68 %).

### Activité physique :

- Environ le tiers des jeunes du secondaire de la région (34 %) sont sédentaires dans leurs loisirs pendant l'année scolaire. En y ajoutant l'activité physique de transport, la proportion de sédentaires diminue à 26 %. Ces données sont comparables à celles du Québec.
- Le tiers des jeunes du secondaire de la région sont actifs (33 %), c'est-à-dire qu'ils déclarent un niveau d'activité physique de loisir et de transport combiné qui leur permet d'atteindre le niveau d'activité physique recommandé. Cette proportion est comparable à celle du Québec (30 %). Sans être sédentaires (26 %), les autres jeunes (41 %) sont donc moyennement actifs, un peu actifs et très peu actifs.

- Pendant l'année scolaire, environ le quart des garçons (26 %) sont actifs dans leurs loisirs et atteignent les niveaux recommandés d'activité physique seulement avec les activités pratiquées dans les loisirs. Cette proportion est supérieure à celle des garçons du Québec (21 %).
- L'activité physique de transport ajoutée à l'activité physique de loisir fait grimper la proportion de garçons actifs dans la région à 41 %, proportion qui se compare à celle du Québec (37 %).
- Par la pratique de l'activité physique de loisir, seulement 12 % des filles atteignent les niveaux recommandés d'activité physique. Combinée à l'activité physique de transport, cette proportion augmente à 25 %, un portrait relativement similaire à celui des filles du Québec.

#### **Alimentation :**

- Plus du tiers des jeunes du secondaire au Saguenay–Lac-Saint-Jean (36 %) affirment consommer des boissons sucrées, des grignotines ou des sucreries au moins une fois par jour, une proportion plus élevée qu'au Québec (31 %).
- Les filles de la région (22 %) sont proportionnellement plus nombreuses que celles du Québec (18 %) à consommer des boissons sucrées au moins une fois par jour.
- Les garçons de la région (17 %) déclarent consommer des boissons gazeuses au moins une fois par jour en plus grande proportion que ceux du Québec (12 %).
- Environ le tiers des jeunes de la région et du Québec (31 %) avaient consommé de la malbouffe dans un restaurant ou un casse-croûte 3 fois ou plus au cours de la semaine ayant précédé l'enquête.
- Seulement le tiers des jeunes (31 %) consommaient les portions de fruits et légumes recommandées par le Guide alimentaire canadien. Cette donnée est comparable à celle du Québec (33 %).
- Un peu plus de la moitié (52 %) consommaient celles recommandées pour les produits laitiers, une proportion plus élevée qu'au Québec (48 %).

#### **Consommation d'alcool et drogues :**

- Comparativement au reste du Québec, les jeunes de la région sont proportionnellement plus nombreux à avoir consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois (71 % versus 60 %), à consommer de l'alcool de façon excessive (5 consommations et plus) au moins une fois au cours des 12 derniers mois en une même occasion (54 % versus 41 %), à s'initier à l'alcool avant l'âge de 13 ans (26 % versus 21 %) et à présenter des problèmes évidents de consommation d'alcool et drogues (feu rouge à l'indice DEP-ADO) (7,6 % versus 5,1 %).
- Comparés au reste du Québec, les jeunes de la région sont proportionnellement plus nombreux à avoir consommé du cannabis (30 % versus 25 %) au cours des 12 derniers mois.
- Par contre, 86 % des jeunes de la région n'ont aucun problème évident de consommation d'alcool et de drogues selon l'indice DEP-ADO.

#### **Poids et image corporelle :**

- La préoccupation par rapport au poids et à l'image corporelle est très présente chez les jeunes du secondaire : la majorité d'entre eux (71 %) posent une action quelconque à l'égard de leur poids, essayant soit de le contrôler, d'en perdre ou d'en gagner.
- Autre illustration de cette préoccupation, chez les jeunes qui ont un poids normal, 40 % des filles souhaitent une silhouette plus mince et 27 % des garçons aimeraient une silhouette plus forte.

#### **Perception de l'état de santé :**

- En 2010-2011, près de 96 % des jeunes du secondaire de la région considèrent leur état de santé comme bon, très bon ou excellent, soit une proportion comparable à celle observée au Québec.
- Alors qu'elle est de 4 % pour l'ensemble des jeunes, la proportion de jeunes considérant leur état de santé comme passable ou mauvais est deux fois plus élevée chez les sédentaires soit 8 %.

Document disponible sur le site internet de l'Agence dans la section Documentation/Publication/Jeunes au [www.santesaglac.gouv.qc.ca](http://www.santesaglac.gouv.qc.ca)