

# La consommation

## de boissons sucrées en Abitibi-Témiscamingue en 2014-2015

Document pour les intervenants du réseau de la santé et des services sociaux

Centre intégré de  
santé et de services sociaux  
de l'Abitibi-Témiscamingue

DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE

Novembre  
2017

Ce document est effectué à partir des données de l'Enquête québécoise sur la santé de la population (EQSP) menée en 2014-2015 par l'Institut de la statistique du Québec. L'EQSP a été réalisée auprès de la population de 15 ans et plus vivant dans un logement privé ou un logement collectif non institutionnel (ex. résidence privée pour personnes âgées, couvent, etc.). En Abitibi-Témiscamingue, 2 082 personnes ont participé à cette enquête, soit un peu plus de 400 personnes dans chacune des 5 MRC. Toutes les données présentées ici concernent la population âgée de 15 ans et plus.

### De quelles boissons s'agit-il?

**BOISSON SUCRÉE :** Boisson à laquelle du sucre a été ajouté

- Composée principalement d'eau, de sucre et d'arômes
- Contient peu ou pas d'éléments nutritifs essentiels à la santé
- Fournit des calories provenant du sucre

**Boissons gazeuses** (ex. : Coke, Pepsi, 7-Up, Coke Diète, etc.)

**Boissons à saveur de fruits** (ex. : Punch aux fruits, Slush, Fruittopia, etc.)

**Boissons pour sportifs** (ex. : Gatorade, G2, Powerade, etc.)

**Boissons énergisantes** (ex. : RedBull, Monster, Energy, etc.)

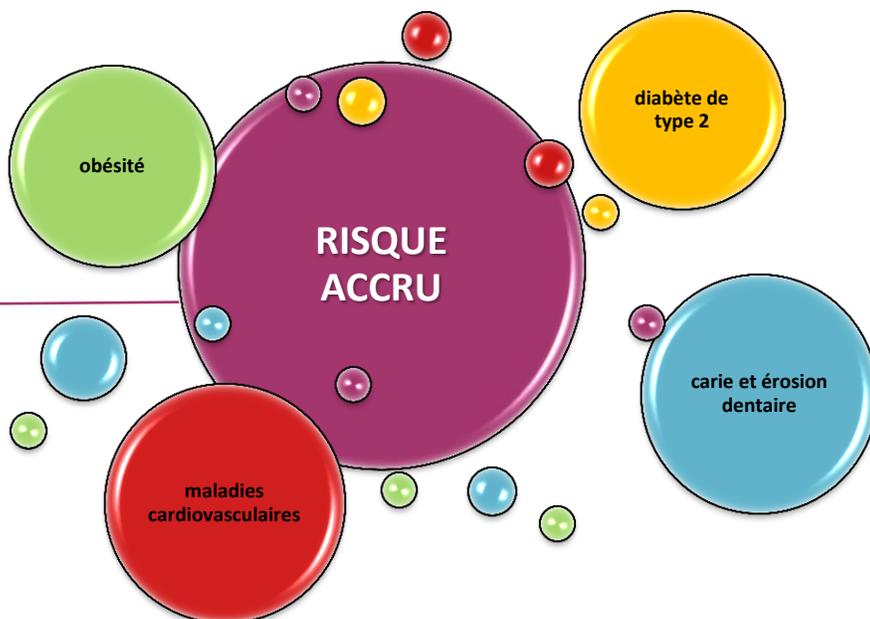
Il existe d'autres boissons sucrées (laits aromatisés, eaux vitaminées enrichies, thés et cafés froids préparés, etc.) mais elles n'ont pas été incluses dans l'enquête.

### Pourquoi s'intéresser aux boissons sucrées?

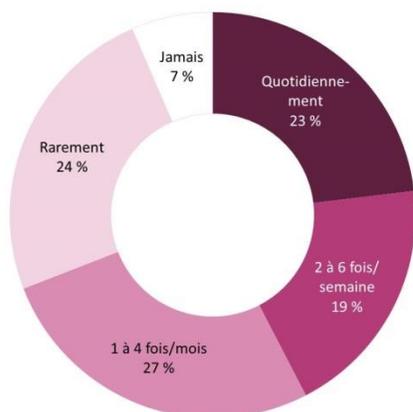
Consommation régulière  
de boissons sucrées

=

Impacts négatifs sur la  
santé des consommateurs  
notamment les plus jeunes



## La fréquence de consommation de boissons sucrées en Abitibi-Témiscamingue



### BUVEURS QUOTIDIENS



1 personne sur 4

boit **tous les jours au moins une** boisson sucrée

### BUVEURS RÉGULIERS



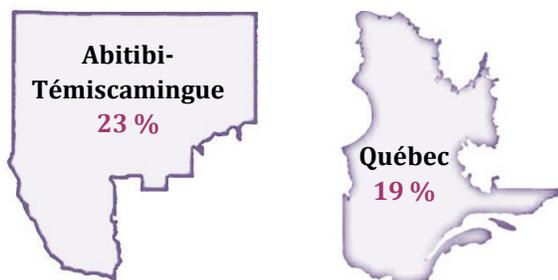
4 personnes sur 10

boivent régulièrement (**2 à 6 fois par semaine ou tous les jours**) au moins une boisson sucrée

## L'Abitibi-Témiscamingue par rapport au reste du Québec

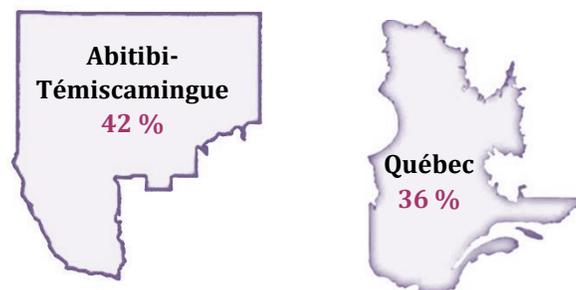
### BUVEURS QUOTIDIENS

**Davantage** de personnes boivent tous les jours au moins une boisson sucrée, particulièrement dans 2 territoires : Abitibi-Ouest et Rouyn-Noranda



### BUVEURS RÉGULIERS

**Davantage** de personnes boivent au moins 2 fois par semaine une boisson sucrée, partout dans la région sauf au Témiscamingue, où la situation est semblable à celle du reste du Québec



MRC	Buveurs quotidiens (au moins 1 fois par jour)	Buveurs réguliers (au moins 2 fois par semaine)
Témiscamingue	20 %	39 %
Rouyn-Noranda	23 % +	42 % +
Abitibi-Ouest	30 % +	49 % +
Abitibi	21 %	41 % +
Vallée-de-l'Or	22 %	42 % +

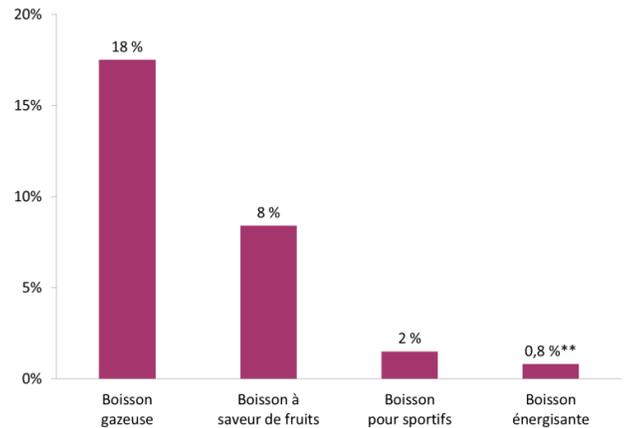
+ : Valeur significativement plus élevée que dans le reste du Québec

# Les buveurs quotidiens de boissons sucrées

## Type de boisson sucrée consommée

### Les **boissons sucrées** les plus populaires :

1. Les boissons gazeuses
2. Les boissons à saveur de fruits



\*\* : Estimation peu fiable en raison de sa trop grande variabilité due au petit nombre de personnes.

## Sexe

Dans la région, comme ailleurs au Québec, ce sont **plus souvent des hommes** que des femmes.

30 %



17 %



## Âge

Les **45-64 ans** sont ceux qui boivent le plus souvent des **boissons gazeuses** sur une base quotidienne :

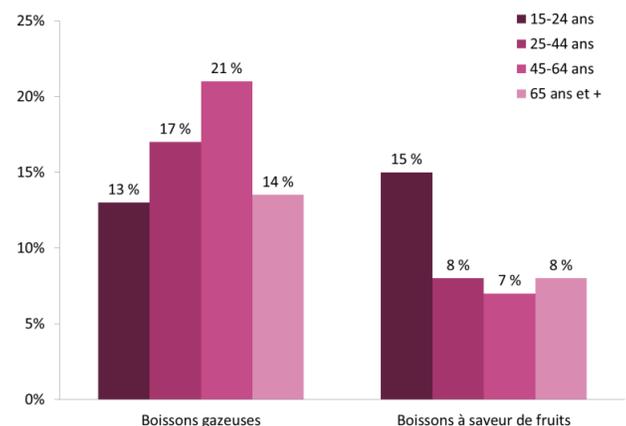


1 personne sur 5

Pour les **boissons à saveur de fruits**, ce sont cette fois les **15-24 ans** qui sont les plus nombreux à en boire tous les jours :

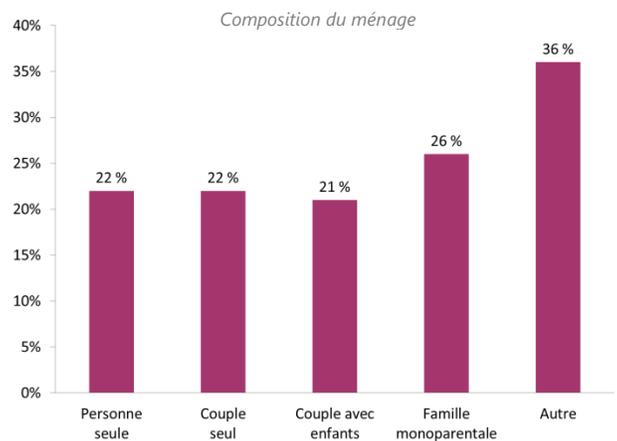
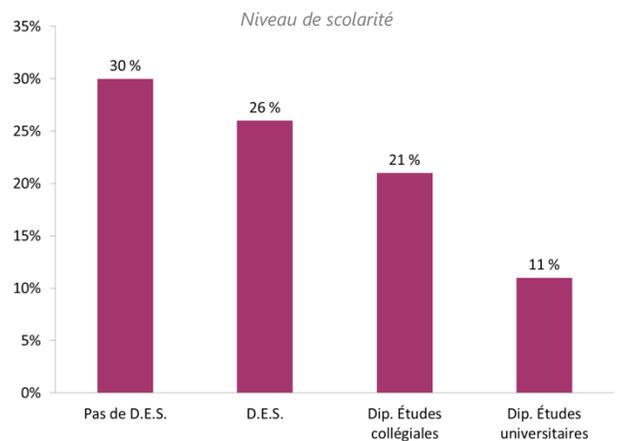


1 personne sur 7



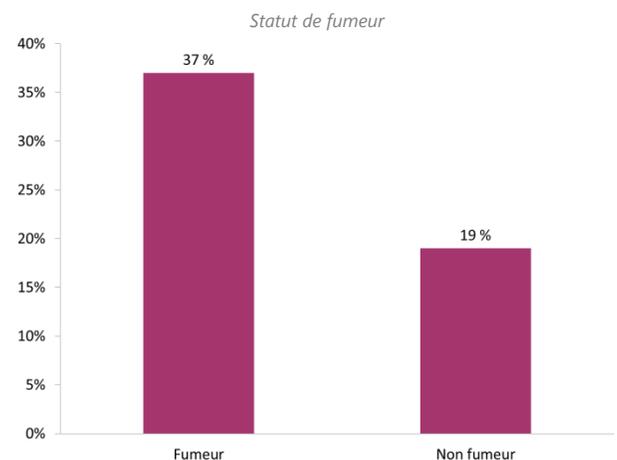
### Caractéristiques socioéconomiques

- Les **personnes ne détenant pas de diplôme d'études secondaires (D.E.S.)** (30 %). En effet, la proportion de buveurs quotidiens de boissons sucrées diminue à mesure que le niveau de scolarité augmente.
- Les personnes **issues de familles à faible revenu (26 %)**.
- Les personnes **sans emploi** (34 %) comparativement aux autres catégories (travailleur, retraité ou étudiant).
- Les personnes **demeurant avec d'autres personnes (36 %)**, apparentées ou non (ex. : colocataires, personnes vivant en logement collectif) plutôt que les gens vivant seuls ou en couple, avec ou sans enfants.



### Caractéristiques liées à l'état de Santé et aux habitudes de vie

- Les personnes ayant une **mauvaise perception de leur état de santé (28 %)**.
- Les personnes **considérant leur santé dentaire passable ou mauvaise (34 %)**.
- Les personnes **ayant de moins bonnes habitudes de vie** :
  - Les fumeurs (réguliers ou occasionnels) (37 %),
  - Les personnes se brossant les dents moins de 2 fois par jour (33 %),
  - Les gens peu actifs ou sédentaires dans leurs loisirs et leurs déplacements (27 %).



## EN FIN DE COMPTE...

*La consommation de boissons sucrées est plus répandue en Abitibi-Témiscamingue que dans le reste du Québec. Ce résultat s'ajoute au fait que la région se distingue déjà par une proportion plus élevée de personnes considérées obèses, d'enfants souffrant de caries dentaires, d'adultes n'ayant plus aucune dent naturelle et des taux d'hospitalisation supérieurs pour diabète ainsi que maladies du cœur.*

**NOUS POUVONS FAIRE QUELQUE CHOSE.** Nous avons le pouvoir d'agir afin de rendre les environnements favorables à la saine alimentation. Les interventions pour améliorer l'alimentation ne peuvent pas être axées uniquement sur les facteurs individuels (connaissances, habiletés). Pour espérer un changement, il est **ESSENTIEL d'agir sur les facteurs dans l'environnement** qui influencent les comportements des individus.

## Pour diminuer la consommation de boissons sucrées, nous pouvons :

### **Favoriser** l'accessibilité et l'acceptabilité d'autres options plus saines

- Rendre l'accès gratuit à des fontaines d'eau ou des points d'eau;
- Lors d'évènement, vendre l'eau à un prix inférieur à celui des autres boissons;
- Participer aux campagnes de sensibilisation à la consommation d'eau (ex : Défi chin chin, J'ai soif de santé);

### **Limiter** la disponibilité des boissons sucrées

- Adopter un règlement sur ce type de boissons (ex : interdire la vente de boissons énergisantes dans les installations municipales);
- Être un modèle et ne pas boire ce type de boissons en présence d'enfants et de jeunes;
- Ne pas offrir ce type de boissons en milieu scolaire ou dans le milieu de la santé.

### **Diminuer** l'accessibilité économique

- Vendre les boissons sucrées à un prix plus élevé que les options plus saines;
- Soutenir la taxation des boissons sucrées.

### **Favoriser** la saine alimentation

- Travailler avec nos partenaires pour soutenir les mesures favorisant la saine alimentation;
- S'assurer de la cohérence de nos interventions (activité de financement, offre alimentaire lors d'évènement, activité populationnelle,..) avec les notions de saine alimentation;
- Choisir des interventions adaptées à notre réalité et conformes aux bonnes pratiques.

**ENSEMBLE, il est possible de passer à l'action pour améliorer la situation**

**Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue**  
**DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE**

1, 9<sup>e</sup> Rue  
Rouyn-Noranda (Québec) J9X 2A9  
Téléphone : 819 764-3264  
Télécopieur : 819 797-1947  
[www.sante-abitibi-temiscamingue.gouv.qc.ca](http://www.sante-abitibi-temiscamingue.gouv.qc.ca)

**Rédaction**

Sylvie Bellot, agente de planification, de programmation et de recherche

**Collaboration**

Josée Coderre, agente de planification, de programmation et de recherche

**Relecture**

Guillaume Beaulé, agent de planification, de programmation et de recherche  
Virginie Ferreira, agente de planification, de programmation et de recherche  
Paul Saint-Amant, agent de planification, de programmation et de recherche

**Traitement informatique des données**

Infocentre de santé publique du Québec

**Conception graphique et mise en page**

Mélanie Gauthier, agente administrative

Afin de ne pas alourdir les textes, le masculin inclut le féminin.

Toute reproduction totale ou partielle de ce document est autorisée, à condition que la source soit mentionnée.

Ce document est également disponible en médias substituts, sur demande.

© Gouvernement du Québec