

La consommation

de boissons sucrées en Abitibi-Témiscamingue en 2014-2015

Document pour les partenaires intersectoriels

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 dans chacune des 5 MRC. Toutes les données présentées ici concernent la population âgée de 15 ans et plus.

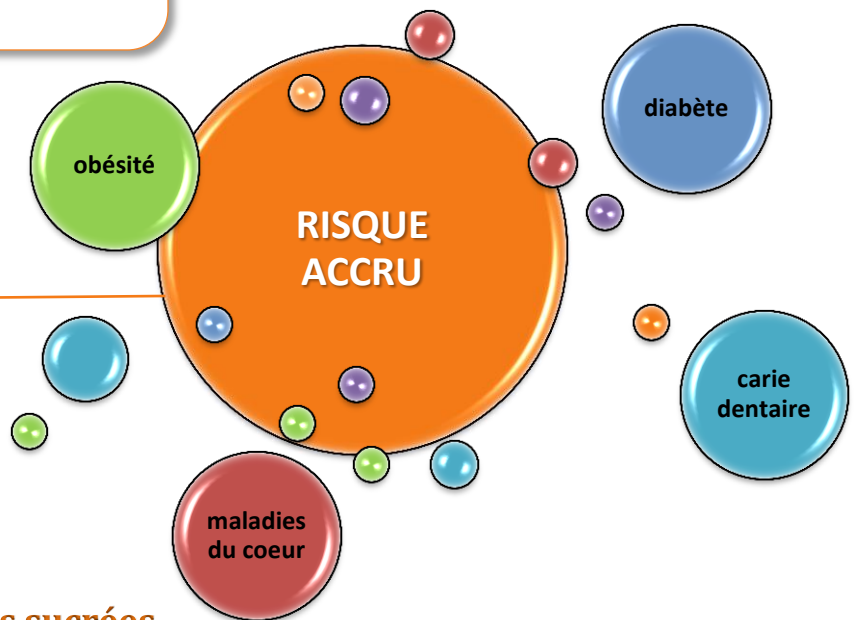
BOISSON SUCRÉE : Boisson à laquelle du sucre a été ajouté

- 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

**Boire régulièrement
des boissons sucrées**



Mauvais pour la santé



Consommation **régulière** de **boissons sucrées**

**2 fois ou plus
par semaine**

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

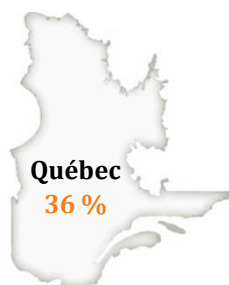
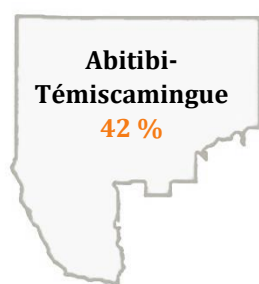
Boissons à saveur de fruits (ex. : Punch aux fruits, Slush, Fruittopia, etc.)

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.

Consommer des boissons sucrées au moins 2 fois par semaine : un comportement **plus répandu** qu'au Québec **dans presque toute la région** sauf au Témiscamingue



boivent des **boissons sucrées**
au moins 2 fois/semaine

Les personnes les plus susceptibles de boire des boissons sucrées **au moins 2 fois / semaine**

○ Les **hommes**

55 %

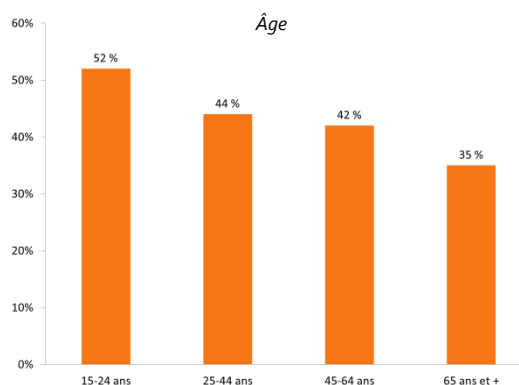


30 %

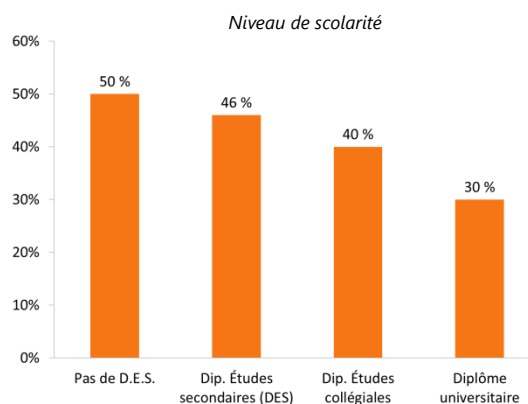


○ Les **jeunes** de 15-24 ans car la consommation diminue à mesure que la population vieillit

- 15-24 ans : groupe qui consomme le plus de boissons à saveur de fruits
- 45-64 ans : groupe qui consomme le plus de boissons gazeuses

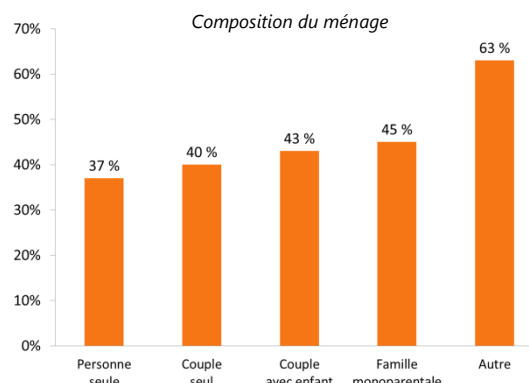


○ Les personnes **les moins scolarisées** car la consommation diminue à mesure que la scolarité augmente



○ Les personnes **sans emploi**

- Les personnes **demeurant avec d'autres personnes, apparentées ou non** (ex. : colocataires, logement collectif) plutôt que celles vivant seules ou en couple, avec ou sans enfant



- Les personnes **en moins bonne santé** (générale incluant la santé de la bouche et des dents) et **n'ayant pas adopté de saines habitudes de vie** (sédentaires ou peu actives physiquement dans les loisirs et le transport, fumant la cigarette, se brossant les dents moins de 2 fois par jour)

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^e Rue

Rouyn-Noranda (Québec) J9X 2A9

Téléphone : 819 764-3264

Télécopieur : 819 797-1947

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