

DÉTERMINANTS DE LA SANTÉ

FACTEURS DE RISQUE ET COMPORTEMENTS

LIÉS À LA SANTÉ

R

épartition de la population selon le niveau d'activité physique de loisirs (2013-2014)

Mise à jour Septembre 2016

DÉFINITION

Parmi les saines habitudes de vie, on retrouve la pratique quotidienne de l'activité physique qui s'avère bénéfique pour la santé physique, la condition physique, l'adoption de saines habitudes de vie, les compétences sociales, les habiletés cognitives et la santé mentale. Comme la grande majorité des personnes sont plutôt sédentaires en ce qui concerne l'occupation principale (travail, études, etc.), l'activité physique de loisirs revêt un intérêt particulier.

L'indice d'activité physique de loisirs tient compte de la fréquence, de la durée et de l'intensité de pratique des diverses activités déclarées. Il permet de classer les individus, plus particulièrement les adultes (personnes de 18 ans et plus), dans l'une des 4 catégories suivantes:

- Actif: fréquence d'au moins 3 fois/semaine, indice de dépense énergétique (IDE) de 14 kcal/kg/semaine et plus et intensité de 3 multiples du métabolisme de repos (METs) et plus.
- Moyennement actif: fréquence d'au moins 2 fois/semaine, IDE de 7 kcal/kg/semaine et intensité de 3 METs et plus.
- Un peu actif: fréquence d'au moins 1 fois/semaine, IDE supérieur à 0 kcal/kg/semaine et intensité de 3 METs et plus.
- Sédentaire: fréquence de moins d'1 fois/semaine, IDE de 0 kcal/kg/semaine et intensité: toutes.

Proportion : Proportion de personnes à domicile, âgées de 18 ans et plus, classées dans l'une des catégories de l'indice d'activité physique de loisirs par rapport à l'ensemble de la population à domicile de 18 ans et plus.

SOURCE

Statistique Canada, Fichier de microdonnées à grande diffusion de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) 2013-2014. Traitement des données réalisé par l'Infocentre de santé publique.

NOTE

Les tests statistiques établissent une comparaison entre la région et le reste du Québec, c'est-à-dire l'ensemble du Québec excluant la région. Néanmoins, les données québécoises présentées dans le tableau se rapportent bien à l'ensemble du Québec.

À noter que l'indice d'activité physique de loisirs calculé par Statistique Canada et diffusé sur son site Web diffère de celui qui est présenté ici.

Répartition de la population selon le niveau d'activité physique de loisirs (2013-2014)

Population de 18 ans et plus — Sexes réunis

Territoires	Population de 18 ans et plus — Sexes réunis					Total
	Actif	Moyennement actif	Un peu actif	Sédentaire		
Région A.-T.	%	35,5 (-)	18,8	20,0	25,6	100,0
	N ^e	39 800	21 100	22 500	28 800	—
Québec	%	40,1	19,7	16,8	23,4	100,0
	N ^e	2 601 900	1 274 100	1 091 400	1 513 300	—

N^e Nombre estimé

(-)(+) Valeur significativement plus faible ou plus élevée que celle du reste du Québec

Répartition de la population masculine selon le niveau d'activité physique de loisirs (2013-2014)

Population de 18 ans et plus — Hommes

Territoires		Actif	Moyennement actif	Un peu actif	Sédentaire	Total
Région A.-T.	%	31,3 (-)	17,3	20,0	31,4	100,0
	N ^e	17 700	9 800	11 400	17 800	—
Québec	%	40,8	17,8	16,3	25,1	100,0
	N ^e	1 303 300	570 300	519 500	802 700	—

N^e Nombre estimé

(-)(+) Valeur significativement plus faible ou plus élevée que celle du reste du Québec

Répartition de la population féminine selon le niveau d'activité physique de loisirs (2013-2014)

Population de 18 ans et plus — Femmes

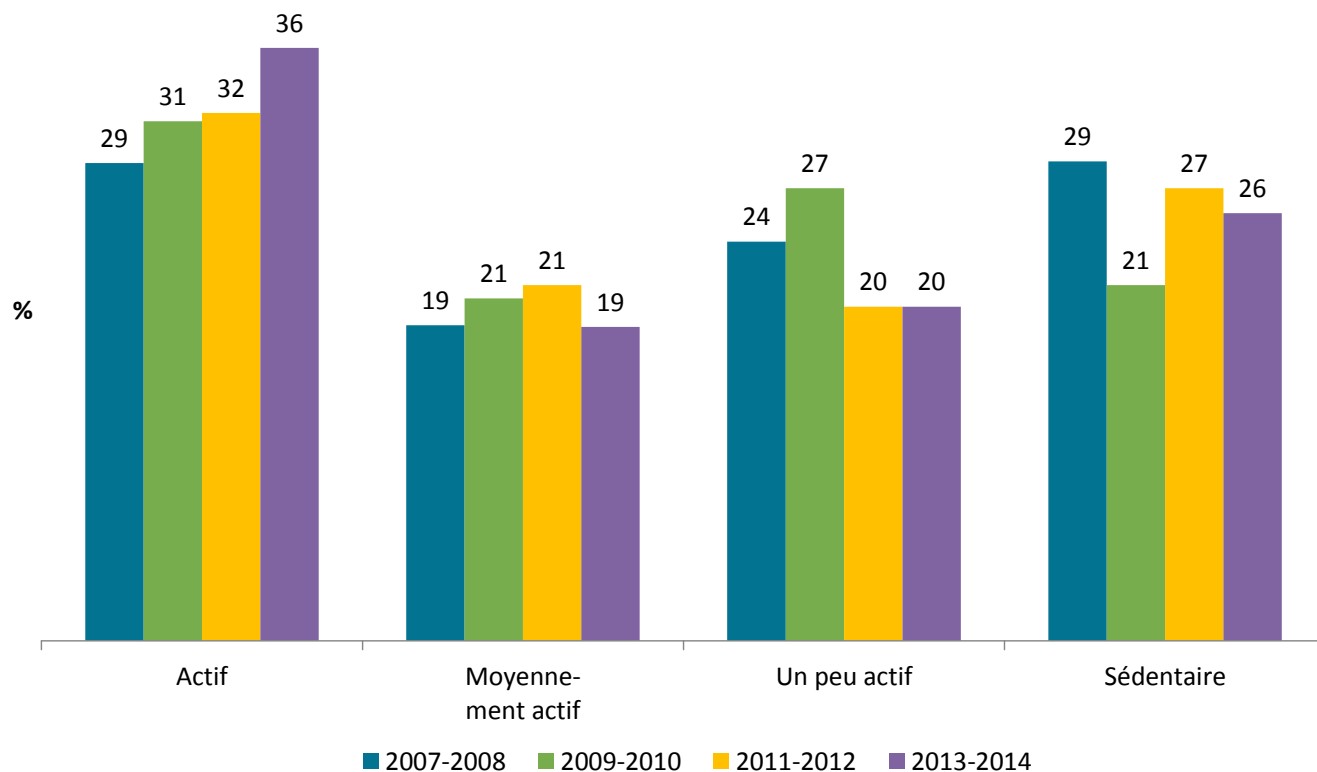
Territoires		Actif	Moyennement actif	Un peu actif	Sédentaire	Total
Région A.-T.	%	39,7	20,3	20,0	19,9	100,0
	N ^e	22 100	11 300	11 100	11 100	—
Québec	%	39,5	21,4	17,4	21,6	100,0
	N ^e	1 298 700	703 300	571 800	711 000	—

N^e Nombre estimé

(-)(+) Valeur significativement plus faible ou plus élevée que celle du reste du Québec

ÉVOLUTION DANS LE TEMPS

Répartition de la population de 18 ans et plus selon le niveau d'activité physique de loisirs, Région Abitibi-Témiscamingue, 2007-2008 à 2013-2014



SOURCE

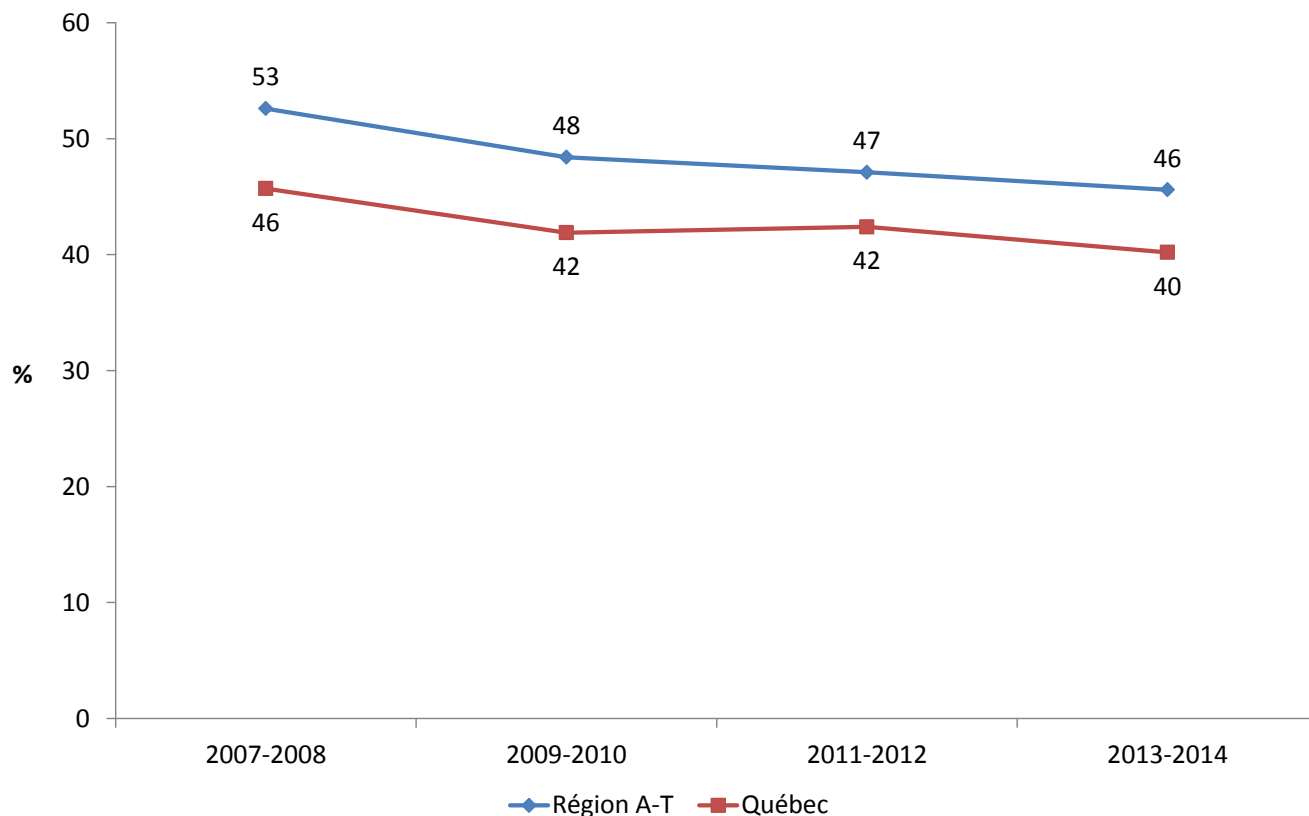
Statistique Canada, Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, 2007-2008, 2009-2010, 2011-2012 et 2013-2014. Traitement des données effectué par l'Infocentre de santé publique du Québec.

FAITS SAILLANTS

Le niveau Actif peut être considéré comme le niveau souhaitable à atteindre. Comme le montre la figure, la tendance semble à la hausse dans la région, la proportion de personnes actives durant leurs loisirs étant passée progressivement de 29 % à 36 % de 2007-2008 à 2013-2014. Le niveau Moyennement actif représente le niveau de base à atteindre; à cet égard, on note une très légère diminution en 2013-2014 mais globalement la proportion se maintient autour de 20 % dans la région depuis 2007-2008. Concernant la catégorie « Un peu actif », la proportion a diminué depuis 2011-2012 et se maintient à 20%. Quant au pourcentage de personnes sédentaires durant leurs loisirs, il a enregistré quelques fluctuations au cours des années et s'établit à 26 % en 2013-2014.

ÉVOLUTION DANS LE TEMPS

Pourcentage de la population de 18 ans et plus sédentaire ou insuffisamment active dans ses loisirs, Abitibi-Témiscamingue et Québec, 2007-2008, 2009-2010, 2011-2012 et 2013-2014



SOURCE

Statistique Canada, Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, 2007-2008, 2009-2010, 2011-2012 et 2013-2014. Traitement des données effectué par l'Infocentre de santé publique du Québec.

FAITS SAILLANTS

Depuis 2007-2008, le pourcentage de la population adulte sédentaire ou insuffisamment active durant ses loisirs semble diminuer légèrement et progressivement en Abitibi-Témiscamingue. De fait, de 53 % en 2007-2008, la proportion a baissé graduellement et se situe à 46 % en 2013-2014. Bien que ces taux soient plus élevés que ceux observés au Québec, on constate que la tendance est quelque peu similaire à l'échelle de la province, le pourcentage ayant diminué de 46 % à 40 % de 2007-2008 à 2013-2014.