DÉTERMINANTS DE LA SANTÉ

FACTEURS DE RISQUE ET COMPORTEMENTS LIÉS À LA SANTÉ

Répartition de la population selon le niveau d'activité physique global (2017-2018)

Mise à jour Novembre 2020

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. Le niveau d'activité physique global, un nouvel indicateur développé pour l'enquête de 2015-2016, prend en compte l'activité physique de transport, de loisirs, lors des tâches domestiques, de travail et de bénévolat, réalisée au cours des 7 derniers jours pendant au moins 10 minutes continues.

Le niveau d'activité physique est déterminé avec l'indice de dépense énergétique (IDE). Ce dernier tient compte de la fréquence et de la durée des diverses activités déclarées d'intensité moyenne ou élevée (3 METs ou 6 METs[1]). Il permet de classer les adultes de 18 ans et plus dans l'une des 4 catégories suivantes:

- Actif: indice égal ou supérieur à 30 ; la personne atteint la recommandation internationale supérieure.
- Moyennement actif: indice égal ou supérieur à 15 et inférieur à 30 ; la personne atteint la recommandation internationale de base.
- Un peu actif: indice supérieur à 0 et inférieur à 15 ; la personne n'atteint pas la recommandation internationale de base.
- Sédentaire: indice égal à 0 ; aucune activité physique pratiquée dans les 7 derniers jours.

Proportion : Proportion de personnes à domicile, âgées de 18 ans et plus, classées selon le niveau d'activité physique global, par rapport à l'ensemble de la population à domicile de 18 ans et plus.

[1] Multiple du métabolisme de repos (METs) : une intensité de 3 METs a été attribuée aux activités d'intensité moyenne (c'est-à-dire qui font transpirer au moins un peu et respirer plus fort, mais qui n'essoufflent pas). Une intensité de 6 METs a été attribuée aux activités d'intensité élevée (c'est-à-dire qui essoufflent).

SOURCE

Statistique Canada, Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) 2017-2018. Traitement des données réalisé par l'Infocentre de santé publique.

NOTES

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.

Les comparaisons entre le cycle 2015-2016 et tous les autres cycles antérieurs ne sont pas recommandées par Statistique Canada, en raison des modifications majeures dans la méthodologie et le contenu de l'enquête.

Répartition de la population selon le niveau d'activité physique global (2017-2018)

Territoires		Population de 18 ans et plus — Sexes réunis				
		Actif	Moyennement actif	Un peu actif	Sédentaire	Total
Abitibi-Témiscamingue	%	38	15 (-)	36	11	100
	N[e]	43 300	17 200	41 900	13 100	—
Québec	%	37	18	34	11	100
	N[e]	2 448 800	1 226 700	2 288 700	738 500	—

N[e] Nombre estimé
(-) (+) Valeur significativement plus faible ou plus élevée que celle du reste du Québec

FAITS SAILLANTS

En Abitibi-Témiscamingue, 38 % des personnes de 18 ans et plus atteignaient un niveau *Actif* en 2017-2018, un pourcentage comparable à celui du reste du Québec (37 %). De plus, 15 % étaient *Moyennement actif*, une proportion inférieure à celle du reste de la province (18 %). Environ le tiers de la population régionale (36 %) se classait au niveau *Peu actif* alors que le dixième (11 %) était *Sédentaire*. Dans les deux cas, ces résultats régionaux se comparent à ceux du reste du Québec.

Répartition de la population masculine selon le niveau d'activité physique global (2017-2018)

Territoires		Population de 18 ans et plus — Hommes				
		Actif	Moyennement actif	Un peu actif	Sédentaire	Total
Abitibi-Témiscamingue	%	44	13 *	32	12 *	100
	N[e]	25 900	7 500	18 600	7 000	—
Québec	%	43	17	30	10	100
	N[e]	1 424 200	573 200	987 900	328 500	—

N[e] Nombre estimé
(-) (+) Valeur significativement plus faible ou plus élevée que celle du reste du Québec
* Attention, estimation de qualité moyenne, à interpréter avec prudence

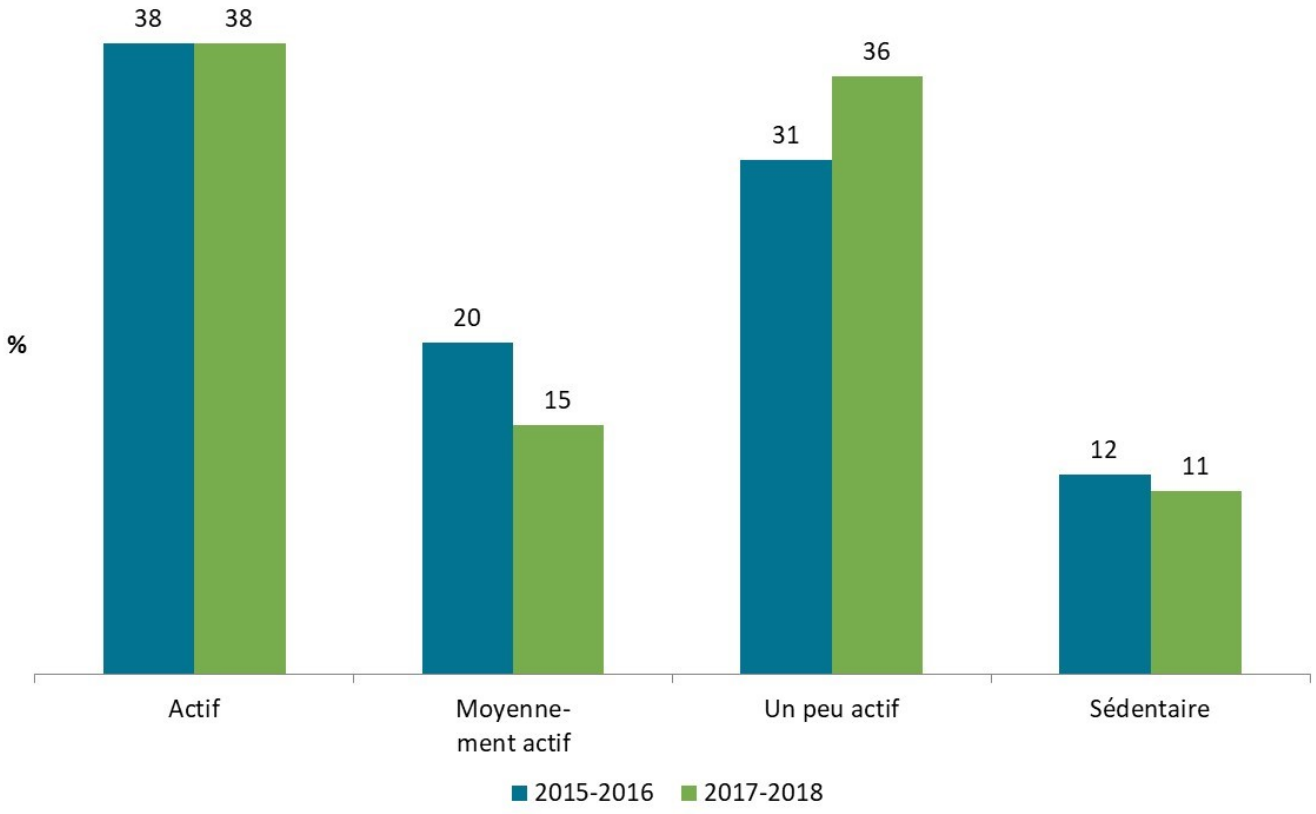
Répartition de la population féminine selon le niveau d'activité physique global (2017-2018)

Territoires		Population de 18 ans et plus — Femmes				
		Actif	Moyennement actif	Un peu actif	Sédentaire	Total
Abitibi-Témiscamingue	%	31	17	41	11	100
	N[e]	17 400	9 800	23 400	6 000	—
Québec	%	30	19	38	12	100
	N[e]	1 024 900	653 400	1 300 200	409 900	—

N[e] Nombre estimé
(-) (+) Valeur significativement plus faible ou plus élevée que celle du reste du Québec

ÉVOLUTION DANS LE TEMPS

Répartition (en %) de la population de 18 ans et plus selon le niveau d'activité physique global, Abitibi-Témiscamingue, 2015-2016 à 2017-2018



SOURCE

Statistique Canada, Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC), 2015-2016 et 2017-2018. Traitement des données effectué par l'Infocentre de santé publique du Québec.

FAITS SAILLANTS

De 2015-2016 à 2017-2018, on observe peu de différences en ce qui concerne les niveaux *Actif* et *Sédentaire* dans la région. Le pourcentage d'adultes au niveau *Moyennement actif* a diminué durant la période, passant de 20 % à 15 %. Cependant, cet écart n'est pas significatif sur le plan statistique. Autrement dit, même avec un écart de 5 points, les deux proportions sont comparables. À l'inverse, on note une augmentation de 5 points en ce qui a trait aux adultes classés *Un peu actif*, le pourcentage ayant grimpé de 31 % à 36 %. Ici également, même avec un tel écart, les deux proportions sont comparables statistiquement.