



2016-2017

SANTÉ DES JEUNES DU SECONDAIRE

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

Habitudes alimentaires →

Élèves consommant chaque jour le nombre minimal recommandé de portions de fruits et légumes

DE QUOI EST-IL QUESTION ?

Les fruits et les légumes contiennent des éléments nutritifs essentiels (vitamines, minéraux et fibres), contribuant à la prévention de certaines maladies. Lorsque l'enquête fut réalisée (en 2016-2017), le Guide alimentaire canadien recommandait aux jeunes âgés de 9 à 13 ans, garçons et filles, de consommer un minimum de 6 portions de fruits et légumes par jour. Chez les jeunes de 14 à 18 ans, cette consommation minimale quotidienne grimpait à 7 chez les filles et 8 chez les garçons. Dans l'EQSJS, les fruits et légumes incluent les jus de fruits (purs à 100 %) et de légumes, les fruits et légumes frais, congelés, en conserve, de même que les fruits séchés.

Élèves consommant chaque jour le nombre minimal de portions de fruits et légumes

Élèves de 12 à 17 ans

Territoires	Sexes réunis		Garçons		Filles	
	N ^e	%	N ^e	%	N ^e	%
Abitibi-Témiscamingue	1 700	23 ↓	800	22 ↓	900	25 =
Québec	99 500	26	51 000	26	48 500	26

N^e Nombre estimé

↓ % régional plus faible que celui du reste du Québec

= % régional comparable à celui du reste du Québec (l'écart entre les deux résultats n'est pas significatif)

Notes

Dans le tableau précédent, la comparaison des données (représentée par les symboles = et ↓) est effectuée entre le pourcentage régional et celui du reste du Québec, c'est-à-dire l'ensemble du Québec excluant la région. Néanmoins, les données « Québec » présentées dans ce tableau se rapportent bien à l'ensemble du Québec, qui inclut la région.

Le total peut différer de la somme des parties en raison de l'arrondissement des estimations.

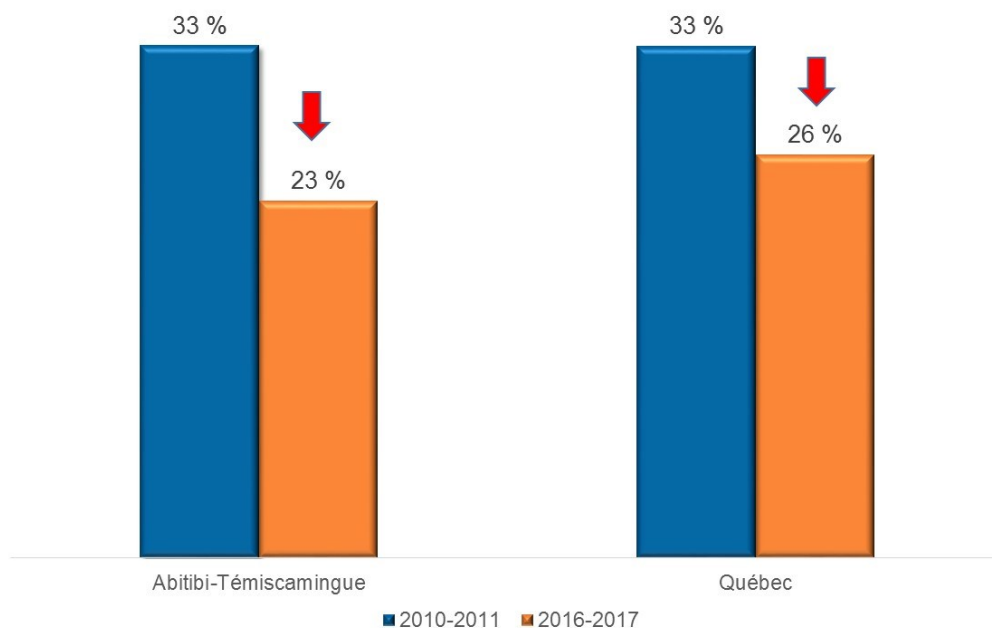
FAITS SAILLANTS

En Abitibi-Témiscamingue, le quart (23 %) des élèves consommaient chaque jour le nombre minimal recommandé de portions de fruits et de légumes, un résultat plus faible que dans le reste de la province (26 %). Autant de garçons (22 %) que de filles (25 %) avaient adopté cette habitude alimentaire. Dans la région, les garçons étaient proportionnellement moins nombreux que ceux dans le reste du Québec (26 %) alors que chez les filles, les données étaient comparables (26 % chez les filles du reste de la province).

À noter que la consommation de fruits et de légumes, qui se limite aux jus de fruits purs à 100 %, concerne moins de 1 % des élèves et constitue donc un phénomène plutôt marginal.

Évolution dans le temps

Proportion (%) d'élèves consommant chaque jour le nombre minimal recommandé de portions de fruits et légumes, Abitibi-Témiscamingue et Québec, 2010-2011 et 2016-2017



↓ Pourcentage significativement plus faible qu'en 2010-2011

Faits saillants

De 2010-2011 à 2016-2017, le pourcentage d'élèves consommant chaque jour le nombre minimal recommandé de portions de fruits et de légumes a diminué considérablement dans la région, passant de 33 % à 23 %. Cette baisse est également observée pour l'ensemble du Québec (de 33 % à 26 %) durant la même période.

Qu'est-ce qui influence les résultats ?



La santé d'un individu est influencée par de nombreux facteurs. L'EQSJS permet de dégager des caractéristiques liées à diverses problématiques ou comportements chez les jeunes. Dans le tableau suivant, les flèches (↓ et ↑) indiquent que le pourcentage d'élèves est plus faible ou plus élevé parmi ceux présentant la caractéristique mentionnée. Exemple : les élèves fumant la cigarette (premier facteur dans la liste) sont proportionnellement plus nombreux que les non-fumeurs à consommer de la malbouffe le midi. Cela ne signifie pas que le tabagisme pousse les jeunes à manger de la malbouffe mais qu'il existe une association statistique entre les deux. Les autres indicateurs sur l'alimentation font également l'objet d'une fiche qu'il est possible de consulter.

Indicateurs sur l'alimentation

Facteurs qui influencent les indicateurs sur l'alimentation	Consommation de produits laitiers	Consommation de fruits et légumes	Consommation d'eau	Déjeuner chaque matin	Consommation de boissons, grignotines sucreries	Consommation de malbouffe le midi	Consommation de malbouffe (autre que midi)
Fumant la cigarette	↑				↑	↑	↑
Ayant consommé de l'alcool au cours des 12 mois précédents	↑			↓	↑	↑	↑
Ayant consommé de la drogue au cours des 12 mois précédents				↓	↑	↑	↑
Consommant chaque jour une boisson gazeuse, grignotines ou sucreries						↑	↑
Ayant essayé de perdre du poids			↑	↓	↓		
Ayant eu recours à des produits, services et moyens amaigrissants (PSMA)			↑	↓	↓		
Ayant tenté de perdre du poids en diminuant la consommation de sucres-gras			↑	↓	↓		
Étant peu actifs physiquement dans les loisirs	↓	↓	↓	↓			↑
Ayant occupé un emploi durant l'année scolaire	↑	↑					
Étudiant au 1er cycle (secondaire 1 et 2)	↓	↑		↓			
Fréquentant une école défavorisée					↑		
Vivant dans une famille reconstituée ou monoparentale				↓			↑
Dont les parents ont un diplôme d'études secondaires		↓		↓	↑		
Dont les parents n'ont pas de diplôme d'études secondaires						↑	↑
Dont les parents n'ont pas un emploi				↓			
Ayant un faible soutien social dans leur famille	↓	↓		↓	↑		
Ayant une faible participation dans leur famille		↓		↓			
Ayant un poids insuffisant	↓		↓				
Ayant un surplus de poids				↓			
Insatisfaits de leur apparence (silhouette)	↓	↓		↓			

Source :

Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS), 2016-2017
 Rapport provincial : <http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/alimentation/sante-jeunes-secondaire-2016-2017-t3.html>

Questions ou commentaires ?



Courriel :
Téléphone :

Guillaume Beaulé, Direction de santé publique
 guillaume_beaule@ssss.gouv.qc.ca
 819 764-3264, poste 49211