



SANTÉ DES JEUNES DU SECONDAIRE

2022-2023

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

Habitudes alimentaires →

Élèves consommant chaque jour au moins cinq 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. Depuis 2019, le guide alimentaire canadien recommande manger des fruits et des légumes en abondance. Dans l'EQSJS, sont inclus les fruits et légumes frais, congelés, en conserve, de même que les fruits séchés. Les jus de fruits purs à 100% sont considérés comme des boissons sucrées.

Élèves consommant chaque jour au moins cinq portions de fruits et légumes

Élèves de 12 à 17 ans

Territoires	Sexes réunis		Garçons		Filles	
	N ^e	%	N ^e	%	N ^e	%
Abitibi-Témiscamingue	1 900	24 =	900	23 ↓	1 000	25 =
Québec	113 300	25	62 000	27	51 300	24

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.

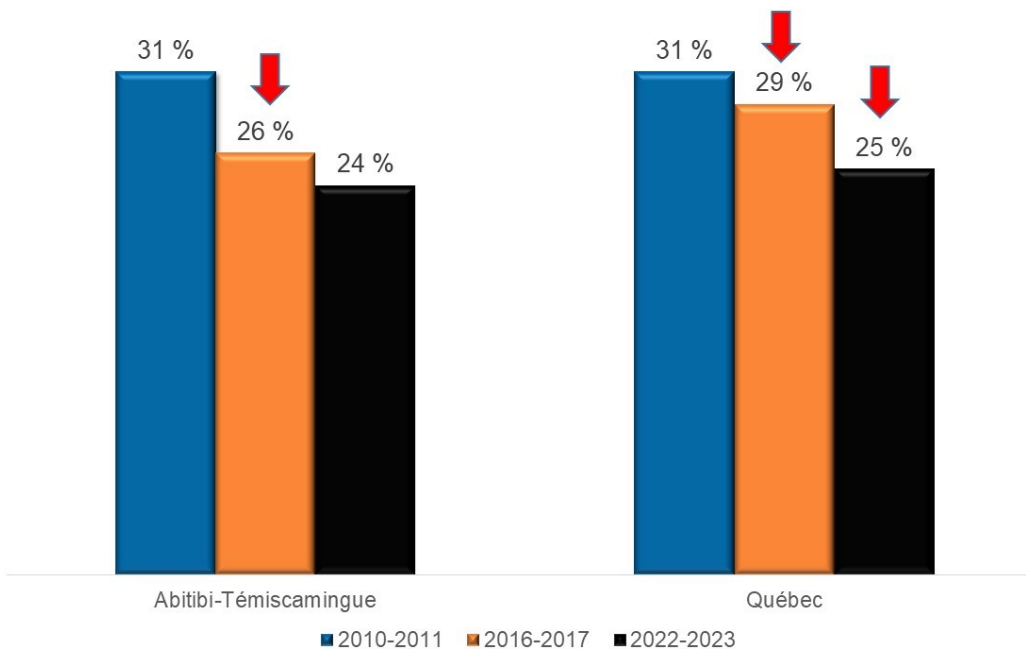
Le total peut différer de la somme des parties en raison de l'arrondissement des estimations.

FAITS SAILLANTS

En Abitibi-Témiscamingue, le quart (24 %) des élèves consommaient chaque jour cinq portions de fruits et de légumes, un résultat comparable à celui dans le reste de la province (25 %). Autant de garçons (23 %) 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 (27 %) alors que chez les filles, les données étaient comparables (24 % chez les filles du reste de la province).

Évolution dans le temps

Proportion (%) d'élèves consommant chaque jour au moins 5 portions de fruits et légumes, Abitibi-Témiscamingue et Québec, 2010-2011, 2016-2017 et 2022-2023



↓ Pourcentage significativement plus faible que celui du cycle précédent

Faits saillants

De 2010-2011 à 2016-2017, le pourcentage d'élèves consommant chaque jour au moins 5 portions de fruits et légumes a diminué la région, passant de 31 % à 26 %. En 2022-2023, la situation est demeurée stable à 24 %, l'écart de deux points n'étant pas statistiquement significatif. De 2010-2011 à 2022-2023 au Québec, on observe une diminution, le pourcentage passant de 31 % à 25 %.

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

	Consom- mation de 2 portions de lait	Consom- mation de 5 portions fruits et légumes	Consom- mation de 4 verres d'eau	Déjeuner chaque matin	Consom- mation de boissons, grignotines sucreries	Consom- mation de malbouffe le midi	Consom- mation 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 ou de le maintenir en diminuant la consommation de sucres-gras	↓		↑	↓			
Étant peu/très peu actifs ou inactifs physiquement dans les loisirs	↓	↓	↓	↓			
Ayant occupé un emploi durant l'année scolaire		↑					
Étudiant au 1er cycle (secondaire 1 et 2)	↓						
Vivant dans une famille reconstituée ou monoparentale		↓		↓			
Dont les parents n'ont pas de diplôme d'études secondaires				↓	↑		
Ayant un faible ou moyen soutien social dans leur famille		↓		↓	↑		
Ayant une faible ou moyenne participation dans leur famille		↓		↓			
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), 2022-2023
Rapport provincial : <https://statistique.quebec.ca/fr/fichier/enquete-quebecoise-sante-jeunes-secondaire-2022-2023.pdf>

Questions ou commentaires ?



Courriel :
Téléphone :

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