



# 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  
4 verres d'eau ou plus

## DE QUOI EST-IL QUESTION ?

Une saine alimentation comprend la consommation quotidienne et régulière d'eau. Une part de l'eau consommée provient des aliments. Toutefois, la majeure partie est prise sous forme de boissons. Au moment où l'enquête fut réalisée (2022-2023), le guide alimentaire canadien recommandait de privilégier l'eau aux autres boissons pour favoriser une bonne hydratation, sans fournir de recommandations précises sur la quantité à consommer. L'indicateur utilisé dans l'enquête se concentre sur le nombre de verres d'eau, un verre représentant environ 250 ml. Sont exclues du calcul les boissons à base d'eau comme les tisanes, le thé et le café.

## Élèves consommant chaque jour 4 verres d'eau ou plus

Élèves de 12 à 17 ans

Territoires	Sexes réunis		Garçons		Filles	
	N <sup>e</sup>	%	N <sup>e</sup>	%	N <sup>e</sup>	%
Abitibi-Témiscamingue	3 800	49 ↑	2 200	54 =	1 700	43 ↑
Québec	204 800	46	118 300	51	86 600	40

N<sup>e</sup> Nombre estimé

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

↑ % régional plus élevé que celui du reste du Québec

## 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.

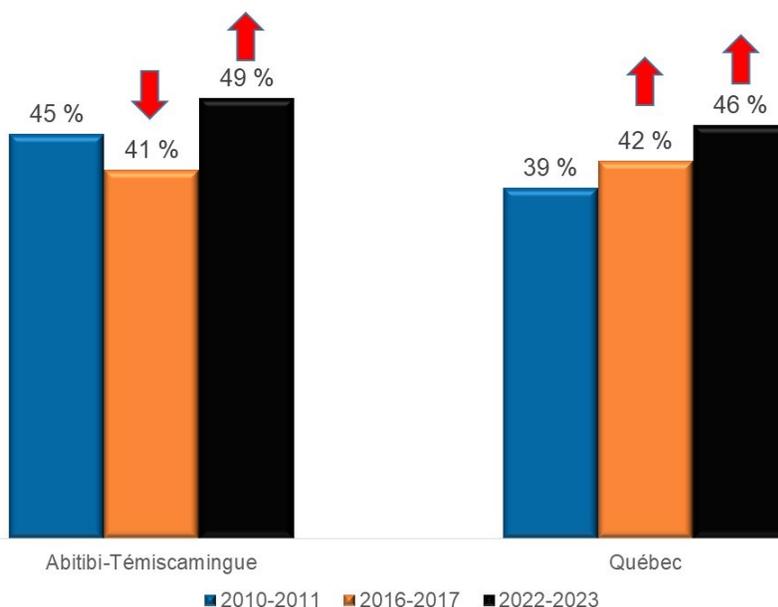
Le total peut différer de la somme des parties en raison de l'arrondissement des estimations.

## FAITS SAILLANTS

En Abitibi-Témiscamingue, 49 % des élèves consommaient habituellement chaque jour 4 verres d'eau ou plus, un résultat supérieur à celui dans le reste de la province (46 %). Les garçons (54 %) étaient plus nombreux que les filles (43 %) à boire cette quantité d'eau quotidiennement. Les données régionales se comparent à celles dans le reste du Québec pour les garçons (51 %). La donnée régionale chez les filles est plus élevée que celle dans le reste de la province (40 %).

## Évolution dans le temps

Proportion (%) d'élèves consommant chaque jour 4 verres d'eau ou plus, Abitibi-Témiscamingue et Québec, 2010-2011, 2016-2017 et 2022-2023



- ↑ Pourcentage significativement plus élevé que celui du cycle précédent
- ↓ Pourcentage significativement plus faible que celui du cycle précédent

### Faits saillants

De 2010-2011 à 2016-2017, le pourcentage d'élèves consommant habituellement chaque jour 4 verres d'eau ou plus a diminué dans la région, de 45 % à 41 %. Puis, il a augmenté à 49 % en 2022-2023. Durant la même période au Québec, on observe une augmentation graduelle, le pourcentage passant de 39 % à 46 %.

## 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