

# Recueil statistique : synthèse poids



Décembre 2024

## Sommaire

<b>STATUT PONDÉRAL</b> .....	<b>2</b>
Répartition de la population de 18 ans et plus selon le statut pondéral, 2021-2022 .....	2
Proportion de la population de 18 ans et plus présentant un surplus de poids (embonpoint ou obésité), 2021-2022 .....	2
<b>ACTIONS ENTREPRISES FACE AU POIDS AU COURS DES 6 DERNIERS MOIS</b> .....	<b>3</b>
Proportion de la population de 15 ans et plus n'ayant rien fait concernant le poids, 2021-2022 .....	3
Proportion de la population de 15 ans et plus ayant essayé de perdre du poids, 2021-2022 .....	3
Proportion de la population de 15 ans et plus ayant essayé de contrôler son poids, 2021-2022 .....	4
Proportion de la population de 15 ans et plus ayant essayé de gagner du poids, 2021-2022 .....	4
<b>PERCEPTION À L'ÉGARD DU POIDS</b> .....	<b>4</b>
Proportion de la population de 15 ans et plus se percevant trop maigre, 2021-2022 .....	4
Proportion de la population de 15 ans et plus se percevant « à peu près normale », 2021-2022 .....	5
Proportion de la population de 15 ans et plus se percevant avec un excès de poids, 2021-2022 .....	5
<b>SATISFACTION À L'ÉGARD DU POIDS</b> .....	<b>6</b>
Proportion de la population de 15 ans et plus satisfaite de son poids, 2020-2021 .....	6
Proportion de la population de 15 ans et plus insatisfaite de son poids, 2020-2021 .....	6

## Note méthodologique

Les données sur le poids et l'image corporelle dans la population proviennent de l'Enquête québécoise sur la santé de la population (EQSP) menée par l'Institut de la statistique du Québec, 2020-2021. Le traitement statistique des données a été effectué par l'Infocentre de santé publique, de l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ).

Les données qui en résultent comportent nécessairement une marge d'erreur. Parfois, un écart peut être observé entre deux pourcentages. Cependant, pour que cet écart soit statistiquement significatif, il doit être plus grand que la marge d'erreur. Si ce n'est pas le cas, cela signifie alors que les deux pourcentages sont comparables, même s'il y a un écart mathématique.

Les données régionales et celles par MRC sont comparées à celles du reste du Québec, soit l'ensemble de la population de la province moins celle de l'Abitibi-Témiscamingue. Cette façon de procéder entraîne des différences d'analyse surtout pour les régions peuplées, comme Montréal.

# STATUT PONDÉRAL

## Définition :

Classification du poids au moyen de l'indice de masse corporelle (IMC)<sup>1</sup>.

L'IMC est très répandu, car simple d'utilisation :

$$\text{Calcul de l'IMC} = \frac{\text{Poids (en kg)}}{\text{Taille (en m)}^2}$$

Il n'est cependant qu'un indicateur d'un aspect de la condition physique d'une personne. En effet, d'autres éléments doivent être considérés pour évaluer le risque individuel (ex. : habitudes de vie, présence ou absence de facteurs de risque, etc.). L'IMC comporte aussi certaines limites (ex. : sexe, âge et différences ethniques non prises en compte). Surtout fiable pour la population âgée de 20 à 65 ans, il est néanmoins utilisé ici pour la population de 18 ans et plus.

Valeur de l'IMC <sup>2</sup>	Catégorie	Risque de développer des problèmes de santé	
Inférieure à 18,5	Poids insuffisant	Accru	
Comprise entre 18,5 et 24,9	Poids normal ou poids santé	Moindre	
Comprise entre 25,0 et 29,9	Embonpoint	Surplus de poids	
Comprise entre 30,0 et 34,9	Obésité classe I		Élevé
Comprise entre 35,0 et 39,9	Obésité classe II		Très élevé
Supérieure à 40,0	Obésité classe III		Extrêmement élevé

<sup>1</sup> Santé Canada (2003). Lignes directrices canadiennes pour la classification du poids chez les adultes – Guide de référence rapide à l'intention des professionnels. N° de cat. H49-179/2003-1F.

## Répartition de la population de 18 ans et plus selon le statut pondéral, 2021-2022

### Poids insuffisant

En Abitibi-Témiscamingue, environ 2 % de la population de 18 ans et plus aurait un poids insuffisant. Il s'agit d'une estimation de qualité moyenne, aucune comparaison ne peut être effectuée. Cela représenterait environ 2 400 personnes, principalement des femmes. À l'échelle des MRC, les estimations étant de mauvaise qualité, il est préférable de ne pas tirer de conclusions.

### Poids normal

En Abitibi-Témiscamingue, 33 % de la population de 18 ans et plus avait un poids normal, un résultat significativement plus faible que dans le reste du Québec (38 %). Cela représenterait environ 38 000 personnes.

Plus de femmes (40 %) que d'hommes (27 %) avaient un poids normal.

À l'échelle des MRC, le pourcentage varie de 31 % à 35 %, ces résultats étant significativement plus faibles que dans le reste du Québec, à l'exception de Rouyn-Noranda, où il est comparable.

### Embonpoint

En Abitibi-Témiscamingue, 37 % de la population de 18 ans et plus avait de l'embonpoint, un résultat comparable à celui du reste du Québec (36 %). Cela représenterait environ 42 000 personnes.

Plus d'hommes (43 %) que de femmes (30 %) présentaient de l'embonpoint.

À l'échelle des MRC, le pourcentage varie de 35 % à 38 %, ces résultats étant tous comparables à celui du reste du Québec.

### Obésité

En Abitibi-Témiscamingue, 28 % de la population de 18 ans et plus souffrait d'obésité, un résultat significativement plus élevé que celui du reste du Québec (23 %). Cela représenterait environ 32 000 personnes. L'écart selon le sexe n'est pas statistiquement significatif.

À l'échelle des MRC, le pourcentage varie de 27 % à 31 %. À Rouyn-Noranda, en Abitibi-Ouest et en en Abitibi, il est significativement plus élevé que celui du reste du Québec. Au Témiscamingue et dans la Vallée-de-l'Or, il est comparable.

## Proportion de la population de 18 ans et plus présentant un surplus de poids (embonpoint ou obésité), 2021-2022

En Abitibi-Témiscamingue, 65 % de la population de 18 ans et plus présentait un surplus de poids (embonpoint ou obésité), un résultat significativement plus élevé que celui du reste du Québec (59 %). Cela représenterait environ 74 000 personnes.

Plus d'hommes (72 %) que de femmes (57 %) présentaient un surplus de poids (embonpoint ou obésité).

À l'échelle des MRC, le pourcentage varie de 63 % à 69 %, ces résultats étant significativement plus élevés que dans le reste du Québec, à l'exception de Rouyn-Noranda, où il est comparable.

Les données qui suivent se rapportent uniquement à la région (A-T), pour la population « sexes réunis » :

### Évolution dans le temps

Par rapport à l'enquête réalisée en 2014-2015, le pourcentage de la population ayant un surplus de poids a significativement augmenté, passant de 60 % à 65 %. À noter que de 2008 à 2014-2015, il était demeuré relativement stable (de 59 % à 60 %).

### Selon l'âge

Le pourcentage de personnes ayant un surplus de poids s'avère significativement plus faible chez les 18-24 ans (40 %), comparativement aux plus âgées (65 % chez les 25-44 ans, 70 % chez les 45-64 ans et 66 % chez les 65 ans et plus).

### Selon le revenu des ménages

Le pourcentage de personnes ayant un surplus de poids est significativement plus élevé dans les ménages à revenu moyen ou élevé (66 %) que dans les ménages à faible revenu (60 %). À noter que dans l'ensemble du Québec, cet écart selon le revenu n'a pas été observé.

### Selon la perception de son poids

Le pourcentage de personnes ayant un surplus de poids est significativement plus élevé chez celles qui perçoivent un excès de poids (92 %), comparativement à celles qui estiment leur poids « à peu près normal » (44 %). Cependant, on peut aussi dire que près de la moitié de la population croyant avoir un poids normal a en réalité un surplus de poids.

### Selon les actions concernant le poids

Le pourcentage de personnes ayant un surplus de poids est significativement plus élevé chez celles qui ont essayé de perdre du poids (83 %), par rapport à celles qui ont essayé de maintenir leur poids (73 %) et celles qui n'ont rien fait concernant le poids (56 %).

### Selon la consommation de tabac

Le pourcentage de personnes ayant un surplus de poids est significativement plus élevé chez celles qui ne fument pas de cigarettes (67 %) que chez celles qui fument (57 %).

## ACTIONS ENTREPRISES FACE AU POIDS AU COURS DES 6 DERNIERS MOIS

### Proportion de la population de 15 ans et plus n'ayant rien fait concernant le poids, 2021-2022

En Abitibi-Témiscamingue, 52 % de la population de 15 ans et plus n'a posé aucune action en ce qui concerne le poids, un résultat significativement plus élevé que celui du reste du Québec (47 %). Cela représenterait environ 61 000 personnes.

Plus d'hommes (58 %) que de femmes (44 %) n'ont posé aucune action en ce qui concerne le poids. Chez les hommes, le pourcentage régional est significativement plus élevé que celui du reste du Québec (52 %) alors que chez les femmes, le pourcentage régional se compare à celui du reste de la province.

À l'échelle des MRC, le pourcentage varie de 49 % à 54 %, ces résultats étant significativement plus élevés que dans le reste du Québec, à l'exception de l'Abitibi-Ouest, où il est comparable.

### Proportion de la population de 15 ans et plus ayant essayé de perdre du poids, 2021-2022

En Abitibi-Témiscamingue, 21 % de la population de 15 ans et plus a essayé de perdre du poids, un résultat significativement plus faible que celui du reste du Québec (24 %). Cela représenterait environ 25 000 personnes.

Plus de femmes (27 %) que d'hommes (16 %) ont essayé de perdre du poids.

À l'échelle des MRC, le pourcentage varie de 17 % à 25 %, ces résultats étant significativement plus faibles que dans le reste du Québec au Témiscamingue et dans la Vallée-de-l'Or, et comparables au reste du Québec dans les 3 autres MRC.

Les données qui suivent se rapportent uniquement à la région (A-T), pour la population « sexes réunis » :

### Évolution dans le temps

La situation est stable dans le temps par rapport à l'enquête 2014-2015.

### Selon l'âge

Le pourcentage de personnes ayant tenté de perdre du poids s'avère significativement plus faible chez les 65 ans et plus (14 %), comparativement aux plus jeunes (22 % chez les 15-24 ans, 26 % chez les 25-44 ans et 23 % chez les 45-64 ans).

### Selon la scolarité

Le pourcentage de personnes ayant tenté de perdre du poids s'avère significativement plus faible chez les personnes sans diplôme d'études secondaires (15 %), comparativement à celles ayant un tel diplôme (21 %), à celles ayant un diplôme d'études collégiales (23 %) et à celles ayant un diplôme universitaire (28 %).

### Selon le revenu des ménages

Le pourcentage de personnes ayant tenté de perdre du poids est significativement plus élevé dans les ménages à revenu moyen ou élevé (23 %) que dans les ménages à faible revenu (17 %).

### **Selon la perception de son poids**

Le pourcentage de personnes ayant tenté de perdre du poids est significativement plus élevé chez celles qui perçoivent un excès de poids (37 %), comparativement à celles qui estiment leur poids « à peu près normal » (10 %).

### **Selon le statut pondéral**

Le pourcentage de personnes ayant tenté de perdre du poids est significativement plus élevé chez celles ayant un surplus de poids (28 %), comparativement à celles ayant un poids normal (11 %).

### **Selon le niveau de détresse psychologique**

Le pourcentage de personnes ayant tenté de perdre du poids est significativement plus élevé chez celles ayant un niveau élevé à l'échelle de détresse psychologique (25 %), comparativement à celles ayant un niveau faible ou moyen (19 %).

## **Proportion de la population de 15 ans et plus ayant essayé de contrôler son poids au cours des 6 derniers mois, 2021-2022**

---

En Abitibi-Témiscamingue, 24 % de la population de 15 ans et plus a essayé de contrôler son poids, un résultat significativement plus faible que celui du reste du Québec (26 %). Cela représenterait environ 29 000 personnes.

Plus de femmes (27 %) que d'hommes (22 %) se trouvaient dans cette situation.

À l'échelle des MRC, le pourcentage varie de 20 % à 27 %, ces résultats étant comparables à celui dans le reste du Québec, à l'exception de Rouyn-Noranda, où il est significativement plus faible.

Les données qui suivent se rapportent uniquement à la région (A-T), pour la population « sexes réunis » :

### **Évolution dans le temps**

De 2008 à 2014-2015, le pourcentage de personnes ayant essayé de contrôler leur poids avait augmenté de 18 % à 26 %. De 2014-2015 à 2020-2021, il est demeuré relativement stable.

### **Selon la scolarité**

Le pourcentage de personnes ayant essayé de contrôler leur poids s'avère significativement plus faible chez les personnes sans diplôme d'études secondaires (20 %), comparativement à celles ayant un diplôme d'études collégiales (26 %) et à celles ayant un diplôme universitaire (28 %).

### **Selon la perception de son poids**

Le pourcentage de personnes ayant essayé de contrôler leur poids est significativement plus élevé chez celles qui perçoivent un excès de poids (29 %), comparativement à celles qui estiment leur poids « à peu près normal » (21 %).

### **Selon le statut pondéral**

Le pourcentage de personnes ayant essayé de contrôler leur poids est significativement plus élevé chez celles ayant un surplus de poids (28 %), comparativement à celles ayant un poids normal (19 %).

## **Proportion de la population de 15 ans et plus ayant essayé de gagner du poids au cours des 6 derniers mois, 2021-2022**

---

En Abitibi-Témiscamingue, 3 % de la population de 15 ans et plus a essayé de gagner du poids, un résultat comparable à celui du reste du Québec (3 %). Cela représenterait environ 4 000 personnes. Depuis 2008, la situation dans la région est relativement stable.

# PERCEPTION À L'ÉGARD DU POIDS

## Proportion de la population de 15 ans et plus se percevant trop maigre, 2021-2022

En Abitibi-Témiscamingue, 3 % de la population de 15 ans et plus se percevait trop maigre, un résultat comparable à celui du reste du Québec (3 %).

Cela représenterait environ 3 000 personnes.

## Proportion de la population de 15 ans et plus se percevant « à peu près normale », 2021-2022

En Abitibi-Témiscamingue, 53 % de la population de 15 ans et plus percevait son poids comme étant à peu près normal, un résultat comparable à celui du reste du Québec (55 %). Cela représenterait environ 63 000 personnes.

Plus d'hommes (58 %) que de femmes (47 %) se trouvaient dans cette situation. À noter que le pourcentage de femmes qui se perçoivent « à peu près normal » dans la région est significativement plus faible que celui du reste de la province (52 %).

À l'échelle des MRC, le pourcentage varie de 49 % à 57 %, ces résultats étant tous comparables à celui du reste du Québec.

Les données qui suivent se rapportent uniquement à la région (A-T), pour la population « sexes réunis » :

### Évolution dans le temps

La situation est stable dans le temps par rapport à l'enquête de 2008 et de 2014-2015.

### Selon l'âge

Le pourcentage de personnes percevant leur poids comme à peu près normal s'avère significativement plus élevé chez les 15-24 ans (70 %), comparativement aux plus âgées (53 % chez les 25-44 ans, 46 % chez les 45-64 ans et 52 % chez les 65 ans et plus). L'écart entre les 25-44 ans et les 45-64 ans est lui aussi significatif, comme celui entre les 45-64 ans et les 65 ans et plus.

## Proportion de la population de 15 ans et plus se percevant avec un excès de poids, 2021-2022

En Abitibi-Témiscamingue, 45 % de la population de 15 ans et plus se percevait avec un excès de poids, un résultat significativement plus élevé que celui du reste du Québec (42 %). Cela représenterait environ 53 000 personnes.

Plus de femmes (51 %) que d'hommes (39 %) se trouvaient dans cette situation. Chez les femmes de la région, ce pourcentage est significativement plus élevé que celui dans le reste de la province (46 %).

À l'échelle des MRC, le pourcentage varie de 40 % à 47 %, ces résultats étant comparables à celui du reste du Québec, sauf dans la MRC d'Abitibi-Ouest et celle d'Abitibi où il est significativement plus élevé.

Les données qui suivent se rapportent uniquement à la région (A-T), pour la population « sexes réunis » :

### Évolution dans le temps

La situation est stable dans le temps par rapport à l'enquête 2014-2015.

### Selon l'âge

Le pourcentage de personnes se percevant avec un excès de poids s'avère significativement plus faible chez les 15-24 ans (22 %), comparativement aux plus âgées (45 % chez les 25-44 ans, 52 % chez les 45-64 ans et 45 % chez les 65 ans et plus). L'écart entre les 25-44 ans et les 45-64 ans est lui aussi significatif, comme celui entre les 45-64 ans et les 65 ans et plus.

### Selon la scolarité

Le pourcentage de personnes se percevant avec un excès de poids s'avère significativement plus faible chez les personnes sans diplôme d'études secondaires (40 %), comparativement à celles ayant un diplôme d'études collégiales (47 %) et à celles ayant un diplôme universitaire (50 %).

### Selon le statut pondéral

Le pourcentage de personnes se percevant avec un excès de poids est significativement plus élevé chez celles ayant un surplus de poids (65 %), comparativement à celles ayant un poids normal (10 %).

# SATISFACTION À L'ÉGARD DU POIDS

## Proportion de la population de 15 ans et plus satisfaite de son poids, 2021-2022

---

En Abitibi-Témiscamingue, 47 % de la population de 15 ans et plus était satisfaite de son poids, un résultat comparable à celui du reste du Québec (47 %). Cela représenterait environ 56 000 personnes.

Plus d'hommes (54 %) que de femmes (40 %) étaient satisfaits de leur poids.

À l'échelle des MRC, le pourcentage varie de 45 % à 53 %, ces résultats étant tous comparables à celui du reste du Québec.

Les données qui suivent se rapportent uniquement à la région (A-T), pour la population « sexes réunis » :

### Évolution dans le temps

Comme il s'agit d'un nouvel indicateur en 2020-2021, il n'est pas possible de savoir si la situation a évolué depuis 2014-2015.

### Selon l'âge

Le pourcentage de personnes satisfaites de leur poids s'avère significativement plus élevé chez les 15-24 ans (52 %) et chez les 65 ans et plus (59 %), comparativement aux 25-44 ans (40 %) et aux 45-64 ans (43 %).

### Selon la scolarité

Le pourcentage de personnes satisfaites de leur poids s'avère significativement plus élevé chez les personnes sans diplôme d'études secondaires (59 %), comparativement à celles ayant un tel diplôme (46 %), à celles ayant un diplôme d'études collégiales (44 %) et à celles ayant un diplôme universitaire (39 %).

### Selon la composition du ménage

Le pourcentage de personnes satisfaites de leur poids s'avère significativement plus élevé chez les personnes seules (53 %), comparativement à celles vivant en couple avec enfants (42 %) et celles vivant dans une famille monoparentale (41 %).

### Selon la satisfaction par rapport à la vie sociale

Le pourcentage de personnes satisfaites de leur poids s'avère significativement plus élevé chez celles satisfaites de leur vie sociale (50 %), comparativement à celles qui sont insatisfaites (30 %).

### Selon la perception de son poids

Le pourcentage de personnes satisfaites de leur poids est significativement plus élevé chez celles qui perçoivent un poids « à peu près normal » (75 %), comparativement à celles qui perçoivent un excès de poids (16 %).

### Selon le statut pondéral

Le pourcentage de personnes satisfaites de leur poids est significativement plus élevé chez celles ayant un poids normal (69 %), comparativement à celles ayant un surplus de poids (34 %).

### Selon l'action concernant le poids

Le pourcentage de personnes satisfaites de leur poids est significativement plus faible chez celles ayant essayé de perdre du poids (19 %), comparativement à celles ayant essayé de maintenir leur poids (42 %), à celles ayant essayé de gagner du poids (53 %) et à celles n'ayant rien fait concernant le poids (61 %).

### Selon la consommation de tabac

Le pourcentage de personnes satisfaites de leur poids est significativement plus élevé chez les fumeurs (55 %) que chez les non-fumeurs (46 %).

### Selon le niveau de détresse psychologique

Le pourcentage de personnes satisfaites de leur poids est significativement plus élevé chez celles ayant un niveau faible ou moyen à l'échelle de détresse psychologique (52 %), comparativement à celles ayant un niveau élevé (39 %).

### Selon le niveau d'activité physique de loisirs

Le pourcentage de personnes satisfaites de leur poids est significativement plus élevé chez celles actives physiquement (55 %), comparativement à celles moyennement actives (44 %) et celles sédentaires (44 %).

## Proportion de la population de 15 ans et plus insatisfaite de son poids, 2021-2022

---

En Abitibi-Témiscamingue, 26 % de la population de 15 ans et plus était insatisfaite de son poids, un résultat significativement plus faible que celui du reste du Québec (30 %). Cela représenterait environ 31 000 personnes.

Plus de femmes (34 %) que d'hommes (19 %) se trouvaient dans cette situation.

À l'échelle des MRC, le pourcentage varie de 23 % à 30 %, ces résultats étant significativement plus faibles que dans le reste du Québec, à l'exception de Rouyn-Noranda où il est comparable.

Les données qui suivent se rapportent uniquement à la région (A-T), pour la population « sexes réunis » :

### Évolution dans le temps

Comme il s'agit d'un nouvel indicateur en 2020-2021, il n'est pas possible de savoir si la situation a évolué depuis 2014-2015.

### Selon l'âge

Le pourcentage de personnes insatisfaites de leur poids s'avère significativement plus faible chez les 65 ans et plus (23 %), comparativement aux 25-44 ans (28 %) et aux 45-64 ans (30 %).

### Selon la scolarité

Le pourcentage de personnes insatisfaites de leur poids s'avère significativement plus élevé chez les personnes avec un diplôme universitaire (36 %), comparativement à celles n'ayant pas de diplôme (19 %), à celles ayant un diplôme d'études secondaires (24 %) et à celles ayant un diplôme d'études collégiales (28 %).

### Selon la satisfaction par rapport à la vie sociale

Le pourcentage de personnes insatisfaites de leur poids s'avère significativement plus élevé chez celles insatisfaites de leur vie sociale (43 %), comparativement à celles qui sont satisfaites (24 %).

### Selon la perception de son poids

Le pourcentage de personnes insatisfaites de leur poids est significativement plus élevé chez celles qui perçoivent un excès de poids (51 %), comparativement à celles qui perçoivent un poids « à peu près normal » (5 %).

### Selon le statut pondéral

Le pourcentage de personnes insatisfaites de leur poids est significativement plus élevé chez celles ayant un surplus de poids (35 %), comparativement à celles ayant un poids normal (11 %).

### Selon l'action concernant le poids

Le pourcentage de personnes insatisfaites de leur poids est significativement plus élevé chez celles ayant essayé de perdre du poids (56 %), comparativement à celles ayant essayé de maintenir leur poids (28 %) et à celles n'ayant rien fait concernant le poids (13 %).

### Selon le niveau de détresse psychologique

Le pourcentage de personnes insatisfaites de leur poids est significativement plus élevé chez celles ayant un niveau élevé à l'échelle de détresse psychologique (34 %), comparativement à celles ayant un niveau faible ou moyen (21 %).

### Selon le niveau d'activité physique de loisirs

Le pourcentage de personnes insatisfaites de leur poids est significativement plus élevé chez celles qui sont sédentaires (29 %), comparativement à celles actives physiquement (20 %).

### Selon la présence de symptômes d'anxiété généralisée

Le pourcentage de personnes insatisfaites de leur poids est significativement plus élevé chez celles qui présentent des symptômes d'anxiété généralisée (46 %), comparativement à celles qui n'en présentent pas (24 %).

**Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de l'Abitibi-Témiscamingue**  
**Direction de santé publique (DSPu)**

1, 9<sup>e</sup> Rue

Rouyn-Noranda (Québec) J9X 2A9

Téléphone : 819 764-3264

Télécopieur : 819 797-1947

[www.cisss-at.gouv.qc.ca](http://www.cisss-at.gouv.qc.ca)

**Rédaction**

Joanie Chevrier, agente de planification, de programmation et de recherche - DSPu

**Collaboration :**

Guillaume Beaulé, agent de planification, de programmation et de recherche - DSPu

ISBN : 978-2-555-00057-5 (PDF)

**DÉPÔT LÉGAL**

Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2024

Afin de ne pas alourdir les textes, le masculin inclut le féminin.

Toute reproduction totale ou partielle de ce document est autorisée, à condition que la source soit mentionnée.

Ce document est également disponible en médias substitués, sur demande.

© Gouvernement du Québec