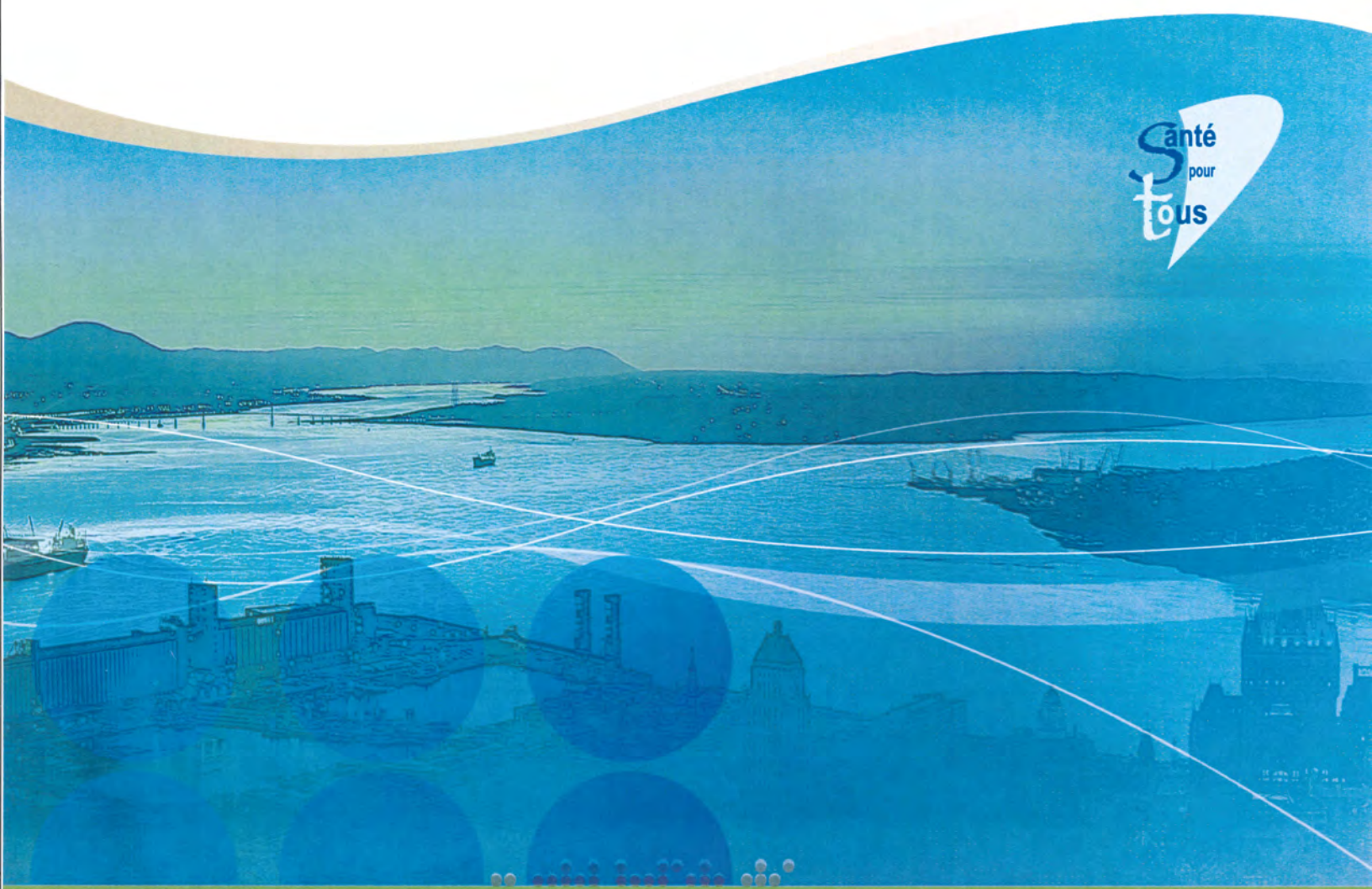


Direction régionale de santé publique

L'ENQUÊTE QUÉBÉCOISE
SUR LA SANTÉ DES JEUNES DU SECONDAIRE 2010-2011

LES HABITUDES ALIMENTAIRES
CHEZ LES JEUNES DU SECONDAIRE
DE LA RÉGION DE LA CAPITALE-NATIONALE



L'ENQUÊTE QUÉBÉCOISE
SUR LA SANTÉ DES JEUNES DU SECONDAIRE 2010-2011

**LES HABITUDES ALIMENTAIRES
CHEZ LES JEUNES DU SECONDAIRE
DE LA RÉGION DE LA CAPITALE-NATIONALE**

Direction régionale de santé publique
Agence de la santé et des services sociaux
de la Capitale-Nationale

Septembre 2013

Rédaction : Louise Rochette, équipe Surveillance
Myriam Duplain, équipe Surveillance

Collaboration : Pascale Chaumette

Relecture : Michel Pageau

Révision linguistique : Services linguistiques Valérie Bélanger

Soutien administratif : Line Plamondon

Ce document est disponible en version électronique à l'adresse Internet
<http://www.eisscapitalenationale.gouv.qc.ca/Publications.shtml> ou
www.dspq.qc.ca, section « Documentation », rubrique « Publications »

Dépôt légal, Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2013
ISBN : 978-2-89616-202-4 (version imprimable)
978-2-89676-203-1 (version électronique)

Cette publication a été versée dans la banque SANTÉCOM (www.santecom.qc.ca)

La reproduction de ce document est permise, pour autant que la source soit mentionnée.

Référence suggérée :

ROCHETTE, Louise, et, Myriam DUPLAIN (2013). *Les habitudes alimentaires chez les jeunes du secondaire de la région de la Capitale-Nationale*, Direction régionale de santé publique, Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale, 21 pages.

© Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale

**L'enquête québécoise sur la santé
des jeunes du secondaire
(EQSJS 2010-2011)**

- Enquête réalisée par l'Institut de la statistique du Québec (ISQ) et visant à produire plusieurs indicateurs de l'état de santé et des habitudes de vie des jeunes.
- La collecte s'est déroulée du 2 novembre 2010 au 17 mai 2011 et a rejoint 4 729 élèves de la région de la Capitale-Nationale, représentatifs de près de 33 000 jeunes. L'enquête a été menée dans les écoles publiques et privées, francophones et anglophones. La population visée se limite aux élèves du secondaire du secteur jeune, excluant les centres de formation professionnelle (CFP) et les écoles comptant 30 % ou plus d'élèves handicapés ou en difficulté d'adaptation ou d'apprentissage (EHDA).
- Les résultats régionaux de l'EQSJS 2010-2011 font l'objet de documents distincts suivant les chapitres du premier rapport provincial couvrant la santé physique et les habitudes de vie¹. Les thèmes abordés sont les suivants :
 - Habitudes alimentaires;
 - Activité physique de loisir et de transport;
 - Poids, apparence corporelle et actions à l'égard du poids;
 - Usage de la cigarette;
 - Consommation d'alcool et de drogues;
 - Comportements sexuels chez les 14 ans et plus.

**Les habitudes alimentaires
chez les jeunes du secondaire de la
Capitale-Nationale**

- Quelques caractéristiques des élèves du secondaire 4
- Consommation de légumes et de fruits 5
- Consommation de produits laitiers 8
- Consommation d'aliments ou de boissons le matin 11
- Consommation d'eau 14
- Consommation de boissons sucrées, de grignotines ou de sucreries 16
- Consommation de malbouffe dans un restaurant ou un casse-croûte le midi..... 19

¹ http://www.stat.gouv.qc.ca/publications/sante/pdf2012/EQSJS_tome1.pdf

Informations méthodologiques

- Les données régionales sont associées au territoire sociosanitaire de l'école et non au territoire de résidence de l'élève. Pour la Capitale-Nationale, cette différence influence très peu les résultats.
- De manière générale, les indicateurs sont présentés à partir des croisements suivants :
 - selon la région et le Québec, par sexe;
 - selon la région et les quatre territoires de centre de santé et de services sociaux (CSSS), par sexe;
 - selon le niveau scolaire, par sexe;
 - selon la langue d'enseignement.
- En considération des inégalités sociales de santé, le croisement selon le plus haut niveau de scolarité entre les parents est retenu lorsque le résultat du test statistique est significatif. Il s'agit d'une solution de rechange à l'utilisation de l'indice régional de défavorisation matérielle et sociale dont le taux de non-réponse partielle pour l'EQSJS 2010-2011 pose un problème de précision (>10 %).
- Toutes les données proviennent du Fichier maître de l'EQSJS de l'ISQ. Les figures présentent des proportions brutes exprimées en pourcentage et le texte d'analyse comporte parfois des nombres d'effectifs arrondis à la centaine près.
- La zone de texte en italique précédant une série de figures pour un indicateur apporte des précisions sur sa définition.
- Le symbole (+) ou (-) ajouté dans une figure signale une proportion significativement plus élevée ou plus faible que la valeur du territoire de référence sur la base d'un test statistique au seuil de 5 %. Ainsi, le test compare la donnée régionale avec celle du reste du Québec et la donnée de chaque CSSS avec celle du reste de la Capitale-Nationale.
- Pour les différences significatives autres que les comparaisons entre territoires, une note est ajoutée sous les figures concernées.
- Le simple astérisque * signale une donnée à interpréter avec prudence en raison d'un coefficient de variation supérieur à 15 % et inférieur ou égal à 25 %.
- Le double astérisque ** signale une donnée imprécise en raison d'un coefficient de variation supérieur à 25 % et celle-ci est illustrée à titre indicatif seulement. Ces données exigent une grande réserve dans l'interprétation.
- Le symbole | ajouté aux figures illustre les intervalles de confiance au niveau 95 %; c'est-à-dire la fourchette de valeurs dans laquelle la vraie valeur est observée, 19 fois sur 20.

Faits saillants

Parmi les élèves fréquentant les écoles secondaires de la Capitale-Nationale en 2010-2011 :

- Un peu plus du tiers (36 %) consomment en moyenne chaque jour le nombre de portions de légumes et de fruits recommandé par le Guide alimentaire canadien (GAC).
- Cette proportion diminue graduellement de la 1^{re} à la 5^e secondaire, passant de la moitié au quart. Cette diminution est observée tant chez les garçons que chez les filles.
- Plus de la moitié (54 %) des élèves consomment en moyenne au moins 3 portions de produits laitiers par jour. Les filles sont proportionnellement moins nombreuses (48 %) que les garçons (60 %) à consommer cette quantité.
- Un peu plus de la moitié (52 %) des élèves ont bu les 2 portions de lait recommandées par le GAC (49 % des filles comparativement à 55 % des garçons).
- Près des deux tiers (65 %) ont consommé un aliment ou une boisson tous les matins avant de commencer les cours lors de la dernière semaine d'école, proportion plus élevée dans le réseau francophone qu'anglophone (66 % c. 52 %).
- Près d'un élève sur dix (9 %) n'a pas mangé ou bu tous les matins avant de commencer les cours.
- Plus de neuf élèves sur dix (92 %) boivent au moins un verre d'eau dans une journée (91 % des filles et 94 % des garçons).
- Un peu plus d'un élève sur quatre (28 %) consomme chaque jour des boissons sucrées (gazeuses, à saveur de fruits, énergisantes ou pour sportifs), des grignotines ou des sucreries (24 % des filles et 32 % des garçons).
- Environ deux élèves sur cinq (40 %) ont consommé de la malbouffe le midi au moins une fois au cours de la dernière semaine d'école, dont 15 % à au moins 2 reprises.

1. QUELQUES CARACTÉRISTIQUES DES ÉLÈVES DU SECONDAIRE

Tableau 1

Caractéristiques des élèves du secondaire, Capitale-Nationale et le Québec, 2010-2011

Caractéristiques	Capitale-Nationale (%)	Le Québec (%)
Sexe		
Garçons	50,3	50,7
Filles	49,7	49,3
Niveau scolaire		
1 ^e secondaire	19,6	20,0
2 ^e secondaire	20,8	20,9
3 ^e secondaire	22,2	22,3
4 ^e secondaire	19,2	19,3
5 ^e secondaire	18,2	17,5
Territoire de CSSS		
Portneuf	7,0	
Vieille-Capitale	44,6	
Québec-Nord	44,7	
Charlevoix	3,7	
Situation familiale		
Biparentale	61,5	61,8
Reconstituée	10,7	11,3
Monoparentale	13,1	14,2
Garde partagée	13,2	11,0
Autres	* 1,6	1,6
Plus haut niveau de scolarité des parents		
Sans diplôme d'études secondaires	3,6	6,7
Secondaire complété	13,8	15,4
Postsecondaire	82,7	77,9
Statut d'emploi des parents		
Deux parents en emploi	80,5	75,6
Un parent en emploi	17,0	20,8
Aucun parent en emploi	2,5	3,6
Statut d'emploi de l'élève		
En emploi	49,7	42,8
Aucun emploi	50,3	57,2
Perception de sa situation financière		
Plus à l'aise	28,9	29,4
Aussi à l'aise	61,4	59,9
Moins à l'aise	9,7	10,7
Autoévaluation de sa performance scolaire		
Sous la moyenne	13,5	13,3
Dans la moyenne	46,4	47,5
Au-dessus de la moyenne	40,1	39,2
Langue d'enseignement		
Français	96,1	89,2
Anglais	3,9	10,8
Parcours scolaire		
Formation générale	94,4	93,2
Autre type de formation	** 5,6	6,8

* Donnée à interpréter avec prudence - coefficient de variation entre 15 % et 25 %.

** À titre indicatif seulement - coefficient de variation supérieur à 25 %.

Les élèves se répartissent assez également de la 1^e à la 5^e secondaire, bien que la proportion diminue légèrement au niveau des 4^e et 5^e secondaires.

La majorité des élèves (62 %) vivent avec leurs deux parents. La garde partagée ou habiter avec un seul parent regroupe chacun 13 % des élèves, alors que vivre dans une famille reconstituée est le fait d'un élève sur dix. Moins de 2 % des élèves vivent dans un autre type de milieu (famille ou foyer d'accueil, tutorat, colocation, vivant seul, etc.).

Pour un peu plus de quatre élèves sur cinq (83 %), le parent le plus scolarisé a fait des études postsecondaires (collégiales ou universitaires).

La grande majorité des élèves (81 %) ont leurs deux parents qui travaillent.

La moitié des élèves du secondaire de la région a un travail au moment de l'enquête, qu'il soit rémunéré ou non.

Environ 61 % des élèves évaluent leur situation financière comparable à celle des élèves de leur classe, alors que 29 % se considèrent plus à l'aise et 10 % moins à l'aise.

Les élèves ont évalué leur performance scolaire en la comparant aux autres élèves de leur école ayant leur âge. Ainsi, 86 % des élèves considèrent que leurs notes sont dans la moyenne (46 %) ou au-dessus (40 %), alors que 14 % évaluent leur performance comme étant inférieure à la moyenne.

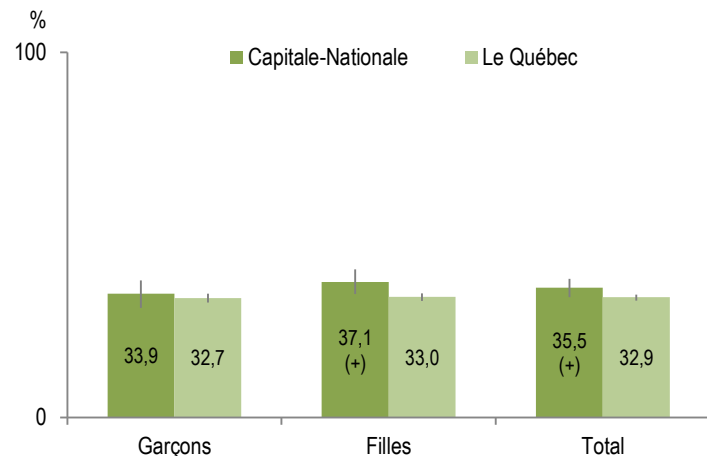
Dans la région, 96 % des élèves du secondaire étudient en français, tandis que 4 % fréquentent une école de langue anglaise.

La très grande majorité (94 %) des élèves du secondaire visés par l'enquête suivent une formation de nature générale. Les autres types de formation comprennent les formations axées sur l'emploi au 2^e cycle et les programmes adaptés pour les élèves en difficulté.

2. CONSOMMATION DE LÉGUMES ET DE FRUITS

Figure 1

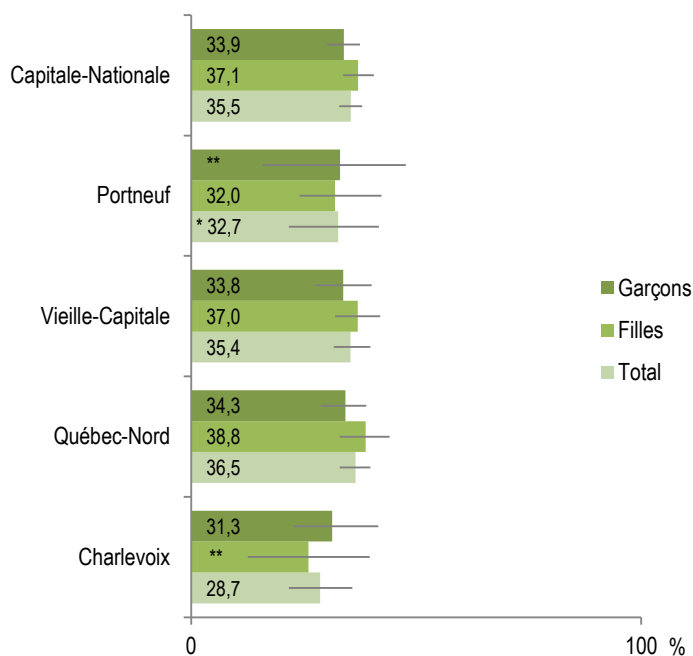
Proportion des élèves du secondaire consommant en général le nombre minimal de portions de légumes et de fruits recommandé quotidiennement par le Guide alimentaire canadien selon le sexe, Capitale-Nationale et le Québec, 2010-2011



(+) Proportion significativement plus élevée que celle du reste du Québec, au seuil de 5 %.

Figure 2

Proportion des élèves du secondaire consommant en général le nombre minimal de portions de légumes et de fruits recommandé quotidiennement par le Guide alimentaire canadien, CSSS et Capitale-Nationale, 2010-2011



* Donnée à interpréter avec prudence - coefficient de variation entre 15 % et 25 %.

** À titre indicatif seulement - coefficient de variation supérieur à 25 %.

Les élèves ont été questionnés sur leur consommation de légumes, de fruits et de jus de fruits pur à 100 %, en tenant compte du nombre de jours de consommation par semaine ainsi que du nombre de portions consommées, les jours de consommation.

Bien manger avec le Guide alimentaire canadien (GAC) recommande que les jeunes de 9 à 13 ans consomment au moins 6 portions de légumes et de fruits par jour et que les filles et les garçons de 14 à 18 ans en consomment respectivement 7 et 8 portions par jour.



Un peu plus du tiers (36 %) des élèves fréquentant les écoles secondaires de la région consomment chaque jour le nombre minimal de portions de légumes et de fruits recommandé par le GAC, ce qui représente 11 900 jeunes.

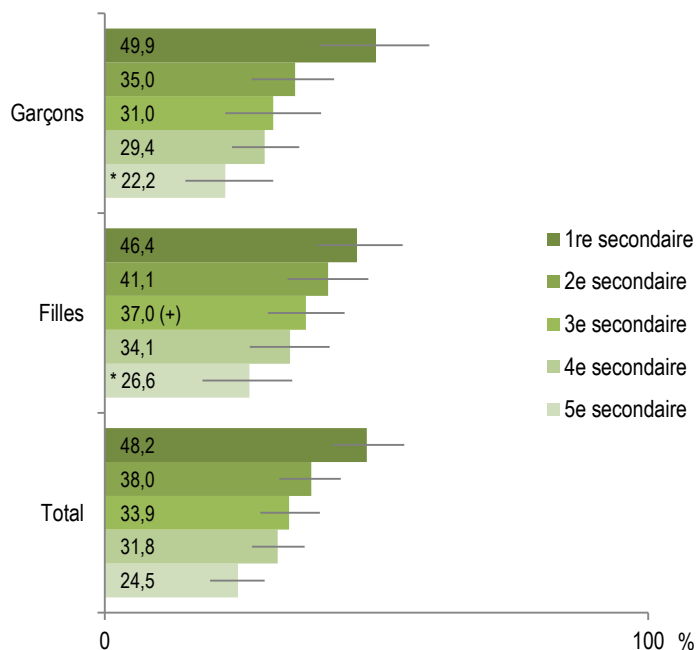
Les filles de la région sont plus nombreuses, en proportion, à consommer le nombre de portions recommandées que celles de l'ensemble du Québec.

On ne détecte pas d'écart entre les garçons et les filles.

Les proportions observées selon les territoires des Centres de santé et de services sociaux (CSSS) ne se distinguent pas significativement de celles du reste de la région.

Figure 3

Proportion des élèves du secondaire consommant en général le nombre minimal de portions de légumes et de fruits recommandé quotidiennement par le Guide alimentaire canadien selon le niveau scolaire, par sexe, Capitale-Nationale, 2010-2011



* Donnée à interpréter avec prudence - coefficient de variation entre 15 % et 25 %.
 (+) Proportion significativement plus élevée que celle du reste du Québec, au seuil de 5 %.

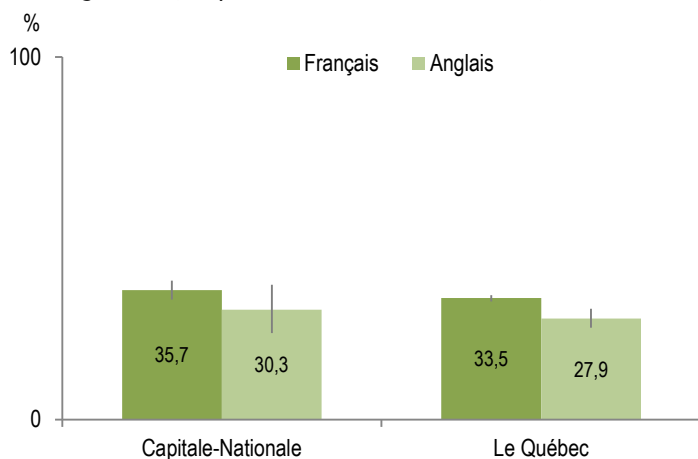
La proportion d'élèves ayant consommé le nombre minimal de portions de légumes et de fruits diminue graduellement de la 1^{re} à la 5^e secondaire, passant de la moitié des élèves au quart. Cette diminution est observée tant chez les garçons que chez les filles.

En 3^e secondaire, la proportion de filles consommant le nombre recommandé de légumes et de fruits est plus élevée que celle du reste du Québec.

Quel que soit le niveau scolaire, il n'y a pas de différence entre les garçons et les filles.

Figure 4

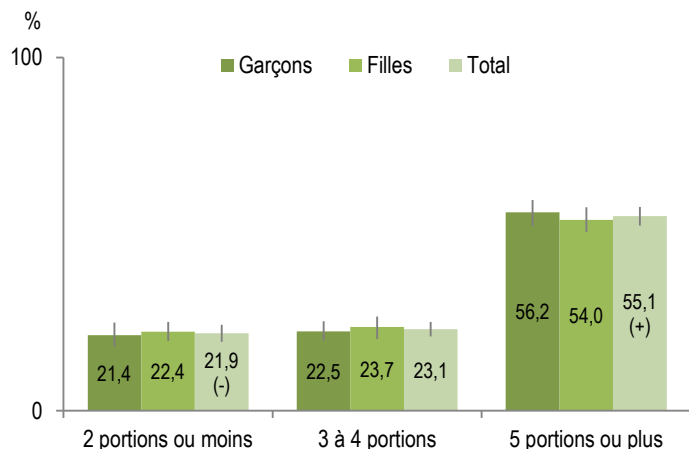
Proportion des élèves du secondaire consommant en général le nombre minimal de portions de légumes et de fruits recommandé quotidiennement par le Guide alimentaire canadien selon la langue d'enseignement, Capitale-Nationale et le Québec, 2010-2011



Pour le Québec, différence significative au seuil de 5 % entre le français et l'anglais comme langue d'enseignement.

Au Québec, les jeunes qui étudient en français suivent un peu plus souvent les recommandations du Guide alimentaire que ceux fréquentant les écoles de langue anglaise. Dans la région, on ne détecte pas d'écart statistique selon la langue d'enseignement, mais les données semblent indiquer la même tendance qu'au Québec.

Figure 5
Répartition des élèves du secondaire selon le nombre de portions de légumes et de fruits consommées par jour selon le sexe, Capitale-Nationale, 2010-2011



(-) (+) Proportion significativement plus faible ou plus élevée que celle du reste du Québec, au seuil de 5 %.

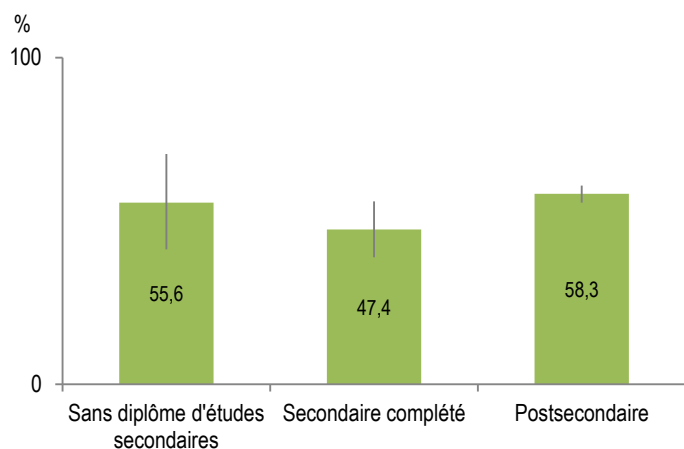
Un peu plus d'un jeune sur deux (55 %) consomme en moyenne 5 portions de légumes et de fruits par jour.

En général, les jeunes de la région prennent un peu plus souvent 5 portions de légumes et de fruits par jour que les autres élèves du Québec (51 %).

Il n'y a aucun écart significatif entre les garçons et les filles quant au nombre de portions de légumes et de fruits consommées chaque jour.

En ne considérant pas les jus de fruits, seulement 34 % des élèves consomment au moins 5 portions de légumes et fruits entiers chaque jour (données non présentées).

Figure 6
Proportion des élèves du secondaire consommant au moins 5 portions de légumes et de fruits par jour selon le plus haut niveau de scolarité des parents, Capitale-Nationale, 2010-2011



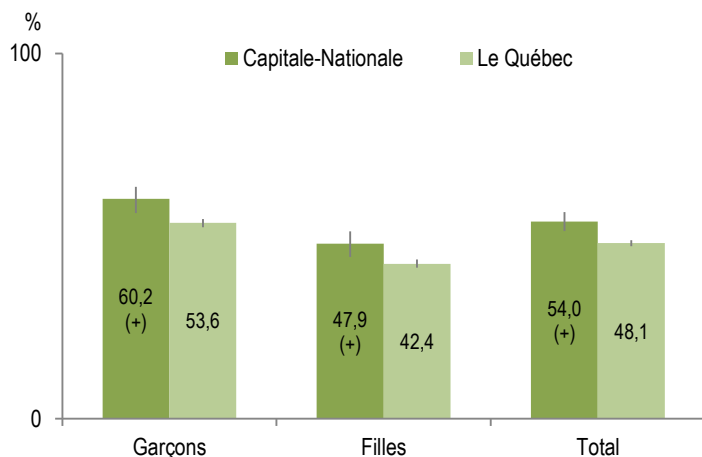
Différence significative au seuil de 5 % entre les catégories « Secondaire complété » et « Postsecondaire ».

La proportion d'élèves qui consomment quotidiennement 5 portions de légumes et de fruits est associée au niveau de scolarité des parents. La proportion est plus élevée lorsque le parent le plus scolarisé a fait des études postsecondaires comparativement aux jeunes dont les parents ont des niveaux inférieurs de scolarité.

3. CONSOMMATION DE PRODUITS LAITIERS

Figure 7

Proportion des élèves du secondaire consommant en général le nombre minimal de portions de produits laitiers recommandé quotidiennement par le Guide alimentaire canadien selon le sexe, Capitale-Nationale et le Québec, 2010-2011

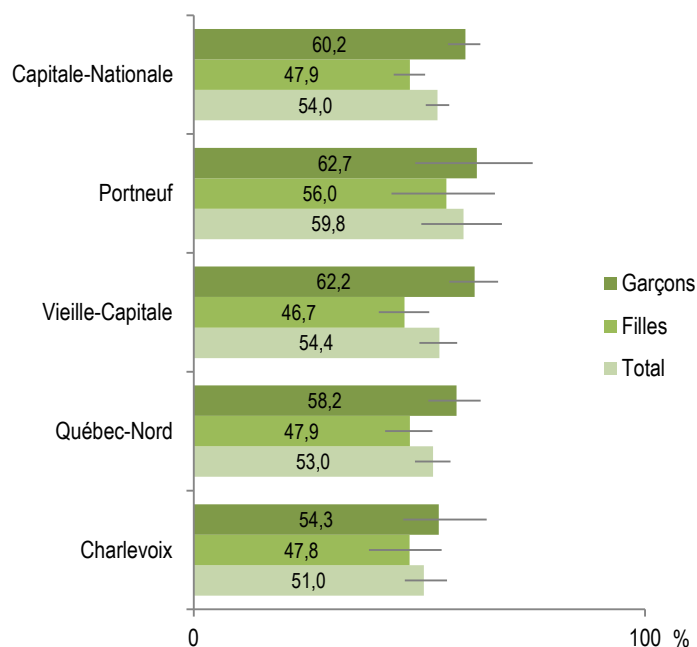


(+) Proportion significativement plus élevée que celle du reste du Québec, au seuil de 5 %.

Pour la Capitale-Nationale et le Québec, différence significative au seuil de 5 % entre les garçons et les filles.

Figure 8

Proportion des élèves du secondaire consommant en général le nombre minimal de portions de produits laitiers recommandé quotidiennement par le Guide alimentaire canadien selon le sexe, CSSS et Capitale-Nationale, 2010-2011



Pour la Capitale-Nationale et les CSSS de la Vieille-Capitale et de Québec-Nord, différence significative au seuil de 5 % entre les garçons et les filles.

Les élèves ont été questionnés sur leur consommation de lait, de fromage et de yogourt en tenant compte du nombre de jours de consommation par semaine ainsi que du nombre de portions consommées, les jours de consommation. La consommation de produits laitiers peut être sous-estimée puisque le questionnaire ne comprenait pas tous les produits laitiers et leurs substituts dont, entre autres, la boisson de soya enrichie considérée comme équivalente au lait de vache.

Bien manger avec le Guide alimentaire canadien (GAC) recommande que les jeunes de 9 à 18 ans, filles et garçons, consomment 3 à 4 portions de produits laitiers par jour, y compris 2 portions de lait avec 2 % ou moins de matières grasses. Les produits laitiers représentent la principale source alimentaire de calcium et de vitamine D.



Un peu plus de la moitié (54 %) des élèves fréquentant les écoles secondaires de la région consomment le nombre minimal recommandé chaque jour de 3 portions de produits laitiers, ce qui représente environ 18 200 élèves.

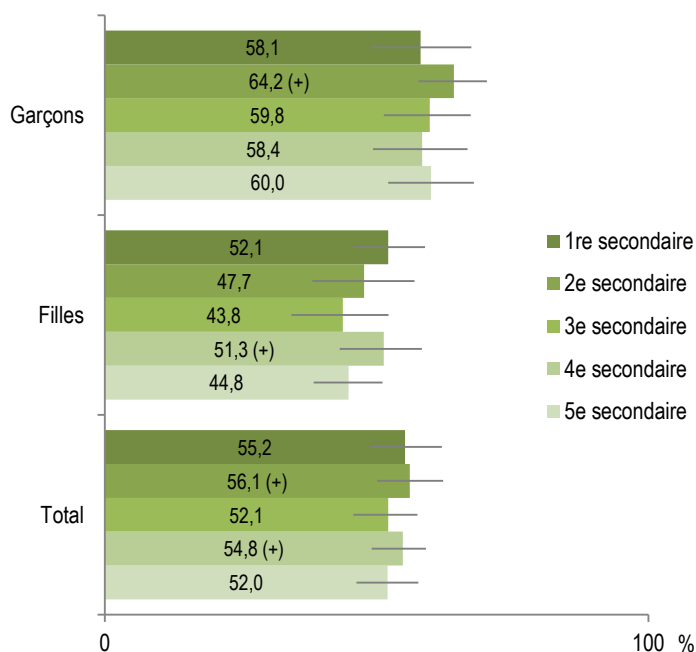
Les jeunes de la région, autant les garçons que les filles, sont un peu plus nombreux en proportion à consommer leurs portions quotidiennes que ceux de l'ensemble du Québec.

Les filles sont proportionnellement moins nombreuses à consommer les portions recommandées que les garçons, et ce, tant dans la région que dans l'ensemble du Québec.

Aucun des territoires de CSSS ne se distingue significativement du reste de la région.

Figure 9

Proportion des élèves du secondaire consommant en général le nombre minimal de portions de produits laitiers recommandé quotidiennement par le Guide alimentaire canadien selon le niveau scolaire, par sexe, Capitale-Nationale, 2010-2011



(+) Proportion significativement plus élevée que celle du reste du Québec, au seuil de 5 %.
 En 2^e, 3^e et 5^e secondaire, différence significative au seuil de 5 % entre les garçons et les filles.

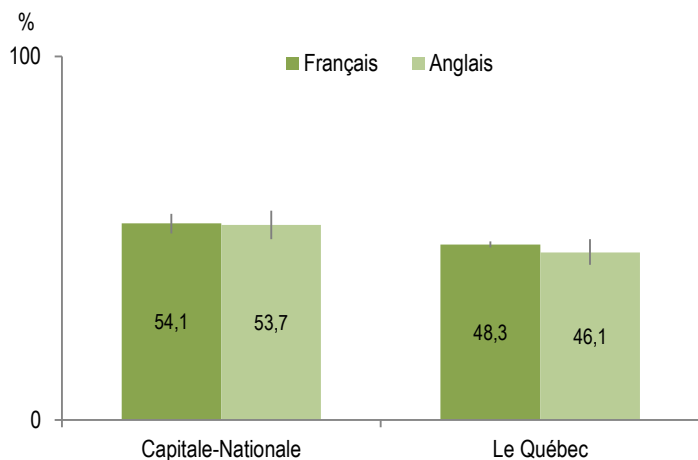
Les proportions d'élèves du secondaire qui suivent les recommandations du GAC ne varient pas de façon significative selon les niveaux du secondaire, et ce, tant chez les garçons que chez les filles.

Les garçons de 2^e secondaire et les filles de 4^e secondaire sont proportionnellement plus nombreux à suivre les recommandations du GAC comparativement aux garçons et aux filles de même niveau du reste du Québec.

De façon générale, quel que soit le niveau scolaire, les filles ont tendance à consommer moins souvent le nombre de portions recommandées que les garçons.

Figure 10

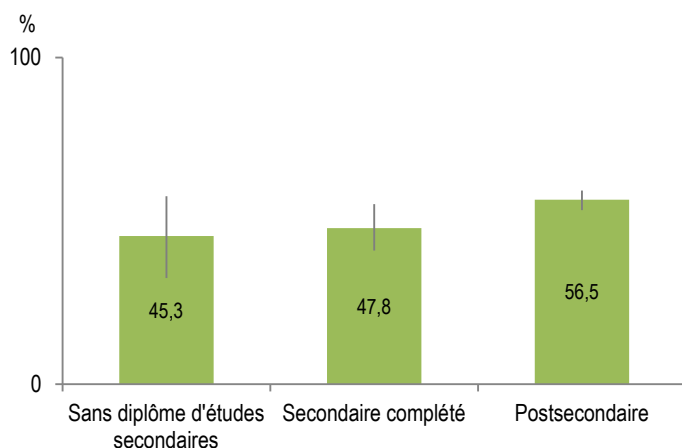
Proportion des élèves du secondaire consommant en général le nombre minimal de portions de produits laitiers recommandé quotidiennement par le Guide alimentaire canadien selon la langue d'enseignement, Capitale-Nationale et le Québec, 2010-2011



La consommation de produits laitiers n'est pas associée significativement à la langue d'enseignement, que ce soit dans les écoles de la région ou de l'ensemble du Québec.

Figure 11

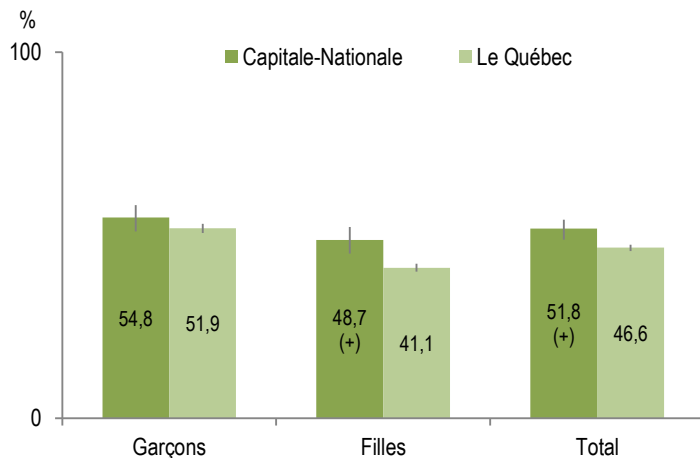
Proportion des élèves du secondaire consommant en général le nombre minimal de portions de produits laitiers recommandé quotidiennement par le Guide alimentaire canadien selon le plus haut niveau de scolarité des parents, Capitale-Nationale, 2010-2011



Différence significative au seuil de 5 % entre les catégories « Secondaire complété » et « Postsecondaire ».

Figure 12

Proportion des élèves du secondaire consommant au moins 2 portions de lait par jour selon le sexe, Capitale-Nationale et le Québec, 2010-2011



(+) Proportion significativement plus élevée que celle du reste du Québec, au seuil de 5 %.
 Pour la Capitale-Nationale et le Québec, différence significative au seuil de 5 % entre les garçons et les filles.

La consommation quotidienne d'au moins 3 portions de produits laitiers est associée au niveau de scolarité des parents. La proportion est plus élevée lorsque le parent le plus scolarisé a fait des études postsecondaires comparativement aux jeunes dont les parents ont des niveaux inférieurs de scolarité.

Le Guide alimentaire canadien recommande que la consommation quotidienne de produits laitiers comprenne 2 portions (500 ml ou 2 tasses) de lait avec 2 % ou moins de matières grasses.

Un peu plus d'un élève sur deux (52 %) consomme quotidiennement les 2 portions de lait recommandées, soit près de 17 400 jeunes.

Les filles suivent moins souvent la recommandation de boire 2 verres de lait chaque jour que les garçons, et ce, tant dans la région que dans l'ensemble du Québec.

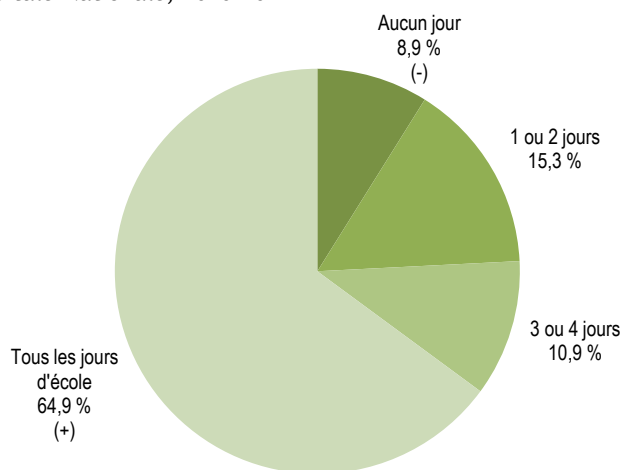
Cependant, les filles de la région suivent davantage les recommandations du GAC que celles du reste du Québec (49 % c. 41 %).

Les proportions observées selon les territoires de CSSS ne se distinguent pas significativement de la région (données non présentées).

4. CONSOMMATION D'ALIMENTS OU DE BOISSONS LE MATIN

Figure 13

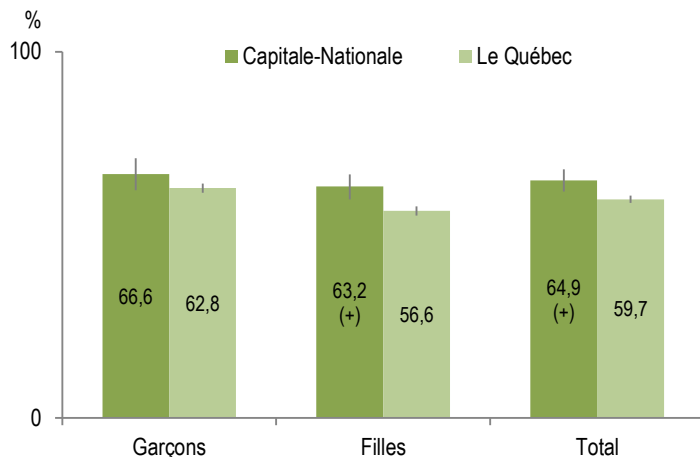
Répartition des élèves du secondaire selon la fréquence de consommation d'aliments ou de boissons le matin avant de commencer leurs cours lors de la dernière semaine d'école, Capitale-Nationale, 2010-2011



(-) (+) Proportion significativement plus faible ou plus élevée que celle du reste du Québec, au seuil de 5 %.

Figure 14

Proportion des élèves du secondaire ayant mangé ou bu un aliment ou une boisson tous les matins avant de commencer leurs cours lors de la dernière semaine d'école selon le sexe, Capitale-Nationale et le Québec, 2010-2011



(+) Proportion significativement plus élevée que celle du reste du Québec, au seuil de 5 %.
 Pour le Québec, différence significative au seuil de 5 % entre les garçons et les filles.

Une seule question de l'enquête porte sur le nombre de jours où l'élève a mangé ou bu quelque chose le matin (incluant le déjeuner) avant de commencer les cours. La question fait référence à la dernière semaine d'école. Le café, le thé ou l'eau ne sont pas comptés.



Près d'un élève sur dix (9 %) n'a pas mangé ou bu un aliment ou une boisson avant de commencer les cours, tous les matins.

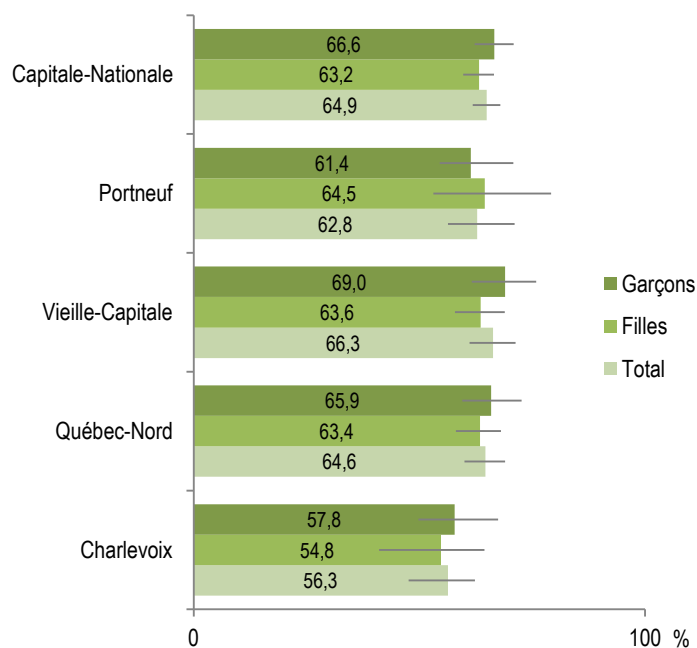
Environ deux élèves sur trois (65 %) qui fréquentent les écoles de la région ont l'habitude de manger ou de boire quelque chose tous les matins d'école.

Les filles de la région se distinguent des autres Québécoises, puisqu'elles sont proportionnellement un peu plus nombreuses à manger ou à boire un aliment ou une boisson tous les matins d'école.

D'ailleurs, dans les écoles de la région, il n'y a pas de différence significative entre les garçons et les filles, contrairement à ce qui est observé au Québec.

Figure 15

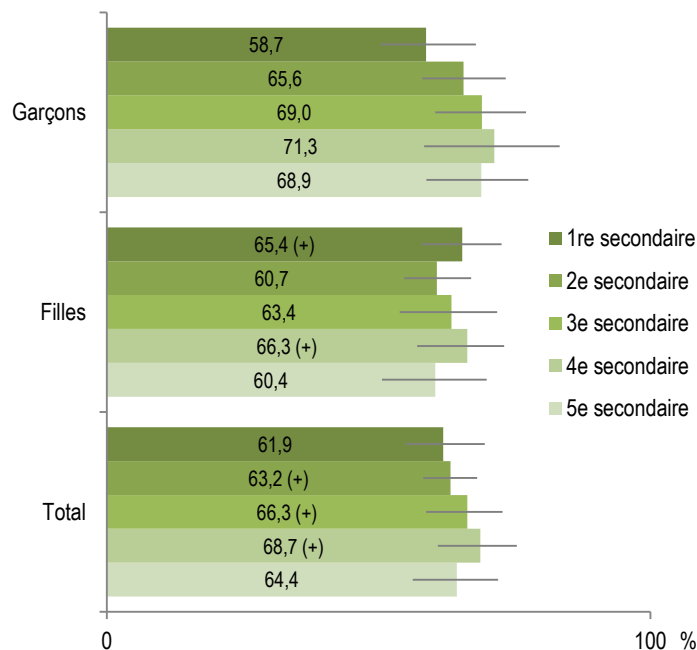
Proportion des élèves du secondaire ayant mangé ou bu un aliment ou une boisson tous les matins avant de commencer leurs cours lors de la dernière semaine d'école selon le sexe, CSSS et Capitale-Nationale, 2010-2011



La proportion d'élèves qui consomment au moins un aliment ou une boisson le matin est relativement semblable, quel que soit le territoire du CSSS de l'école.

Figure 16

Proportion des élèves du secondaire ayant mangé ou bu un aliment ou une boisson tous les matins avant de commencer leurs cours lors de la dernière semaine d'école selon le niveau scolaire, par sexe, Capitale-Nationale, 2010-2011



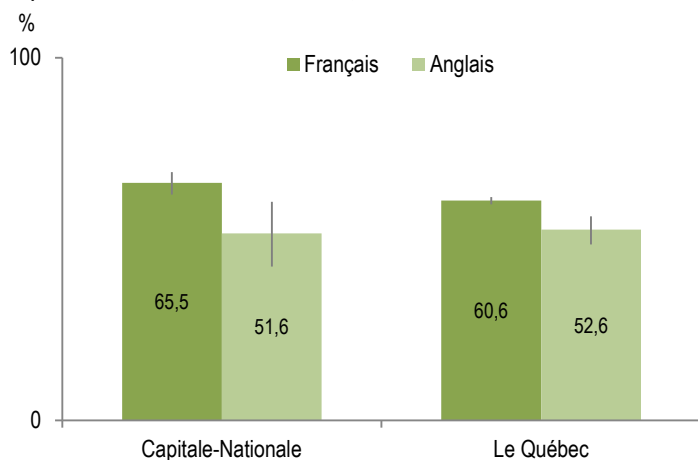
La proportion d'élèves ayant consommé un aliment ou une boisson le matin ne semble pas varier selon le niveau scolaire, tant chez les garçons que chez les filles.

Les élèves de la région de 2^e, de 3^e et de 4^e secondaire (au total) ont davantage consommé un aliment ou une boisson tous les matins comparativement aux autres élèves de même niveau du reste du Québec. Les filles de 1^{re} et de 4^e secondaire se distinguent aussi favorablement de celles du Québec.

(+) Proportion significativement plus élevée que celle du reste du Québec, au seuil de 5 %.

Figure 17

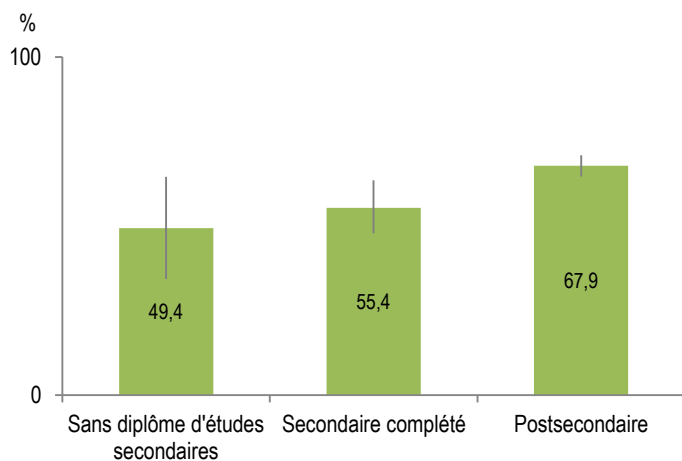
Proportion des élèves du secondaire ayant mangé ou bu un aliment ou une boisson tous les matins avant de commencer leurs cours lors de la dernière semaine d'école selon la langue d'enseignement, Capitale-Nationale et le Québec, 2010-2011



Pour la Capitale-Nationale et le Québec, différence significative au seuil de 5 % entre le français et l'anglais comme langue d'enseignement.

Figure 18

Proportion des élèves du secondaire ayant mangé ou bu un aliment ou une boisson tous les matins avant de commencer leurs cours lors de la dernière semaine d'école selon le plus haut niveau de scolarité des parents, Capitale-Nationale, 2010-2011



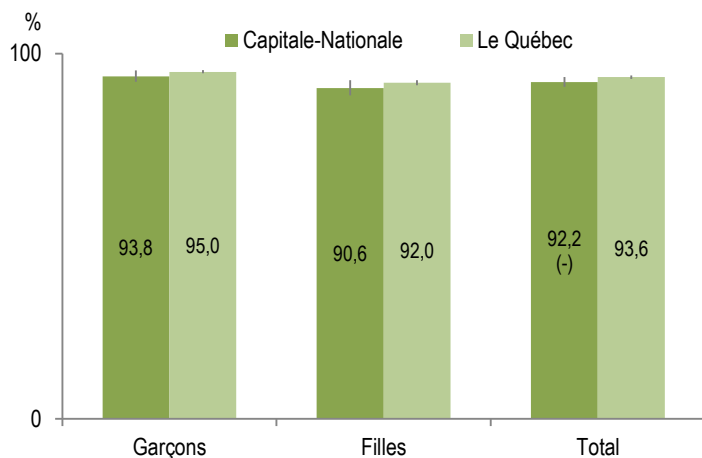
Différence significative au seuil de 5 % entre les catégories « Sans diplôme d'études secondaires » et « Postsecondaire » et entre les catégories « Secondaire complété » et « Postsecondaire ».

La consommation d'au moins un aliment ou une boisson tous les matins est relativement plus fréquente chez les élèves qui étudient en français comparativement aux élèves qui étudient en anglais, que ce soit dans les écoles de la Capitale-Nationale ou de l'ensemble du Québec.

Le niveau de scolarité des parents est associé à la consommation d'aliments ou de boissons le matin. Ainsi, les élèves dont au moins un parent a effectué des études de niveau collégial ou universitaire sont plus nombreux en proportion à avoir mangé ou bu quelque chose tous les matins comparativement aux autres élèves.

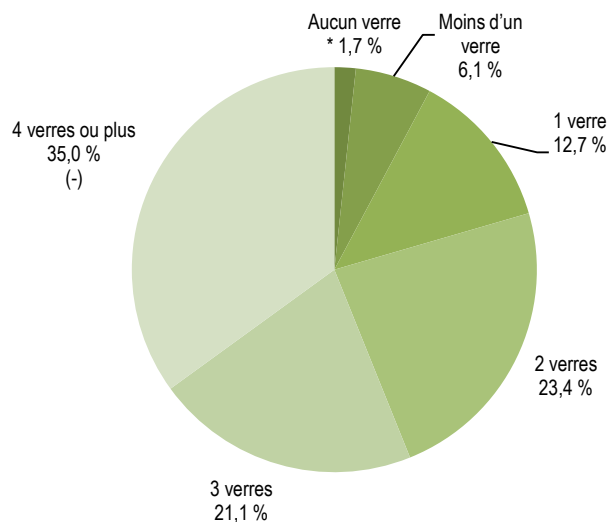
5. CONSOMMATION D'EAU

Figure 19
Proportion des élèves du secondaire consommant au moins un verre d'eau par jour selon le sexe, Capitale-Nationale et le Québec, 2010-2011



(-) Proportion significativement plus faible que celle du reste du Québec, au seuil de 5 %.
Pour la Capitale-Nationale et le Québec, différence significative au seuil de 5 % entre les garçons et les filles.

Figure 20
Répartition des élèves du secondaire selon la quantité d'eau consommée par jour, Capitale-Nationale, 2010-2011



* Donnée à interpréter avec prudence - coefficient de variation entre 15 % et 25 %.
(-) Proportion significativement plus faible que celle du reste du Québec, au seuil de 5 %.

Les élèves ont été questionnés sur le nombre de verres d'eau consommés habituellement dans une journée (une seule question). Le Guide alimentaire canadien (GAC) recommande de boire de l'eau chaque jour et de façon régulière. Cependant, il n'existe pas de recommandation sur la quantité d'eau à boire chaque jour.



Plus de neuf élèves sur dix (92 %) fréquentant les écoles secondaires de la région boivent au moins un verre d'eau dans une journée.

Globalement, les élèves de la région consomment un peu moins souvent un verre d'eau par jour comparativement aux autres élèves du Québec.

Les garçons sont plus nombreux que les filles à boire au moins un verre d'eau par jour.

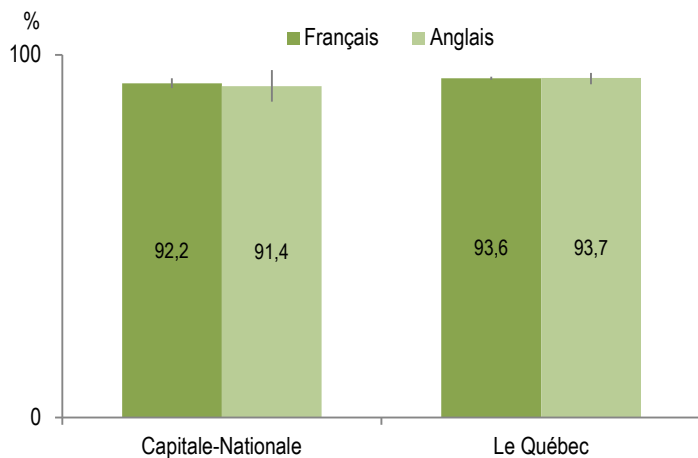
Il n'y a pas de territoire de CSSS qui se distingue de façon significative de la région (données non présentées).

La consommation d'au moins un verre d'eau chaque jour ne fluctue pas beaucoup quel que soit le niveau de scolarité de l'élève (données non présentées).

Plus du tiers (35 %) des élèves du secondaire de la région consomment au moins 4 verres d'eau par jour. Cette proportion est moins élevée que celle observée pour les jeunes du Québec (39 %).

Figure 21

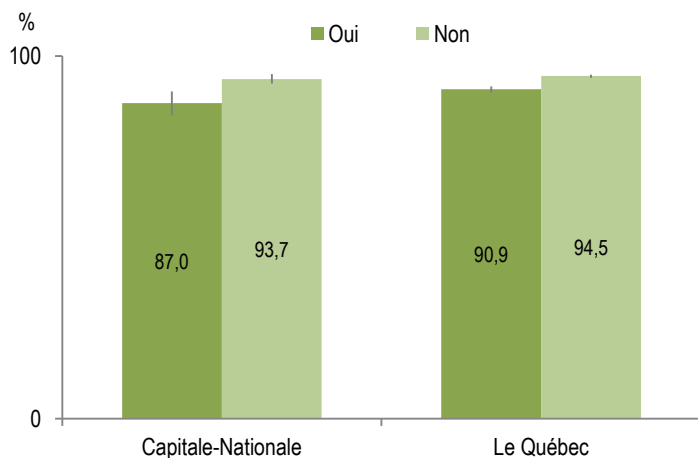
Proportion des élèves du secondaire consommant au moins un verre d'eau par jour selon la langue d'enseignement, Capitale-Nationale et le Québec, 2010-2011



Le fait de consommer au moins un verre d'eau n'est pas associé à la langue d'enseignement, que ce soit dans les écoles de la région ou du Québec.

Figure 22

Proportion des élèves du secondaire consommant au moins un verre d'eau par jour selon la consommation d'au moins une boisson sucrée par jour, Capitale-Nationale et le Québec, 2010-2011



La consommation d'eau est associée à la consommation quotidienne de boissons sucrées.

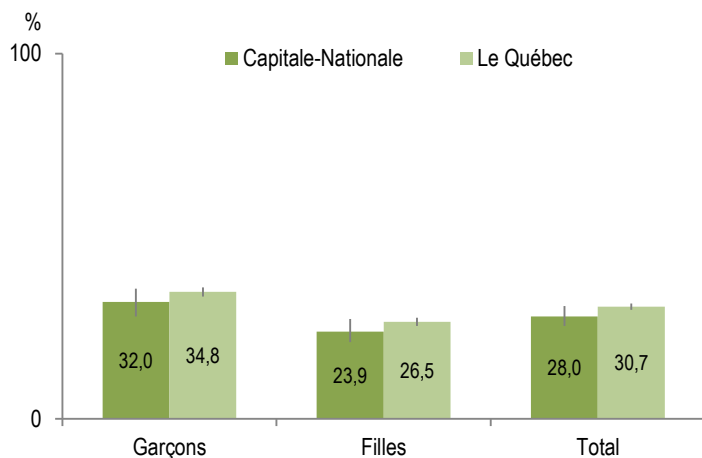
Les jeunes boivent un peu moins souvent un verre d'eau tous les jours s'ils consomment quotidiennement une boisson sucrée (87 %) comparativement à ceux qui ne consomment pas de boissons sucrées tous les jours (94 %). Cet écart est aussi observé dans l'ensemble du Québec.

Pour la Capitale-Nationale et le Québec, différence significative au seuil de 5 % entre les élèves qui consomment une boisson sucrée au moins une fois par jour (« oui ») et ceux qui en consomment moins d'une fois par jour (« non »).

6. CONSOMMATION DE BOISSONS SUCRÉES, DE GRIGNOTINES OU DE SUCRERIES

Figure 23

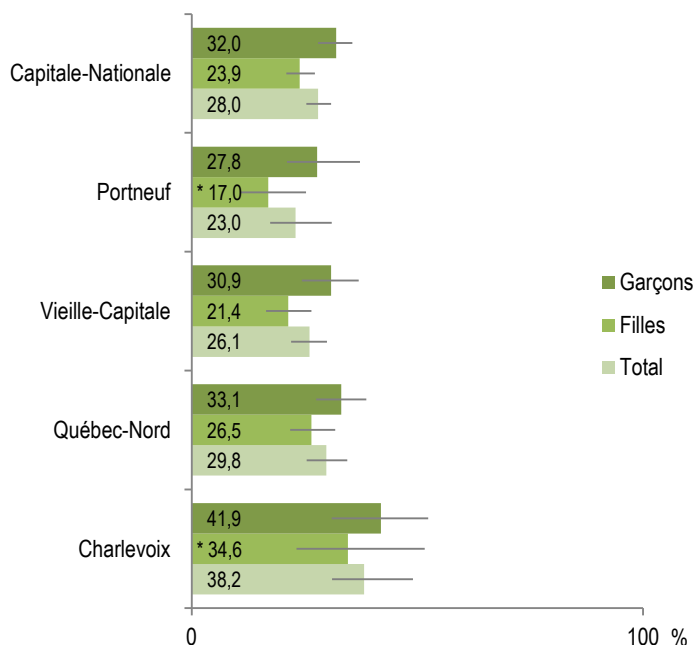
Proportion des élèves du secondaire consommant quotidiennement au moins une boisson sucrée, des grignotines ou des sucreries selon le sexe, Capitale-Nationale et le Québec, 2010-2011



Pour la Capitale-Nationale et le Québec, différence significative au seuil de 5 % entre les garçons et les filles.

Figure 24

Proportion des élèves du secondaire consommant quotidiennement au moins une boisson sucrée, des grignotines ou des sucreries selon le sexe, CSSS et Capitale-Nationale, 2010-2011



* Donnée à interpréter avec prudence - coefficient de variation entre 15 % et 25 %. À l'exception du CSSS de Charlevoix, différence significative au seuil de 5 % entre les garçons et les filles.

Les élèves ont été questionnés sur la fréquence de consommation des six catégories d'aliments suivants : boissons gazeuses, boissons à saveur de fruits, boissons pour sportifs, boissons énergisantes, grignotines, sucreries. Les quantités consommées n'ont pas été demandées.

L'élève qui a répondu une fois par jour ou plus à au moins une des six catégories précédentes est considéré comme ayant consommé quotidiennement des boissons sucrées, des grignotines ou des sucreries.



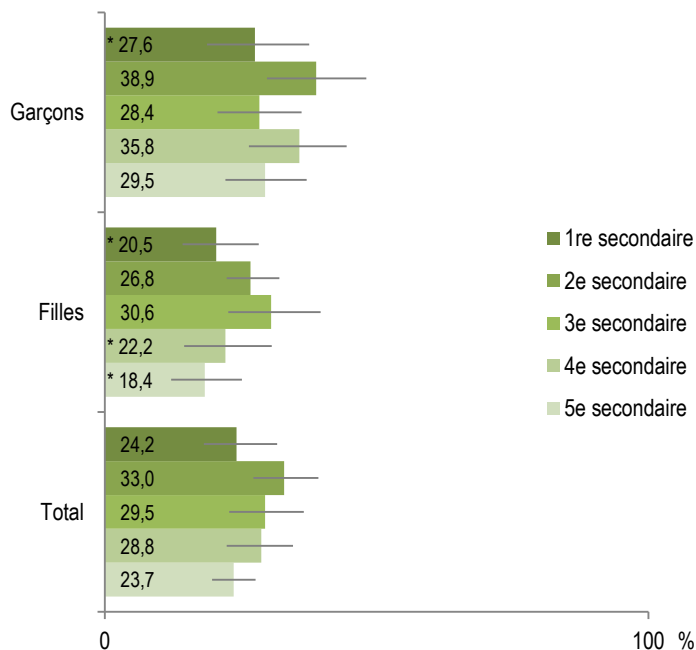
Un peu plus d'un élève sur quatre (28 %) fréquentant les écoles de la région consomme chaque jour des boissons sucrées, des grignotines ou des sucreries.

Les garçons consomment ces aliments plus souvent que les filles (32 % c. 24 %).

En général, l'écart entre les garçons et les filles est aussi observé dans les territoires de CSSS.

Aucun territoire de CSSS ne présente une proportion significativement différente du reste de la région.

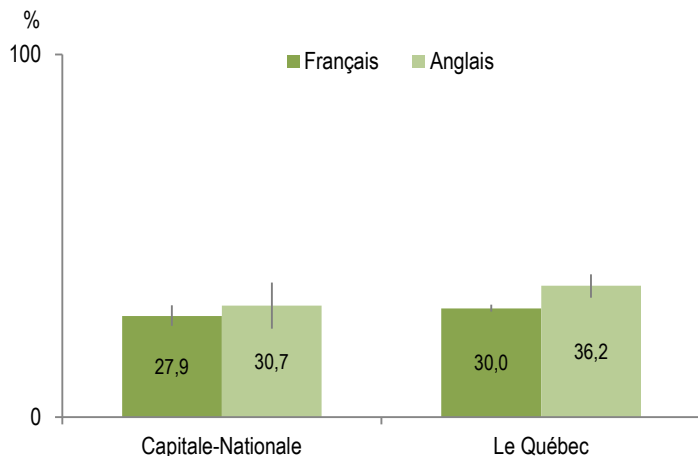
Figure 25
Proportion des élèves du secondaire consommant quotidiennement au moins une boisson sucrée, des grignotines ou des sucreries selon le niveau scolaire, par sexe, Capitale-Nationale, 2010-2011



* Donnée à interpréter avec prudence - coefficient de variation entre 15 % et 25 %. En 2^e et 4^e secondaire, différence significative au seuil de 5 % entre les garçons et les filles.

Dans la région, la consommation de boissons sucrées, de grignotines ou de sucreries ne semble pas varier selon le niveau scolaire.

Figure 26
Proportion des élèves du secondaire consommant quotidiennement au moins une boisson sucrée, des grignotines ou des sucreries selon la langue d'enseignement, Capitale-Nationale et le Québec, 2010-2011

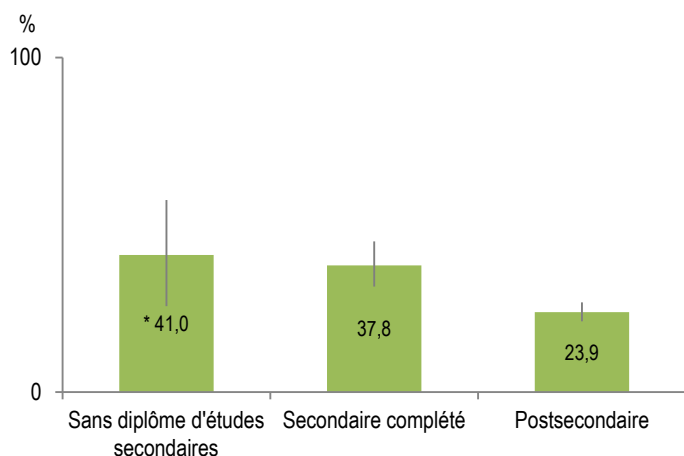


Pour le Québec, différence significative au seuil de 5 % entre le français et l'anglais comme langue d'enseignement.

Bien qu'au Québec, les jeunes fréquentant les écoles de langue anglaise soient en proportion plus nombreux à consommer chaque jour des boissons sucrées, des grignotines ou des sucreries comparativement aux élèves qui étudient en français, l'écart n'est pas significatif dans la région.

Figure 27

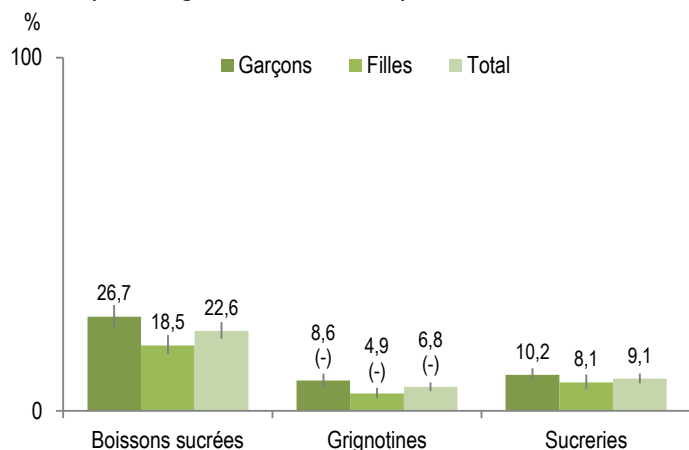
Proportion des élèves du secondaire consommant quotidiennement au moins une boisson sucrée, des grignotines ou des sucreries selon le plus haut niveau de scolarité des parents, Capitale-Nationale, 2010-2011



* Donnée à interpréter avec prudence - coefficient de variation entre 15 % et 25 %. Différence significative au seuil de 5 % entre les catégories « Sans diplôme d'études secondaires » et « Postsecondaire » et entre les catégories « Secondaire complété » et « Postsecondaire ».

Figure 28

Proportion des élèves du secondaire consommant quotidiennement au moins une boisson sucrée, des grignotines ou des sucreries selon le sexe, par catégorie d'aliments, Capitale-Nationale, 2010-2011



(-) Proportion significativement plus faible que celle du reste du Québec, au seuil de 5 %.
 Pour les catégories « Boissons sucrées » et « Grignotines », différence significative au seuil de 5 % entre les garçons et les filles.

Le niveau de scolarité des parents est associé à la consommation quotidienne de boissons sucrées, de grignotines ou de sucreries. Les jeunes dont les parents ont fait des études postsecondaires consomment en proportion moins souvent ce type d'aliments comparativement aux élèves dont les parents ont des niveaux inférieurs de scolarité.

Près du quart (23 %) des élèves du secondaire consomment chaque jour des boissons sucrées. Quant aux sucreries et grignotines, ce sont respectivement 9 % et 7 % des élèves qui en consomment au moins une fois par jour.

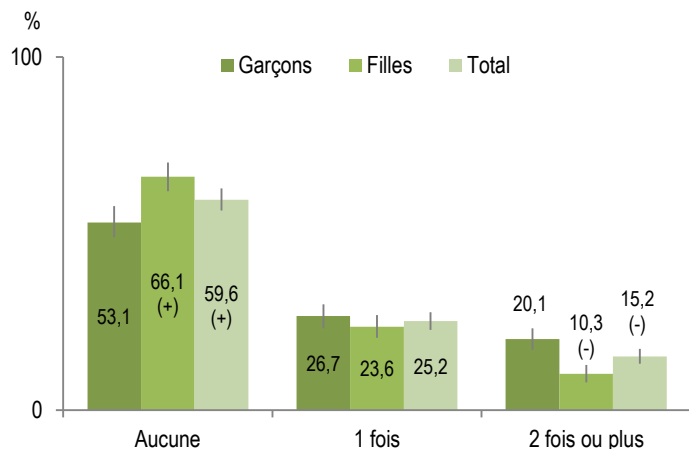
Les garçons sont relativement plus nombreux que les filles à consommer des boissons sucrées (27 % c. 19 %) ou des grignotines (9 % c. 5 %).

Les élèves de la région consomment un peu moins souvent des grignotines comparativement aux autres jeunes du Québec.

7. CONSOMMATION DE MALBOUFFE DANS UN RESTAURANT OU UN CASSE-CROÛTE LE MIDI

Figure 29

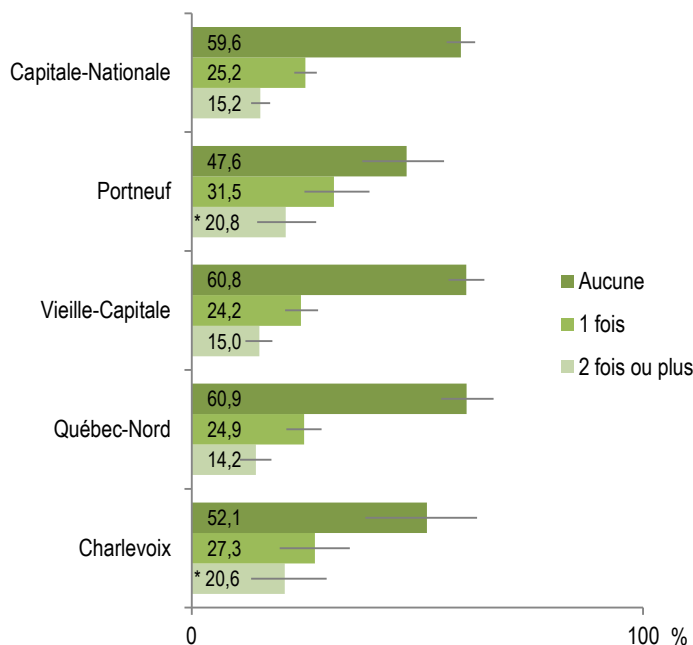
Répartition des élèves du secondaire selon la fréquence de consommation de malbouffe dans un restaurant ou un casse-croûte le midi au cours de la dernière semaine d'école selon le sexe, Capitale-Nationale, 2010-2011



(-) (+) Proportion significativement plus faible ou plus élevée que celle du reste du Québec, au seuil de 5 %.
 Pour les catégories « Aucune » et « 2 fois ou plus », différence significative au seuil de 5 % entre les garçons et les filles.

Figure 30

Répartition des élèves du secondaire selon la fréquence de consommation de malbouffe dans un restaurant ou un casse-croûte le midi au cours de la dernière semaine d'école, CSSS et Capitale-Nationale, 2010-2011



* Donnée à interpréter avec prudence - coefficient de variation entre 15 % et 25 %.

Une question portait sur la fréquence de consommation dans un restaurant ou un casse-croûte d'aliments comme des frites, de la poutine, des hamburgers, de la pizza, des pizzas pochettes, des ailes de poulet, du poulet frit, des hot-dogs, des pogos. La question se rapportait à la dernière semaine d'école. Les quantités consommées n'ont pas été demandées.

Quatre occasions de la journée (déjeuner, dîner, souper et autre moment ou soirée) étaient spécifiées pour avoir mangé de la malbouffe au restaurant ou au casse-croûte.

On ne tenait pas compte de la malbouffe consommée ailleurs qu'au restaurant ou au casse-croûte.



La majorité (60 %) des élèves fréquentant les écoles secondaires de la région n'ont pas consommé de malbouffe dans un restaurant ou un casse-croûte à l'occasion du dîner au cours de la dernière semaine d'école.

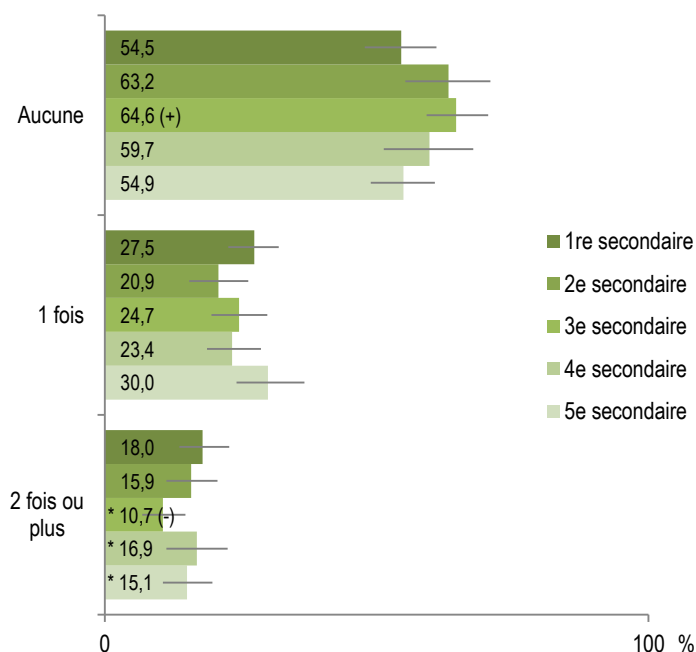
Les filles de la région sont en proportion plus nombreuses à ne pas consommer de malbouffe le midi que les filles du reste du Québec.

En contrepartie, environ 40 % des élèves ont consommé au moins 1 fois de la malbouffe le midi, dont 15 % à 2 reprises ou plus. Cette dernière proportion est plus élevée chez les garçons (20 %) que chez les filles (10 %).

Dans les territoires de Portneuf et de Charlevoix, la proportion d'élèves n'ayant pas consommé de malbouffe à l'occasion du dîner semble moins élevée, bien qu'on ne détecte pas d'écart significatif avec le reste de la région.

Figure 31

Répartition des élèves du secondaire selon la fréquence de consommation de malbouffe dans un restaurant ou un casse-croûte le midi au cours de la dernière semaine d'école selon le niveau de scolarité, Capitale-Nationale, 2010-2011



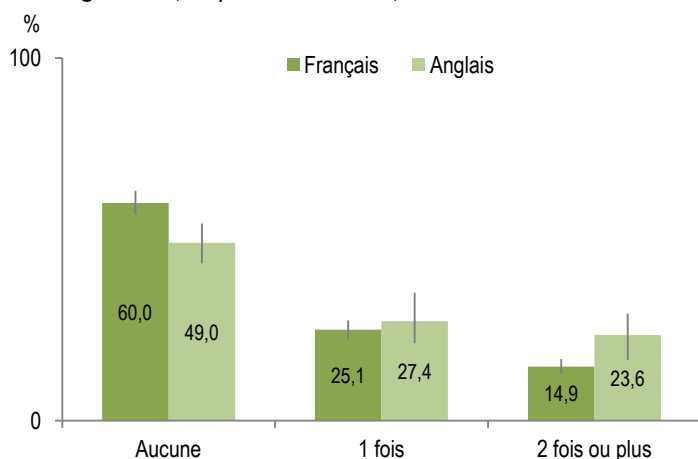
(-) (+) Proportion significativement plus faible ou plus élevée que celle du reste du Québec, au seuil de 5 %.

* Donnée à interpréter avec prudence - coefficient de variation entre 15 % et 25 %.

Globalement, la consommation de malbouffe dans un restaurant ou un casse-croûte le midi ne semble pas varier selon le niveau scolaire de l'élève.

Figure 32

Répartition des élèves du secondaire selon la fréquence de consommation de malbouffe dans un restaurant ou un casse-croûte le midi au cours de la dernière semaine d'école selon la langue d'enseignement, Capitale-Nationale, 2010-2011

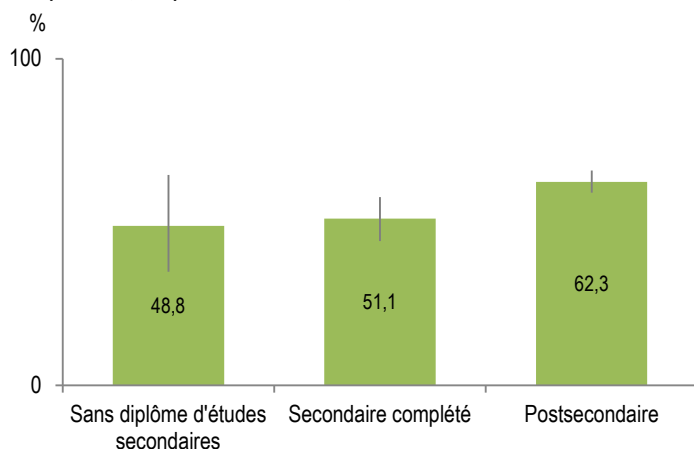


Pour la catégorie « Aucune », différence significative au seuil de 5 % entre le français et l'anglais comme langue d'enseignement.

La moitié des élèves fréquentant les écoles secondaires de langue anglaise de la région n'ont pas consommé de malbouffe dans un restaurant ou un casse-croûte à l'occasion du dîner au cours de la dernière semaine d'école. Cette proportion est plus faible que celle des élèves étudiant en français.

Figure 33

Proportion des élèves du secondaire n'ayant pas consommé de malbouffe dans un restaurant ou un casse-croûte le midi au cours de la dernière semaine d'école selon le plus haut niveau de scolarité des parents, Capitale-Nationale, 2010-2011

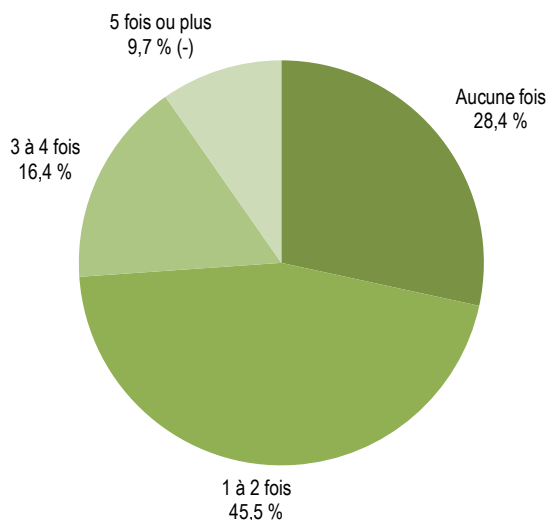


Différence significative au seuil de 5 % entre les catégories « Secondaire complété » et « Postsecondaire ».

Le niveau de scolarité des parents est lié à la consommation de malbouffe au restaurant le midi. Les jeunes dont un des parents a fait des études postsecondaires sont en proportion plus nombreux à n'avoir pas consommé de malbouffe le midi comparativement aux élèves dont les parents ont un niveau de scolarité inférieur.

Figure 34

Répartition des élèves du secondaire selon la fréquence de consommation de malbouffe dans un restaurant ou un casse-croûte au cours de la dernière semaine d'école, Capitale-Nationale, 2010-2011



(-) Proportion significativement plus faible que celle du reste du Québec, au seuil de 5 %.

Lors de l'enquête, les jeunes ont été questionnés sur leur consommation de malbouffe, au déjeuner, au dîner, au souper ou à tout autre moment de la journée.

En tenant compte de toutes ces occasions, un peu plus d'un élève sur quatre (28 %) n'a pas consommé de malbouffe dans un restaurant ou un casse-croûte au cours de la dernière semaine d'école. Une proportion semblable (26 %) en a consommé 3 fois ou plus.

Direction régionale de santé publique
2400, avenue D'Estimauville
Québec (Québec) G1E 7G9
Téléphone : 418 666-7000
Télécopieur : 418 666-2776
www.dspq.qc.ca

**Agence de la santé
et des services
sociaux de la Capitale-
Nationale**

Québec 