

Un regard averti

sur l'état de santé de la population
de la Mauricie et du Centre-du-Québec

Septembre 2019



eqsjs

ENQUÊTE QUÉBÉCOISE
SUR LA SANTÉ DES JEUNES
DU SECONDAIRE

Les habitudes alimentaires des jeunes du secondaire de la Mauricie et du Centre-du-Québec

L'adoption de saines habitudes alimentaires au cours de la vie contribue à prévenir l'excès de poids et plusieurs maladies chroniques. Toutefois, les changements récents dans les habitudes alimentaires augmentant l'apport des aliments riches en gras, en sucre ou en sel font de l'alimentation un des principaux enjeux de santé publique. Les jeunes sont particulièrement visés puisque les pratiques alimentaires acquises à l'adolescence tendent à se poursuivre au cours de la vie adulte.

Cette production se veut un survol de la situation, elle aborde la consommation de produits laitiers ou de substituts, la consommation de fruits et légumes, la prise d'aliments ou de boissons le matin avant de commencer les cours, la consommation quotidienne de verres d'eau, la consommation quotidienne de sucreries, de grignotines, d'un même type de boisson sucrée ou d'un même type de boisson diète ou encore la consommation de malbouffe dans un restaurant ou un casse-croute au cours de la dernière semaine d'école (notamment le midi). Les valeurs des indicateurs selon le niveau scolaire ne sont présentées que si les proportions diffèrent entre les niveaux ou entre le 1^{er} et le 2^e cycle. Les proportions régionales sont comparées à celles du reste du Québec. La différence ne sera mentionnée que si l'écart est statistiquement significatif. Lorsque les données le permettent, une comparaison avec les résultats du cycle 2010-2011 de l'EQSJS sera présentée.

Le lecteur trouvera en annexe la définition de certains indicateurs analysés dans ce document lorsque leur concept est complexe.

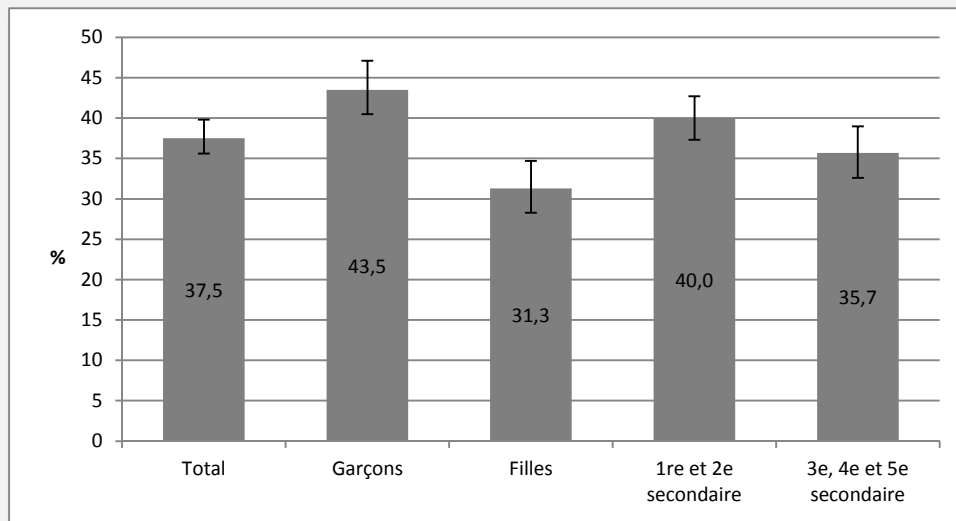
L'EQSJS 2016-2017 est une enquête populationnelle menée par l'Institut de la statistique du Québec (ISQ) auprès des jeunes du secondaire à la demande du ministère de la Santé et des Services sociaux et en collaboration avec les directions de santé publique régionales.

La Direction de la santé publique et responsabilité populationnelle de la Mauricie et du Centre-du-Québec a fait l'achat d'un suréchantillon représentatif au niveau des réseaux locaux de services (RLS).

Un nombre total de 4 580 élèves de la Mauricie et du Centre-du-Québec ont répondu à l'enquête pour un taux de réponse de 90 %.

Dans le corps du texte, les pourcentages présentés sont parfois accompagnés des signes * ou **. * indique un coefficient de variation entre 15 % et 25 %, la proportion doit être interprétée avec prudence. ** signifie un coefficient de variation supérieur à 25 %, la valeur de la proportion n'est présentée qu'à titre indicatif.

Figure 1
Consommation du nombre recommandé de portions de lait ou de substituts selon le sexe ou le niveau scolaire, élèves du secondaire, Mauricie et Centre-du-Québec, 2016-2017



Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017*

CONSOMMATION DE LAIT OU DE SUBSTITUTS

Environ 38 % des élèves consomment au quotidien le nombre recommandé de portions de lait ou de substituts (au moins trois portions). La proportion des garçons (44 %) est plus élevée que celle des filles (31 %) (figure 1).

Sans que la différence soit statistiquement significative, les valeurs régionales vont dans le sens de la tendance québécoise voulant que les élèves du 1^{er} cycle soient plus nombreux à consommer le nombre de portions recommandées de produits laitiers que ceux du 2^e cycle.

Évolution entre 2010-2011 et 2016-2017

Comme au Québec, il y a eu une diminution importante de la proportion de jeunes du secondaire ayant consommé le nombre recommandé de produits laitiers entre 2010-2011 et 2016-2017 (de 48 % à 38 %) (données non présentées). Cette diminution peut paraître surprenante du fait que le questionnaire de 2016-2017 englobe aussi la boisson de soya qui n'était pas stipulée en 2010-2011.

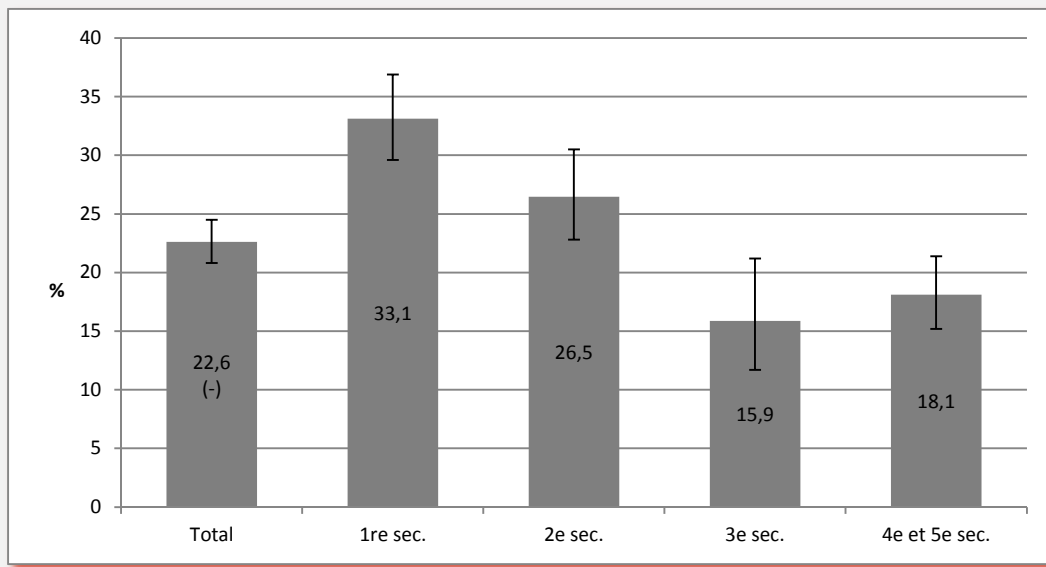
Le nombre de portions quotidiennes de fromage ou de yogourt est demeuré relativement comparable entre 2010-2011 et 2016-2017. Il y a eu, par contre, une augmentation de la proportion de jeunes consommant moins de deux portions de lait entre les deux cycles de l'enquête au détriment de ceux rapportant deux portions ou trois portions ou plus.

CONSOMMATION DE FRUITS ET LÉGUMES

Seulement 23 % des élèves consomment au quotidien le nombre recommandé de portions de fruits et légumes (26 % au Québec) (figure 2). Les comportements des garçons et des filles ne diffèrent pas à ce chapitre.

Les élèves de 1^{re} secondaire (33 %) suivis de ceux de 2^e secondaire (26 %) sont les plus susceptibles d'atteindre le niveau recommandé de consommation. À partir de 3^e secondaire, c'est moins d'un élève sur cinq qui consomme le nombre recommandé de portions de fruits et légumes.

Figure 2
Consommation du nombre recommandé de portions de fruits et légumes selon le niveau scolaire, élèves du secondaire, Mauricie et Centre-du-Québec, 2016-2017



(+)(-) : Proportion régionale significativement supérieure (+) ou inférieure (-) au reste du Québec et au seuil de 0,05.
 Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017*

Évolution entre 2010-2011 et 2016-2017

Comme au Québec, il y a eu une diminution importante de la proportion des élèves consommant le nombre de portions recommandées de fruits et légumes entre 2010-2011 et 2016-2017 (de 31 % à 23 %). Cette baisse se constate pour les deux sexes et pour tous les niveaux scolaires (données non présentées).

La baisse de la consommation du nombre recommandé de fruits et légumes se note principalement pour la consommation de jus de fruits, la proportion d'élèves en consommant moins d'une portion est passée de 43 % en 2010-2011 à 56 % en 2016-2017, cette baisse n'a pas été compensée par une augmentation de la consommation de fruits (données non présentées). On constate aussi pour l'ensemble du Québec, une hausse plus marginale de la proportion d'élèves ayant consommé au quotidien moins d'une portion de légumes. La tendance régionale va dans ce sens, mais la différence n'est pas statistiquement significative.

CONSOMMATION D'EAU

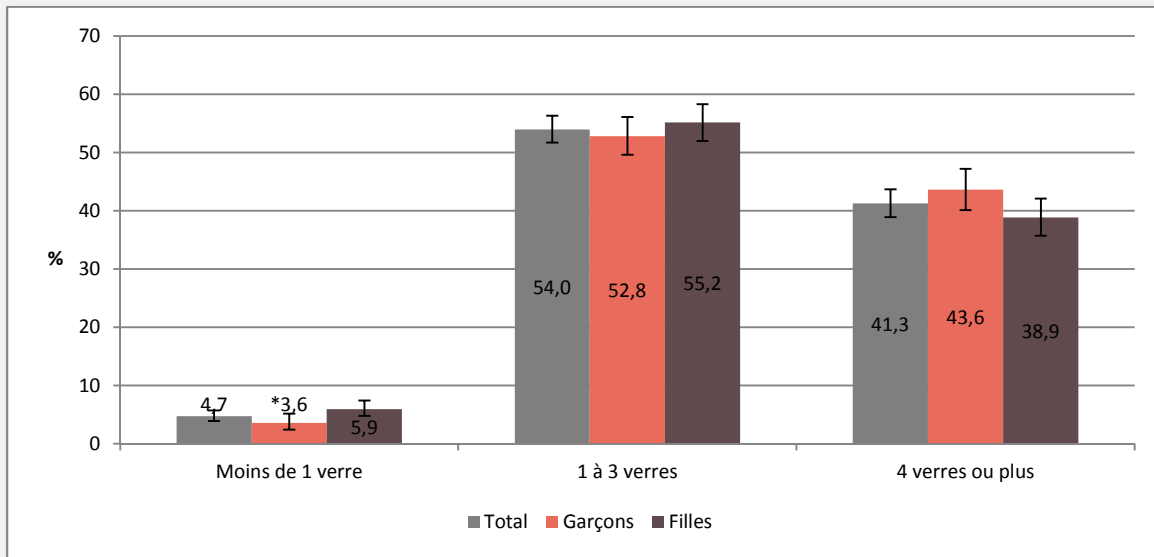
Environ 41 % des élèves consomment habituellement 4 verres d'eau ou plus par jour (44 % des garçons et 39 % des filles), 54 % en prennent d'un à trois verres et 4,7 % moins d'un verre (*3,6 % des garçons et 6 % des filles) (figure 3).

Il est à noter que l'eau du café, du thé ou des tisanes n'est pas considérée par l'indicateur.

Évolution entre 2010-2011 et 2016-2017

La consommation d'eau se compare à ce qui était noté dans la région en 2010-2011 alors qu'il y a eu hausse de la consommation de 4 verres d'eau ou plus au Québec.

Figure 3
Nombre de verres d'eau bus habituellement selon le sexe, élèves du secondaire, Mauricie et Centre-du-Québec, 2016-2017



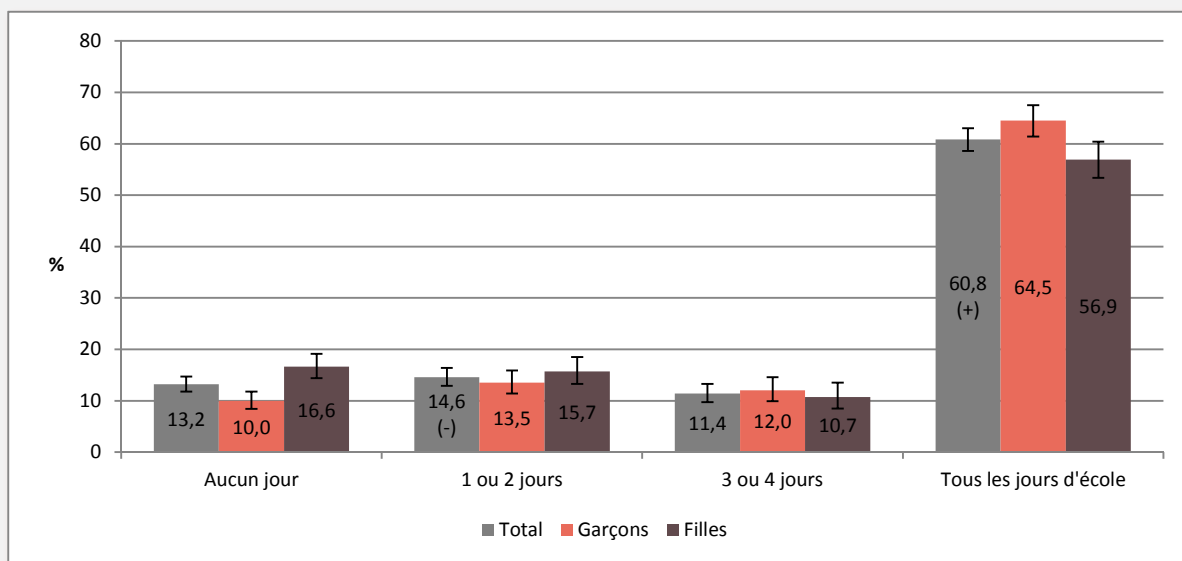
* : Coefficient de variation > 15 % et <= 25 %. La valeur de la proportion doit donc être interprétée avec prudence.
 Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017*

ALIMENTS OU BOISSONS LE MATIN AVANT DE COMMENCER LES COURS

Environ 61 % des élèves ont consommé des aliments ou des boissons le matin avant de commencer les cours tous les jours durant la

dernière semaine d'école (64 % des garçons et 57 % des filles), 11 % l'ont fait 3 ou 4 jours et 15 % en ont pris deux jours seulement. Environ 13 % des élèves n'ont consommé ni aliment ni boisson au cours de cette période (10 % des garçons et 17 % des filles) (figure 4).

Figure 4
Fréquence de consommation d'aliments ou de boissons le matin avant de commencer les cours durant la dernière semaine d'école selon le sexe, élèves du secondaire, Mauricie et Centre-du-Québec, 2016-2017



(+)/(-) : Proportion régionale significativement supérieure (+) ou inférieure (-) au reste du Québec au seuil α de 0,05.
 Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017*

Les élèves de la région sont proportionnellement plus nombreux à avoir consommé des aliments ou des boissons le matin tous les jours que ceux du Québec (61 % c. 58 %), cet écart est causé par la situation moins favorable de Montréal à ce chapitre.

Évolution entre 2010-2011 et 2016-2017

Comme au Québec, il y a eu une baisse de la proportion des élèves ayant pris des aliments ou des boissons le matin avant de commencer les cours entre 2010-2011 et 2016-2017 (64 % à 61 %). De plus, cette diminution se fait au profit de ceux n'en ayant consommé à aucun jour d'école (de 10 % à 13 %).

L'écart favorable de la région comparativement au Québec sur le plan de la consommation d'aliments ou de boissons tous les matins d'école s'observait aussi en 2010-2011.

BOISSONS SUCRÉES OU DIÈTE, GRIGNOTINES OU SUCRERIES

Malgré la sous-estimation de la mesure de la consommation quotidienne de ces aliments, près d'un élève sur cinq (18 %) consomme soit un même type de boisson sucrée ou diète, soit des grignotines, soit des sucreries au moins une fois par jour (21 % des garçons et 16 % des filles) (figure 5).

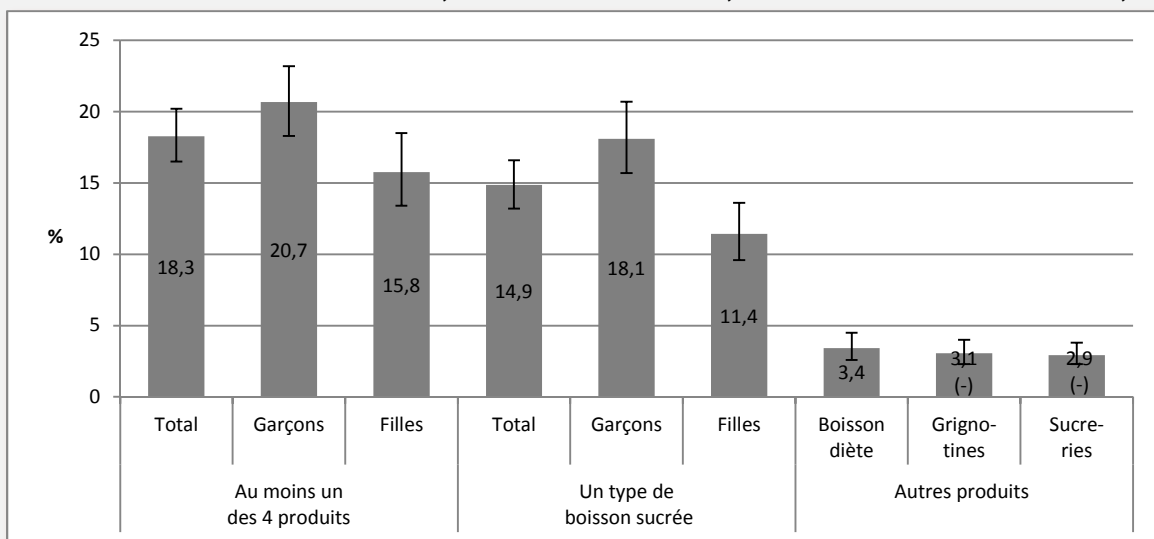
Lorsqu'on s'attarde à chaque type d'aliment, on constate qu'environ 15 % des élèves consomment quotidiennement au moins un même type de boisson sucrée (non diète), soit 18 % des garçons et 11 % des filles. C'est 3,4 % des élèves qui consomment au quotidien au moins un type de boisson diète.

Attention! Un élève qui consomme plusieurs types d'aliments différents 2 à 6 fois par semaine, par exemple, mais aucun de ceux-ci tous les jours, n'est pas considéré comme un consommateur quotidien, bien qu'il ait pu consommer des aliments sucrés tous les jours. Les proportions présentées sous-estiment par conséquent les proportions d'élèves qui consomment tous les jours l'un ou l'autre de ces aliments.

De même, un élève qui alterne chaque jour entre boisson gazeuse, chocolat chaud, boisson à saveur de fruits, etc., ne sera pas considéré parmi les consommateurs quotidiens de boissons sucrées.

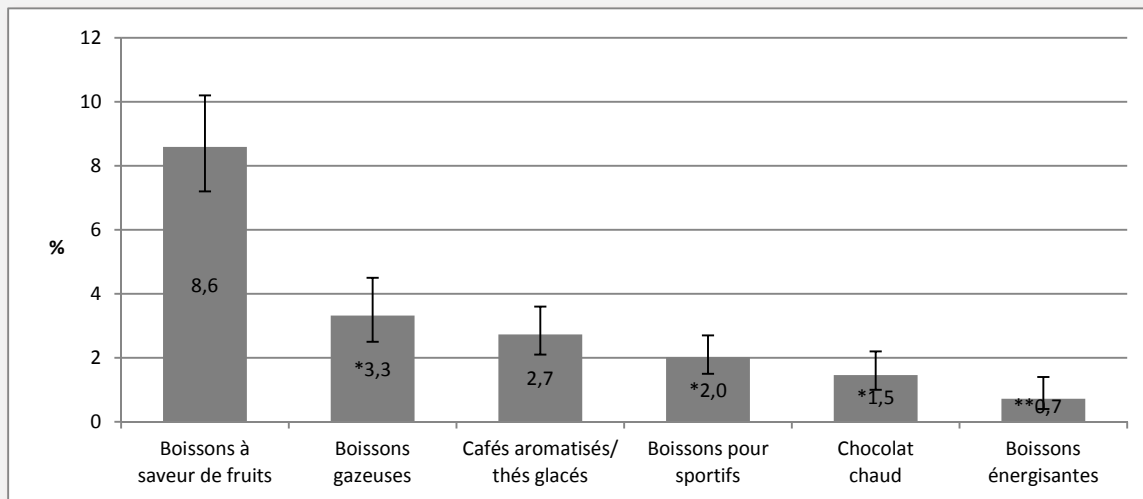
Par ailleurs, 3,1 % des élèves mangent tous les jours des grignotines et 2,9 % des sucreries (ces valeurs ne diffèrent pas statistiquement selon le sexe). Les élèves de la région sont légèrement moins susceptibles de consommer au quotidien des grignotines ou des sucreries que ceux du Québec. Il est à noter que les proportions d'élèves consommant tous les jours des sucreries ou des grignotines ont diminué depuis 2010-2011 (données non présentées).

Figure 5
Consommation quotidienne d'un même type de boisson sucrée, d'un même type de boisson diète, de grignotines ou de sucreries selon le sexe, élèves du secondaire, Mauricie et Centre-du-Québec, 2016-2017



(+)/(-) : Proportion régionale significativement supérieure (+) ou inférieure (-) au reste du Québec au seuil α de 0,05.
Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017*

Figure 6
Consommation quotidienne de différentes sortes de boissons sucrées, élèves du secondaire, Mauricie et Centre-du-Québec, 2016-2017



* : Coefficient de variation > 15 % et <= 25 %. La valeur de la proportion doit donc être interprétée avec prudence.

** : Coefficient de variation > 25 %. La valeur de la proportion n'est présentée qu'à titre indicatif.

Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017*

Consommation quotidienne de boissons sucrées selon le type

Parmi les boissons sucrées, c'est la consommation quotidienne de boissons à saveur de fruits qui est la plus rapportée (9 %) devant les boissons gazeuses (*3,3 %), les cafés aromatisés ou thés glacés (2,7 %), les boissons pour sportifs (*2 %) et le chocolat chaud (*1,5 %). Seulement **0,7 % des jeunes consomment tous les jours des boissons énergisantes (figure 6).

Les garçons restent plus nombreux que les filles à consommer tous les jours des boissons à saveurs de fruits (10 % c. 7 %), des boissons gazeuses (5 % c. **1,6 %) ou des boissons pour sportifs (*3 % c. **1 %) (données non présentées).

4,2 % des élèves consomment au moins une fois par semaine une boisson énergisante non diète (72 % n'en consomment jamais). De plus, *1,3 % des jeunes du secondaire consomment au moins une fois par semaine une boisson énergisante diète (86 % n'en consomment jamais) (données non présentées).

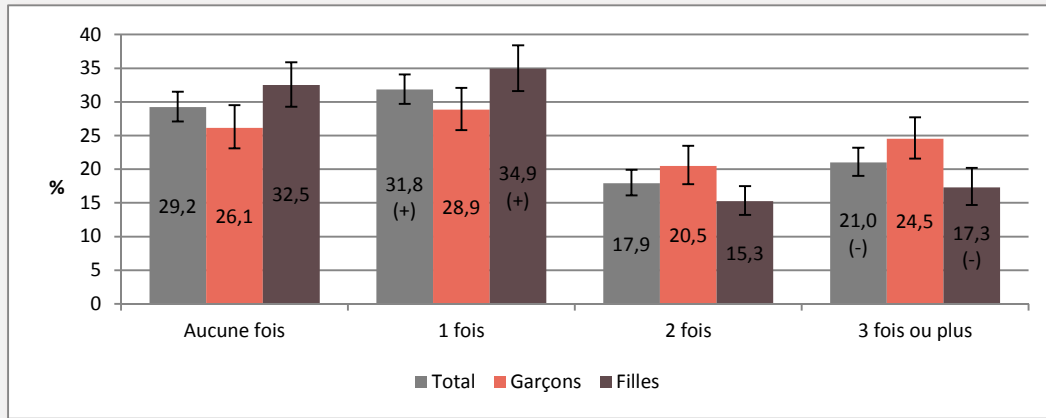
CONSOMMATION DE MALBOUFFE DURANT LA SEMAINE D'ÉCOLE

À un moment ou l'autre de la journée

Environ 21 % des élèves ont consommé de la malbouffe trois fois ou plus dans un restaurant ou un casse-croûte à un moment ou l'autre de la journée au cours de la dernière semaine d'école, 18 % en ont consommé deux fois et 32 % qu'une seule fois. Seulement 29 % des élèves rapportent ne pas avoir consommé de malbouffe dans un restaurant ou un casse-croûte au cours de cette période (figure 7).

Figure 7

Fréquence de consommation de malbouffe dans un restaurant ou un casse-croute durant la dernière semaine d'école, élèves du secondaire, Mauricie et Centre-du-Québec, 2016-2017



(+)(-) : Proportion régionale significativement supérieure (+) ou inférieure (-) au reste du Québec au seuil α de 0,05.
Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017*

Pour ces indicateurs, on ne considère pas la malbouffe qui est livrée à la maison ou encore que l'on achète sur place, mais qu'on mange ailleurs (ex. : commande à l'auto, commande pour emporter), ni la malbouffe consommée durant la fin de semaine.

Les garçons sont plus nombreux que les filles à avoir consommé de la malbouffe trois fois ou plus au cours de la dernière semaine d'école (24 % c. 17 %) ou deux fois (20 % c. 15 %). Ces dernières en retour sont plus nombreuses à ne pas en avoir consommé au cours de cette période (32 % c. 26 %) ou d'en avoir mangé qu'une fois seulement (35 % c. 29 %).

Les élèves de la région rapportent avoir consommé de la malbouffe trois fois ou plus au cours de la dernière semaine d'école en moins grande proportion que ceux du Québec (21 % c. 24 %) et sont en conséquence plus nombreux à en avoir consommé qu'une fois (32 % c. 29 %). Cette tendance se voit particulièrement chez les filles. Cet écart découle de la situation nettement moins favorable de la région de Montréal à ce chapitre.

Les élèves de 4^e secondaire apparaissent les plus susceptibles d'avoir consommé de la malbouffe dans un restaurant ou un casse-croute au cours de la dernière semaine d'école comparativement à ceux des autres niveaux (données non présentées).

Malbouffe le midi

Environ 63 % des élèves n'ont pas consommé de malbouffe le midi dans un restaurant ou un casse-croute durant la dernière semaine d'école, 22 % en ont mangé qu'un midi et 9 % deux midis. Finalement, 6 % des élèves ont consommé de la malbouffe le midi 3 fois ou plus au cours de la

dernière semaine d'école (figure 8). Les élèves de la région sont plus susceptibles que ceux du Québec de ne pas avoir consommé de malbouffe le midi au cours de la dernière semaine d'école (63 % c. 57 %). En retour, ils sont moins nombreux à avoir mangé de la malbouffe trois fois ou plus au cours de cette période (22 % c. 25 %).

Les filles demeurent plus susceptibles que les garçons de ne pas avoir consommé de malbouffe dans un restaurant ou un casse-croute au cours de cette période (70 % c. 56 %) ou qu'une fois seulement (25 % c. 19 %). Conséquemment, les garçons sont plus nombreux que les filles à en avoir consommé deux fois (12 % c. 6 %). Contrairement au Québec, l'écart entre les garçons et les filles de la région n'est pas statistiquement significatif pour les élèves en ayant consommé trois fois ou plus.

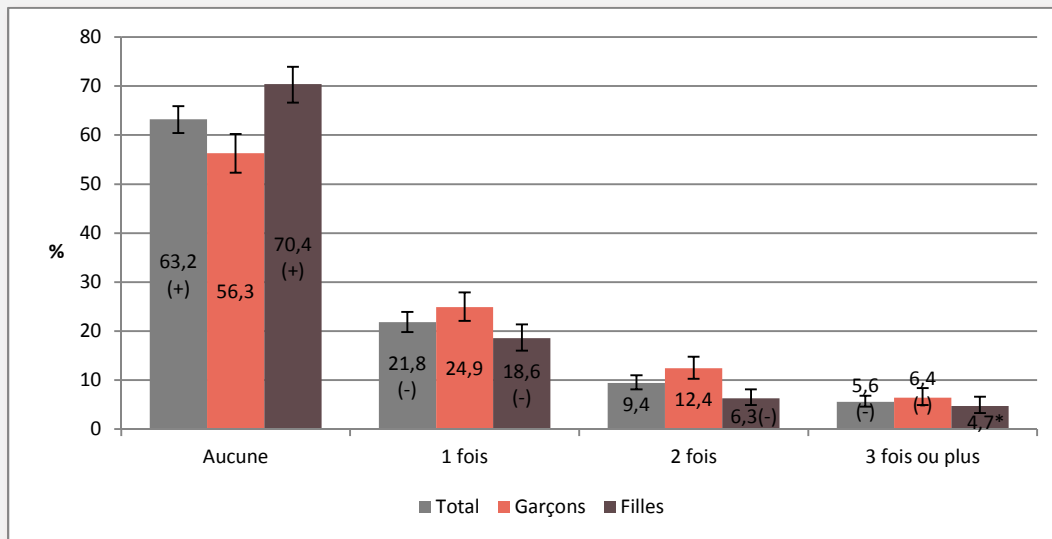
Il est à noter que l'écart plus favorable de la région comparativement au Québec sur le plan de la malbouffe le midi tend davantage à s'observer chez les filles. Toutefois, l'écart régional favorable pour la prise de malbouffe à au moins trois midis se constate plutôt chez les garçons.

Évolution entre 2010-2011 et 2016-2017

Comme au Québec, il y a eu augmentation entre 2010-2011 et 2016-2017 de la proportion des élèves n'ayant pas consommé de la malbouffe dans un restaurant ou un casse-croute pour dîner durant la semaine d'école (58 % à 63 %). Toutefois, cette évolution favorable se fait seulement au détriment de la proportion des élèves n'ayant recouru à la malbouffe que pour un dîner et non pour ceux en ayant consommé deux fois ou trois fois plus.

Figure 8

Fréquence de consommation de malbouffe dans un restaurant ou un casse-croute le midi durant la dernière semaine d'école, élèves du secondaire, Mauricie et Centre-du-Québec, 2016-2017



* : Coefficient de variation > 15 % et <= 25 %. La valeur de la proportion doit donc être interprétée avec prudence.
 (+)/(-) : Proportion régionale significativement supérieure (+) ou inférieure (-) au reste du Québec au seuil α de 0,05.
 Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2016-2017*

FAITS SAILLANTS

- Une diminution depuis 2010-2011 de la proportion des élèves consommant le nombre recommandé de portions de produits laitiers ou de substituts (de 48 % à 38 %).
- Une diminution depuis 2010-2011 de la proportion des élèves consommant le nombre recommandé de portions de fruits et de légumes (de 31 % à 23 %). La proportion régionale est inférieure à celle des élèves du Québec.
- Une baisse depuis 2010-2011 de la proportion des élèves déjeunant tous les jours d'école et une hausse de la proportion de ceux en ayant pris aucun jour d'école, cette tendance se voit notamment chez les filles. Les valeurs régionales demeurent plus favorables que celles du Québec.
- 18 % des élèves consomment au quotidien soit au moins un type de boisson sucrée ou diète, soit des grignotines, soit des sucreries. C'est 15 % des élèves qui consomment au quotidien au moins un type de boisson sucrée.
- La consommation quotidienne de boissons à saveur de fruits et celle de boissons gazeuses sont les plus rapportées.
- 71 % des élèves ont consommé de la malbouffe dans un restaurant ou un casse-croute au cours de la dernière semaine d'école.

Les personnes intéressées à en connaître davantage sur les aspects méthodologiques de l'enquête, sur le questionnaire et sur la portée et limites des données sont invitées à consulter le rapport national à l'adresse suivante : <https://www.egsis.stat.gouv.qc.ca/>

Les analyses régionales des différentes thématiques de l'EQSJS sont à l'adresse suivante : <https://ciussmcq.ca/documentation/portrait-de-la-population/enquetes-de-sante/>

ANNEXE : DÉFINITION DES INDICATEURS

Consommation du nombre recommandé de portions de lait et substituts en moyenne par jour

La question sur la consommation de lait inclut également le lait sans lactose et les boissons de soya enrichies.

L'élève se fait poser trois questions sur sa consommation hebdomadaire de trois types de produits laitiers.

- HV4_1a En général, combien de jours par semaine consommes-tu du lait ou du lait sans lactose ou des boissons de soya enrichies? Compte le lait ou le lait sans lactose ou les boissons de soya enrichies que tu consommes comme boisson, dans tes céréales, ton café, ton thé ou ton lait au chocolat.
- HV4_2a En général, combien de jours par semaine consommes-tu du fromage? Compte le fromage cheddar, mozzarella, feta, gouda, cottage ou autre.
- HV4_3a En général, combien de jours par semaine consommes-tu du yogourt? Compte le yogourt ferme et le yogourt à boire.

Les choix de réponse à ces questions sont : « Je ne consomme jamais [aliment] », « Je consomme [aliment] à l'occasion (ex. : 1 à 3 fois par mois) », « 1 jour par semaine », « 2 jours par semaine », « 3 jours par semaine », « 4 jours par semaine », « 5 jours par semaine », « 6 jours par semaine », « 7 jours par semaine ».

Pour chacun des aliments, on demande aux élèves d'indiquer le nombre de portions consommées les jours de consommation :

- HV4_1b Une portion de lait, c'est 1 tasse de lait ou de lait sans lactose ou de boissons de soya enrichies (250 ml). Combien de portions de lait ou de lait sans lactose ou de boissons de soya enrichies consommes-tu habituellement, les jours où tu en consommes?
- HV4_2b Une portion de fromage, c'est 50 g de cheddar, mozzarella, feta, gouda, etc. (ou l'équivalent de 4 dés à jouer) ou 1 tasse de fromage cottage (250 ml). Combien de portions de fromage consommes-tu habituellement, les jours où tu en manges?
- HV4_3b Une portion de yogourt, c'est $\frac{3}{4}$ de tasse (175 g.). Combien de portions de yogourt consommes-tu habituellement, les jours où tu en manges?

Les choix de réponse à ces questions sont : « Moins d'une portion », « 1 portion », « 2 portions », « 3 portions », « 4 portions ou plus ».

Pour un élève donné, on calcule le nombre de portions consommées en moyenne par jour en multipliant la fréquence de consommation hebdomadaire de chaque type d'aliment par le nombre de portions consommées habituellement les jours de consommation, puis divisé par sept (jours). L'indice global additionne les résultats des trois types d'aliments : lait (incluant le lait sans lactose et les boissons de soya enrichies), fromage et yogourt.

Consommation du nombre recommandé de portions de fruits et légumes en moyenne par jour

Trois questions portent sur la fréquence de consommation hebdomadaire de jus de fruits pur à 100 %, de fruits et de légumes.

- HV4_4a En général, combien de jours par semaine bois-tu du jus de fruits pur à 100 %?
- HV4_5a En général, combien de jours par semaine consommes-tu des fruits? Compte les fruits frais, congelés, en conserve et les fruits séchés.
- HV4_6a En général, combien de jours par semaine consommes-tu des légumes? Compte les légumes frais, congelés, en conserve, en salade, en bâtonnets ou cuits et les jus de légumes.

Les choix de réponse à ces questions sont : « Je ne bois/consomme jamais [aliment] », « Je bois/consomme [aliment] à l'occasion (ex. : 1 à 3 fois par mois) », « 1 jour par semaine », « 2 jours par semaine », « 3 jours par semaine », « 4 jours par semaine », « 5 jours par semaine », « 6 jours par semaine », « 7 jours par semaine ».

Trois autres questions portent sur le nombre de portions consommées habituellement pour chacun des aliments consommés.

- HV4_4b Une portion de jus, c'est $\frac{1}{2}$ tasse de jus (125 ml) ou $\frac{1}{2}$ petite boîte de jus. Combien de portions de jus de fruits pur à 100 % consommes-tu habituellement, les jours où tu en bois?
- HV4_5b Une portion de fruits, c'est 1 fruit frais de la grosseur d'une balle de tennis ou $\frac{1}{2}$ tasse de fruits en conserve (métal ou plastique) (125 ml) ou $\frac{1}{4}$ de tasse de fruits séchés (60 ml). Combien de portions de fruits consommes-tu habituellement, les jours où tu en manges?
- HV4_6b Une portion de légumes, c'est $\frac{1}{2}$ tasse de légumes en morceaux (125 ml) ou 1 tasse de salade (laitue, épinards crus, etc.) (250 ml) ou $\frac{1}{2}$ tasse de jus de légumes (125 ml). Combien de portions de légumes consommes-tu habituellement, les jours où tu en manges ?

Les choix de réponse à ces questions sont : « Moins d'une portion », « 1 portion », « 2 portions », « 3 portions », « 4 portions », « 5 portions », « 6 portions », « 7 portions », « 8 portions ou plus ».

Pour un élève donné, on calcule le nombre de portions consommées en moyenne par jour en multipliant la fréquence de consommation hebdomadaire de chaque type d'aliment par le nombre de portions consommées habituellement les jours de consommation, puis on divise par sept (jours). L'indice global est obtenu en additionnant les résultats des trois types d'aliment (jus de fruits pur à 100 %, fruits et légumes).

Le nombre recommandé de portions de fruits et légumes en moyenne par jour varie selon l'âge de l'élève : au moins 6 portions pour les élèves de moins de 14 ans ; au moins 7 portions pour les filles de 14 ans et plus et au moins 8 portions pour les garçons du même âge.

Consommation quotidienne d'un même type de boisson sucrée régulière ou diète, de grignotines ou de sucreries

12 questions relatives à la fréquence de consommation habituelle de boissons sucrées régulières, de boissons diètes, sans sucre ou faibles en calories, de grignotines et de sucreries.

- HV4_8_1 Habituellement, à quelle fréquence consommes-tu les boissons suivantes ? Ne tiens pas compte des boissons diètes, sans sucre ou faibles en calories.
- HV4_8_1a Boissons gazeuses (Coke, 7 Up, Pepsi, Sprite, etc.) (Exclut les boissons gazeuses diètes)
- HV4_8_1b Boissons à saveur de fruits (punch aux fruits, Slush, Fruitopia, Déli-Cinq, Snapple, etc.) (Exclut les boissons à saveur de fruits diètes ou sans sucre)
- HV4_8_1c Boissons pour sportifs (Gatorade, Powerade, etc.) (Exclut les boissons pour sportifs diètes ou faibles en calories)
- HV4_8_1d Boissons énergisantes (Red Bull, Red Rave, Energy, Rush, Rock Star, etc.) (Exclut les boissons énergisantes sans sucre ou faibles en calories)
- HV4_8_1e Cafés aromatisés sucrés ou thés glacés sucrés (café moka, latté à la vanille, Frappuccino au caramel, cappuccino vanille française, Nestea, latté au chai glacé, etc.)
- HV4_8_1f Chocolat chaud
- HV4_8_2 Habituellement, à quelle fréquence consommes-tu les boissons « diètes », « sans sucre » ou « faibles en calories » suivantes?
- HV4_8_2a Boissons gazeuses diètes (Coke diète, 7 Up diète, Pepsi diète, Sprite Zéro, etc.)
- HV4_8_2b Boissons à saveur de fruits sans sucre (Cristal léger, etc.)
- HV4_8_2c Boissons pour sportifs diètes ou faibles en calories (G2, Powerade Zéro, etc.)
- HV4_8_2d Boissons énergisantes sans sucre ou faibles en calories (Red Bull sans sucre ou Zéro, Star Guru sans sucre, etc.)
- HV4_8_3 Habituellement, à quelle fréquence consommes-tu les aliments suivants?
- HV4_8_3a Grignotines (croustilles [chips], Doritos, maïs soufflé [pop corn], Crispers, bâtonnets au fromage, etc.)
- HV4_8_3b Sucreries (bonbons, tablettes de chocolat, Popsicles et autres friandises glacées, jujubes, suçons, etc.)

Les choix de réponse à ces questions sont : « Jamais », « Rarement », « 2 à 3 fois par mois », « 1 à 3 fois par semaine », « 4 à 6 fois par semaine », « 1 fois ou plus par jour ».

On examine la proportion d'élèves du secondaire qui consomment quotidiennement un même type de boisson sucrée régulière ou diète, ou encore des grignotines ou des sucreries. Il s'agit des élèves qui ont répondu « 1 fois ou plus par jour » à au moins l'une des 12 questions précédentes. Un indicateur semblable a été construit pour chaque catégorie d'aliment séparément, soit les boissons sucrées régulières, les boissons diètes, les grignotines et les sucreries.

Analyse et rédaction

Yves Pepin, agent de planification, de programmation et de recherche
Direction de la santé publique et responsabilité populationnelle

Collaboration et coordination professionnelle

Sylvie Bernier, agente de planification, de programmation et de recherche
Direction de la santé publique et responsabilité populationnelle

Mise en page

Michelle-Helena Zamorano, agente administrative
Direction de la santé publique et responsabilité populationnelle

*Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Mauricie-et-
du-Centre-du-Québec*

Québec 

**Centre intégré universitaire
de santé et de services sociaux de
la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec**

Centre administratif Bonaventure

550, rue Bonaventure
Trois-Rivières (Québec) G9A 2B5

www.ciusssmcq.ca