

Faits saillants de l'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011

Août 2016

Lucille A. Pica, Mikaël Berthelot et Issouf Traoré

L'Institut de la statistique du Québec (ISQ) a réalisé en 2010-2011, à la demande du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS), une enquête générale de santé auprès des jeunes des écoles secondaires du Québec : l'*Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011* (EQSJS). Les données de cette vaste enquête, menée auprès de plus de 63 000 jeunes à travers le Québec, ont permis, pour la première fois, de dresser des portraits régionaux comparables de leur état de santé physique, mentale et psychosociale.

L'EQSJS a été développée afin de répondre aux besoins d'information jugés prioritaires par le MSSS et le réseau de la santé et des services sociaux. Elle vise à produire, de manière récurrente, des données statistiques pouvant contribuer au suivi continu de l'état de santé des jeunes du Québec, une préoccupation majeure des divers acteurs de la santé publique. La prochaine édition de l'enquête sera réalisée en 2016-2017.

Dans un contexte où l'embonpoint et l'obésité sont en progression chez les jeunes, les habitudes de vie telles que l'alimentation et la pratique d'activités physiques constituent des enjeux majeurs pour la santé. Par ailleurs, les études réalisées à partir des diverses éditions de l'*Enquête québécoise sur le tabac, l'alcool, la drogue et le jeu chez les élèves du secondaire* (ETADJES) démontrent que la consommation de tabac, d'alcool et de drogues chez les jeunes demeure préoccupante, même si des progrès notables ont été accomplis à cet égard depuis une quinzaine d'années. La hausse observée des infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS) chez les jeunes représente un autre enjeu majeur et montre l'importance de disposer de données fiables sur le comportement sexuel des jeunes, principalement en ce qui a trait à l'utilisation du condom.



La santé mentale, l'environnement social et l'adaptation sociale des jeunes ont été peu documentés par des données d'enquêtes ; or, le besoin de connaissances sur ces sujets est de plus en plus important, notamment pour la planification sociosanitaire. L'environnement social des jeunes, qui comprend la famille, les amis et l'école, a une incidence reconnue sur leur santé et leur bien-être. L'estime de soi et les compétences sociales sont également au cœur du développement des jeunes et peuvent contribuer à renforcer leur capacité à surmonter les défis et favoriser notamment leur réussite scolaire. D'autre part, le fait d'être victime de violence verbale ou physique à l'école ou de cyberintimidation, des phénomènes de plus en plus d'actualité, peut aussi influencer la santé des jeunes. Les problèmes de santé mentale (par exemple, les troubles anxieux et dépressifs) sont de plus en plus répandus dans la

population en général et chez les jeunes en particulier. D'autres problèmes sont également préoccupants pour la santé publique et le milieu scolaire, comme les comportements d'agressivité directe et indirecte, les conduites imprudentes ou rebelles, les conduites délinquantes et la violence infligée ou subie dans les relations amoureuses chez les adolescents. Quant au décrochage scolaire, qui est associé à de multiples facteurs de risque, il constitue toujours un enjeu majeur au sein de la société québécoise.

L'EQSJS 2010-2011 a permis d'aborder tous ces aspects de la santé et du bien-être des jeunes dans le cadre d'une même grande enquête. Le présent fascicule offre un aperçu des principaux résultats de l'enquête par thème, regroupés en deux grands volets. Le premier concerne les habitudes de vie, les comportements à risque et la santé physique des jeunes, et le second leur environnement social, leur santé mentale et leur adaptation sociale, ainsi que le risque de décrochage scolaire. Ces faits saillants sont tirés de deux rapports produits par l'ISQ^{1,2,3}.



HABITUDES DE VIE, COMPORTEMENTS À RISQUE ET SANTÉ PHYSIQUE

Habitudes alimentaires

- > Seul le tiers (33 %) des élèves du secondaire consomment en moyenne le nombre minimum quotidien de portions de fruits et légumes recommandé par le *Guide alimentaire canadien* (c'est-à-dire de 6 à 8 portions selon le groupe d'âge et le sexe).
- > À peine la moitié (48 %) des adolescents consomment en moyenne le nombre minimum recommandé de 3 portions de produits laitiers par jour, une proportion qui est moins élevée chez les filles (42 %) que chez les garçons (54 %).
- > Environ 31 % des élèves consomment habituellement des boissons sucrées, des grignotines ou des sucreries au moins une fois par jour, les garçons (35 %) en plus grande proportion que les filles (26 %).
- > Une proportion similaire d'élèves (31 %) consomment de la malbouffe dans un restaurant ou un casse-croûte au moins 3 fois durant une semaine d'école, les garçons (36 %) davantage que les filles (27 %).
- > Environ 60 % des élèves ont mangé ou bu quelque chose (autre que le café, le thé et l'eau) tous les matins avant de commencer l'école au cours de la dernière semaine d'école, les filles en moins grande proportion que les garçons (57 % c. 63 %); cependant, 11 % n'ont pas déjeuné pendant la même période, les filles dans une proportion un peu plus élevée que les garçons (13 % c. 10 %).

1. PICA, Lucille A., Issouf TRAORÉ, Francine BERNÈCHE, Patrick LAPRISE, Linda CAZALE, Hélène CAMIRAND, Mikaël BERTHELOT, Nathalie PLANTE et autres (2012). *L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011. Le visage des jeunes d'aujourd'hui : leur santé physique et leurs habitudes de vie*, Tome 1, Québec, Institut de la statistique du Québec, 258 p.
2. PICA, Lucille A., Issouf TRAORÉ, Hélène CAMIRAND, Patrick LAPRISE, Francine BERNÈCHE, Mikaël BERTHELOT, Nathalie PLANTE et autres (2013). *L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011. Le visage des jeunes d'aujourd'hui : leur santé mentale et leur adaptation sociale*, Tome 2, Québec, Institut de la statistique du Québec, 141 p.
3. Les résultats de l'enquête portant sur la santé respiratoire, la santé buccodentaire et l'expérience de travail ne sont pas rapportés dans le présent fascicule, ces thèmes n'ayant pas été couverts dans les rapports.

Activité physique de loisir et de transport

- > Moins du tiers (30 %) des élèves atteignent, durant l'année scolaire, le niveau d'activité physique recommandé (« actif ») lorsque l'on tient compte à la fois de l'activité physique de loisir et de celle de transport; proportionnellement plus de garçons (37 %) que de filles (23 %) atteignent ce niveau.
- > Près du quart des élèves (24 %) sont sédentaires durant l'année scolaire, et les filles (27 %) le sont davantage que les garçons (21 %).

Poids, apparence corporelle et actions à l'égard du poids

- > Selon l'indice de statut pondéral, calculé à partir des données autodéclarées sur le poids et la taille, la majorité des élèves du secondaire, soit 69 %, ont un poids normal, 21 % présentent un surplus de poids (14 % font de l'embonpoint et 7 % sont obèses) et 10 %, une insuffisance de poids.
- > Davantage de garçons (25 %) que de filles (17 %), en proportion, ont un surplus de poids.
- > Environ la moitié des jeunes (49 %) sont insatisfaits de leur apparence corporelle; ils désirent soit une silhouette plus mince (33 %), particulièrement les filles, soit une silhouette plus forte (16 %), particulièrement les garçons.
- > Environ 7 jeunes sur 10 (71 %) tentent d'agir sur leur poids: le quart (25 %) essaient de perdre du poids, 12 % d'en gagner et le tiers (34 %) de maintenir leur poids; les filles cherchent davantage à perdre du poids ou à maintenir leur poids et les garçons à en gagner.

Usage de la cigarette

- > Plus d'un élève du secondaire sur 10 (11 %) a fait usage de la cigarette, la proportion étant similaire chez les garçons et chez les filles.
- > Les fumeurs représentent environ 3,5 % des élèves en 1^{re} secondaire, une proportion qui atteint 16 % en 5^e secondaire.

Consommation d'alcool

- > Environ 63 % des jeunes du secondaire ont déjà bu de l'alcool au cours de leur vie, et 60 % en ont consommé au cours des 12 derniers mois, la proportion étant similaire chez les garçons et les filles.
- > La proportion des élèves ayant consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois passe de 26 % en 1^{re} secondaire à 85 % en 5^e secondaire.
- > 15 % des élèves ont consommé de l'alcool à une fréquence élevée au cours des 12 derniers mois (soit au moins une fois par semaine).
- > Environ 41 % ont consommé de l'alcool de façon excessive, soit 5 consommations ou plus en une seule occasion, au moins une fois au cours des 12 derniers mois.
- > Plus d'un jeune sur 10 (12 %) a déjà eu un épisode de consommation régulière d'alcool, c'est-à-dire au moins une fois par semaine pendant au moins un mois au cours de sa vie; cette proportion s'élève à 18 % parmi les élèves ayant déjà bu de l'alcool.

Consommation de drogues

- > Plus du quart des élèves (27 %) ont fait usage de drogues au cours de leur vie, et 26 % en ont consommé durant les 12 derniers mois, les proportions étant légèrement plus élevées chez les garçons que chez les filles.
- > La proportion des élèves ayant consommé de la drogue au cours des 12 derniers mois passe de 5 % en 1^{re} secondaire à 44 % en 5^e secondaire.
- > Le quart (25 %) des jeunes ont consommé du cannabis au cours des 12 derniers mois, ce qui en fait la drogue la plus populaire. Environ 9 % des élèves ont fait usage d'ecstasy, 7 %, d'amphétamines ou de méthamphétamines et 6 % d'hallucinogènes pendant la même période.
- > Environ 12 % des élèves du secondaire ont déjà connu un épisode de consommation régulière de drogues, c'est-à-dire qu'ils en ont consommé au moins une fois par semaine pendant au moins un mois au cours de leur vie ; cette proportion s'établit à 43 % parmi les élèves ayant déjà fait usage de drogues.
- > Le quart (25 %) des élèves du secondaire ont consommé à la fois de l'alcool et de la drogue au cours des 12 derniers mois.
- > Environ 5 % des jeunes ont une consommation d'alcool et de drogues jugée problématique qui nécessite une intervention spécialisée. Un problème de consommation en émergence est détecté chez une proportion similaire de jeunes (5 %).

Comportements sexuels (14 ans et plus)

- > Plus du tiers (37 %) des élèves du secondaire âgés de 14 ans et plus ont eu des relations sexuelles consensuelles (orales, vaginales ou anales) au moins une fois au cours de leur vie, les filles (38 %) dans une proportion un peu plus élevée que les garçons (36 %).
- > Un quart (25 %) des jeunes de 14 ans et plus en 1^{re} et 2^e secondaire (donnée regroupée) ont eu des relations sexuelles consensuelles (orales, vaginales ou anales) ; cette proportion augmente à 52 % en 5^e secondaire.
- > Parmi les jeunes sexuellement actifs, environ 3 sur 10 ont eu des relations orales (31 %) ou vaginales (30 %) avec 3 partenaires ou plus dans leur vie, ce qui peut être considéré comme un comportement sexuel à risque.
- > Plus des deux tiers (68 %) des élèves de 14 ans et plus sexuellement actifs ont utilisé un condom lors de leur dernière relation vaginale, les garçons (75 %) davantage que les filles (62 %).

Perception de l'état de santé

- > 71 % des jeunes du secondaire se considèrent en excellente (27 %) ou en très bonne santé (44 %), et le quart (25 %) estiment que leur santé est bonne ; une proportion minime des jeunes, soit 4,3 %, considèrent leur état de santé comme passable ou mauvais.
- > Une proportion plus élevée de garçons (75 %) que de filles (67 %) jugent leur état de santé excellent ou très bon.

ENVIRONNEMENT SOCIAL, SANTÉ MENTALE, ADAPTATION SOCIALE ET RISQUE DE DÉCROCHAGE SCOLAIRE

Environnement familial

- > Les trois quarts (75 %) des élèves du secondaire disent bénéficier d'un niveau élevé de soutien social dans leur environnement familial. Les filles et les garçons se distinguent peu à cet égard.
- > 42 % des jeunes évoluent dans un milieu familial qui leur permet un niveau élevé de participation significative. Encore une fois, il y a peu de différences selon le sexe.
- > Une plus grande proportion de filles (41 %) que de garçons (30 %) bénéficient d'un niveau de supervision parentale élevé.

Environnement des amis

- > Près de sept élèves sur dix (69 %) considèrent que leurs amis leur offrent un soutien social élevé, les filles de façon beaucoup plus marquée que les garçons (81 % c. 57 %).
- > Plus de la moitié des élèves (54 %) affirment qu'ils ont des amis montrant un niveau élevé de comportements prosociaux, les filles davantage que les garçons (65 % c. 44 %).

Environnement scolaire

- > Environ le tiers des élèves du secondaire (34 %) disent bénéficier d'un niveau élevé de soutien de l'école, alors que 57 % bénéficient d'un niveau moyen de soutien. Les filles sont, en proportion, légèrement plus nombreuses que les garçons à déclarer pouvoir compter sur un soutien scolaire élevé (36 % c. 32 %).
- > Environ un élève sur six (16 %) montre un niveau élevé de participation significative dans son milieu scolaire, les filles (18 %) davantage que les garçons (15 %).
- > Trois élèves sur dix (30 %) ont un niveau élevé de sentiment d'appartenance à leur école, alors que plus des deux tiers (68 %) affichent un niveau moyen. Les filles témoignent davantage que les garçons d'un sentiment d'appartenance élevé à leur école (33 % c. 27 %).
- > Plus du tiers (36 %) des élèves ont été victimes de violence à l'école ou sur le chemin de l'école depuis le début de l'année scolaire, les garçons (42 %) davantage que les filles (29 %). Les élèves victimes de violence se sont notamment faits *souvent* ou *quelques fois* crier des injures, menacer, frapper, voler ou autre.
- > Un élève sur 20 (5 %) dit avoir été victime de cyberintimidation depuis le début de l'année scolaire, les filles (7 %) étant plus exposées que les garçons (3,9 %). Parmi les jeunes ayant été victimes de cyberintimidation, 4,7 % l'ont été *très souvent*.
- > Globalement, ce sont 37 % des élèves qui ont été victimes de violence à l'école ou sur le chemin de l'école ou encore de cyberintimidation, les garçons davantage que les filles (43 % c. 31 %). Ce phénomène est plus fréquent au début du secondaire (46 % en 1^{re}) qu'à la fin du secondaire (27 % en 5^e).

Estime de soi et compétences sociales

- > Près du quart des garçons (24 %) se situent au niveau élevé de l'indice d'estime de soi, comparativement à 15 % des filles.
- > Environ le tiers des garçons (32 %) présentent également un niveau élevé d'efficacité personnelle globale, comparativement au quart des filles (25 %).
- > Près de la moitié (48 %) des élèves du secondaire ont un niveau élevé d'empathie, les filles (65 %) dans une proportion nettement plus grande que les garçons (32 %).
- > Environ le tiers des élèves (32 %) se situent au niveau élevé de l'indice de résolution de problème, une proportion qui est beaucoup plus forte chez les filles (41 %) que chez les garçons (22 %).
- > Les filles affichent un niveau élevé d'autocontrôle dans une proportion un peu plus grande que les garçons (17 % c. 14 %).

Problèmes de santé mentale

- > Les filles sont, en proportion, plus nombreuses que les garçons à présenter un niveau élevé à l'indice de détresse psychologique (28 % c. 14 %). D'autre part, les élèves de 5^e secondaire sont plus susceptibles de se situer à un niveau élevé de détresse que ceux de 1^{re} secondaire (25 % c. 16 %).
- > Environ 9 % des élèves du secondaire présentent un problème d'anxiété confirmé par un médecin ou un spécialiste de la santé, alors que 4,9 % affirment avoir reçu un diagnostic de dépression, et que 1,8 % mentionnent des troubles alimentaires confirmés par un médecin ou un spécialiste de la santé.
- > Dans l'ensemble, proportionnellement plus de filles (15 %) que de garçons (9 %) déclarent avoir au moins un problème diagnostiqué d'anxiété, de dépression ou de trouble alimentaire.
- > 13 % des élèves du secondaire présentent un trouble de déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité confirmé par un médecin ou un spécialiste de la santé, les garçons (16 %) en plus grande proportion que les filles (9 %). Ce trouble touche davantage les élèves des trois premières années du secondaire.

Comportements d'agressivité directe et indirecte

- > Environ 38 % des élèves déclarent avoir commis au moins un geste d'agressivité directe (*se battre souvent, attaquer physiquement, menacer ou frapper les autres*), les garçons davantage que les filles (46 % c. 29 %). Ces comportements semblent un peu plus présents chez les élèves de 2^e et 3^e secondaire.
- > De façon plus subtile et moins visible, près des deux tiers des élèves (65 %) ont eu recours à au moins un comportement d'agressivité indirecte (lorsque le jeune est fâché contre quelqu'un : *il devient ami avec quelqu'un d'autre pour se venger, dit de vilaines choses dans son dos, raconte les secrets de cette personne à quelqu'un d'autre, etc.*). Cette fois-ci, ce sont les filles qui ont eu davantage recours à ce type de comportement que les garçons (73 % c. 57 %). Les comportements d'agressivité indirecte semblent un peu moins fréquents chez les élèves de 1^{re} secondaire.

Conduites imprudentes ou rebelles et conduites délinquantes

- > Au cours des 12 derniers mois, plus du tiers (36 %) des élèves du secondaire ont eu au moins une conduite imprudente ou rebelle (*sortir une nuit complète sans permission, faire une fugue, se faire interroger par la police*), et 41 % ont adopté au moins une conduite délinquante (*voler dans un magasin ou une école, endommager ou détruire exprès les biens d'autrui, se battre avec quelqu'un et blesser ou avoir l'intention de blesser sérieusement cette personne, porter une arme dans le but de l'utiliser pour se battre ou se défendre, vendre de la drogue, etc.*).
- > Les garçons sont plus susceptibles que les filles d'adopter des conduites imprudentes ou rebelles (42 % c. 30 %) ou des conduites délinquantes (50 % c. 31 %).
- > Les conduites imprudentes ou rebelles sont plus fréquentes vers la fin du secondaire, la proportion passant de 22 % en 1^{re} secondaire à 42 % et 43 % en 4^e et 5^e secondaire respectivement. Pour les conduites délinquantes, la proportion est moins élevée chez les élèves de 1^{re} secondaire (33 %) que chez ceux des autres niveaux (elle varie de 42 % à 44 % de la 2^e à la 5^e secondaire).

Violence infligée ou subie dans les relations amoureuses

- > Le quart des élèves du secondaire (25 %) ayant vécu une relation amoureuse au cours des 12 derniers mois ont infligé au moins une forme de violence (*psychologique, physique ou sexuelle*) à leur partenaire, tandis que 30 % des élèves ont subi au moins l'une de ces trois formes de violence de la part de leur partenaire.
- > Lorsque l'on considère séparément les victimes et les agresseurs, il ressort que les filles rapportent davantage que les garçons être victimes de violence dans leurs relations amoureuses (36 % c. 25 %). Toutefois, elles sont aussi proportionnellement plus nombreuses que les garçons à admettre qu'elles infligent de la violence à leur partenaire (32 % c. 17 %).
- > La violence infligée dans les relations amoureuses augmente avec le niveau scolaire, passant de 17 % en 1^{re} secondaire à 29 % en 4^e et 5^e secondaire. La violence subie suit la même tendance, passant de 25 % en 1^{re} secondaire à 34 % en 4^e secondaire et à 33 % en 5^e secondaire.

Risque de décrochage scolaire

- > Près du quart (24 %) des garçons du secondaire présentent un risque de décrochage scolaire, comparativement à 16 % des filles.
- > Le risque de décrochage scolaire touche davantage les élèves en 2^e et 3^e secondaire (22 % et 25 %, respectivement).
- > La proportion d'élèves à risque de décrocher est plus faible chez les jeunes ayant un niveau élevé de soutien social familial (15 %) que chez ceux ayant un niveau de soutien faible ou modéré (34 %, donnée regroupée).
- > Le risque de décrocher est également moindre chez les jeunes qui ont un niveau élevé d'estime de soi (11 %) que chez ceux ayant un niveau d'estime faible (32 %) ou modéré (19 %).
- > De la même façon, le risque de décrocher est moins élevé chez les jeunes qui affichent un fort sentiment d'appartenance à l'école (14 %) que chez ceux qui témoignent un sentiment d'appartenance faible ou modéré (23 %, donnée regroupée).

DES RÉSULTATS POUR L'ACTION

Comme en témoigne le présent fascicule, l'EQSJS 2010-2011 est une source de données riche, fiable et précise sur la santé et le bien-être des jeunes du secondaire et leurs déterminants. Les différents acteurs en santé publique et en milieu scolaire peuvent ainsi s'appuyer sur ces résultats en vue d'ajuster leurs plans d'action et leurs interventions

auprès des jeunes. La prochaine édition de l'enquête en 2016-2017 permettra de mesurer l'évolution de l'état de santé physique, mentale et psychosociale des adolescents et d'évaluer les changements en matière d'habitudes de vie et de comportements.

À propos de l'enquête

L'*Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011* (EQSJS) a comme principal objectif de dresser un portrait de la santé physique et mentale, des habitudes de vie, de l'environnement social et de l'adaptation sociale des jeunes Québécois fréquentant l'école secondaire. Elle a été menée par l'Institut de la statistique du Québec à la demande du ministère de la Santé et des Services sociaux. La population visée est composée de l'ensemble des élèves de la première à la cinquième secondaire inscrits au secteur des jeunes dans les écoles publiques et privées, francophones et anglophones du Québec. Les données ont été recueillies à l'aide d'un questionnaire autoadministré sur miniportable auprès de 63 196 jeunes dans 470 écoles à travers 16 régions sociosanitaires, ce qui assure une représentativité des données à l'échelle régionale. Les régions du Nunavik et des Terres-Cries-de-la-Baie-James ne sont pas couvertes par l'enquête.

Pour en savoir plus sur l'EQSJS, veuillez consulter le site Web de l'enquête : www.eqsj.s.stat.gouv.qc.ca.

Ont collaboré à la réalisation : Kate Dupont, vérification des chiffres
Direction des statistiques de santé
Émilie Granger, révision linguistique
Marie-Eve Cantin, mise en page
Direction des communications

Pour plus de renseignements : Lucille A. Pica
Direction des statistiques de santé
Institut de la statistique du Québec
1200, avenue McGill College, 5^e étage
Montréal (Québec) H3B 4J8

Téléphone : 514 873-4749 (poste 6122)
Télécopieur : 514 864-9919
Courriel : contactsante@stat.gouv.qc.ca

Dépôt légal
Bibliothèque et Archives Canada
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
3^e trimestre 2016
ISBN : 978-2-550-76407-6 (version imprimée)
ISBN : 978-2-550-76408-3 (en ligne)

© Gouvernement du Québec,
Institut de la statistique du Québec, 2016

La version PDF de ce bulletin est diffusée sur le site Web de l'Institut, à l'adresse suivante : www.stat.gouv.qc.ca

Toute reproduction autre qu'à des fins de consultation personnelle est interdite sans l'autorisation du gouvernement du Québec.
www.stat.gouv.qc.ca/droits_auteur.htm