

# ON SURVEILLE POUR VOUS

## Bulletin d'information lanauois

Mars 2013 | NUMÉRO 19

### Différences filles-garçons chez les cégépiens : santé et habitudes de vie

En 2010, une enquête interrégionale réalisée auprès d'étudiants des dix collèges du Saguenay-Lac-Saint-Jean, de la Mauricie et de Lanaudière, a permis de recueillir des données inédites quant à leur santé et à leurs habitudes de vie<sup>1</sup>. Menée par le Centre d'Études sur les COnditions de vie et des BESoins de la population (ÉCOBES-Recherche et transfert) du Cégep de Jonquière, en partenariat avec le Cégep régional de Lanaudière, l'Enquête s'est déroulée dans les trois constituantes de l'établissement (Joliette, L'Assomption et Terrebonne).

Seuls les étudiants nouvellement inscrits dans un programme au collégial à la session d'automne 2010 et qui fréquentaient une école secondaire en juin 2010 font l'objet du présent portrait.

Dans la région de Lanaudière, ce sont 1 136 collégiens qui ont répondu au questionnaire entre le 20 octobre et le 30 novembre pour un taux de réponse de 68 %. La presque totalité des répondants (98 %) étaient âgés de 17 ou 18 ans. Afin d'assurer la représentativité de l'échantillon, celui-ci a été pondéré par sexe, par famille de programmes<sup>2</sup> et par collège.

#### Santé, image corporelle et alimentation

Généralement, les jeunes de la région se perçoivent en bonne santé. Les garçons se démarquent des filles par une perception plus positive de leur santé. À l'inverse, les filles sont plus nombreuses, en proportion, à présenter de la détresse psychologique et un faible niveau d'estime de soi. L'indice de masse corporelle permet de constater qu'une plus grande proportion de garçons, soit un sur six, est en surplus de poids. Tant chez les filles que les garçons, trois étudiants sur quatre ont un poids normal.

Concernant les données sur l'image corporelle, près de deux filles sur trois aspirent à maigrir, tandis que seulement trois sur dix sont satisfaites de leur image corporelle. Mise en parallèle avec les données sur l'indice de masse corporelle, la perception des filles relativement à leur poids est préoccupante. Il n'est donc pas étonnant de constater pour ces dernières l'utilisation fréquente de méthodes pour contrôler ou perdre du poids.

En ce qui concerne l'alimentation, 6 % des jeunes ne déjeunent pas le matin. Les garçons sont plus nombreux, en proportion, à vivre de l'insécurité alimentaire. Ils sont aussi plus nombreux proportionnellement à faire usage de boissons énergisantes chaque semaine.

<sup>1</sup> L'enquête fournit aussi des données sur l'expérience scolaire, la vie en société, le vécu psychosocial et le cumul travail-études.

<sup>2</sup> Les neuf familles de programmes considérées sont : session d'accueil et d'intégration, techniques biologiques, techniques physiques, techniques administratives, techniques des arts et des communications, techniques humaines, sciences humaines, sciences de la nature et arts.

#### Proportion d'étudiants selon le sexe et certaines caractéristiques, Cégep régional de Lanaudière, 2010 (%)

	Garçons	Filles	Sexes réunis
<b>Santé</b>			
Perception positive de sa santé générale	90,6 +	86,8	88,2
Détresse psychologique	22,1	36,7 +	31,9
Faible niveau d'estime de soi	11,8	18,0 +	15,7
<b>Masse corporelle</b>			
Poids insuffisant	9,4 *	11,0	10,4
Poids normal	73,7	76,4	75,4
Surplus de poids (embonpoint + obésité)	16,8 +	12,5	14,3
<b>Image corporelle</b>			
Aspirent à maigrir	28,0	64,9 +	50,9
Satisfaits	40,0 +	31,2	34,6
Aspirent à engraisser	32,0 +	3,9 *	14,6
<b>Méthodes pour contrôler ou perdre du poids (6 derniers mois)</b>			
Diminuer, réduire ou couper le sucre/gras	40,7	73,7 +	61,3
Sauter un repas	24,8	50,1 +	40,5
Ne pas manger pendant une journée	8,2 *	21,5 +	16,5
<b>Alimentation</b>			
Vivent de l'insécurité alimentaire	19,2 +	15,7	17,0
Ne déjeune pas	6,3 *	5,8 *	6,0
Consommateurs de boissons énergisantes à chaque semaine	14,5 +	11,6	12,7
<b>Tabagisme (30 derniers jours)</b>			
Fumeurs de cigarettes (réguliers et occasionnels)	10,3	15,2 +	13,4
Fumeurs de cigarillos (réguliers et occasionnels)	15,1	14,2	14,6
<b>Consommation d'alcool (12 derniers mois)</b>			
Fréquence élevée de consommation d'alcool <sup>1</sup>	37,0 +	30,2	32,8
Au moins 5 consommations d'alcool dans une même occasion à au moins 5 reprises	41,8 +	23,7	30,5
<b>Consommation de drogues (12 derniers mois)</b>			
Amphétamines	8,1 *	9,2	8,9
Cannabis	40,7 +	36,7	38,2
Cocaine	3,8 **	2,0 **	2,8 *
Hallucinogènes	11,8 +	9,2	11,2
Fréquence élevée de consommation de cannabis <sup>1</sup>	13,3 +	6,6	9,1

<sup>1</sup> Au moins une fois par semaine.

\* Coefficient de variation supérieur à 15 % et inférieur ou égal à 25 %. La valeur doit être interprétée avec prudence.

\*\* Coefficient de variation supérieur à 25 %. La valeur n'est présentée qu'à titre indicatif.

(+) Valeur significativement plus élevée que celle de l'autre sexe.

Source : ÉCOBES-Recherche et transfert, 2013.

## Tabagisme, alcool et drogues

La proportion de fumeurs de cigarettes des collégiens de première année est plus élevée chez les filles. C'est près d'une fille sur six qui fait usage de la cigarette, contrairement à un garçon sur dix. La proportion de fumeurs de cigarillos est semblable à celle des fumeurs de cigarettes et il n'y a pas de différence entre les garçons et les filles.

La consommation d'alcool à fréquence élevée est plus importante chez les garçons. Ils sont près de quatre sur dix à consommer de l'alcool chaque semaine tandis que chez les filles, c'est trois sur dix. Le constat est similaire lorsque la consommation excessive est considérée (au moins cinq consommations d'alcool en une même occasion).

Tout comme l'alcool, la consommation de drogues est plus répandue chez les garçons. Le cannabis est de loin la drogue la plus consommée. C'est quatre garçons sur dix et presque autant de filles qui en font usage. D'ailleurs, près de 13 % des garçons consomment du cannabis à fréquence élevée. Pour ce qui est de la consommation des autres drogues, les hallucinogènes et les amphétamines suivent avec des proportions autour de 10 %, et ce, peu importe le sexe.

## Sommeil

Les garçons se couchent plus tard que les filles. En moyenne, les étudiants se couchent vers 22 h 50 durant la semaine (dimanche au jeudi) et dorment un peu plus de huit heures par nuit. Pour ce qui est des fins de semaine (vendredi et samedi), ceux-ci dépassent minuit trente et dorment un peu moins de neuf heures. C'est donc dire que les jeunes dorment environ 40 minutes de plus la fin de semaine.

### Heure de coucher et durée du sommeil des étudiants, Cégep régional de Lanaudière, 2010 (h/min)

	Garçons	Filles	Sexes réunis
<b>La semaine</b>			
Heure de coucher	23h01 +	22h41	22h49
Durée du sommeil	8h00	8h11	8h07
<b>La fin de semaine</b>			
Heure de coucher	00h55 +	00h32	00h41
Durée du sommeil	8h45	8h50	8h48

(+) Valeur significativement plus élevée que celle de l'autre sexe.  
Source : ÉCOBES-Recherche et transfert, 2013.

Pour plus d'information concernant cette enquête, le lecteur est invité à consulter les documents suivants:

GAUDREAU, M., F. SAVARY, S. VEILLETTE, J. LAPAN, M. GAUDREAU, J. LABROSSE et N. ARBOUR (2011). *Portrait de la première cohorte d'étudiants collégiaux issus du renouveau pédagogique. Région de Lanaudière*, Écobes-Recherche et transfert, 60 diapositives.

GAUDREAU, M. (2013). *Analyses statistiques portant sur les habitudes de vie et la santé des collégiens de la région de Lanaudière*. Produit pour l'Agence de la santé et des services sociaux de Lanaudière, Écobes-Recherche et transfert, 49 pages.

## Sexualité et contraception

Ce sont environ deux étudiants sur trois qui ont déjà eu une relation sexuelle avec pénétration. Les filles sont en plus grande proportion que les garçons à avoir eu au moins deux partenaires différents.

Lors des relations sexuelles, près de 60 % des garçons utilisent toujours le condom, ce qui les différencie des filles (37 %). Quant aux filles, elles déclarent faire usage en plus grande proportion d'une méthode de contraception hormonale (pilule, anneau, etc.) que les garçons. D'autre part, une fille sur neuf a utilisé la contraception orale d'urgence dans la dernière année.

### Proportion d'étudiants selon le nombre de partenaires sexuels et le moyen de contraception, Cégep régional de Lanaudière, 2010 (%)

	Garçons	Filles	Sexes réunis
<b>À vie</b>			
Relation sexuelle avec pénétration	67,2	68,4	67,6
Deux partenaires et plus	28,6	38,4 +	31,2
<b>12 derniers mois</b>			
Utilisent toujours le condom	59,3 +	37,0	45,4
Utilisent toujours une méthode de contraception hormonale <sup>1</sup>	64,8	89,2 +	80,4
Ont utilisé la contraception orale d'urgence	-	11,5 *	-

<sup>1</sup> Pilule, fimbri, anneau ou injection contraceptive.

\* Coefficient de variation supérieur à 15 % et inférieur ou égal à 25 %. La valeur doit être interprétée avec prudence.

(+) Valeur significativement plus élevée que celle de l'autre sexe.

Source : ÉCOBES-Recherche et transfert, 2013.

## Conclusion

Les résultats de l'Enquête sont intéressants dans la mesure où peu de données sont disponibles concernant les habitudes de vie des jeunes de 17 et 18 ans. Bien que ces résultats ne considèrent pas l'ensemble des jeunes de cet âge, ils permettent de rendre compte de certaines réalités et préoccupations entourant la transition vers l'âge adulte.

Rédaction : Patrick Bellehumeur  
Comité de lecture : Christine Garand (DSP), André Guillemette (DSP) et Michaël Gaudreault (Écobes-Recherche et transfert)  
Conception des tableaux : Christine Garand  
Sous la coordination de : Élisabeth Cadieux  
Mise en pages : Maryse Richard

Dépôt légal  
Bibliothèque et Archives nationales du Québec  
Premier trimestre 2013  
ISSN : 1925-783X (PDF)  
1925-7848 (en ligne)

Agence de la santé  
et des services sociaux  
de Lanaudière  
**Québec**