

Sélections Santé Laval

Ce bulletin vise à rendre plus faciles d'accès les données de surveillance de l'état de santé de la population lavalloise

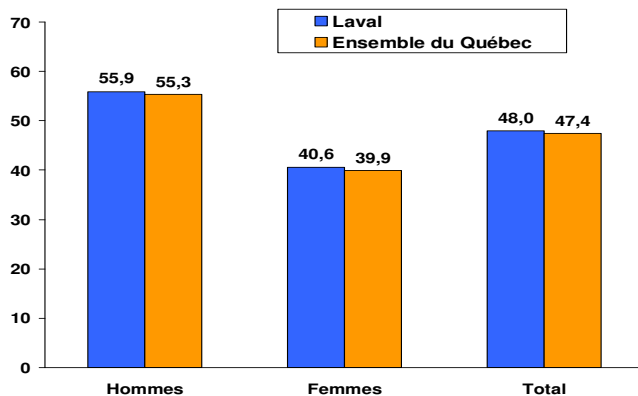
Les habitudes de vie des Lavallois s'améliorent

Les habitudes de vie ont un impact important dans l'apparition de maladies chroniques et de problèmes psychosociaux. À Laval, depuis quelques années, on constate l'adoption de meilleurs comportements, notamment une augmentation de la consommation de fruits et légumes et des diminutions de l'usage de tabac et de l'exposition à la fumée secondaire¹. Malgré ces améliorations, les résultats obtenus ne sont pas encore suffisants. Un travail important de promotion de saines habitudes de vie doit continuer de s'exercer.

Les fruits et légumes

L'ESCC² permet de mesurer la consommation de fruits et de légumes chez les personnes de 12 ans et plus. Comme c'est le cas dans l'ensemble du Québec, près de la moitié des Lavallois (48 %) a déclaré consommer moins de cinq fois par jour des fruits et des légumes en 2007-2008. Cela pourrait représenter 165 000 personnes en 2010³. Malgré tout, on constate une amélioration notable dans la mesure où cette proportion était de 58 % en 2003.

Figure 1 Proportion des personnes consommant des fruits et des légumes moins de cinq fois par jour, en 2007-2008, selon le sexe



Source : Statistique Canada, ESCC, 2007-2008.

¹ L'activité physique est également une habitude de vie déterminante de la santé mais ne sera pas traitée puisque le numéro de septembre dernier y est exclusivement consacré.

² Statistique Canada, Enquête sur la santé des collectivités canadiennes.

³ Estimations établies en se basant sur les projections démographiques réalisées par l'Institut de la statistique du Québec sur la base du recensement de 2006.

Les proportions de personnes consommant moins de cinq fois par jour des fruits et légumes augmentent progressivement avec l'âge. On note, par ailleurs, des différences entre les sexes : les hommes consomment moins de fruits et légumes que les femmes sur une base quotidienne (figure 1).

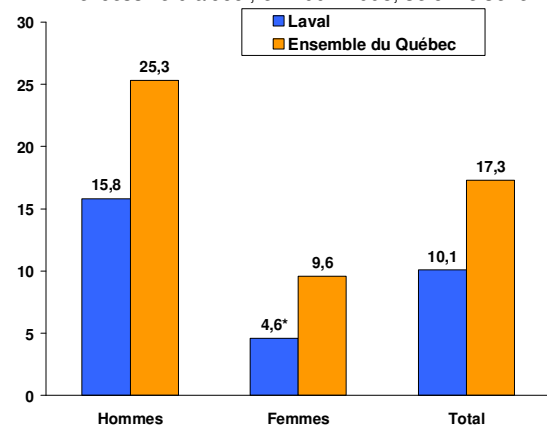
La consommation d'alcool

En 2007-2008, plus de quatre Lavallois sur cinq (82 %) ont déclaré avoir consommé de l'alcool au cours des douze derniers mois précédant l'enquête. Parmi ceux-ci, 44 % ont déclaré en consommer moins d'une fois par semaine. Une proportion équivalente en consommait d'une à six fois par semaine et 12 % en consommaient chaque jour.

La proportion de Lavallois présentant une consommation excessive d'alcool, soit cinq verres ou plus en une même occasion, douze fois ou plus au cours d'une année, est de 10 % comparativement à une moyenne de 17 % pour le Québec. Comme c'est le cas au Québec, à Laval, les hommes (16 %) sont plus nombreux que les femmes (5 %) à consommer excessivement de l'alcool.

On remarque une légère diminution de la consommation excessive d'alcool au cours des dernières années. Toutefois, les données ne permettent pas de conclure à une différence significative.

Figure 2 Proportion des personnes présentant une consommation excessive d'alcool, en 2007-2008, selon le sexe



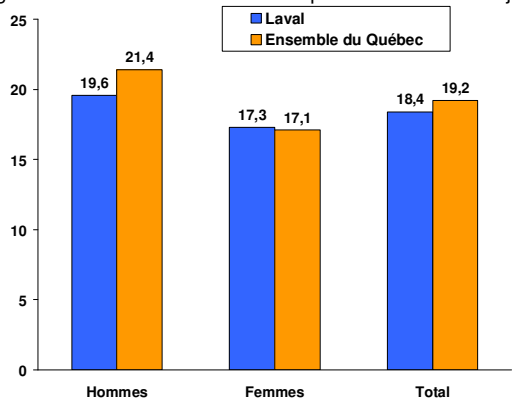
Source : Statistique Canada, ESCC, 2007-2008.

L'usage du tabac

Selon l'ESCC, de 2007-2008, 23 % des Lavallois de 12 ans et plus affirment être des fumeurs actuels, c'est-à-dire des fumeurs réguliers (63 200 personnes en 2010) ou occasionnels (14 800 personnes en 2010). Depuis 2003, la proportion de fumeurs actuels a connu une diminution de 5 %.

À Laval, 18 % des personnes de 12 ans et plus fument tous les jours. Les hommes (20 %) sont plus nombreux à fumer régulièrement que les femmes (17 %). La consommation quotidienne de tabac s'avère plus importante chez les personnes âgées entre 20 à 44 ans. Dans ce groupe, 21 % fument tous les jours. Cette proportion diminue de façon importante à partir de 65 ans (données non montrées).

Figure 3 – Personnes de 12 ans et plus fumant tous les jours en 2007-2008



Source : Statistique Canada, ESCC, 2007-2008.

La fumée secondaire à la maison

En 2007-2008, 10 % des Lavallois non-fumeurs âgés de 12 ans et plus étaient exposés à la fumée secondaire à la maison (estimé à 35 400 en 2010).

Encore ici, les hommes étaient plus nombreux (12 %) à être exposés que les femmes (8 %). De même, on a observé que l'exposition à la fumée secondaire diminuait. Les plus jeunes, âgés entre 12 et 19 ans, étaient les plus exposés dans une proportion de 17 %*. Globalement, depuis 2005, on constate une diminution de 4 % des Lavallois exposés à la fumée secondaire à la maison.

La fumée secondaire dans les lieux publics

Quant aux lieux publics, 11 % des Lavallois non-fumeurs étaient exposés à la fumée secondaire en 2007-2008, avec une proportion équivalente chez les hommes et les femmes. On note encore une diminution avec l'âge et une plus grande exposition chez les jeunes de 12 à 19 ans (25 %)*. De plus, on observe une diminution importante de la proportion de citoyens exposés à la fumée secondaire dans les lieux publics, particulièrement depuis 2005 (diminution de 14 %). Les modifications apportées à la Loi sur le tabac imposant des restrictions de fumer dans certains lieux publics (en vigueur depuis 2006) ne sont certainement pas étrangères aux baisses observées.

Et dans l'auto?

Dans un véhicule privé, la proportion s'élève à 8 % pour l'ensemble des Lavallois non-fumeurs. Les plus exposés sont, encore une fois, les jeunes âgés de 12 à 19 ans et les adultes de 20 à 34 ans, soit 17 %* pour chacun des groupes. Les proportions chutent à moins de 4 % pour les 35 ans et plus. Globalement, les données lavalloises portant sur la fumée secondaire sont similaires à celles de l'ensemble du Québec.

* Estimation marginale, coefficient de variation entre 16,6 % et 33,3 %, à interpréter avec prudence

En résumé

- Près de la moitié des Lavallois (48 %) a déclaré consommer des fruits et des légumes moins de cinq fois par jour en 2007-2008 (diminution de 10 % depuis 2005).
- La proportion de personnes présentant une consommation excessive d'alcool (5 verres ou plus), 12 fois ou plus au cours d'une année, était de 10 % (17 % au Québec).
- 23 % des Lavallois de 12 ans et plus sont des fumeurs actuels (diminution de 5 % depuis 2003).
- Les proportions de Lavallois exposés à la fumée secondaire (à la maison, lieux publics et véhicules privés) présentent des diminutions importantes (diminution de 14 % pour l'exposition à la fumée secondaire dans les lieux publics entre 2005 et 2008).



Une publication de la Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Laval.

Direction de santé publique : équipe surveillance-évaluation
Rédaction : Céline Dufour et Mababou Kebe
Dépôt légal : 2e trimestre 2004
Conception : Manon St-Pierre
Abonnements : mst-pierre.reg13@ssss.gouv.qc.ca
ISSN 1710-8284 (Imprimé)
ISSN 1710-8292 (En ligne : www.santepublicuelaval.ca)