

Sélections Santé Laval

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

Embonpoint et obésité à Laval

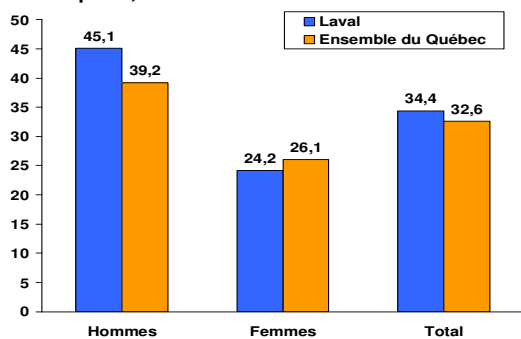
Près d'un adulte sur deux présente un surplus de poids

L'embonpoint et l'obésité constituent un enjeu majeur de santé publique. L'excès de poids comporte de sérieux risques pour la santé, dont le diabète de type 2, l'hypertension, les maladies coronariennes, l'apnée obstructive du sommeil et certains types de cancers¹. Selon les derniers résultats de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC), près de la moitié des Lavallois de 18 ans et plus (49 %) présente un surplus de poids, c'est-à-dire qu'ils ont de l'embonpoint ou sont obèses.

L'embonpoint : les hommes plus concernés

Un peu plus du tiers (34 %) de la population lavalloise de 18 ans et plus souffre d'embonpoint (33 % dans l'ensemble du Québec), ce qui pourrait représenter 109 000 Lavallois en 2011. Ce problème touche davantage les hommes (45 %) que les femmes (24 %).

Figure 1 : Proportion de la population de 18 ans et plus présentant de l'embonpoint, selon le sexe en 2007-2008



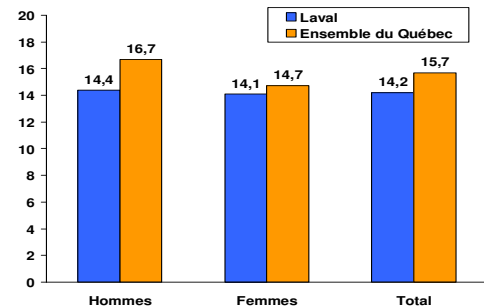
Source : Statistiques Canada, ESCC, 2007-2008.

Qu'en est-il de l'obésité?

Au-delà de l'embonpoint, il y a l'obésité. Environ 14 % des adultes lavallois sont obèses, un résultat légèrement inférieur à l'ensemble du Québec (16 %). En 2011, cela pourrait représenter 45 000 Lavallois de 18 ans et plus. Dans ce cas-ci, aucune différence significative n'est notée entre les hommes et les femmes.

¹ Santé Canada. Lignes directrices canadiennes pour la classification du poids chez les adultes, 2003.

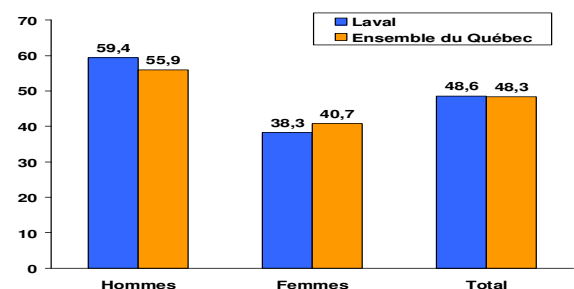
Figure 2 : Proportion de la population de 18 ans et plus présentant de l'obésité, selon le sexe en 2007-2008



Source : Statistiques Canada, ESCC, 2007-2008.

Ainsi, en 2007-2008, près d'un adulte sur trois présente un surplus de poids. Cela pourrait correspondre à 155 000 Lavallois en 2011. À Laval, comme dans l'ensemble du Québec, les hommes (60 %) sont plus nombreux à déclarer un surplus de poids que les femmes (38 %).

Figure 3 : Proportion de la population de 18 ans et plus présentant un surplus de poids, selon le sexe en 2007-2008

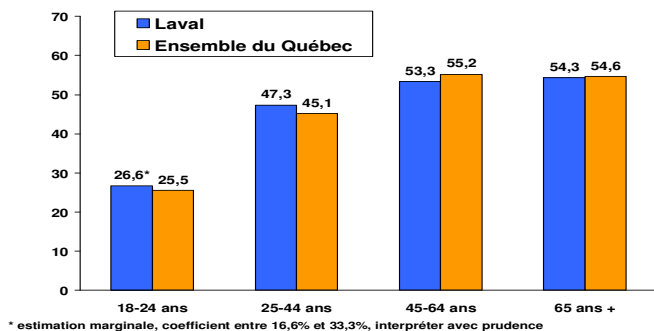


Source : Statistiques Canada, ESCC, 2007-2008.

Si la prévalence du surpoids chez les personnes de 18 ans et plus est restée stable depuis 2005, on remarque cependant que la proportion de personnes présentant un surplus de poids tend à augmenter avec l'âge. Elle passe de 27 % chez les 18-24 ans à 54 % chez les 65 ans et plus. Bien qu'on ne puisse pas conclure à une différence significative entre les groupes d'âge à Laval², la même tendance est observée dans l'ensemble du Québec, où les différences sont statistiquement significatives.

² En raison de la taille restreinte de l'échantillon.

Figure 4 : Proportion de la population de 18 ans et plus présentant un surplus de poids, selon l'âge en 2007-2008



Source : Statistiques Canada, ESCC, 2007-2008

Les résultats de l'ESCC démontrent une relation entre l'excès de poids et le niveau d'instruction. La proportion de personnes présentant un surplus de poids s'élève à 59 % chez les personnes ayant un niveau d'instruction inférieur au diplôme d'études secondaires alors qu'elle est de 45 % chez les personnes possédant un diplôme d'études postsecondaires. En ce qui a trait au revenu, les résultats de l'ESCC ne permettent pas de conclure à des différences significatives entre les quintiles de revenus.

Poids insuffisant

Bien qu'elle soit moins fréquente, l'insuffisance de poids comporte également des risques pour la santé, tels que la malnutrition, l'ostéoporose, l'infertilité et la diminution du système immunitaire. À Laval, environ 2 % des personnes de 18 ans et plus présentent un poids insuffisant. Cela pourrait représenter 7 000 personnes en 2011. Dans l'ensemble du Québec³, la prévalence est similaire et les femmes (4 %) sont significativement plus nombreuses à avoir un poids insuffisant que les hommes (2 %).

L'insuffisance de poids est plus fréquente chez les Québécois de 18-24 ans (5 %) et diminue avec l'âge. L'insuffisance est de 3 % pour les personnes âgées entre 25 et 44 ans et de 2 % pour celles qui ont entre 45 et 64 ans. On observe toutefois une légère remontée à partir de 65 ans (3 %).

³ Les estimations lavalloises sont trop imprécises en raison de la taille de l'échantillon.

Les jeunes et l'«épidémie» d'excès de poids

En 2007-2008, 12 % des Québécois³ âgés de 12 à 17 ans présentaient de l'embonpoint et 4 % étaient obèses. La prévalence de l'excès de poids était plus élevée chez les garçons (19 %) que chez les filles (13 %).

L'excès de poids résulte d'une multitude de facteurs. Les habitudes alimentaires, la sédentarité, le stress, la détresse psychologique, le manque de sommeil ainsi que la consommation d'alcool et de médicaments sont autant de facteurs sur lesquels on peut agir pour lutter contre le surplus de poids.

L'indice de masse corporelle (IMC)

Pour la classification du poids chez les adultes, Santé Canada recommande l'utilisation de l'IMC qui se calcule à l'aide de cette formule : **IMC = Poids (kg) / Taille(m)²**. L'IMC permet d'évaluer le risque de maladies liées à un excès ou à une insuffisance de poids.

Tableau 1 : Classification du risque pour la santé en fonction de l'indice de masse corporelle (IMC) pour adultes de 18 ans et plus⁴

Classification	Catégorie de l'IMC (kg/m ²)	Risques pour la santé
Poids insuffisant	< 18,5	Risque accru de développer des problèmes de santé
Poids normal	18,5 - 24,9	Moindre risque de développer des problèmes de santé
Excès de poids (embonpoint)	25,0 - 29,9	Risque accru de développer des problèmes de santé
Obésité classe I	30,0 - 34,9	Risque élevé de développer des problèmes de santé
Obésité classe II	35,0 - 39,9	Risque très élevé de développer des problèmes de santé
Obésité classe III	> = 40,0	Risque extrêmement élevé de développer des problèmes de santé

Source : Santé Canada. Lignes directrices canadiennes pour la classification du poids chez les adultes, 2003.

⁴ L'IMC ne peut être utilisé chez les femmes enceintes ou qui allaitent. Il doit être interprété avec prudence chez certains groupes ethniques ou raciaux, les personnes âgées de 65 ans et plus, les personnes ayant une forte musculature ou étant naturellement très minces ou n'ayant pas terminé leur croissance.

En résumé

- Un peu plus du tiers (34 %) de la population lavalloise de 18 ans et plus souffre d'embonpoint. Ce problème touche davantage les hommes (45 %) que les femmes (24 %).
- Quant à l'obésité, on n'observe aucune différence entre les sexes (14 % des Lavallois sont concernés).
- 12 % des Québécois de 12-17 ans présentent de l'embonpoint et 7 % de l'obésité. Les garçons sont plus touchés que les filles.



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.santepublicquelaval.ca)