





# Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire

## + Réalisée par l'Institut de la statistique du Québec (ISQ)

- Première édition : 2010-2011
- Deuxième édition : 2016-2017
- Troisième édition : 2022-2023

## + Objectifs

- Comblent les besoins d'information prioritaires en matière de surveillance de l'état de santé des jeunes et de ses déterminants à l'échelle provinciale et régionale
- Dresser un portrait de l'état de santé et de bien-être des jeunes et suivre son évolution

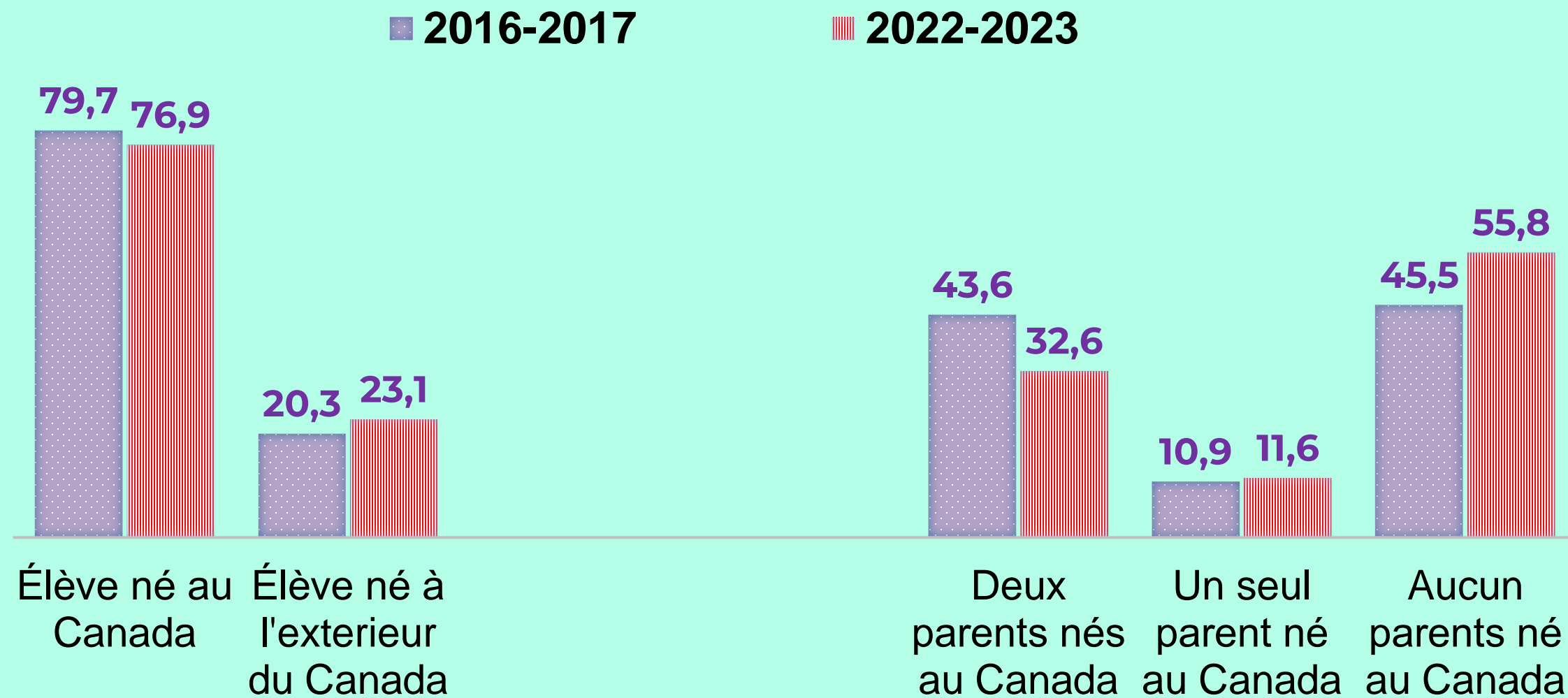
# Collecte de données 2022-2023

- De novembre 2022 à mai 2023
- Questionnaire d'une durée d'environ 30 minutes
- Un grand nombre de questions sur des thèmes touchants :
  - ✓ Santé physique et habitudes de vie
  - ✓ Santé mentale et adaptation sociale
  - ✓ Expérience de travail et blessures liées à l'emploi
  - ✓ Environnement social
  - ✓ Impacts de la COVID-19

	Nombre d'écoles participantes	Nombre de classes participantes	Nombre d'élèves répondants
Laval	17	196	4 715
Ensemble du Québec	485	3 189	70 825

# Caractéristiques des élèves

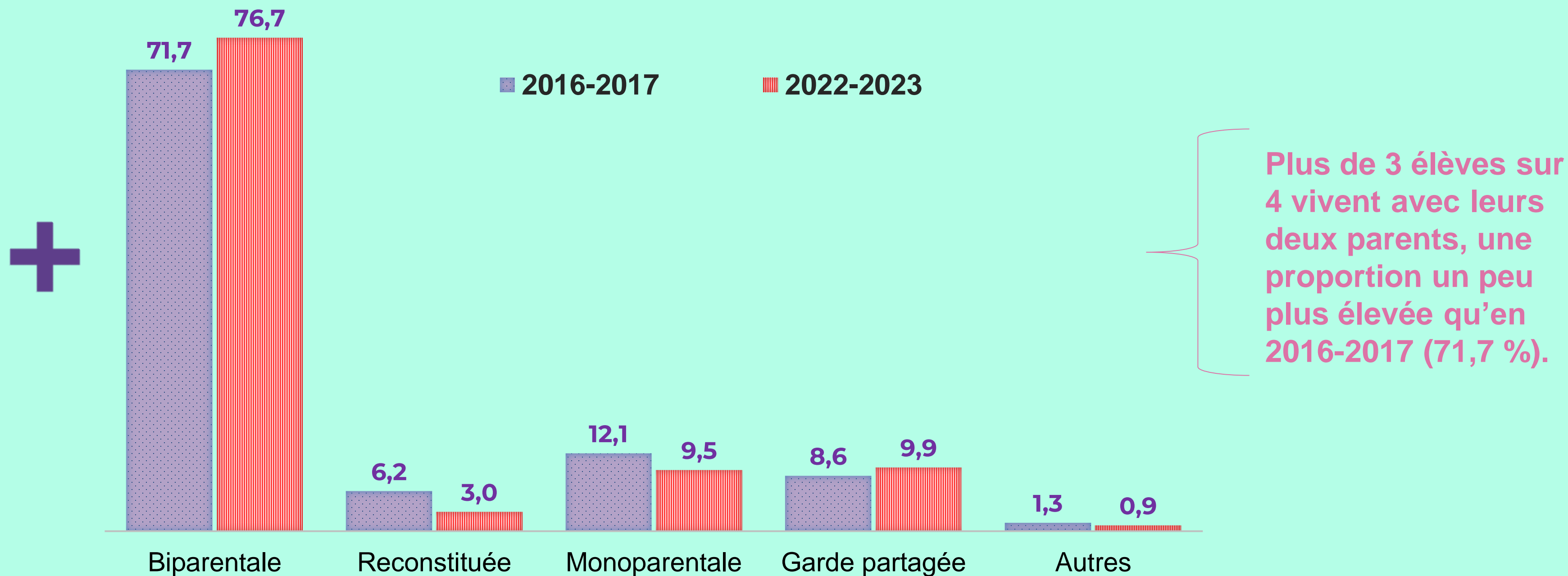
Répartition (%) selon le lieu de naissance de l'élève et de ses parents, Laval, 2016-2017 à 2022-2023



- Plus d'un élève lavallois sur cinq est né à l'extérieur du Canada.
- Plus de la moitié (55,8 %) des élèves ont les deux parents nés à l'extérieur du Canada.

# Caractéristiques des élèves

Répartition (%) selon la situation familiale, Laval, 2016-2017 à 2022-2023



Source : Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017 et 2022-2023.



EQSJS

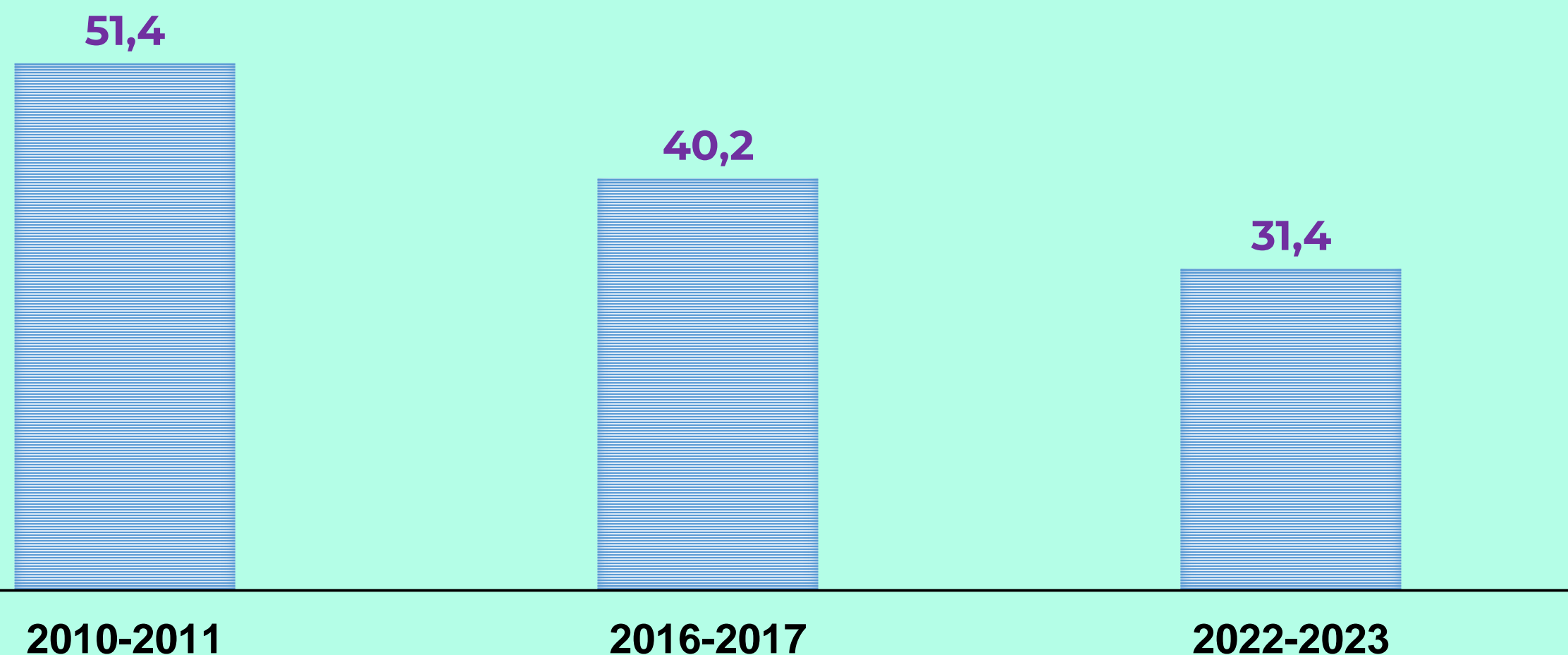
# Habitudes de vie



# Alimentation

La majorité des jeunes ne consomment pas suffisamment de fruits et légumes

Proportion (%) d'élèves du secondaire consommant au moins cinq portions de fruits et légumes par jour selon le cycle d'enquête, Laval



- 31,4 % des élèves consomment au moins 5 portions de fruits et légumes par jour.
- Les garçons (34,6 %) en consomment plus que les filles (27,9 %).
- Pas de différence selon le niveau scolaire.
- Diminution importante depuis 2010-2011 (51,4 %).

Source : Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011, 2016-2017 et 2022-2023.

# Alimentation

## Les mauvaises habitudes sont fréquentes



### Déjeuner

- En 2022-2023, près d'un élève sur 3 (30,2 %) commence chaque journée d'école sans avoir déjeuné (17,0 % en 2016-2017) : 25,3 % chez les garçons et 35,7 % chez les filles.



### Boissons sucrées

- En 2022-2023, 24,5 % des élèves consomment des boissons sucrées au moins 1 fois par jour (32,5 % en 2016-2017).



### Malbouffe (au restaurant ou au casse-croûte)

- En 2022-2023, 9,9 % des élèves consomment de la malbouffe pour le dîner au moins 3 fois durant la dernière semaine d'école.
- Pas de différence selon le genre.
- + fréquent à Laval que dans le reste du Québec.
- Stable depuis 2016-2017.

# Niveau d'activité physique de loisir et de transport

## Définitions

### Activités physiques de loisir :

Incluent la pratique durant les temps libres, à la maison, à l'école ou ailleurs. La pratique d'activité physique durant le cours d'éducation physique est exclue, puisqu'il s'agit d'une activité obligatoire et non réalisée durant les temps libres.

### Activités physiques de transport :

Réfèrent aux modes de transport actif (marche, bicyclette, patins à roues alignées, etc.) pour se rendre à l'école, au travail, chez un(e) ami(e) ou ailleurs.

→ Les niveaux d'activité physique sont calculés en tenant compte à la fois de l'intensité de l'activité, de la fréquence et de l'indice de dépense énergétique (IDE), exprimé en Kcal/kg/semaine.

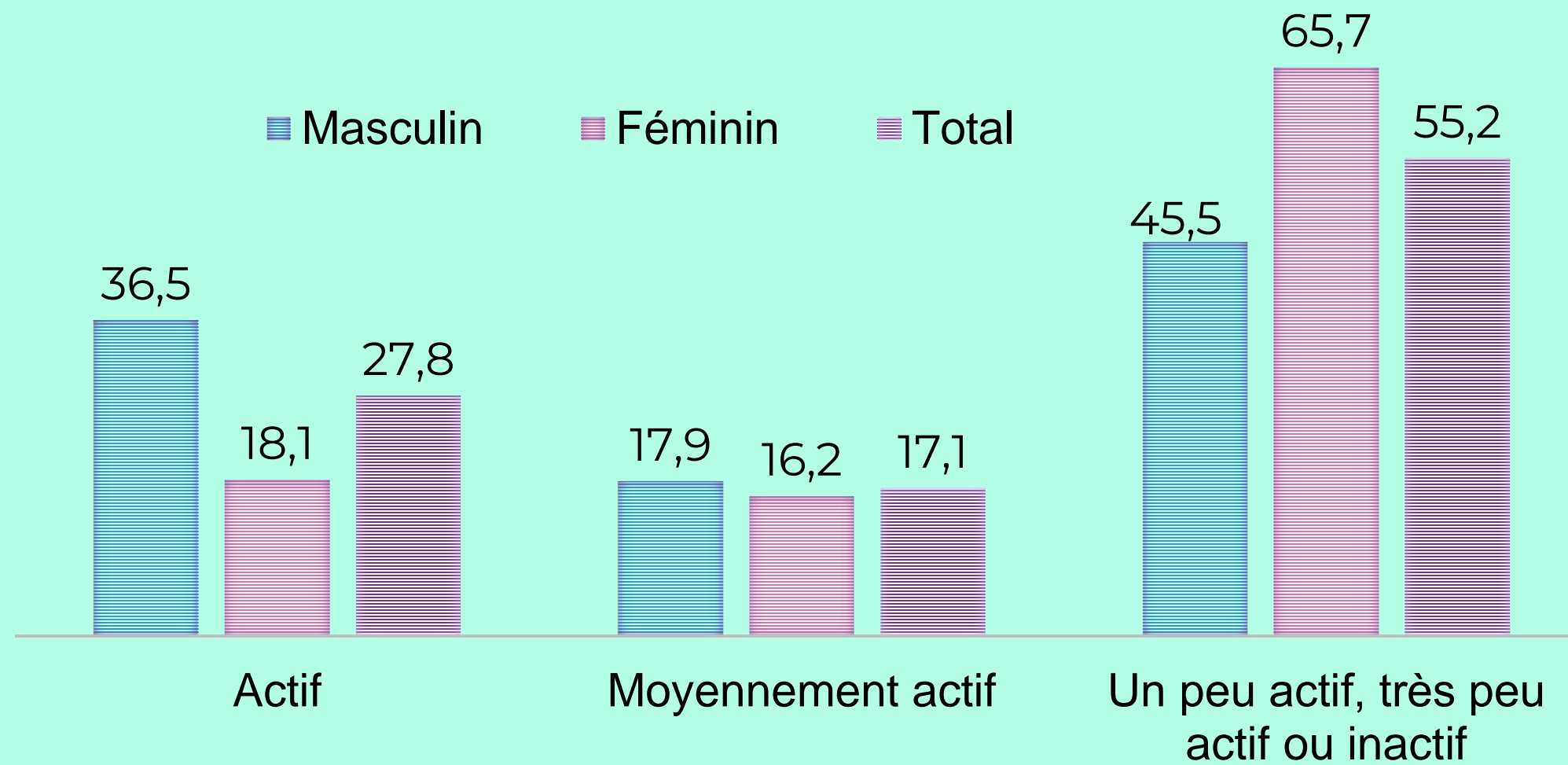
### Niveau actif (niveau recommandé) :

Équivalent de 1 heure/jour, en moyenne, d'activité physique d'intensité modérée à élever.

# Activité physique de loisir et de transport

Trois élèves sur quatre n'atteignent pas les recommandations

Répartition (%) des élèves du secondaire selon leur niveau d'activité physique de loisir et de transport et selon le genre, Laval, 2022-2023

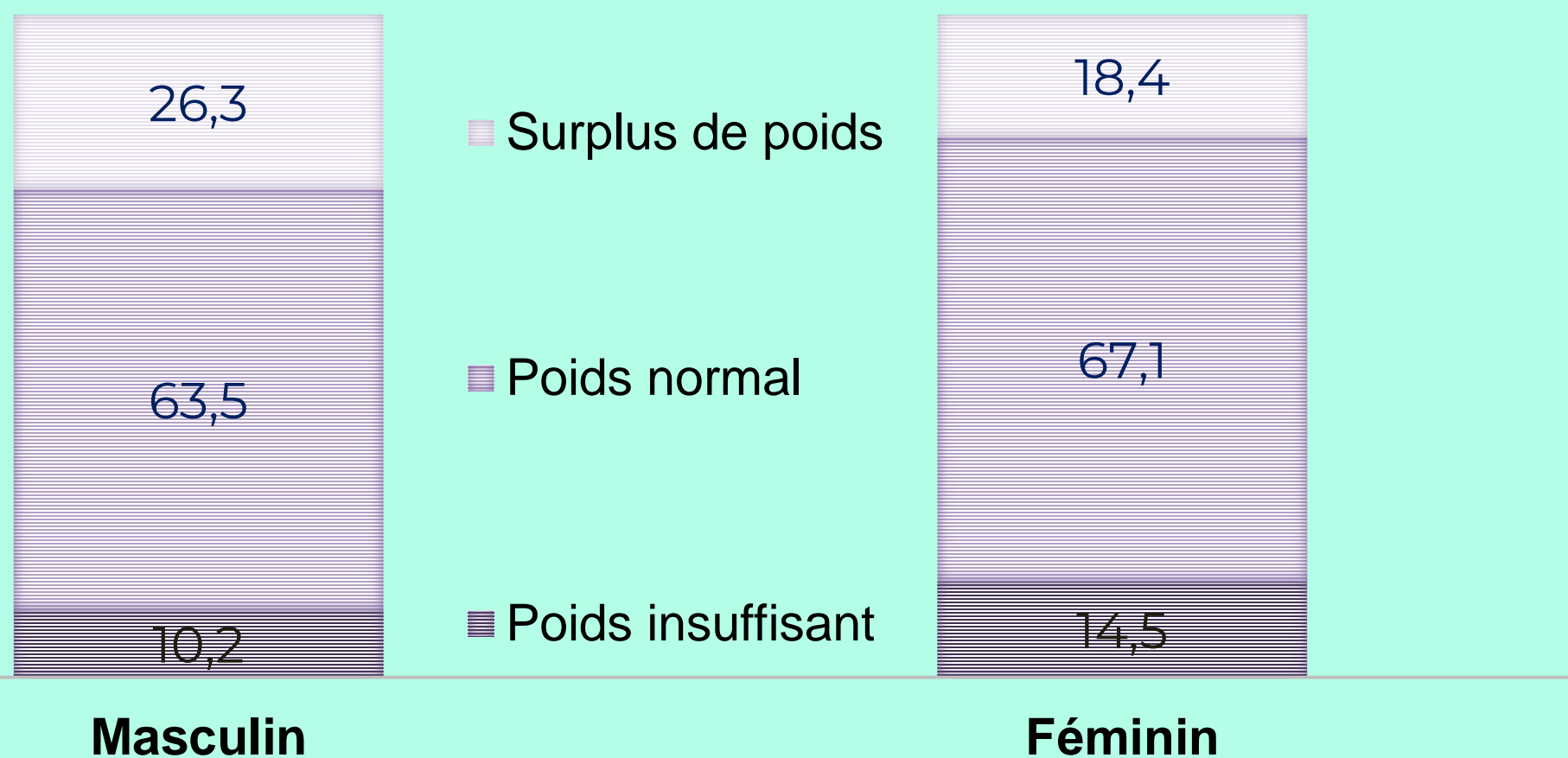


- Plus d'un élève sur quatre (27,8 %) est actif, alors que 17,1 % sont moyennement actifs et plus de la moitié (55,2 %) des élèves sont un peu, très peu actifs ou inactifs.
- Les garçons sont plus souvent actifs que les filles.
- Les élèves lavallois sont moins actifs que ceux du reste du Québec.
- Pas d'amélioration depuis 2010-2011.

# Statut pondéral

Plus 1 élève sur 5 (22,7 %) est en surplus de poids (*embonpoint ou obèse*)

Répartition (%) des élèves du secondaire selon leur statut pondéral et selon le genre, Laval, 2022-2023

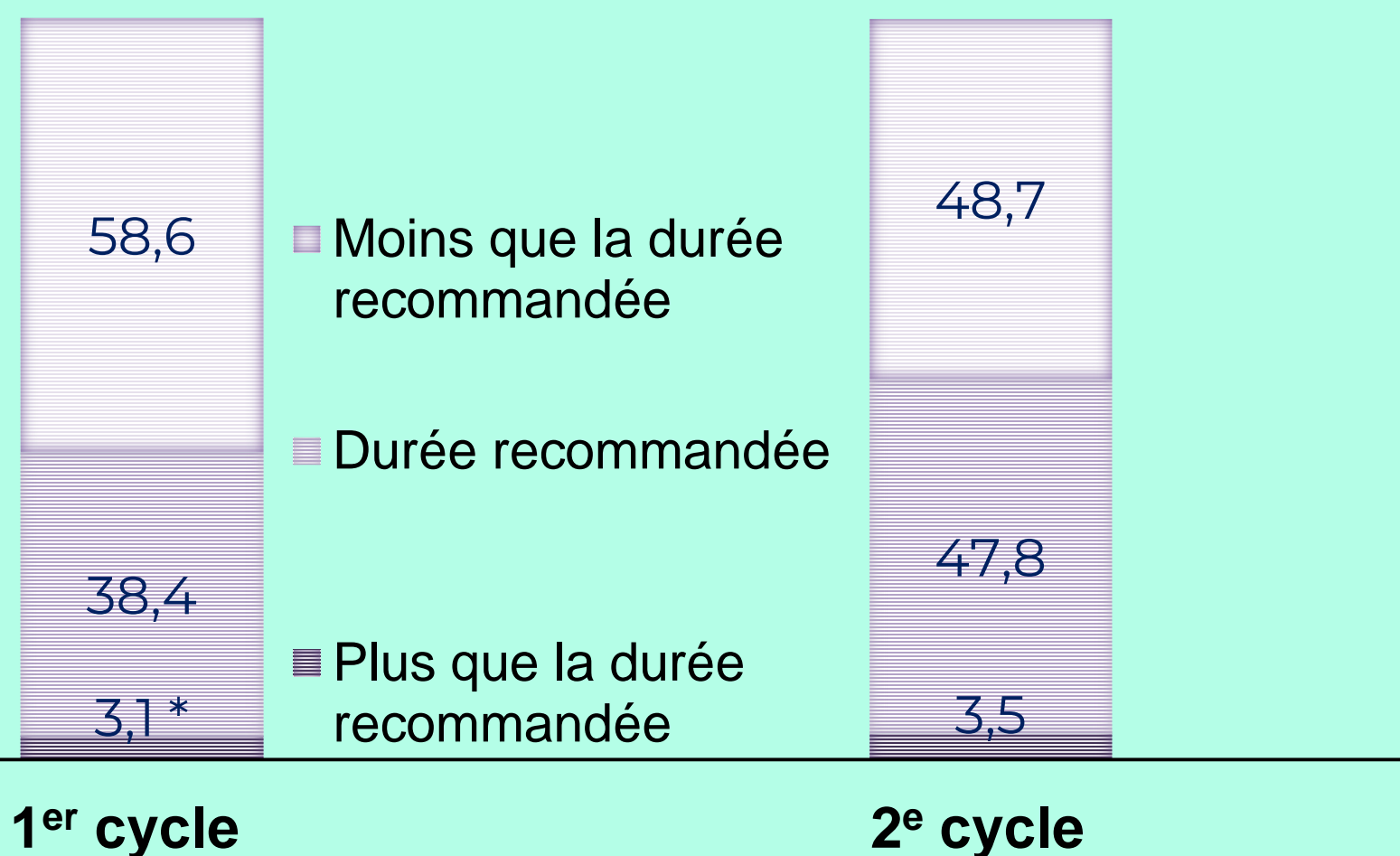


- Les garçons sont plus nombreux à être en surplus de poids.
- La fréquence du surplus de poids est plus élevée à Laval ( 22,7 %) que dans le reste du Québec (20,6 %).
- Stable depuis 2010-2011.

# Sommeil pendant la semaine d'école

Plus de la moitié des élèves (52,9 %) dorment moins d'heures que la durée recommandée

Répartition (%) des élèves du secondaire selon les recommandations sur la durée du sommeil durant la semaine d'école, Laval, 2022-2023



Recommandations en matière de sommeil durant la semaine d'école :

- 13 ans et moins : Entre 9 et 11 h
- 14 à 17 ans : Entre 8 et 10 h
- 18 ans et plus : Entre 7 et 9 h

- Les filles sont plus nombreuses à ne pas dormir suffisamment (58,7 % comparativement à 47,6 % pour les garçons).
- Les élèves du 1<sup>er</sup> cycle sont plus nombreux que ceux du 2<sup>e</sup> cycle à ne pas dormir suffisamment.
- Plus d'élèves lavallois ne dorment pas suffisamment comparativement à ceux du reste du Québec.

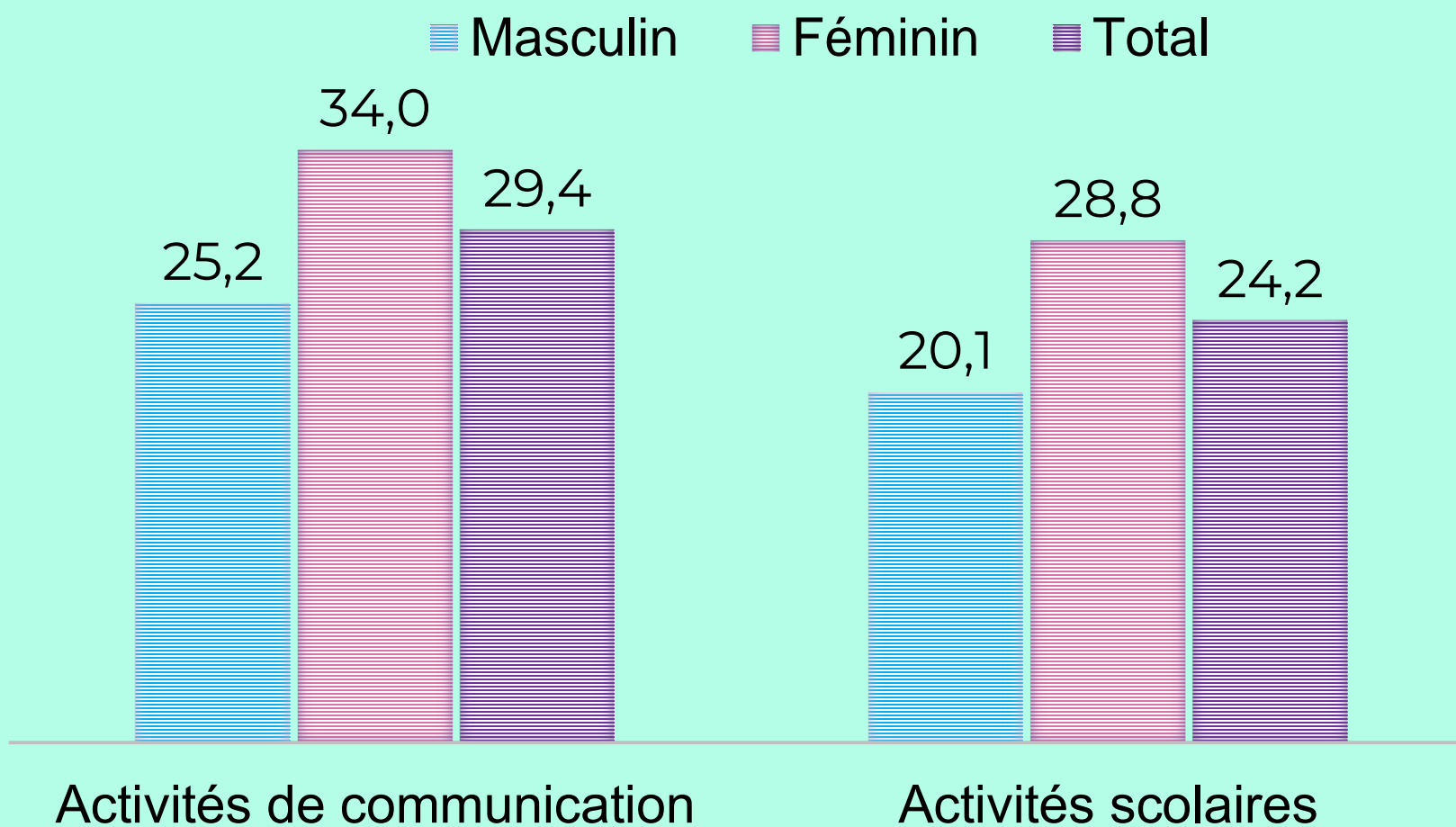
\* Coefficient de variation supérieur à 15 % et inférieur ou égal à 25 %. La valeur de la proportion doit être interprétée avec prudence.

Source : Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017 et 2022-2023.

# Temps d'écran

Plus d'élèves lavallois qui passent leur temps devant l'écran

Proportion (%) des élèves du secondaire passant 4h et plus devant un écran pour leurs activités selon le genre, Laval, 2022-2023

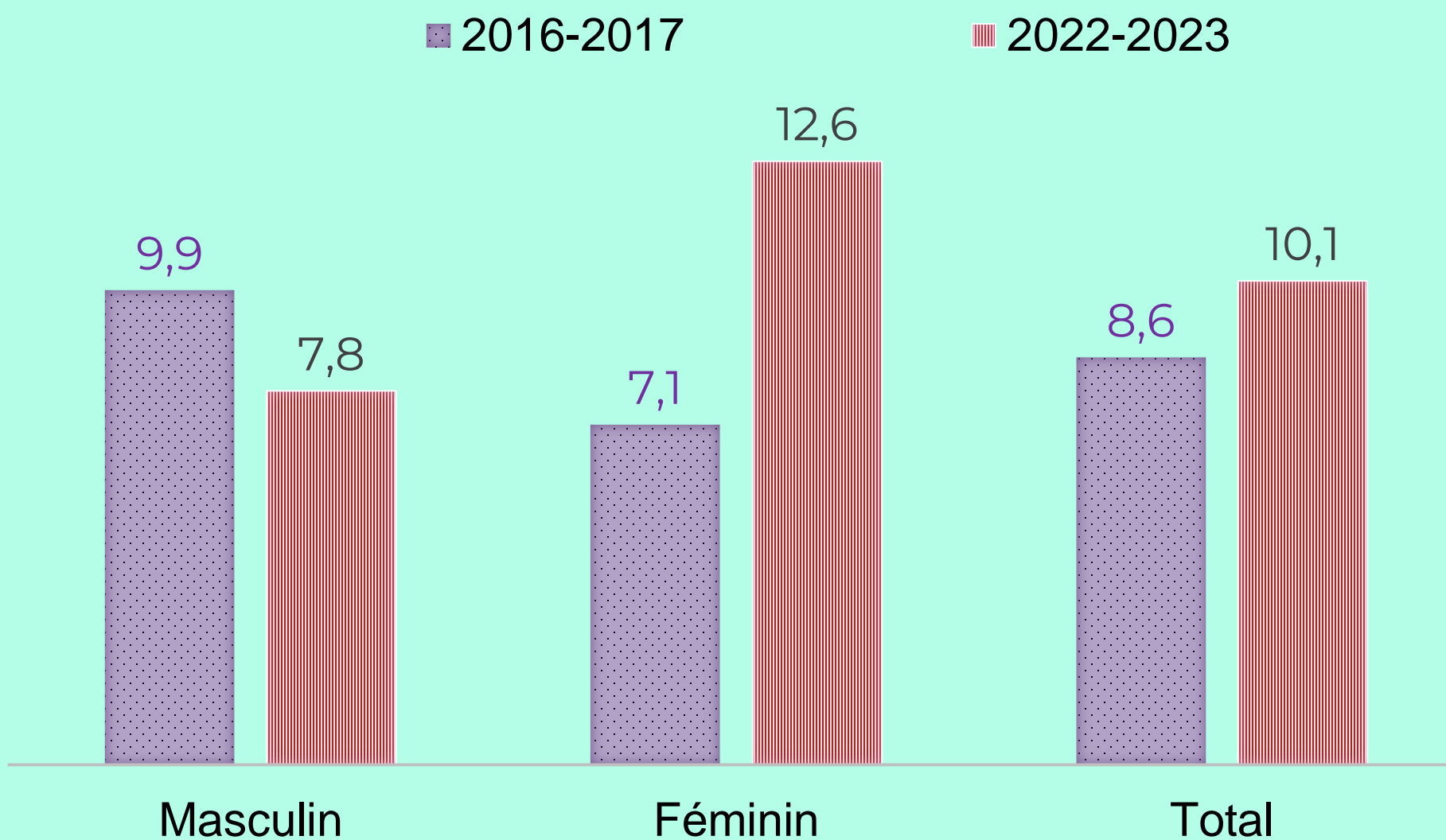


- Les filles sont plus nombreuses à passer 4 heures et plus devant l'écran pour la communication ou pour les activités scolaires.
- Plus d'élèves lavallois qui passent leur temps devant l'écran comparativement à ceux du reste du Québec.

# Vapotage

1 élève sur 10 a utilisé la cigarette électronique au cours des 30 derniers jours

Proportion (%) des élèves du secondaire utilisant la cigarette électronique au cours des 30 derniers jours selon le genre et cycle d'enquête, Laval, 2016-2017 et 2022-2023



- Environ 21 % des élèves lavallois ont déjà utilisé la cigarette électronique, et 10,1 % l'ont utilisée au cours des 30 derniers jours.
- Il y a une croissance accrue des filles qui vapotent (12,6 % c. 7,1 % en 2016-2017), alors que c'est la tendance inverse chez les garçons.
- Le taux de vapotage augmente avec le niveau scolaire.
- Moins de vapotage à Laval que dans le reste du Québec.
- Proportions stables depuis 2016-2017.

Source : Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017 et 2022-2023.



EQSJS

# Consommation d'alcool, de drogues et comportements sexuels +

# Consommation d'alcool

## Définition

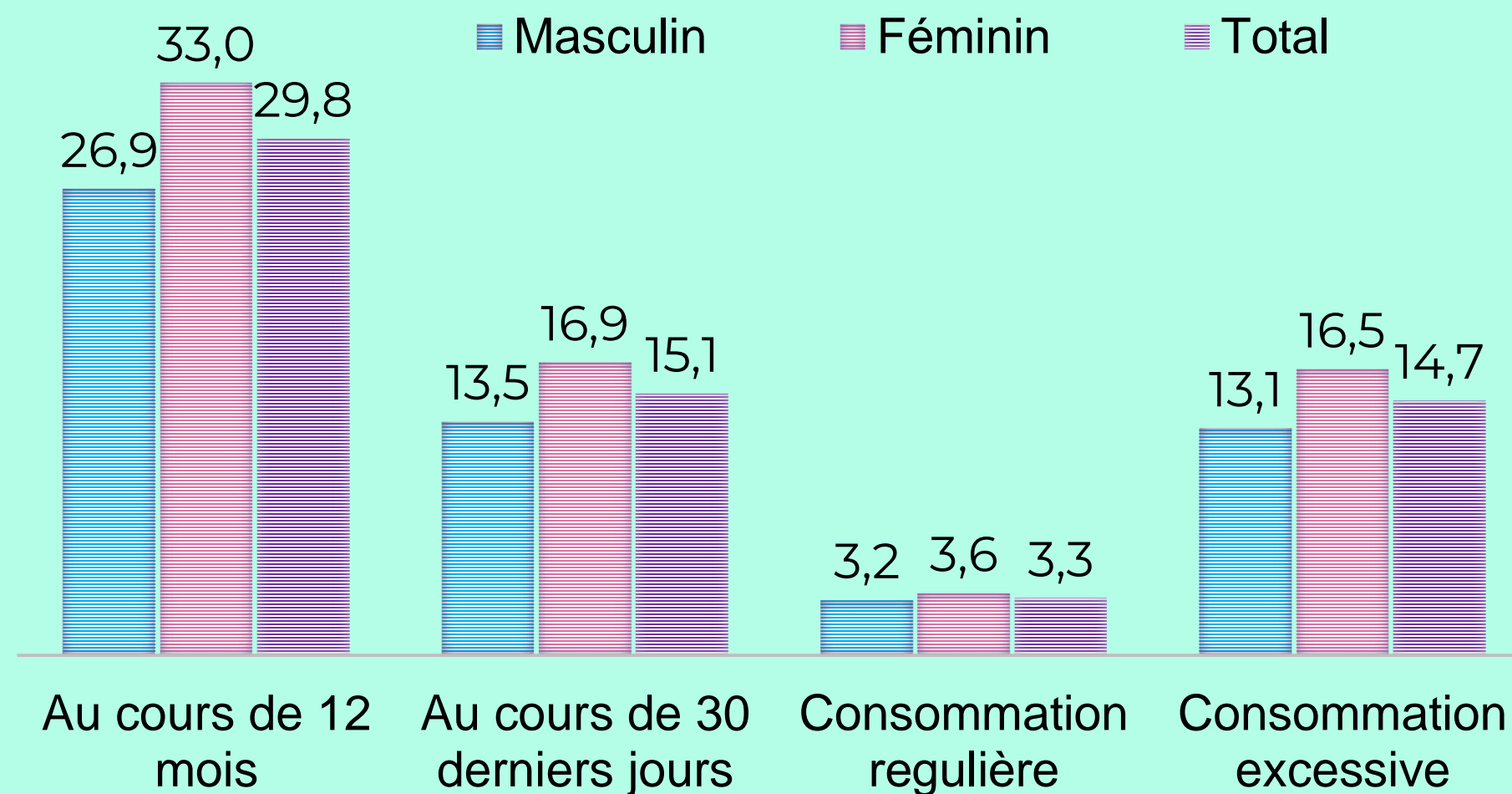
**Une consommation correspond à :** un verre de vin (120 à 150 ml), une petite bière (341 ml) un verre de boisson forte ou un verre de « shooter » (30 à 40 ml).

**La consommation excessive d'alcool** est définie comme étant le fait d'avoir pris cinq consommations ou plus d'alcool en une même occasion au moins une fois au cours d'une période de douze mois.

# Consommation d'alcool

Importante diminution depuis 2010-2011

Proportion (%) des élèves du secondaire consommant de l'alcool selon le genre, Laval, 2022-2023



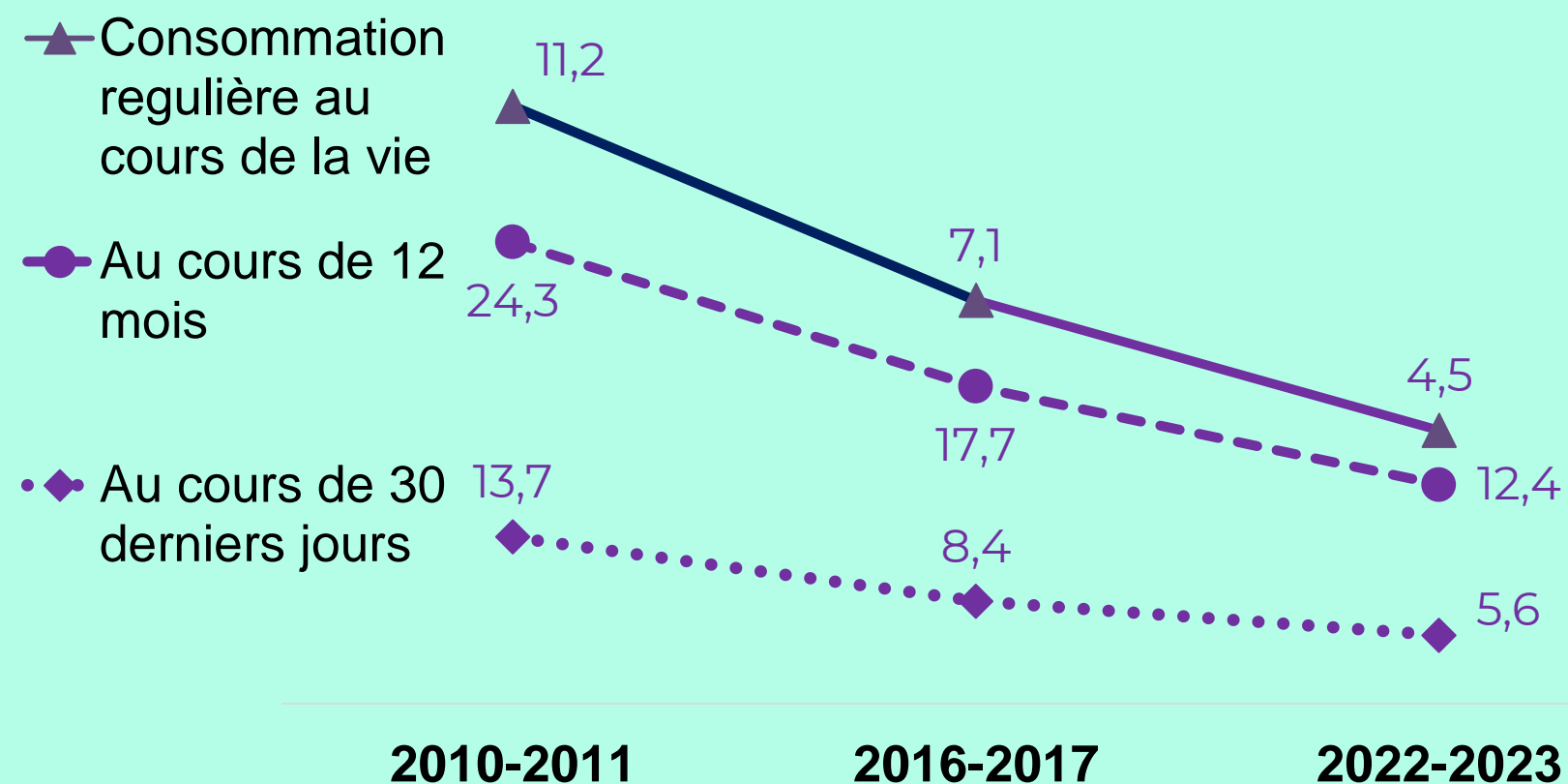
## Consommation régulière d'alcool

- Au moins 1 fois par semaine pendant une période d'au moins 1 mois
- 29,8 % des élèves ont consommé de l'alcool au cours de 12 derniers mois, tandis que 15,1 % ont consommé dans le dernier mois.
- Les filles présentent des proportions plus élevées que des garçons.
- Augmente avec le niveau scolaire.
- Moins fréquent à Laval que dans le reste du Québec.

# Consommation de drogues

Importante diminution depuis 2010-2011

Proportion (%) d'élèves du secondaire ayant consommé de la drogue selon le cycle d'enquête, Laval, 2010-2011 à 2022-2023



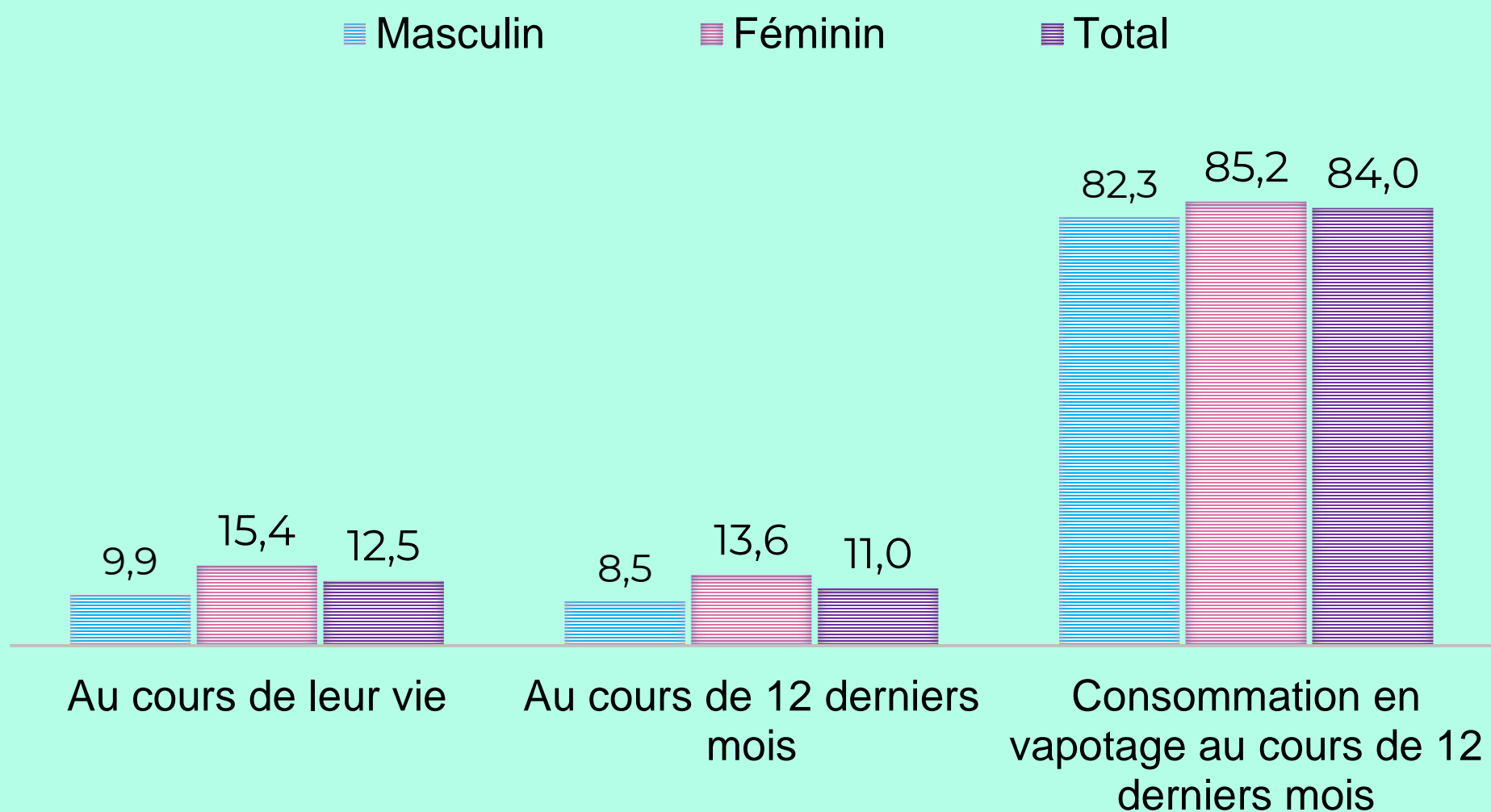
## Consommation régulière de drogues (y compris le cannabis)

- Au moins 1 fois par semaine pendant une période d'au moins 1 mois
- Plus de 12 % des élèves ont consommé de la drogue au cours de la dernière année.
- Les filles sont de plus grandes consommatrices que les garçons en 2022-2023, alors que c'était l'inverse lors des cycles précédents.
- La consommation de drogues augmente avec le niveau scolaire.
- Moins de consommateurs à Laval que dans le reste du Québec.
- Diminution de la consommation par rapport à 2010-2011.

# Consommation de cannabis

Plus d'1 élève sur 10 consomme du cannabis

Proportion (%) des élèves du secondaire ayant consommé du cannabis selon le genre, Laval, 2022-2023



- 11,0 % des élèves ont consommé du cannabis au cours de la dernière année, une proportion plus élevée chez les filles que chez les garçons.
- Parmi les consommateurs de cannabis, la majorité (84,0 %) l'a consommé uniquement en le vapotant.

# Comportements sexuels

## Moins d'élèves actifs sexuellement, mais + de relations à risque

En 2022-2023, près d'un élève lavallois sur 5 (18,9 %) de 14 ans et plus a déjà eu une relation sexuelle

- Augmente avec le niveau scolaire (atteint 31,0 % en 5e secondaire).
- Moins de jeunes actifs sexuellement à Laval que dans le reste du Québec.
- Diminution depuis 2010-2011 (33,1 % c. 18,9 %).

En 2022-2023, parmi les élèves lavallois actifs sexuellement :

- 64,2 % ont utilisé le condom lors de leur dernière relation vaginale, une diminution depuis 2010-2011.
- Parmi les filles actives sexuellement, plus de 1 sur 3 (34,2 %) ont utilisé la contraception orale d'urgence dans la dernière année.



EQSJS

# Santé mentale



# Détresse psychologique

## Définition

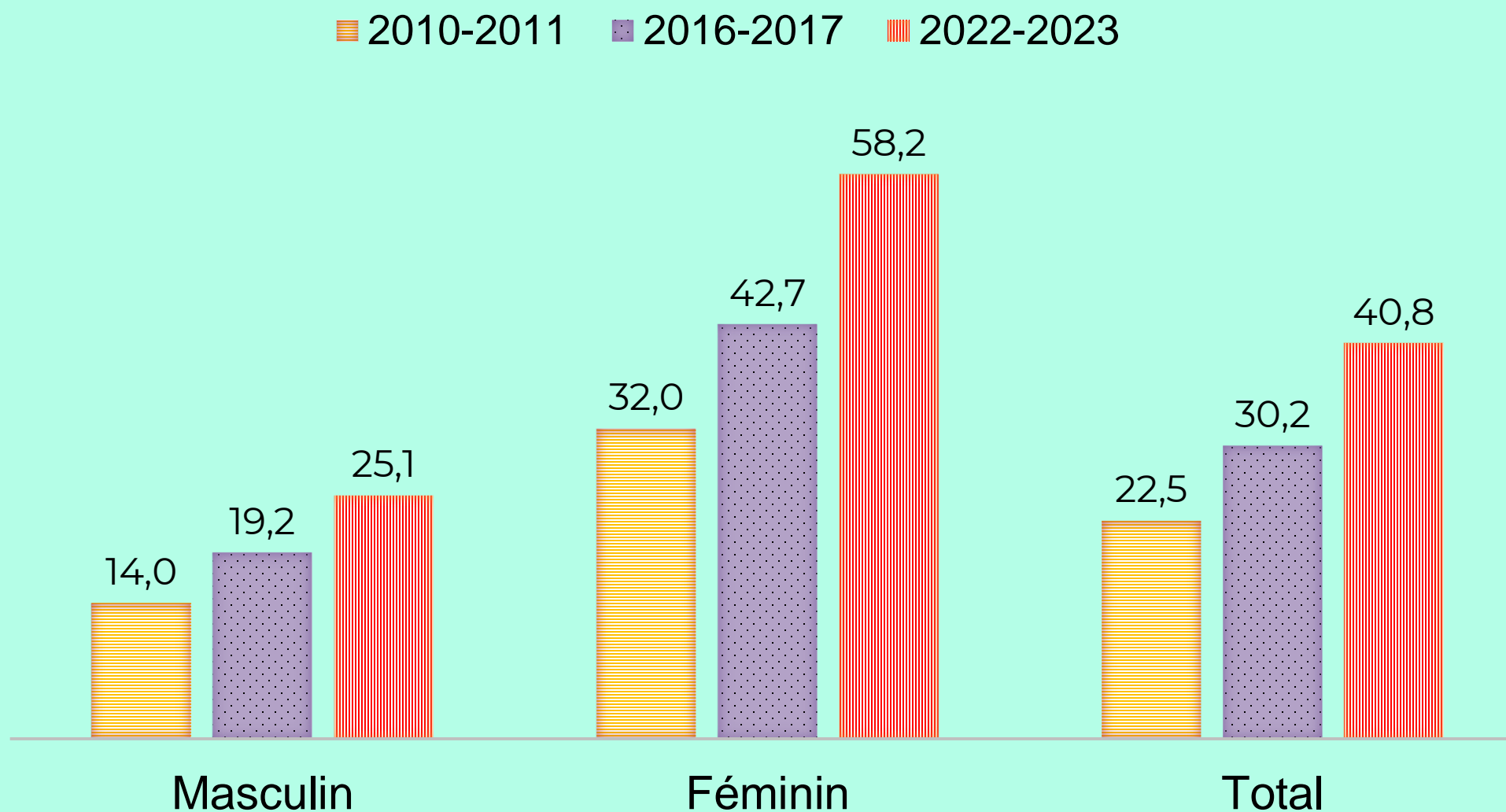
La détresse psychologique se caractérise par un ensemble d'émotions négatives ressenties par un individu qui, lorsqu'elles se présentent avec persistance, peuvent donner lieu à des syndromes de dépression et d'anxiété.

Dans la présente enquête, l'indice utilisé pour évaluer le niveau de détresse psychologique est composé de 14 items qui abordent les 4 dimensions suivantes : l'état dépressif, l'état anxieux, les problèmes cognitifs et l'irritabilité ressentie au cours de la dernière semaine.

# Niveau élevé de détresse psychologique

Près de 2 élèves sur 5 sont touchés

Proportion (%) d'élèves du secondaire se situant à un niveau élevé de détresse psychologique selon le genre et le cycle d'enquête, Laval, 2010-2011 à 2022-2023



- 40,8 % des élèves lavallois ont déclaré un niveau élevé de détresse psychologique.
- Plus de la moitié des filles sont touchées (58,2 %), alors que c'est un garçon sur 4 qui est concerné.
- La détresse psychologique augmente avec le niveau scolaire.
- En augmentation depuis 2010-2011, autant à Laval que dans le reste du Québec.



# Estime de soi

## Définition

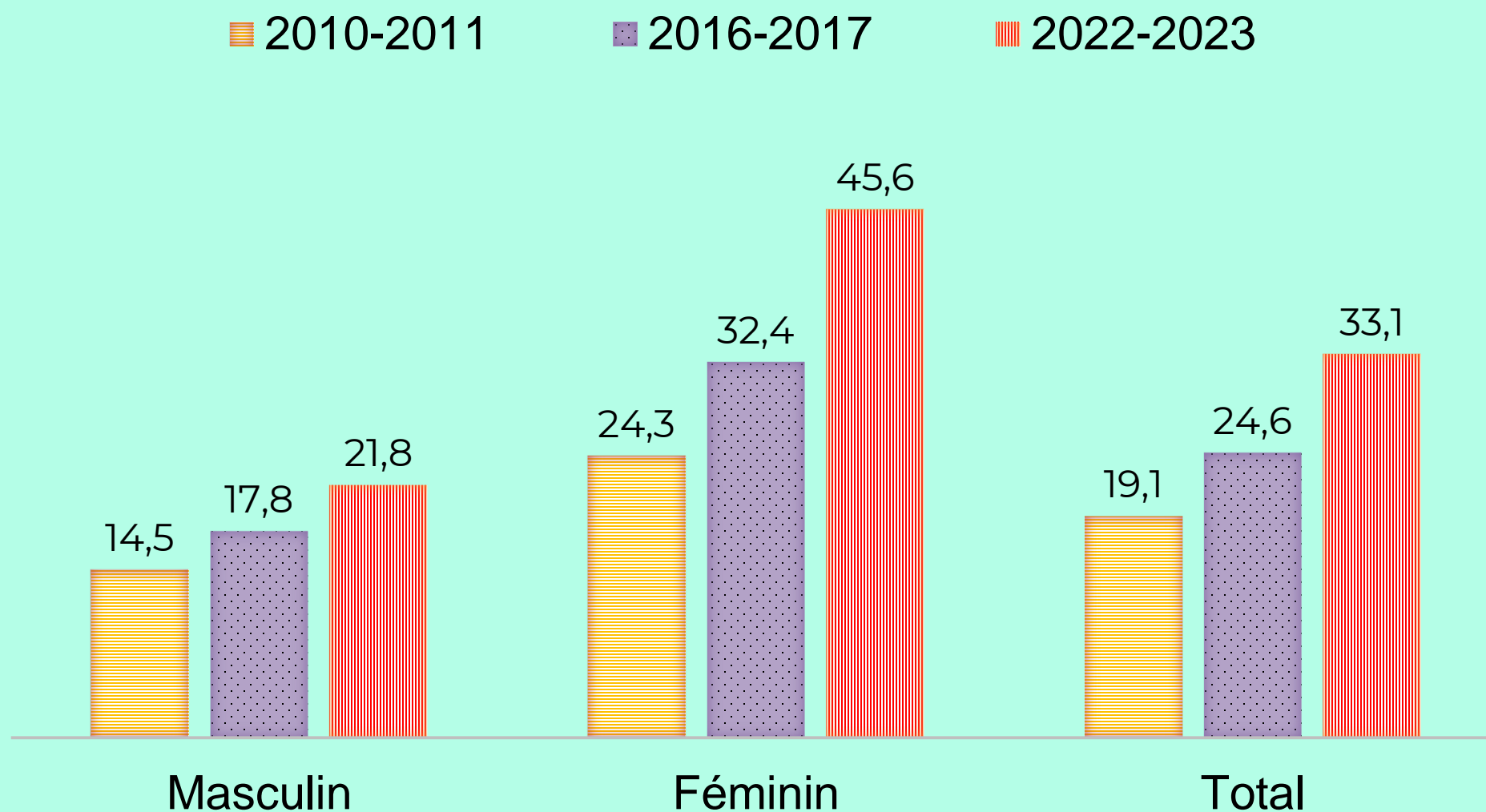
L'estime de soi est une ressource personnelle associée à l'adaptation sociale. En effet, un niveau élevé d'estime personnelle est considéré comme un facteur important de préservation de la santé mentale et sociale.

Dans la présente enquête, l'indice utilisé est composé de 10 questions évaluant la perception du jeune face à sa propre valeur.

# Estime de soi

1 élève sur 3 a un faible niveau d'estime de soi

Proportion (%) d'élèves du secondaire ayant un faible niveau d'estime de soi selon le genre et le cycle d'enquête, Laval, 2010-2011 à 2022-2023

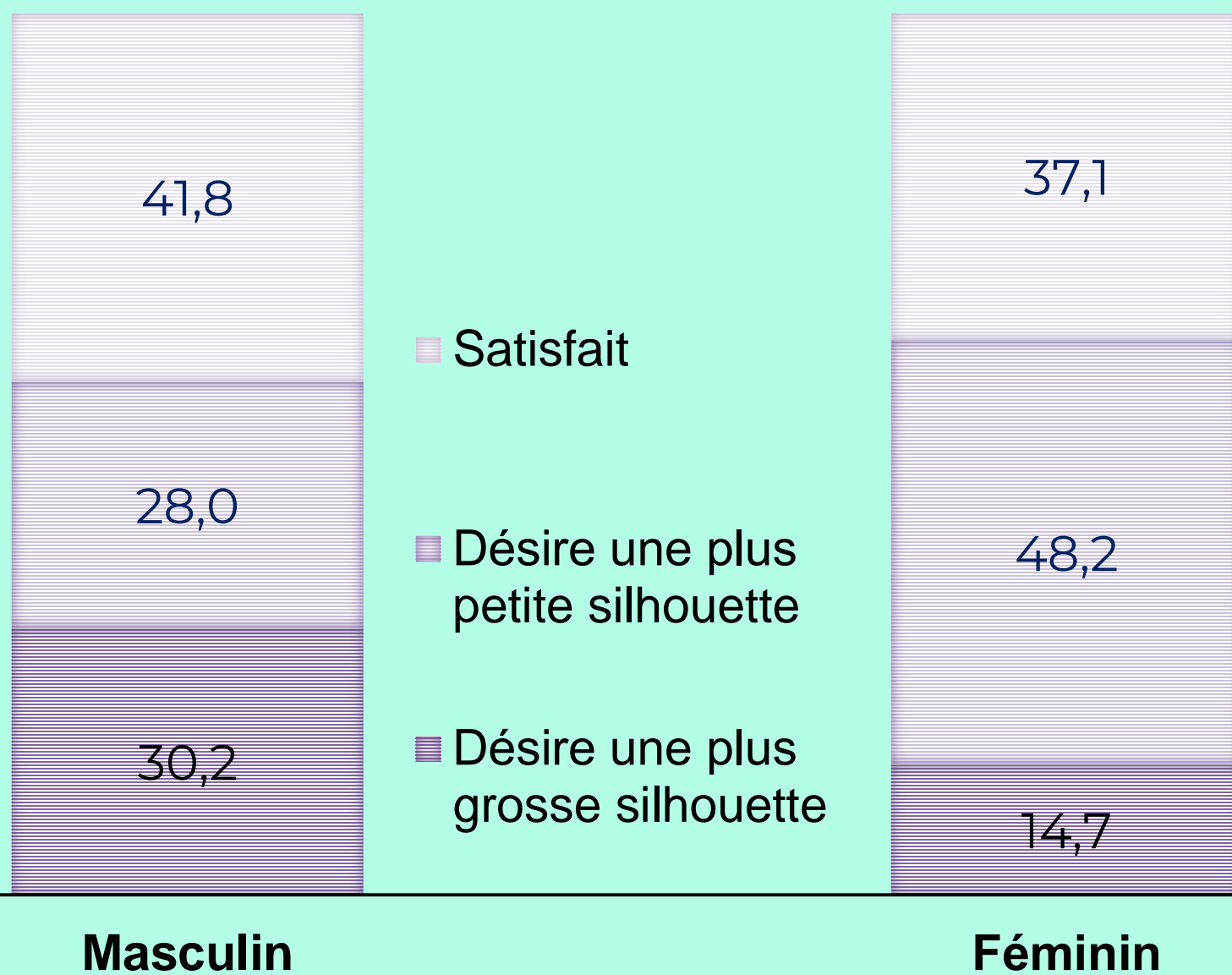


- 33,1 % des élèves lavallois ont une faible estime de soi.
- Beaucoup plus fréquent chez les filles (45,6 %).
- Pas de différence selon le niveau scolaire.
- En augmentation depuis 2010-2011, autant à Laval que dans le reste du Québec.

# Évaluation de l'apparence

60,4 % se disent insatisfaits de leur silhouette, une augmentation importante

Répartition (%) des élèves du secondaire selon leur satisfaction à l'égard de leur apparence et selon le genre, Laval, 2022-2023

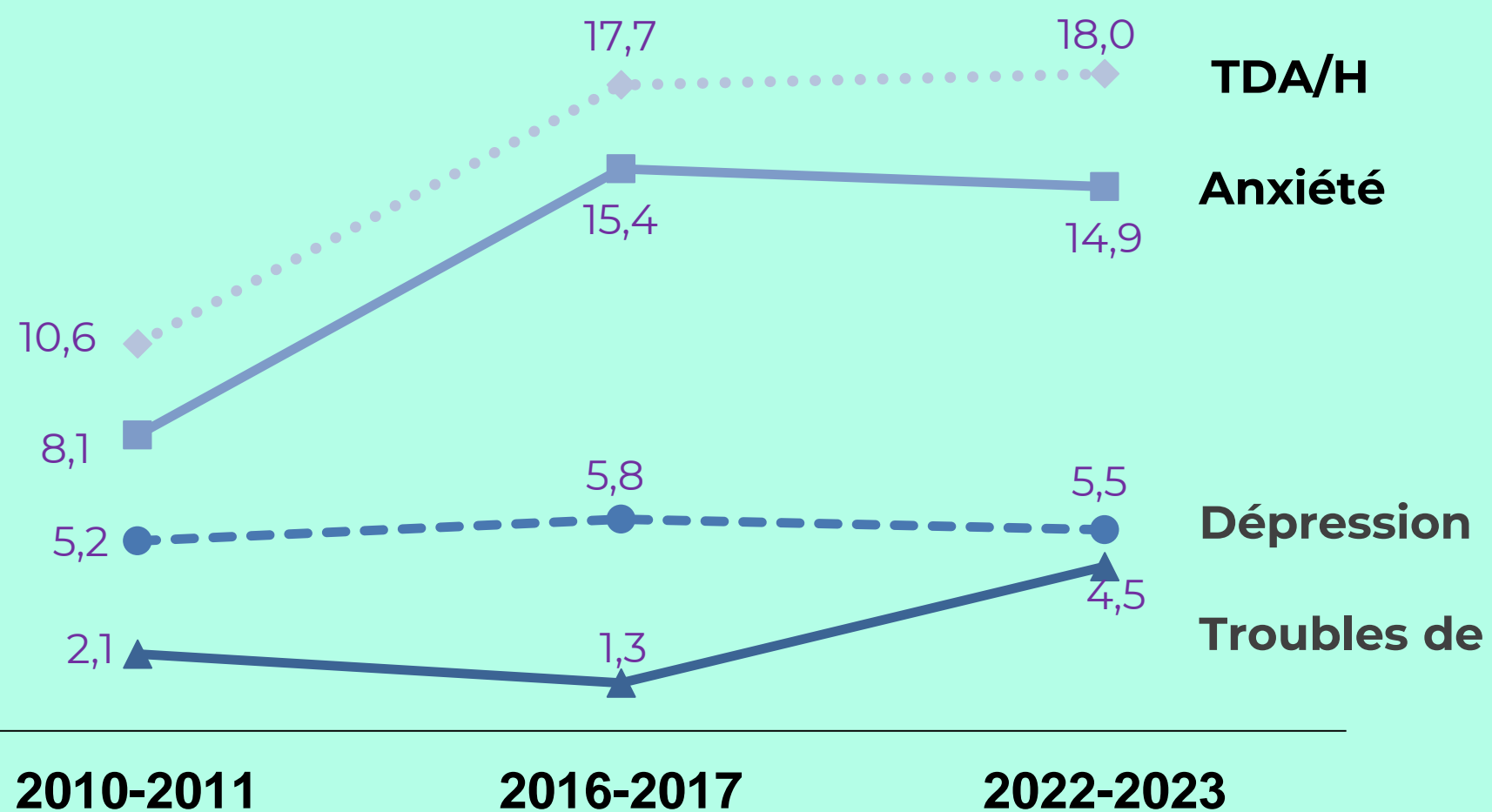


- Plus de garçons souhaitent une plus grosse silhouette, tandis que les filles sont plus nombreuses à désirer une silhouette plus petite.
- La proportion d'élèves lavallois insatisfaits de leur silhouette est passée de 47,7 % en 2010-2011 à 60,4 % en 2022-2023.

# Troubles mentaux diagnostiqués

## Augmentation des diagnostics depuis 2010-2011

Proportion (%) des élèves du secondaire ayant reçu au moins un diagnostic médical d'anxiété, de dépression, d'un trouble de l'alimentation ou TDA/H selon le cycle, Laval, 2010-2011 à 2022-2023



- En augmentation depuis 2010-2011, mais stable depuis 2016-2017 (à l'exception des troubles de l'alimentation).
- Moins fréquents à Laval que dans le reste du Québec.
- La dépression, l'anxiété et les troubles de l'alimentation sont plus fréquents chez les filles.
- Le TDA/H est plus diagnostiqué chez les garçons.

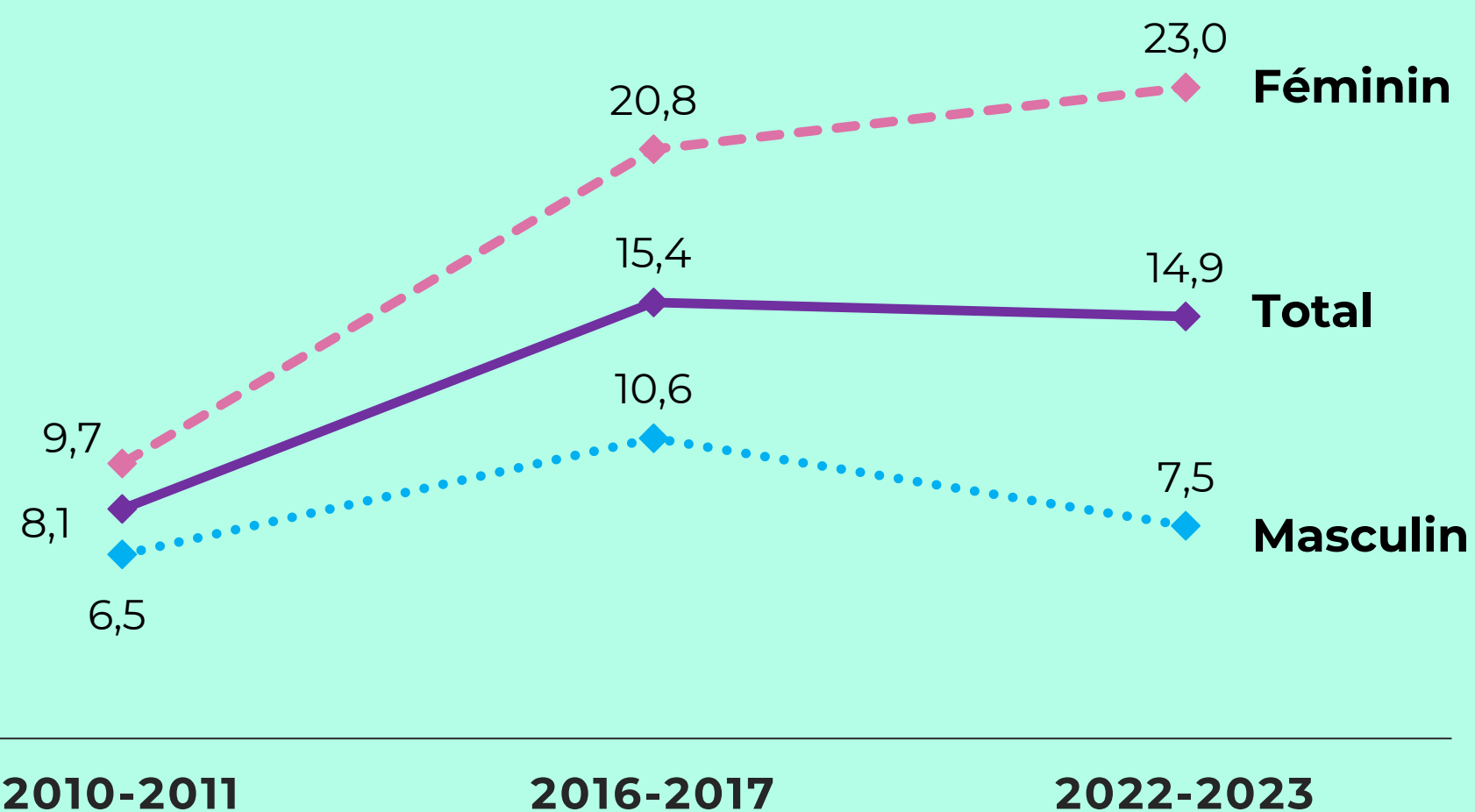
Note : TDA/H : Trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité.

Source : Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011, 2016-2017 et 2022-2023.

# Anxiété

## Stabilité dans la proportion de cas diagnostiqués

Proportion (%) des élèves du secondaire souffrant d'un trouble d'anxiété diagnostiqué selon le genre et le cycle d'enquête, Laval, 2010-2011 à 2022-2023



- 15 % des élèves souffrent d'anxiété ayant fait l'objet d'un diagnostic médical.
- La proportion d'élèves diagnostiqués est restée stable depuis 2016-2017.
- Les tendances varient selon le genre : les proportions ont augmenté chez les filles, tandis que chez les garçons elles ont diminué entre les deux derniers cycles. Elle est trois fois plus fréquente chez les filles (23,0 %) que chez les garçons (7,5 %) en 2022-2023.
- Moins fréquent à Laval que dans le reste du Québec.

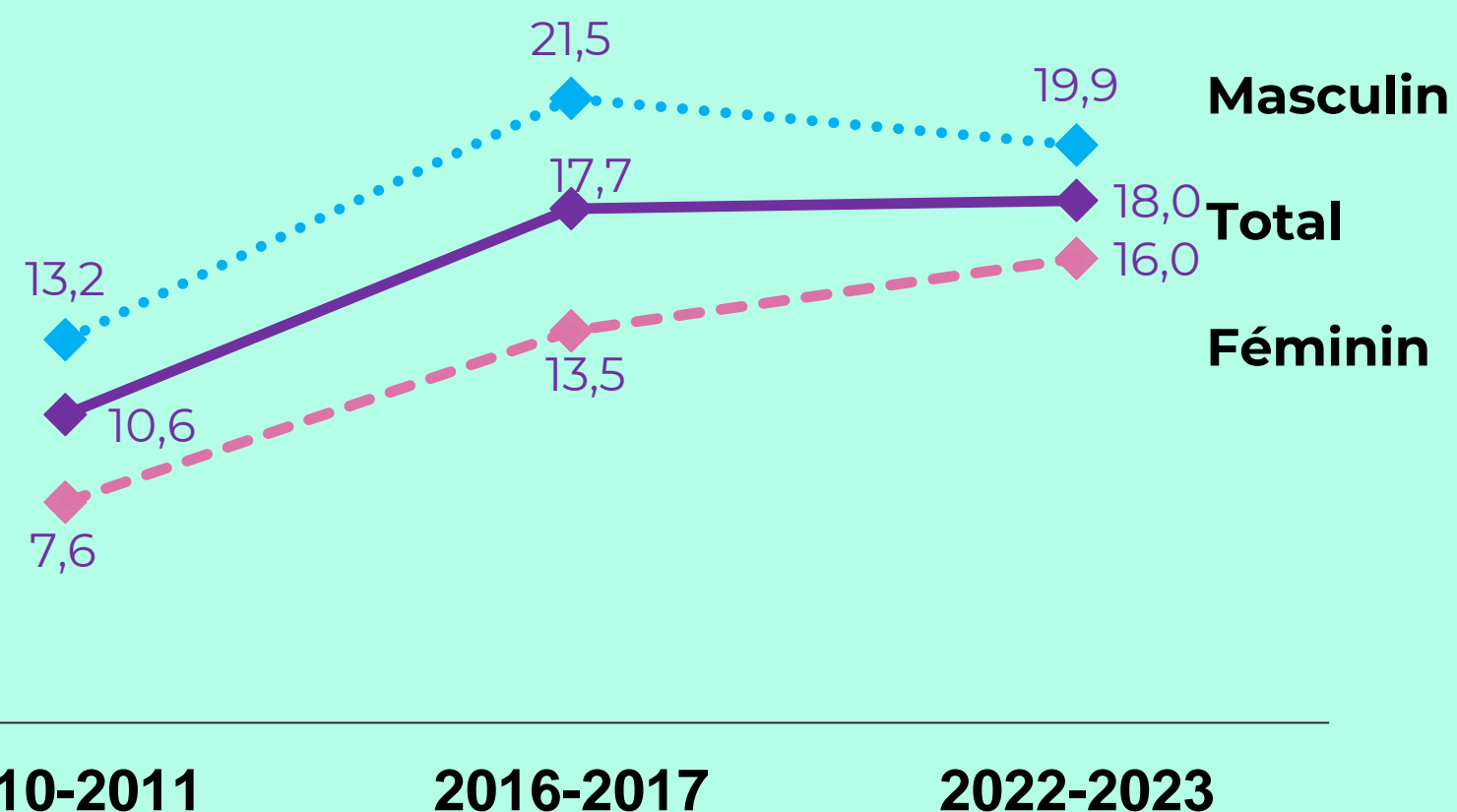
# Trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H)

Stabilité dans depuis 2016-2017

10,5 % de l'ensemble des élèves lavallois consomment des médicaments pour les aider à se concentrer ou à se calmer. Parmi les élèves diagnostiqués de TDA/H, cette proportion s'établit à 54,2 %

- 18 % des élèves ont reçu un diagnostic médical de TDA/H.
- Plus fréquent chez les garçons (1 garçon sur 5).
- Moins fréquent à Laval que dans le reste du Québec.
- Stabilité depuis 2016-2017 à Laval, alors qu'il y a une augmentation dans le reste du Québec.

Proportion des élèves du secondaire ayant reçu un diagnostic médical de TDA/H selon le genre et le cycle d'enquête, Laval, 2010-2011 à 2022-2023





EQSJS

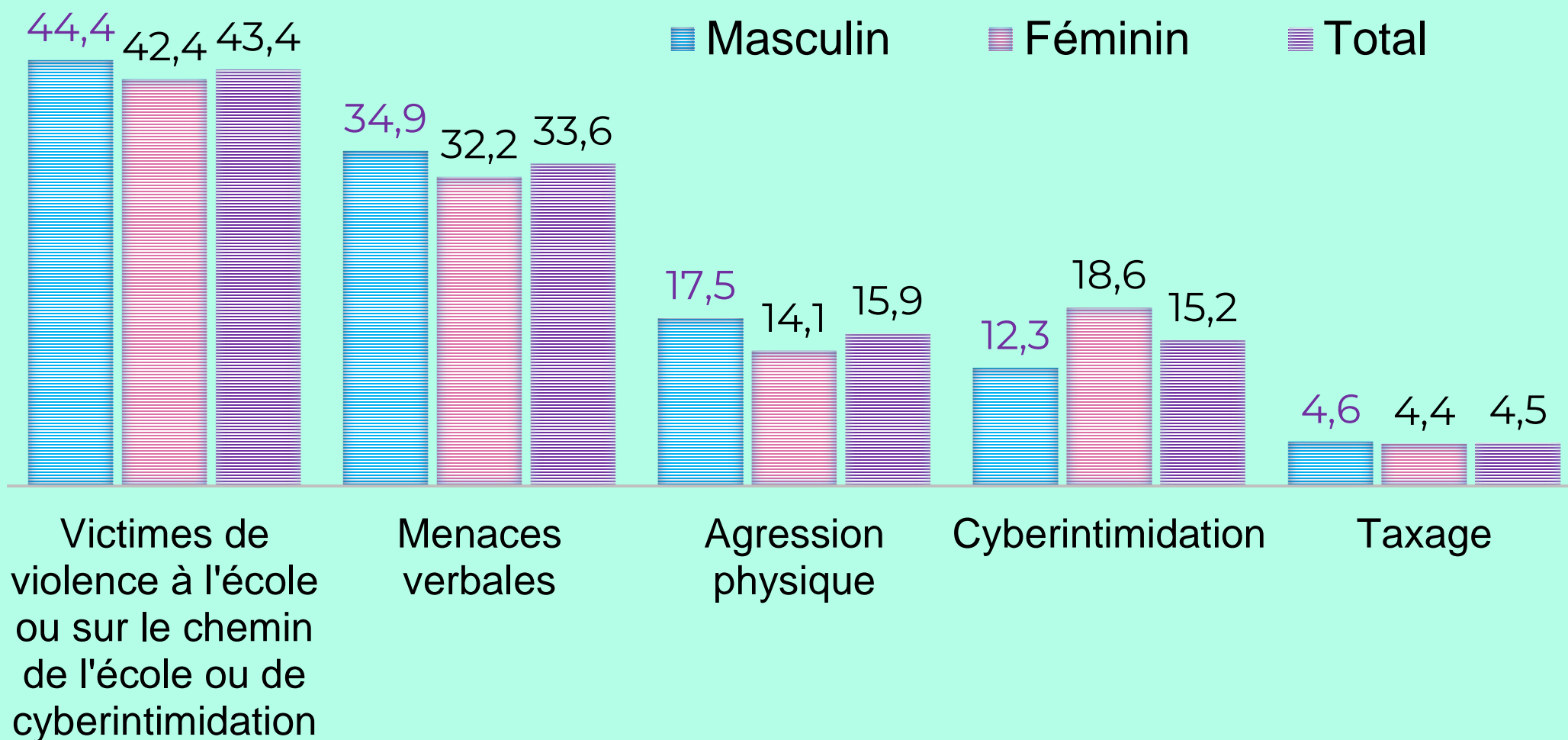
# Adaptation sociale



# Victimisation durant l'année scolaire

Un phénomène plus fréquent à Laval

Répartition (%) des jeunes du secondaire selon leur expérience de victimisation durant l'année scolaire, Laval, 2022-2023



- 43,4 % des élèves lavallois déclarent avoir été victimes de violence à l'école, sur le chemin de l'école ou de cyberintimidation au cours des 12 derniers mois.
- Plus fréquent chez les garçons, sauf pour la cyberintimidation.
- Plus fréquent chez les élèves du 1<sup>er</sup> cycle.
- Plus fréquent à Laval que dans le reste du Québec.

# Comportement d'agressivité directe

## Définition

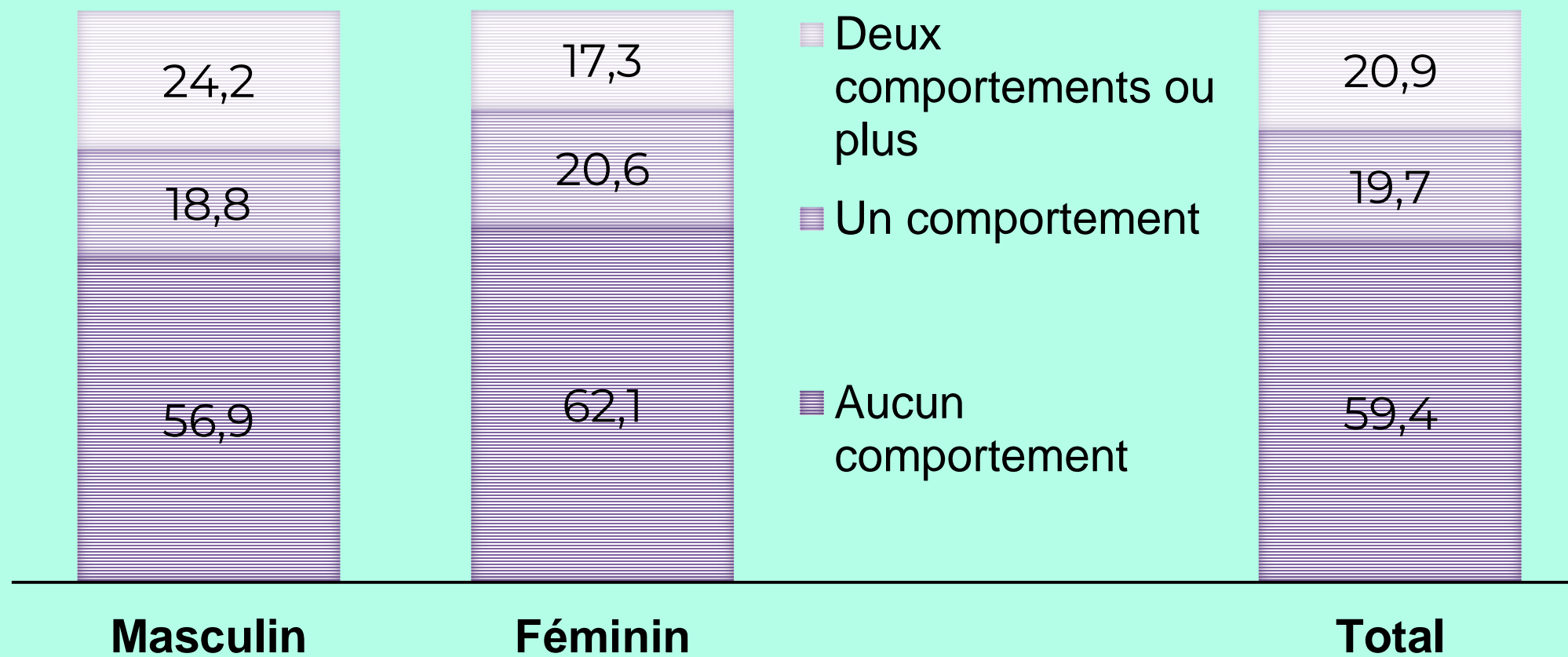
**6 types de comportements d'agressivité directe sont mesurés dans l'EQSJS :**

- Se battre souvent avec les autres.
- Commencer une bagarre quand on lui fait mal accidentellement.
- Attaquer physiquement les autres.
- Menacer les autres.
- Être cruel, dur ou méchant avec les autres.
- Frapper, mordre ou donner des coups de pied aux autres.

# Comportement d'agressivité directe

Près de la moitié des garçons en présentent

Répartition(%) des élèves du secondaire selon le nombre de comportements d'agressivité directe, Laval, 2022-2023

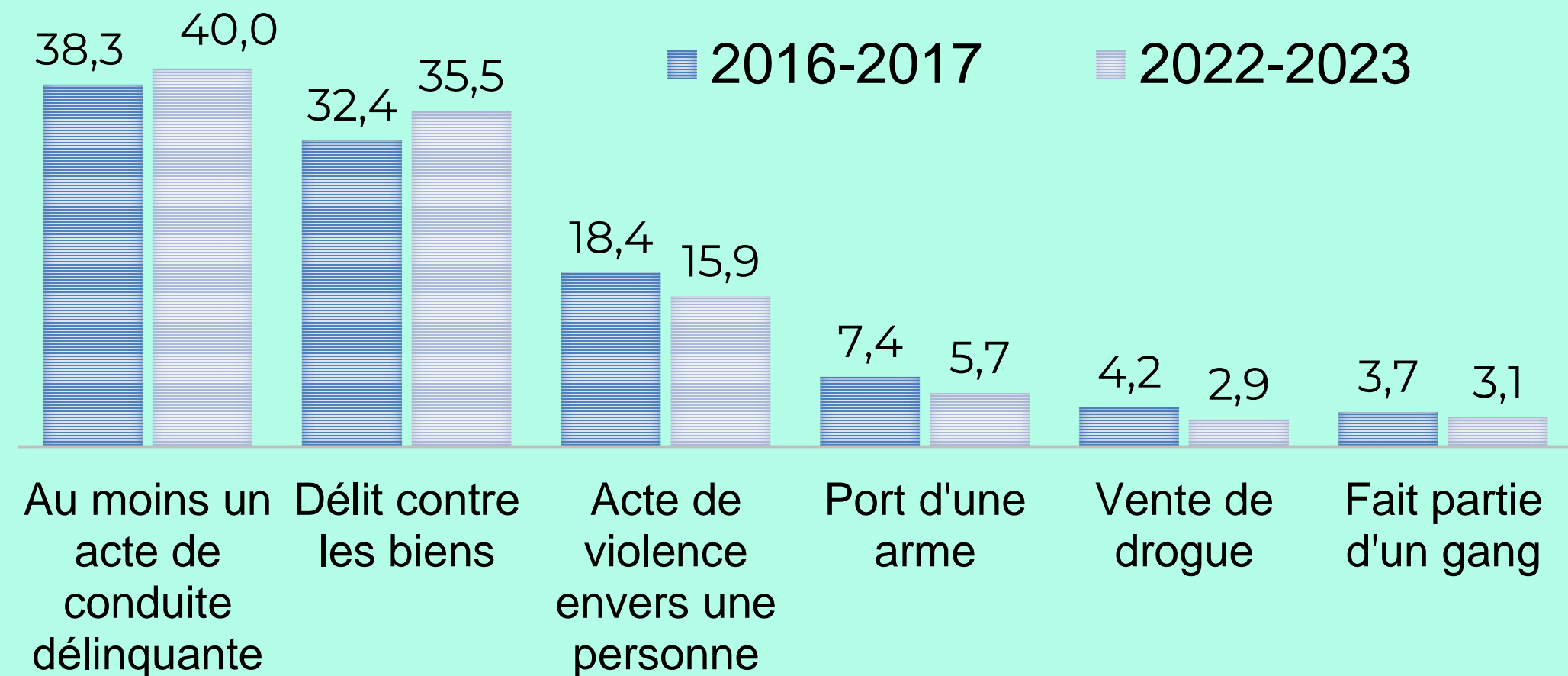


- Environ 40 % des élèves lavallois présentent au moins un comportement d'agressivité directe.
- Plus fréquent chez les garçons.
- Plus fréquent à Laval que dans le reste du Québec.

# Conduite délinquante

2 élèves sur 5 ont commis au moins un acte de délinquance

Proportion (%) de jeunes du secondaire ayant commis un acte de conduite délinquante durant l'année, Laval, 2016-2017 et 2022-2023



- **Augmentation des délits contre les biens.**
- **Les conduites délinquantes sont plus fréquentes chez les garçons et chez les élèves du 2<sup>e</sup> cycle.**
- **Plus fréquent à Laval que dans le reste du Québec.**

# Violence dans les relations amoureuses

## Définition

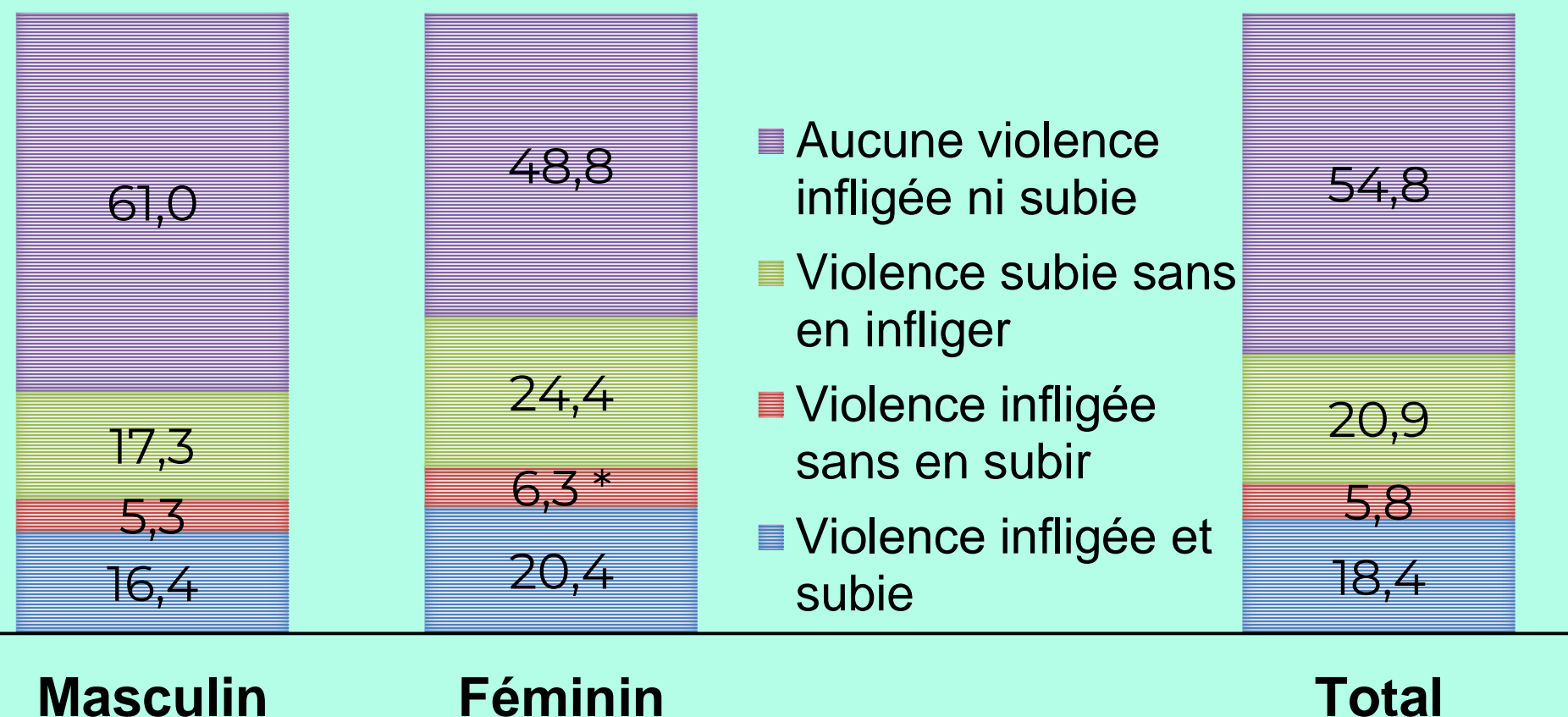
Trois formes de violence dans les relations amoureuses sont mesurées par l'EQSJS :

1. **La violence psychologique** fait référence à l'usage de menaces, de tromperies, de contrôle ayant pour effet de bouleverser l'autre et de compromettre son bien-être.
2. **La violence physique** réfère à l'usage de la force physique ou d'objets qui visent à compromettre l'intégrité physique de l'autre.
3. **La violence sexuelle** est tout comportement qui inciter ou forcer une autre personne à être témoin ou à l'engager dans des activités à caractère sexuel (embrasser, attouchements, relations sexuelles) sans son consentement.

# Violence dans les relations amoureuses

Touche près de la moitié des élèves en relation amoureuse

Répartition (%) des élèves du secondaire selon leur expérience de violence subie ou infligée lors de leurs relations amoureuses au cours des 12 derniers mois, Laval, 2022-2023



Parmi les élèves ayant eu des relations amoureuses, 35,9 % ont infligé ou subi des violences psychologiques, 22,8 % des violences physiques et 14,3 % des violences sexuelles

- 45 % des élèves du secondaire disent avoir vécu de la violence dans leurs relations amoureuses dans la dernière année.
- Les filles sont plus nombreuses à déclarer expérimenter de la violence, qu'elle soit infligée ou subie.
- Touche davantage les élèves du 2<sup>e</sup> cycle du secondaire.
- Plus fréquent à Laval que dans le reste du Québec.

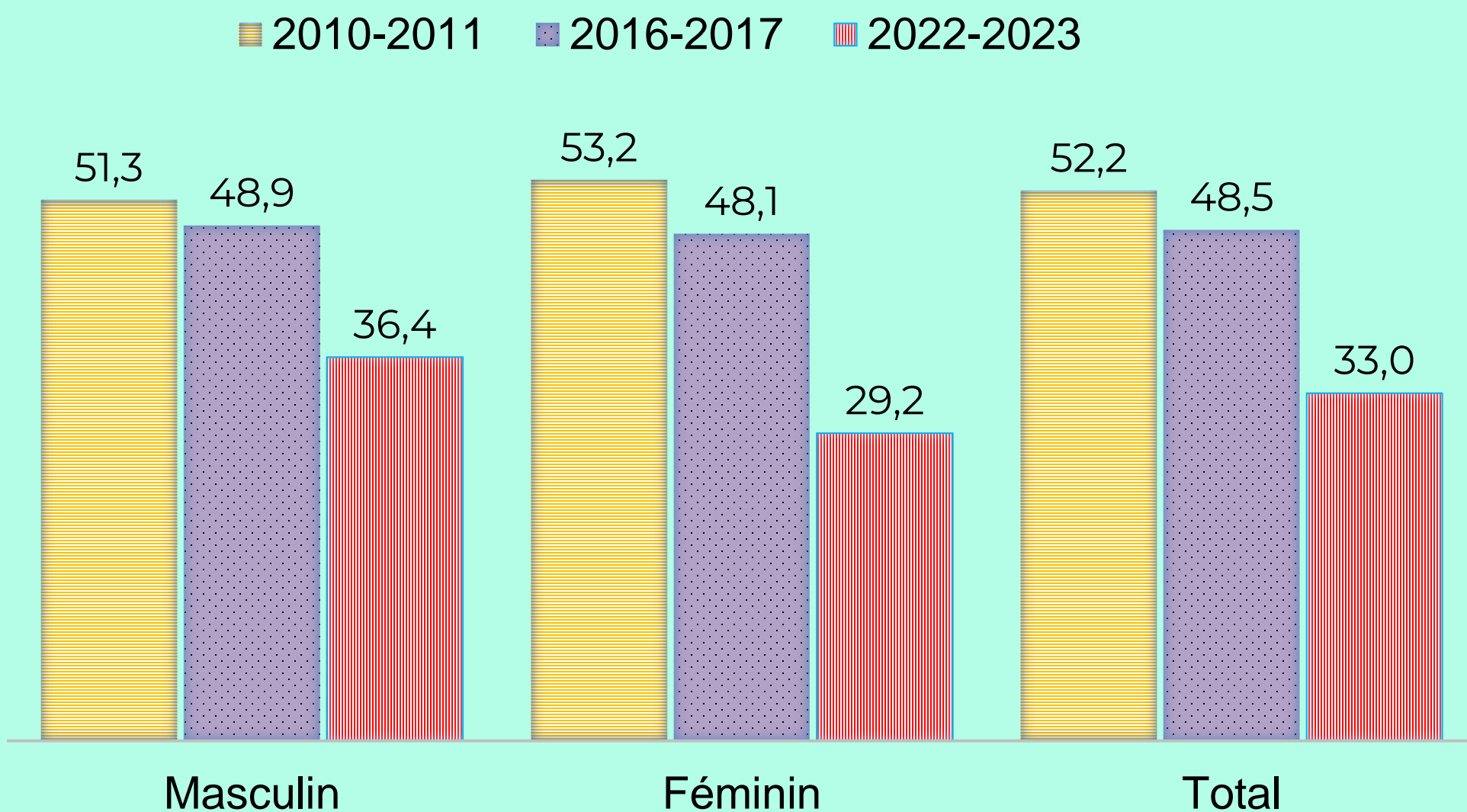
\* Coefficient de variation supérieur à 15 % et inférieur ou égal à 25 %. La valeur de la proportion doit être interprétée avec prudence

Source : Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2022-2023.

# Sentiment d'appartenance

En baisse depuis 2010-2011

Proportion (%) des élèves du secondaire ayant un sentiment d'appartenance élevé à leur école selon le genre, Laval, 2010-2011 à 2022-2023



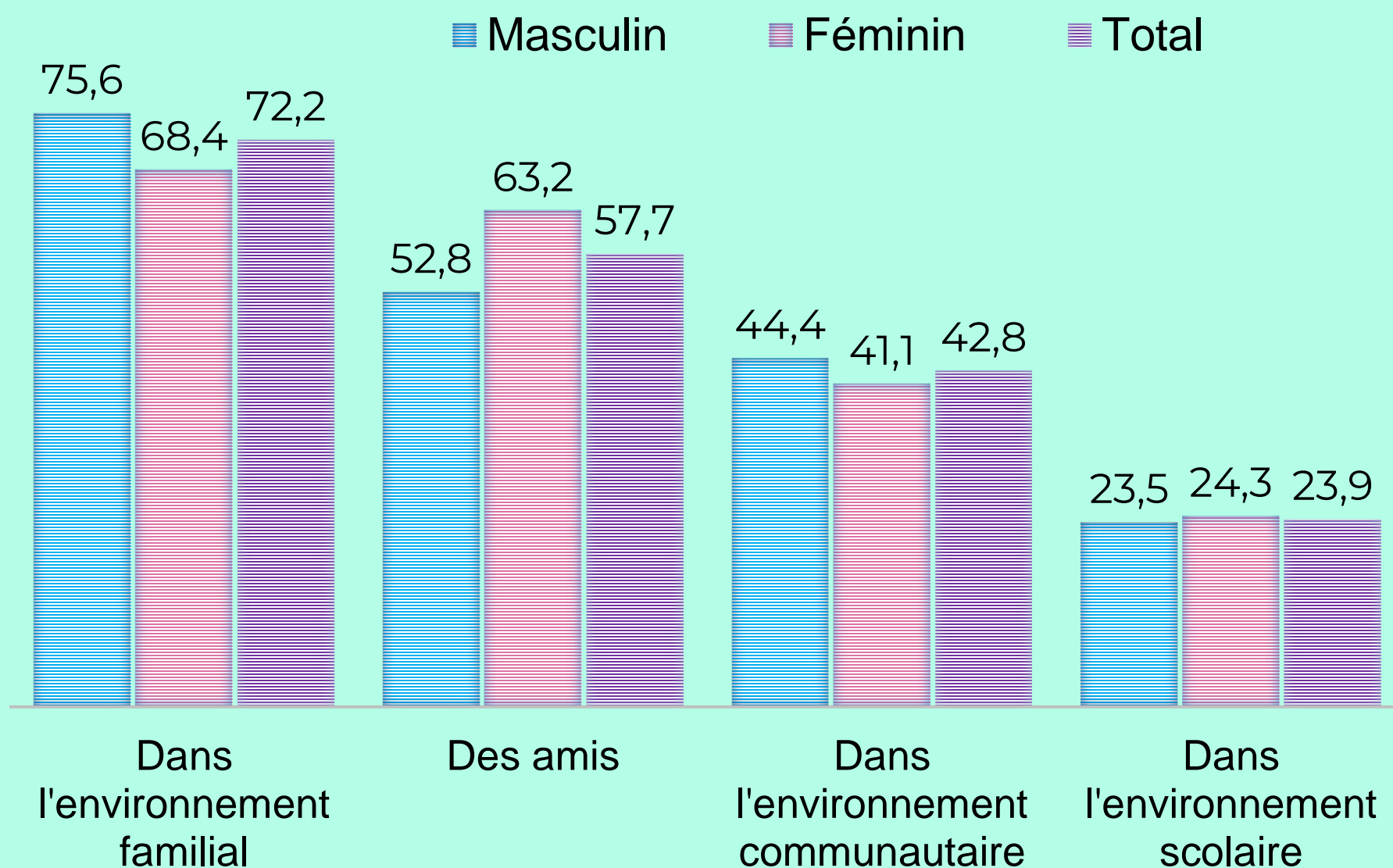
- Seulement un élève sur trois (33,0 %) a un sentiment élevé d'appartenance à son école.
- Les filles sont plus nombreuses à ne pas se sentir appartenir à leur école, de même que les élèves du 2e cycle.
- Proportion plus faible à Laval que dans le reste du Québec.

Source : Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011, 2016-2017 et 2022-2023.

# Soutien social élevé

En baisse depuis 2016-2017

Proportion (%) des élèves du secondaire ayant un soutien social élevé selon le milieu et selon le genre, Laval, 2022-2023



- Le soutien de l'environnement familial est plus élevé que celui des amis, autant pour les filles que les garçons. En revanche, la différence de soutien élevé de la part des amis est marquée entre les genres.
- Les proportions des élèves ayant un soutien social élevé de leurs amis et dans l'environnement scolaire sont plus faibles à Laval que dans le reste du Québec.
- Diminution significative de soutien social dans tous les milieux depuis 2016-2017.



Une réalisation de l'équipe **Surveillance, vigie et évaluation de la Direction de santé publique**

#### **RÉDACTION**

**Numuhire Beatrice**, agente de planification, de programmation et de recherche, équipe Surveillance, vigie et évaluation

#### **SOURCE DES DONNÉES**

Institut de la statistique du Québec. Enquête sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS) 2010-2011, 2016-2017 et 2022-2023

#### **COORDINATION**

**Céline Dufour**, coordonnatrice professionnelle, équipe Surveillance, vigie et évaluation

#### **DIRECTION**

**Jean-Pierre Trépanier**, directeur de santé publique

#### **ÉDITION**

La Direction des communications, des affaires juridiques et affaires corporatives du Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval. Le présent document n'est accessible qu'en version électronique à l'adresse : [www.lavalensante.com](http://www.lavalensante.com).

© Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval, 2026.

Ce document peut être reproduit et communiqué au public par quelque moyen que ce soit à des fins éducatives ou non commerciales, à condition d'en mentionner la source.