

# Les habitudes de vie

## Sommaire des résultats

EQSP

2020-2021

ENQUÊTE  
QUÉBÉCOISE  
SUR LA SANTÉ  
DE LA POPULATION

Les données de l'EQSP 2020-2021, chez les personnes de 15 ans ou plus de la région des Laurentides, confirment des tendances observées par d'autres enquêtes.

Comme dans l'EQSP de 2014-2015, la région des Laurentides reste avec un profil d'habitudes de vie généralement plus défavorable que dans l'ensemble du Québec.

## TABAGISME



### Proportion plus élevée de fumeurs

(17,9 % comparé à 15,4 % au QC) et particulièrement de fumeurs quotidiens

### Diminution de la proportion de fumeurs

(de 22,8 % à 17,9 %) tout comme au Québec (19,4 % à 15,4 %)

Le vapotage est un phénomène en croissance partout au Québec chez les jeunes. D'autres études nous montrent que l'usage de la cigarette est en baisse chez les jeunes au Québec, alors que celle de la cigarette électronique est en hausse. Un phénomène sur lequel les experts se penchent actuellement.

Bonne nouvelle, la diminution de la proportion de fumeurs de cigarettes se poursuit.

### Proportion plus élevée de jeunes de 15 à 24 ans qui utilisent la cigarette électronique quotidiennement

(16,8 % comparé à 9,1 % au QC)

## SÉDENTARITÉ BOISSONS SUCRÉES OBÉSITÉ



### Proportion plus élevée de personnes considérées comme sédentaires dans leur niveau d'activité physique de transport

(75,8 % comparé à 68,2 % au QC)

Cette proportion ressemble à celle de plusieurs autres régions similaires. Les régions fortement urbanisées ont généralement plus de transport actif.

### Proportion plus élevée de personnes qui consomment des boissons sucrées quotidiennement

(55,6 % comparé à 51,9 % au QC)

### Augmentation de la prévalence de l'obésité

(de 19,7 % à 24,8 %) tout comme au Québec (18,8 % à 22,7 %)

La tendance à la hausse de la prévalence de l'obésité se poursuit.

## ALCOOL DROGUES



### Proportion plus élevée de personnes ayant une consommation excessive d'alcool

(dans les 12 derniers mois) (26,4 % comparé à 23,6 % au QC)

### Proportion plus élevée de consommateurs de drogues

(21,4 % comparé à 19,2 % au QC)

particulièrement chez les 15 à 24 ans (40,7 % comparé à 31,3 % au QC)

Les constats sont les mêmes pour la consommation de cannabis (données non présentées).

### Proportion plus élevée de consommateurs d'opioïdes prescrits

(15,3 % comparé à 12,9 % au QC) (dans les 12 derniers mois)

DIRECTION  
DE  
SANTÉ  
PUBLIQUE  
DES  
LAURENTIDES

POUR  
UNE  
MEILLEURE  
SANTÉ  
COLLECTIVE

## Pour en savoir plus sur l'EQSP

Sommaire régional sur la santé mentale  
Maintenant disponible

D'autres données disponibles bientôt

L'EQSP 2020-2021 offre de nouvelles informations (ex. sur la consommation de cannabis et d'opioïdes) et des analyses à l'échelle des territoires de RLS (réseaux locaux de services).

Une enquête de l'ISQ

Page web de l'enquête

## Restez connectés !

### Pour obtenir les dernières nouvelles

sur l'état de santé de la population de la région et de ses territoires, inscrivez-vous à l'infolettre de l'équipe de surveillance, recherche et évaluation de la Direction de santé publique

### Portrait régional sur les maladies chroniques

À lire prochainement ! Combinant des informations de plusieurs sources différentes, on y aborde la prévention qui passe par l'adoption de saines habitudes de vie.

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
des Laurentides

Québec