

# JEUNES DE 15-29 ANS AU QUÉBEC – SANTÉ ET HABITUDES DE VIE

## PERCEPTION DE L'ÉTAT DE SANTÉ

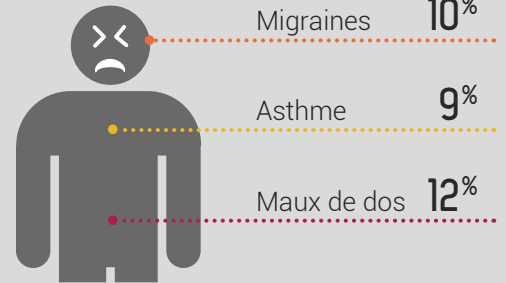
**5%** se perçoivent en **PASSABLE** ou **MAUVAIS** état de santé



## PERCEPTION DU STRESS

**26%** perçoivent leurs journées comme **STRESSANTES**

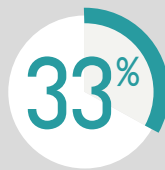
## PROBLÈMES DE SANTÉ LES PLUS PRÉVALENTS



## IMAGE CORPORELLE



Hommes



Femmes



considère avoir un **EXCÈS DE POIDS**

a essayé de **CONTRÔLER** ou **PERDRE** du poids

## CHOIX ALIMENTAIRES

Raisons de **choisir** ou **éviter** certains aliments

### Choisir



**55,8%** Faible teneur en **gras**



**42,1%** Teneur en **fibres**

### Éviter



**45,2%** Haute teneur en **sel**

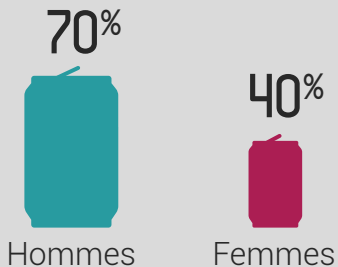


**28,2%** Teneur en **cholestérol**



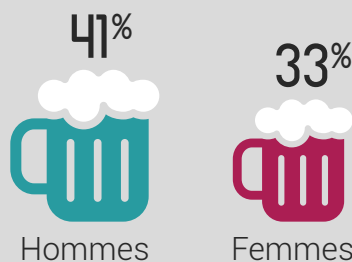
**43,9%** Teneur en **calories**

## CONSOMMATION RÉGULIÈRE DE BOISSONS SUCRÉES\*



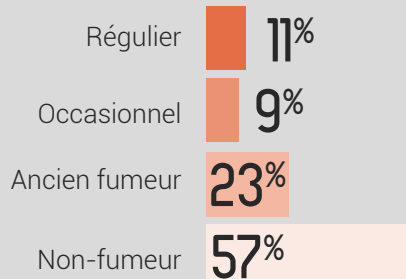
\* Boissons gazeuses, boissons aux fruits, boissons pour sportifs et boissons énergisantes.

## CONSOMMATION ABUSIVE\*\* D'ALCOOL

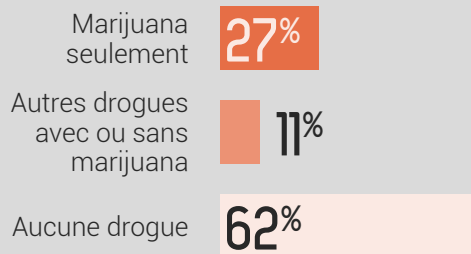


\*\* Au moins 5 verres pour les hommes ou 4 verres pour les femmes, en une même occasion, au moins une fois par mois.

## STATUT DE FUMEUR DE CIGARETTES



## CONSOMMATION DE DROGUES



### Sources

Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé de la population, 2014-2015*.  
Statistique Canada, *Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, 2015*, fichiers de partage.  
Adapté par l'Institut de la statistique du Québec.

Institut  
de la statistique

Québec

