

ENQUÊTE SOCIALE ET DE SANTÉ

OUTAOUAI
1 9 9 8

LES RÉSULTATS DE L'ENQUÊTE SOCIALE ET DE SANTÉ 1998 POUR LA RÉGION DE L'OUTAOUAI SONT PUBLIÉS SOUS FORME DE FICHES, CHACUNE CORRESPONDANT À UN DES THÈMES DE L'ENQUÊTE.

NOS FICHES

- Fiche 1 : Méthodes
- Fiche 2 : Caractéristiques sociales et socioéconomiques
- Fiche 3 : Usage du tabac
- Fiche 4 : Consommation d'alcool
- Fiche 5 : Consommation de drogues et autres substances psychoactives
- Fiche 6 : Alimentation : perceptions, pratiques et insécurité alimentaire
- Fiche 7 : Activité physique
- Fiche 8 : Poids corporel**
- Fiche 9 : Comportements sexuels et utilisation du condom
- Fiche 10 : Orientation sexuelle et santé
- Fiche 11 : Divers comportements de santé propres aux femmes
- Fiche 12 : Perception de l'état de santé
- Fiche 13 : Problèmes de santé
- Fiche 14 : Problèmes auditifs et problèmes visuels
- Fiche 15 : Accidents avec blessures
- Fiche 16 : Santé mentale
- Fiche 17 : Idées suicidaires et parasuicides
- Fiche 18 : Incapacité et limitation d'activités
- Fiche 19 : Recours aux services des professionnels de la santé et des services sociaux
- Fiche 20 : Recours aux hospitalisations, à la chirurgie d'un jour et aux services posthospitaliers
- Fiche 21 : Recours au service Info-Santé CLSC
- Fiche 22 : Consommation de médicaments
- Fiche 23 : Vaccination contre la grippe
- Fiche 24 : Famille et santé
- Fiche 25 : Environnement de soutien
- Fiche 26 : Travail et santé
- Fiche 27 : Environnement psychosocial au travail
- Fiche 28 : Couverture des frais de santé par un régime d'assurance privé
- Fiche 29 : Spiritualité, religion et santé

Poids corporel

Introduction

Le poids corporel dépend, dans une large mesure, des habitudes alimentaires et des choix d'activités physiques. Ces thèmes de l'enquête sociale et de santé 1998 sont abordés dans des fiches distinctes. La forte relation entre l'excès de poids et l'incidence de maladies cardiovasculaires, d'hypertension, de diabète de type II et de plusieurs cancers est maintenant bien documentée. Le risque de développer un de ces problèmes de santé double chez les personnes présentant un excès de poids et est encore plus élevé en présence d'obésité abdominale (de type androïde).

Aspects méthodologiques

Les deux indicateurs retenus au niveau régional pour l'analyse des données relatives au poids corporel sont l'indice de masse corporelle (IMC) et le désir de modifier son poids. Les données utilisées proviennent de la section II (« Votre poids ») du questionnaire auto administré (QAA), qui comporte des questions portant sur la taille (QAA2), sur le poids (QAA3) et sur le désir de changer de poids (QAA4).

L'IMC permet de juger du poids d'un individu en fonction de sa taille et demeure la mesure de la masse corporelle la mieux corrélée avec les risques pour la santé dans les études écologiques. Lorsque l'IMC est utilisé sur une base individuelle, son interprétation doit tenir compte de la durée d'un excès ou d'une insuffisance de poids. L'IMC a été conçu principalement pour les adultes âgés entre 20 à 65 ans dont la taille et la condition physique sont assez stables. Il ne s'applique donc pas aux femmes enceintes ou qui allaitent. Il ne permet pas non plus d'avoir une idée précise de la masse grasseuse et de la répartition du tissu adipeux, et ne peut donc servir à départager les personnes à forte musculature et les athlètes qui pratiquent des sports d'endurance de ceux qui font de l'embonpoint. L'indice de masse corporelle se calcule de la façon suivante :

$$\text{IMC} = \text{poids en kilogrammes} / (\text{taille en mètres})^2$$

L'interprétation de l'indice de masse corporelle se fait en fonction de l'âge. Les seuils correspondant aux différentes catégories de poids par groupes d'âge dans l'enquête sociale et de santé 1998 sont présentés dans le tableau suivant. L'obésité, qui constitue une forme extrême d'excès de poids, est généralement définie comme correspondant à un IMC de 30 et plus. Dans cette fiche, nous parlerons le plus souvent d'excès de poids pour désigner indistinctement toutes les catégories d'IMC correspondant à des risques accrus pour la santé.

Tableau 1 - Seuils pour l'indice de masse corporelle selon l'âge, population de 15 ans et plus.

Indice de masse corporel (IMC)	Groupe d'âge			
	15 - 19 ans	20 - 64 ans	65 - 80 ans	81 ans et plus
Poids insuffisant	Moins de 19	Moins de 20	Moins de 24	Moins de 24
Poids acceptable	19 - 24	20 - 26	24 - 26	24 - 28
Excès de poids	25 et plus	27 et plus	27 et plus	29 et plus

Résultats

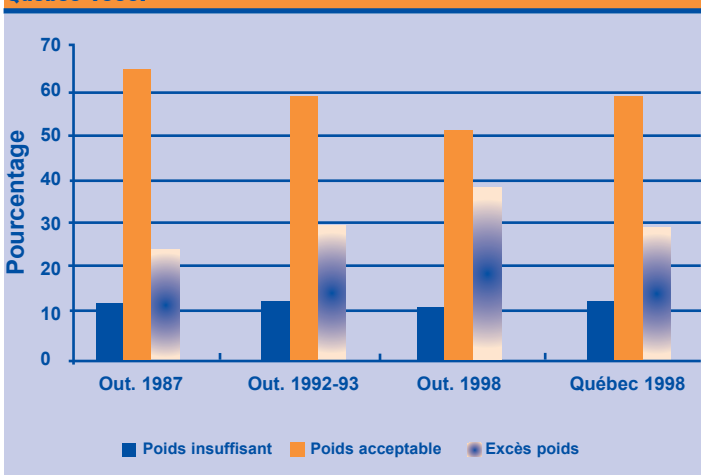
L'utilisation de l'Indice de masse corporelle dans les trois enquêtes successives de Santé Québec permet de suivre l'évolution de cet indicateur dans la population de l'Outaouais (tableau 2 et figure 1).

Tableau 2 - Répartition de la population de 15 ans et plus par catégorie de poids, Outaouais 1987, 1992-1993 et 1998, Québec 1998.

IMC	% Outaouais 1987	% Outaouais 1992-93	% Outaouais 1998	% Québec 1998
Poids insuffisant	13	12	11 ^(a)	13 ^(a)
Poids santé	64 ^(a)	59 ^(a,3)	52 ^(a,6)	59 ^(a)
Excès de poids	24 ^(a)	29 ^(a,4)	38 ^(a,7)	28 ^(a)

Les pourcentages indexés du même exposant sont significativement différents pour des intervalles de confiance à 95%.

Figure 1 - Indice de masse corporelle, Outaouais 1987 à 1998, Québec 1998.



Le tableau 2 met en lumière des différences importantes et statistiquement significatives entre la distribution par catégories de poids de la population du Québec et celle de la population de l'Outaouais en 1998. Seulement 52 % des résidents de l'Outaouais âgés de 15 ans et plus présentent un poids acceptable (« poids santé »), comparativement à 59% dans l'ensemble du Québec. Mais surtout, 38% des résidents de la région présentent un excès de poids en 1998, alors que la proportion correspondante au Québec est de 28%. Par contre, la proportion de personnes avec un poids insuffisant est un peu moins importante dans la région.

La prévalence de l'excès de poids en Outaouais a augmenté de façon très marquée entre 1987 et 1998. Cette progression a d'ailleurs été observée à des degrés divers dans l'ensemble des pays occidentaux, au point où elle prend parfois des allures épidémiques, notamment aux États-Unis. Or la situation actuelle de l'Outaouais à cet égard est peu enviable, même lorsqu'on la compare à celle de nos « voisins du sud ». Le tableau suivant permet de rendre compte de la distribution de la population de l'Outaouais par catégorie de poids et par groupe d'âge. Les données sont illustrées à la figure 2.

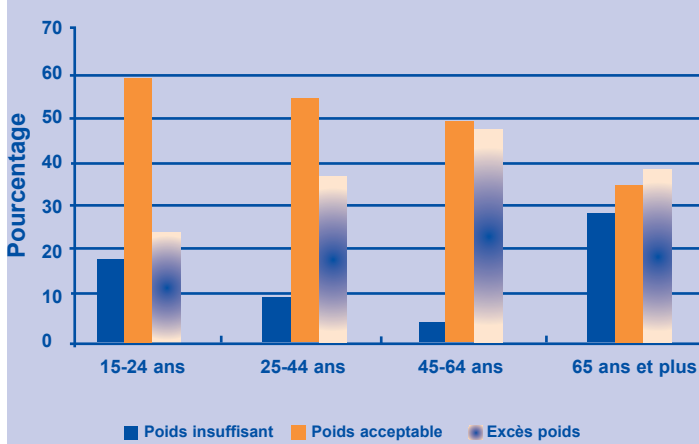
Tableau 3 - Répartition de la population de l'Outaouais âgée de 15 ans et plus en 1998, selon l'indice de masse corporelle et selon l'âge.

IMC	% 15 à 24 ans	% 25 à 44 ans	% 45 à 64 ans	% 65 ans et plus
Poids insuffisant	16*	9*	5**	27*
Poids acceptable	59	55	49	34*
Excès de poids	25*	36	46	38

* Estimation imprécise: à interpréter avec prudence.

** Estimation très imprécise: fournie à titre indicatif seulement.

Figure 2 - Indice de masse corporelle selon l'âge, Outaouais 1998.



Le tableau 3 et la figure 2 montrent que la proportion des personnes présentant un poids acceptable diminue avec l'âge, alors que la proportion de la population présentant un excès de poids est la plus élevée entre 45 et 64 ans. Par ailleurs, les individus présentant un poids insuffisant sont surtout des personnes âgées et des jeunes femmes (données non présentées). Les mêmes catégories de poids sont décrites au tableau 4, cette fois en fonction de l'état matrimonial.

Tableau 4 - Indice de masse corporelle selon l'état matrimonial, population de 15 ans et plus, Outaouais et Québec, 1998.

IMC selon l'état matrimonial	% Outaouais 1998		% Québec 1998	
	Avec conjoint	Sans conjoint	Avec conjoint	Sans conjoint
Poids insuffisant	8 ⁽¹⁾	17	11 ⁽¹⁾	17
Poids acceptable	51 ⁽²⁾	53	58 ⁽²⁾	60
Excès de poids	42 ⁽³⁾	30 ⁽⁴⁾	31 ⁽³⁾	23 ⁽⁴⁾

Les pourcentages indexés du même exposant sont significativement différents pour des intervalles de confiance à 95%.

L'excès de poids a tendance à être plus fréquent chez les personnes ayant un conjoint, tant en Outaouais que dans l'ensemble du Québec. Par ailleurs, tant chez les personnes ayant un conjoint que celles qui n'en ont pas, l'ampleur de l'excès de poids est significativement plus élevée dans la région. La proportion de personnes présentant un poids acceptable ne varie pas selon l'état matrimonial. Par contre, les personnes sans conjoint semblent présenter plus fréquemment un poids insuffisant que les personnes mariées ou vivant en union de fait.

Tableau 5 - Désir de diminuer son poids selon l'indice de masse corporelle, population de 15 ans et plus, Outaouais et Québec, 1998.

IMC selon le poids désiré	% Outaouais 1998		% Québec 1998	
	Désire maigrir	Non	Désire maigrir	Non
Poids insuffisant	7 ^{**}	93	8	92
Poids acceptable	37	63	36	64
Excès de poids	80	20	77	23

** Estimation très imprécise: fournie à titre indicatif seulement.

Le tableau 5 montre que les proportions des personnes désirant réduire leur poids en Outaouais et dans l'ensemble du Québec sont similaires. Environ quatre personnes sur cinq qui présentent un excès de poids disent vouloir maigrir. Par ailleurs, plus du tiers des personnes présentant un poids jugé acceptable selon leur IMC désirent quand même maigrir. La grande majorité des personnes présentant un poids insuffisant n'expriment pas le besoin de perdre du poids.

Tableau 6 - Désir de diminuer son poids selon le sexe, population de 15 ans et plus, Outaouais et Québec, 1998.

Désir de maigrir selon le sexe	% Outaouais 1998		% Québec 1998	
	Hommes	Femmes	Hommes	Femmes
Désir de maigrir	40 ⁽¹⁾	60 ⁽³⁾	34 ⁽¹⁾	53 ⁽³⁾
Non	60 ⁽²⁾	40 ⁽⁴⁾	66 ⁽²⁾	47 ⁽⁴⁾

Les pourcentages indexés du même exposant sont significativement différents pour des intervalles de confiance à 95%.

Le désir de maigrir est beaucoup plus présent chez les femmes que chez les hommes, tant en Outaouais que dans l'ensemble du Québec (tableau 6). Par ailleurs, une proportion plus grande d'hommes et de femmes dans la région disent vouloir diminuer leur poids, ce qui n'est guère surprenant puisque l'excès de poids est beaucoup plus fréquent en Outaouais que dans l'ensemble du Québec.

Conclusion

La progression rapide de l'excès de poids dans la région de 1992 à 1998, de même que sa prévalence élevée comparativement à l'ensemble du Québec, constituent des faits saillants des résultats régionaux de l'enquête sociale et de santé 1998. L'excès de poids représente par ailleurs un problème de santé publique majeur en Amérique du nord et dans plusieurs autres pays occidentaux. L'épidémie non contrôlée à laquelle nous assistons actuellement contribuera au cours des prochaines années à une proportion croissante des maladies chroniques qui coûtent présentement le plus cher au système de santé : maladies cardiovasculaires, troubles ostéoarticulaires, cancers, diabète, etc.

Les déterminants les plus importants du problème sont connus : ce sont l'alimentation et l'activité physique. Compte tenu des changements importants observés au cours des dernières années dans le régime alimentaire nord-américain, de la progression effarante de la sédentarité et de la réduction globale de la dépense énergétique moyenne des individus, de l'apparition de plus en plus fréquente des problèmes d'obésité chez les enfants et de l'inefficacité notoire à long terme des régimes amaigrissants, les solutions efficaces se trouvent du côté de l'éducation, de la prévention et de la promotion de la santé et ne pourront être que globales et multisectorielles.



RÉGIE RÉGIONALE
DE LA SANTÉ ET DES
SERVICES SOCIAUX
DE L'OUTAOUAIS

DIRECTION DE LA SANTÉ PUBLIQUE

ENQUÊTE SANTÉ QUÉBEC OUTAOUAIS 1 9 9 8

Les résultats régionaux de
l'Enquête sociale et de santé 1998
sont publiés par la
Direction de la Santé publique de la
Régie régionale de la Santé et des Services
sociaux de l'Outaouais.
Toute reproduction est autorisée
à condition de mentionner la source.

ONT COLLABORÉ À CETTE PUBLICATION

Rédaction

Philippe Garvie
Jean-Pierre Courteau
Roger Girard
Santé Québec

Infographie

Sylvie Bélisle

Pour toute information relative au contenu de cette fiche
ou pour obtenir d'autres numéros,
veuillez communiquer avec :

Philippe Garvie
agent de recherche

Tél. : (819) 776-7660, poste 7476
Courriel : philippe_garvie@ssss.gouv.qc.ca

104, rue Lois
Hull (Québec) J8Y 3R7

Dépôt légal

Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque nationale du Canada
ISBN : 2-920780-80-8