

Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire

Résultats de la troisième édition 2022-2023

Mauricie et Centre-du-Québec

Analyse et rédaction

Martin Grégoire, agent de planification, de programmation et de recherche
Équipe Surveillance et Vigie
Direction de la Santé publique et responsabilité populationnelle

Collaboration professionnelle

Antoine Mercier-Gauthier, agent de planification, de programmation et de recherche
Équipe Surveillance et Vigie
Direction de la santé publique et responsabilité populationnelle.

Fortuné Sossa, agent de planification, de programmation et de recherche
Équipe Surveillance et Vigie
Direction de la santé publique et responsabilité populationnelle.

Sylvie Bernier, agente de planification, de programmation et de recherche
Équipe Surveillance et Vigie
Direction de la santé publique et responsabilité populationnelle.

Manon Toupin, médecin spécialiste en santé publique et médecine préventive, cheffe
médicale du service promotion-prévention-surveillance, responsable du stage d'externat
en santé publique | Campus Mauricie | Faculté médecine de l'UdeM
Équipe promotion et prévention
Direction de la santé publique et responsabilité populationnelle.

Corrections et mise en page

Rached Douari, agent administratif
Direction de la santé publique et responsabilité populationnelle.

Table des matières

INTRODUCTION	4
MÉTHODOLOGIE	6
SANTÉ PHYSIQUE ET HABITUDES DE VIE	8
ADAPTATION SOCIALE ET SANTÉ MENTALE.....	68
ENVIRONNEMENT SOCIAL	106
EXPÉRIENCE DE TRAVAIL ET BLESSURES LIÉES À L'EMPLOI	123
IMPACT DE LA COVID-19	131
CONCLUSION	144
RÉFÉRENCES.....	149
ANNEXE – DONNÉES PAR RLS	I

Introduction

L'adolescence est une période charnière de la vie, ponctuée de changements physiques, cognitifs et sociaux. Dans notre société en pleine mouvance, il est primordial de savoir comment se portent les adolescents et adolescentes d'aujourd'hui, qui constituent les adultes de demain, comment certains phénomènes qui les concernent évoluent dans le temps, et quelles caractéristiques les favorisent ou les fragilisent. C'est dans ce contexte que l'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS) a vu le jour en 2010-2011. Répétée en 2016-2017 puis en 2022-2023, cette enquête de grande envergure fournit des données fiables et objectives sur une multitude de thématiques concernant les jeunes Québécois et Québécoises.

La dernière édition, menée durant l'année scolaire 2022-2023, rend compte de l'évolution de plusieurs phénomènes relatifs notamment à la santé physique et mentale et à l'adaptation sociale des jeunes du secondaire. On s'intéresse également à d'autres aspects comme les habitudes de vie ou les problématiques en émergence, et ce, afin de mieux cerner la réalité des jeunes d'aujourd'hui. Réalisée au sortir de la pandémie de COVID-19, cette troisième édition témoigne en plus de l'écho de la crise sanitaire sur différentes dimensions de la vie des jeunes du Québec (ISQ, 2024).

Objectifs de l'enquête et contexte de réalisation

L'EQSJS vise, entre autres, à fournir des données probantes permettant d'effectuer le suivi des indicateurs figurant dans le Plan national de surveillance de l'état de santé de la population et de ses déterminants (PNS). Dans l'enquête 2022-2023, on cherche plus précisément à :

- Recueillir des données sur les habitudes de vie, l'état de santé physique et mentale, et l'adaptation sociale des élèves du secondaire au Québec;
- Colliger de l'information sur les caractéristiques socioéconomiques et les environnements sociaux (famille, amis, école, communauté) des élèves du secondaire, ce qui permet d'étudier les liens entre ces caractéristiques et la santé et le bien-être des jeunes;
- Comparer les estimations régionales aux estimations provinciales;
- Suivre l'évolution de l'état de santé des jeunes du secondaire et de ses déterminants entre les différents cycles de l'enquête;
- Évaluer la perception des jeunes du secondaire quant aux effets de la pandémie de COVID-19 sur certaines sphères de leur vie.

Comme dans les éditions antérieures, les nombreuses thématiques abordées dans l'enquête reflètent les besoins exprimés par le MSSS et son réseau. La plupart des thématiques retenues sont reconduites d'une édition à l'autre, ce qui permet d'assurer un suivi dans le temps. Certaines thématiques sont introduites pour une première fois dans

l'édition 2022-2023, comme l'anxiété et l'écoanxiété, le temps d'écran et la perception des effets de la pandémie de COVID-19 sur la vie des jeunes. D'autres thématiques ont été révisées pour s'adapter aux réalités changeantes. C'est le cas notamment de la section sur les habitudes alimentaires et sur la consommation de drogues. Les données recueillies auprès de plus de 70 000 élèves de 1re à 5e année du secondaire fournissent une précieuse information aux parties prenantes du secteur de la santé et des services sociaux et du secteur de l'éducation. Pour la Mauricie et Centre-du-Québec, l'échantillon s'élève à 5 374 jeunes. Les résultats servent à soutenir la planification des services, à alimenter et à faciliter la prise de décision quant à l'actualisation des programmes pour orienter la prévention et soutenir les actions visant les saines habitudes de vie et le développement du plein potentiel des jeunes.

Contenu du rapport

Les thématiques couvertes dans ce rapport sont organisées en cinq sections. La première section porte sur la santé et les habitudes de vie et se décline en onze chapitres. On y trouve notamment des renseignements sur les habitudes alimentaires, la santé buccodentaire et respiratoire, l'activité physique, le statut pondéral et l'apparence corporelle, les écrans, le sommeil, l'usage de substances (tabac et cigarette électronique, alcool et drogues, y compris le cannabis) et les comportements sexuels des jeunes. Les thématiques relatives à l'adaptation sociale et à la santé mentale sont présentées dans la deuxième section et concerne les compétences personnelles et sociales, la santé mentale et les troubles mentaux, la violence et le risque de décrochage scolaire. La troisième section porte sur les environnements sociaux : la famille, les amis, l'école et la communauté tandis que la quatrième présente un portrait du travail des jeunes du secondaire et traite des blessures liées à l'emploi. Enfin, dans la cinquième section, on se penche sur les résultats relatifs aux effets perçus de la pandémie de COVID-19 sur différentes sphères de vie des jeunes.

Tout au long du rapport, les principaux indicateurs sont analysés selon un certain nombre de variables de croisement, qui, le cas échéant, sont présentées dans l'ordre suivant : 1) la comparaison avec la province; 2) l'évolution dans le temps ; 3) le genre et le niveau scolaire ; 4) par réseaux locaux de services (RLS) selon la pertinence de leurs liens avec les indicateurs traités dans les différents chapitres. Tous les chapitres présentent la même structure. On y trouve d'abord les faits saillants de la section dans lesquels on met l'accent sur les principaux résultats à retenir puis une présentation des résultats qui en découlent.

Lorsqu'il est possible, les résultats sont comparés avec ceux des éditions antérieures. Il est à noter que l'on mesure l'évolution pour tous les indicateurs, à moins qu'il s'agisse d'une première mesure ou qu'ils aient subi des modifications importantes entre les éditions de l'enquête. La conclusion du rapport offre une synthèse des principaux résultats et des caractéristiques qui pourraient protéger ou fragiliser les élèves.

Effets de la pandémie de COVID-19

La collecte de données de l'EQSJS 2022-2023 s'est déroulée durant l'année scolaire qui a suivi la fin de l'état d'urgence sanitaire lié à la pandémie de COVID-19 déclarée le 1^{er} juin 2022 par le ministère de la Santé et des Services sociaux (Cabinet du ministre de la Santé 2022). Même si cette crise sanitaire était terminée, les conséquences des mesures sanitaires ont laissé des traces à moyen ou à plus long terme dans la vie des jeunes en affectant le bien-être psychologique, la vie sociale, la santé physique et les habitudes de vie. Ainsi, les indicateurs de certains chapitres sont vraisemblablement teintés par les répercussions de cette crise sanitaire. Il importe alors d'interpréter les résultats de cette édition avec prudence, notamment lors de l'analyse de l'évolution de la situation, compte tenu du contexte très différent de celui dans lequel les éditions précédentes ont été menées. Soulignons que le dernier chapitre du présent rapport est spécifiquement consacré à la perception des effets de la pandémie de COVID-19 sur différentes sphères de la vie des élèves.

Méthodologie

Population visée et portée

La population visée par l'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2022-2023 (EQSJS 2022-2023) concerne les élèves inscrits à l'automne 2022 au secteur des jeunes dans les écoles secondaires de 16 régions sociosanitaires (RSS) du Québec. Il s'agit de la troisième édition de l'EQSJS. Celle-ci a une portée provinciale et régionale. À l'échelle locale (échantillons supplémentaires), on retrouve principalement les réseaux locaux de services (RLS) ainsi que les centres de services scolaires (CSS).

Méthodes de sélection des élèves

Le fichier des clientèles scolaires du ministère de l'Éducation du Québec (MEQ) a été utilisé pour sélectionner des écoles avec une probabilité proportionnelle au nombre d'élèves y étant inscrits. Ensuite, une liste des classes dans les écoles échantillonnées a été utilisée pour en faire la sélection. Cette liste a été préparée avec l'aide de la direction des écoles.

Collecte des données

Les élèves participants ont rempli un questionnaire autoadministré d'une durée moyenne d'environ 30 minutes sur une tablette électronique durant une période de cours. Les thèmes à couvrir étant trop nombreux, deux versions du questionnaire ont été élaborées et assignées aléatoirement, chacune à la moitié des élèves. Ces deux versions présentent tout de même une majorité de questions communes. Un total de 70 825 élèves répartis dans 3 185 classes et 483 écoles ont participé à l'enquête entre le 7 novembre 2022 et le 17 mai 2023. Le taux de réponse pondéré est de 88%. Pour la Mauricie et Centre-du-

Québec, l'échantillon est composé de 5 235 élèves répartis dans 240 classes de secondaire 1 à 5.

Analyse des données et tests statistiques

Pour que les résultats puissent être inférés à la population visée, toutes les estimations présentées dans ce rapport ont été pondérées. La pondération sert à tenir compte, d'une part, du fait que certains élèves avaient une probabilité de sélection plus grande que d'autres et, d'autre part, de la non-réponse plus importante observée chez certains groupes de jeunes. Pour que le plan d'échantillonnage soit pris en considération, des poids d'autoamorçage ont été utilisés pour l'estimation de la précision des résultats et pour la réalisation de tests statistiques. Les associations entre deux variables sont examinées à l'aide d'un test statistique d'indépendance du khi-deux. Si ce test global est significatif et qu'au moins une des deux variables compte plus de deux catégories, des tests de comparaison de proportions sont menés afin de déterminer lesquelles diffèrent significativement l'une de l'autre. Le seuil de signification a été fixé à 1 % pour les analyses provinciales et à 5% pour les analyses régionales. Les résultats découlant d'analyses bivariées, tels que ceux présentés dans le présent rapport, doivent être interprétés avec prudence, puisqu'aucun facteur de confusion n'a été pris en compte. Ces analyses permettent néanmoins d'établir un portrait de la santé des jeunes du secondaire au Québec (ISQ, 2024).

Comparaison entre les différentes éditions

Les comparaisons entre les trois éditions de l'EQSJS tiennent compte de l'effet potentiel de la période de collecte sur les estimations. Le cas échéant, une méthode de standardisation directe est utilisée pour confirmer les écarts significatifs détectés selon les méthodes habituelles. Enfin, contrairement aux résultats des éditions précédentes, ceux de l'EQSJS 2022-2023 sont présentés selon le genre de la personne plutôt que selon le sexe. Ce choix a une incidence négligeable sur les résultats et ne pose pas de problème important de comparabilité temporelle.

Signes conventionnels

* Coefficient de variation entre 15 % et 25 % ; interpréter avec prudence.

** Coefficient de variation supérieur à 25%; estimation imprécise, fournie à titre indicatif seulement.

+/- ou ↑/↓ Augmentation ou diminution significative.

Santé physique et habitudes de vie

Perception de l'état de santé

Habitudes alimentaires

Santé buccodentaire

Santé respiratoire

Activité physique de loisir et de transport

Statut pondéral, apparence corporelle et actions à l'égard du poids

Temps passé devant les écrans

Sommeil

Tabac et cigarette électronique

Substances psychoactives

Comportements sexuels et orientation sexuelle

Faits saillants pour la Mauricie et Centre-du-Québec

- Environ 67% des élèves du secondaire se perçoivent en excellente ou en très bonne santé, plus que ce que l'on retrouve dans l'ensemble du Québec;
- La proportion des élèves qui perçoivent leur santé comme passable ou mauvaise a augmenté depuis 2016-2017;
- La consommation de lait des jeunes du secondaire est en diminution depuis 2010-2011;
- La proportion d'élèves consommant au moins cinq portions de fruits et légumes a diminué passant de 48% en 2010-2011 à 33% en 2022-2023;
- Près d'un jeune sur deux (48%) consomme au moins quatre verres d'eau par jour, une proportion en hausse par rapport à 2016-2017;
- Comme au Québec et au cycle précédent, environ 14% des élèves du secondaire consomment au moins une sorte de boisson sucrée régulière une fois par jour ou plus;
- Plus d'un élève sur cinq mange des aliments à grains entier tous les jours. La même proportion consomme des aliments protéinés d'origine végétale aussi tous les jours;
- Plus qu'au Québec, près de la moitié des élèves du secondaire de la région mangent ou boivent quelque chose tous les matins d'école. Il s'agit toutefois d'une diminution par rapport aux cycles précédents;
- Approximativement 68% des élèves du secondaire n'ont pas consommé de malbouffe les midis d'école de la semaine précédant l'enquête, ce qui est plus élevé que pour l'ensemble du Québec et en hausse depuis 2010-2011;
- Environ 78% des jeunes de la région se brossent les dents au moins deux fois par jour comparativement à 74% au Québec;
- Seulement 20% des jeunes sont actifs et 24% sont moyennement actifs. À l'inverse, 36% des jeunes sont inactifs et 18% sont très peu actifs;
- La proportion des élèves du secondaire dont le poids est normal est de 68% et environ 82% des jeunes considèrent leur poids comme normal;
- Environ 42% des jeunes sont satisfaits de leur silhouette alors que 37% aimerait une silhouette plus petite et 21% une silhouette plus grosse;

- La proportion d'élèves ayant eu recours à trois méthodes ou plus pour prendre de la masse musculaire est en augmentation depuis 2016-2017 (9% c. 14% en 2022-2023);
- Quelque 42% des jeunes du secondaire ont utilisé des produits, services et moyens amaigrissants dans les six derniers mois;
- Environ un jeune sur quatre du secondaire de la région passe quatre heures ou plus devant un écran au cours d'une journée de semaine pour des activités de communication et de loisirs;
- Près de 60% des élèves du secondaire ont le nombre recommandé d'heures de sommeil pendant la semaine d'école contrairement à 50% des élèves de la province, mais en diminution par rapport à 2016-2017 (71%);
- Les filles sont en proportion plus nombreuses que les garçons à avoir utilisé une cigarette électronique au cours des 30 derniers jours (20% c. 16%) de même que les élèves de 2e cycle comparativement à ceux de 1er cycle (23% c. 12%);
- La proportion de jeunes ayant consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois est plus élevée que celle du Québec (57% c. 47%), mais en diminution par rapport à 2016-2017;
- Environ 38% des adolescents ont eu une consommation excessive d'alcool au cours des 12 derniers mois;
- Près de 66% des jeunes ont utilisé le condom lors de la dernière relation sexuelle vaginale consensuelle (61% au Québec).

Perception de l'état de santé

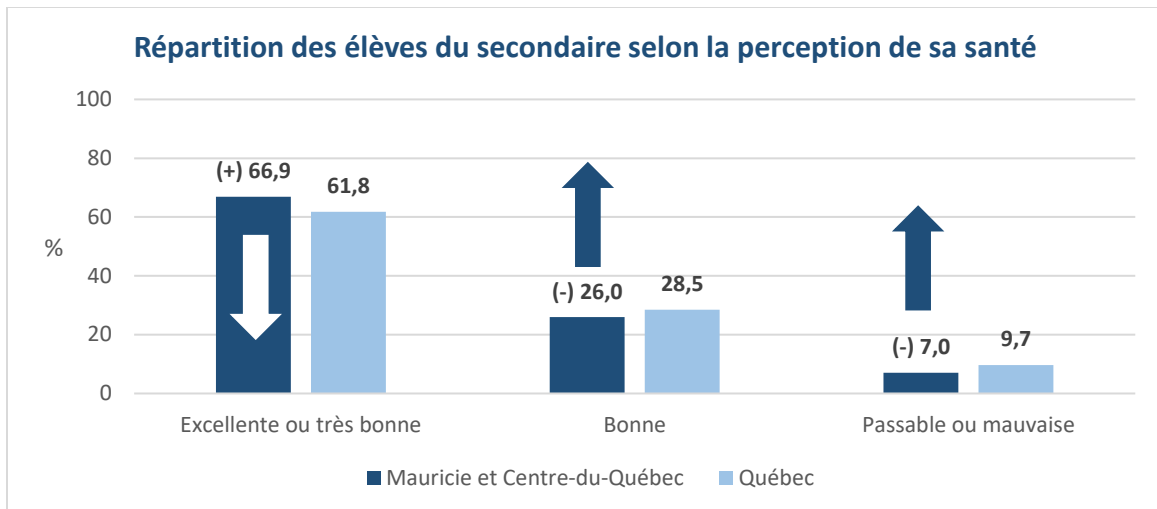
Le bien-être d'un individu repose en grande partie sur sa santé ce pour quoi les enquêtes populationnelles privilégient souvent la perception de l'état de santé comme indicateur du niveau de bien-être mental, physique et social (Institut canadien d'information sur la santé, 2020). Ainsi, la perception de la santé est un indicateur important à prendre en considération dans la surveillance de l'état de santé et peut soutenir la mise en œuvre d'actions de prévention chez les adolescents et les adolescentes. L'état de santé autoévalué est le bilan qu'un individu fait de sa santé physique et mentale en fonction de ses propres valeurs. Cette mesure de l'état de santé est considérée comme un indicateur fiable et valide en raison de sa corrélation avec d'autres indicateurs représentant des dimensions spécifiques de la santé et appuyé par de nombreuses études (Levasseur, 2000).

Répartition des élèves du secondaire selon la perception de sa santé

Les élèves sondés devaient répondre à la question suivante : En général, dirais-tu que ta santé est... avec des choix de réponses allant d'excellente à mauvaise.

Selon l'EQSJS 2022-2023, 67% des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec se perçoivent en excellente ou très bonne santé, 26% la considère bonne et 7% la juge comme étant passable ou mauvaise. Il s'agit là de résultats significativement différents de ceux obtenus pour la province. Une proportion plus élevée d'élèves de la région perçoit leur santé excellente ou très bonne contrairement à ceux de la province (67% c. 62%) et inversement, une plus faible proportion de jeunes d'ici avec la perception d'une santé passable ou mauvaise que pour l'ensemble du Québec (7% c. 10%).

Par rapport à l'enquête de 2016-2017, on constate une diminution significative de la proportion d'élèves de la Mauricie et Centre-du-Québec dont la perception de leur santé est excellente ou très bonne (62% en 2020-2023 c. 67% pour 2016-2017) et à l'inverse, une augmentation pour ceux et celles qui la perçoivent comme passable ou mauvaise (10% c. 7%).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Les filles du secondaire de la région qui perçoivent leur santé comme passable ou mauvaise présentent une proportion significativement plus élevée que celle des garçons (9% c. 5%). Les proportions concernant les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle sont toutefois similaires.

Certains RLS de la Mauricie et Centre-du-Québec se distinguent de la province. C'est notamment le cas pour Trois-Rivières, Bécancour-Nicolet-Yamaska et Drummond dont la proportion d'élèves du secondaire se percevant comme en excellente ou très bonne santé est significativement plus élevée que dans la province (respectivement 69%, 72% et 68% c. 62%). De plus, deux RLS de la région présentent des proportions d'élèves qui croient leur santé comme passable ou mauvaise significativement plus basses que pour l'ensemble du Québec. Il s'agit des RLS de Trois-Rivières (*6%) et de Bécancour-Nicolet-Yamaska (*6%) comparativement à 10% pour la province.

Habitudes alimentaires

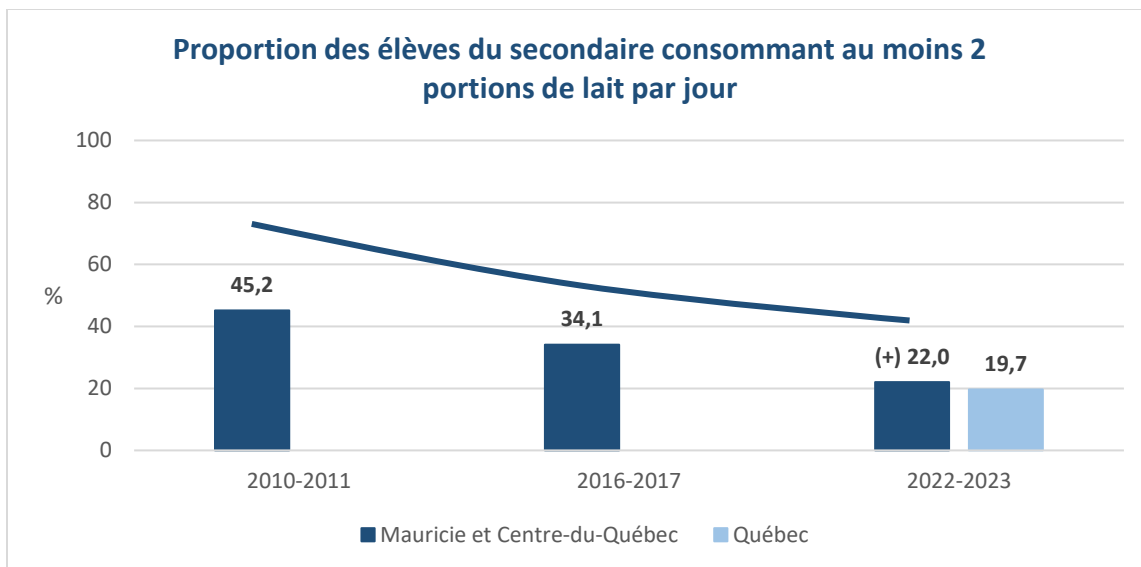
Les indicateurs présentés dans cette section permettent de décrire les habitudes alimentaires des élèves du secondaire. Ces données sont présentées en termes de portions ou de fréquence de consommation puisqu'elles répondent mieux au besoin de surveillance, ce qui permet d'évaluer de manière quantifiable l'alimentation des adolescents et aussi de dresser un portrait évolutif entre les éditions de l'EQSJS. Les habitudes alimentaires saines, diversifiées et équilibrées chez les jeunes permettent de prévenir un grand nombre de maladies telles que le diabète et les maladies cardiovasculaires ainsi que la malnutrition, le risque d'obésité et d'embonpoint (Organisation mondiale de la santé 2018).

Par indicateurs, il est question ici de la portion de lait, de fruits et de légumes, de verres d'eau, de boissons sucrées, d'aliments à grains entiers et d'aliments protéinés d'origine végétale consommés chaque jour ainsi que les habitudes de déjeuner les matins et du recours à la malbouffe les midis d'école. Aussi, la proportion d'élèves ayant reçu un diagnostic médical d'un trouble de l'alimentation (anorexie, boulimie) est également abordée.

Proportion des élèves du secondaire consommant au moins 2 portions de lait par jour

Dans le nouveau Guide alimentaire canadien (2019), le lait ne fait plus partie d'un groupe alimentaire distinct. Il est maintenant inclus dans la catégorie plus large des « aliments protéinés », aux côtés des viandes, légumineuses, noix, graines, œufs, tofu, etc. Ainsi, le guide ne recommande plus de quantités spécifiques (ex. : 2 à 4 portions de lait par jour), il met plutôt l'accent sur des proportions dans l'assiette : $\frac{1}{2}$ légumes et fruits, $\frac{1}{4}$ aliments protéinés, $\frac{1}{4}$ grains entiers. Santé Canada reconnaît toujours le lait comme une excellente source de calcium, de vitamine D et de protéines. Celui-ci est considéré comme un choix nutritif, surtout pour les enfants, en raison de ses bienfaits pour la croissance et la santé des os et des dents. Si on souhaite remplacer le lait, la boisson de soya enrichie non sucrée est le seul substitut végétal recommandé comme équivalent nutritionnel. Cependant, l'enquête 2022-2023 s'intéresse toujours à la quantité de lait ou de boisson de soya consommée par jour afin d'évaluer les habitudes dans le temps. Les élèves devaient répondre à la question suivante : Considérant qu'une portion de lait, c'est 1 tasse de lait ou de lait sans lactose ou de boissons de soya enrichies (250 ml), combien de portions de lait ou de lait sans lactose ou de boissons de soya enrichies consommes-tu habituellement, les jours où tu en consommes? Les choix de réponse vont de moins d'une portion à quatre portions ou plus.

Les résultats de l'enquête montrent que plus d'un élève sur cinq (22%) consomme au moins deux portions de lait par jour. Il s'agit d'une proportion significativement plus élevée que celle observée dans l'ensemble du Québec (20%), mais en diminution en Mauricie et Centre-du-Québec comparativement aux valeurs enregistrées en 2010-2011 et 2016-2017 (45% et 34% respectivement).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

La proportion des garçons de la région, qui consomment au moins deux portions de lait par jour est également plus élevée que celle des filles (26% c. 18%) alors qu'aucune différence significative n'est remarquée entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle (23% et 21% respectivement).

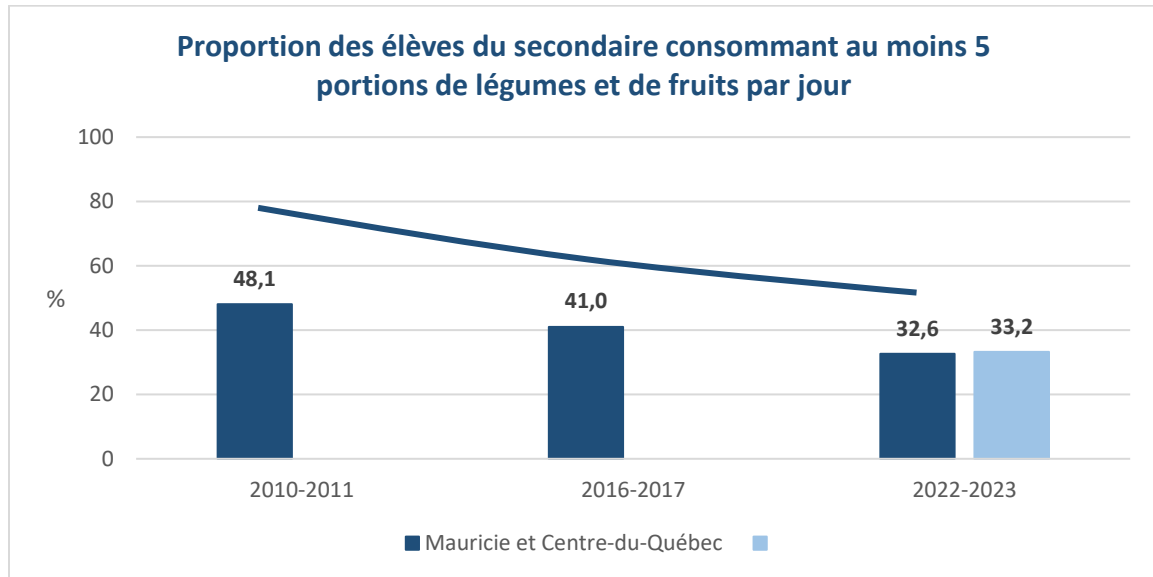
Seul le RLS du Haut-Saint-Maurice se distingue significativement de l'ensemble du Québec avec une proportion de jeunes du secondaire qui consomment au moins deux portions de lait par jour plus élevée (32% c. 20%).

Proportion des élèves du secondaire consommant au moins 5 portions de légumes et de fruits par jour

Dorénavant, le Guide alimentaire canadien recommande aux jeunes de remplir au moins le tiers de leur assiette de légumes et de fruits à chaque repas et de manger une variété de légumes et de fruits chaque jour, en privilégiant les couleurs et les textures différentes. Toutefois, comme pour le lait, l'enquête 2022-2023 s'intéresse toujours au nombre de portions de légumes et de fruits par jour afin de conserver la comparabilité avec les cycles précédents de l'EQSJS. Ainsi, les adolescents devaient donc répondre à la question : Combien de portions de fruits consommes-tu habituellement, les jours où tu en manges? et Combien de portions de légumes consommes-tu habituellement, les jours où tu en manges? Les choix de réponse vont de « moins d'une portion » à « huit portions ou plus ».

Les habitudes alimentaires des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec quant à la consommation de fruits et de légumes ont changé depuis l'enquête de 2010-2011. En effet, la proportion de jeunes consommant au moins cinq portions de fruits et

légumes par jour a diminué significativement passant de 48% en 2010-2011 à 41% en 2016-2017 et finalement, à 33% pour 2022-2023. Les résultats de l'EQSJS de 2022-2023 ne montrent toutefois aucune différence significative entre la proportion des élèves de la région et celle des élèves de la province.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Des proportions presque semblables de garçons et de filles de la région consomment au moins cinq portions de fruits et légumes par jour (34% et 31% respectivement). Il en est de même concernant le niveau scolaire (35% chez les élèves de 1^{er} cycle et 31% chez les élèves de 2^e cycle).

La proportion des élèves du secondaire des RLS de la région consommant au moins cinq portions de fruits et légumes par jour est similaire à celle de l'ensemble du Québec.

Proportion des élèves du secondaire consommant au moins quatre verres d'eau par jour

Une saine alimentation comprend une ingestion quotidienne et régulière d'eau. Une part de l'eau consommée provient des aliments, mais la majeure partie est prise sous forme de boissons. Le Guide alimentaire canadien recommande de faire de l'eau la boisson de choix pour étancher la soif et favoriser une bonne hydratation sans ajouter de calories à l'alimentation. De plus, cela a comme avantage de limiter la consommation de boissons sucrées (Santé Canada, 2019).

Les jeunes étaient questionnés sur le nombre de verres d'eau consommés au cours d'une journée en sachant qu'un verre d'eau équivaut à 1 tasse (250 ml) ou à la moitié d'une bouteille d'eau d'un format individuel. Ils devaient considérer uniquement l'eau du robinet et en bouteille (non aromatisée). On ne tient pas compte de la consommation d'autres boissons à base d'eau comme les tisanes, le thé ou le café. Aussi, puisque la quantité consommée à la fontaine peut être difficile à quantifier, la consommation d'eau par jour est mesurée de façon approximative. Les choix de réponse variaient de « aucun verre » à « quatre verres ou plus ».

Près d'un jeune sur deux (48%) de la Mauricie et Centre-du-Québec consomme au moins quatre verres d'eau par jour, une donnée comparable à celle de l'ensemble de la province. Il s'agit toutefois d'une augmentation significative par rapport au cycle de 2016-2017 dont le résultat était de 41%. On constate également une différence significative entre les garçons et les filles. Ceux-ci sont proportionnellement plus nombreux à consommer au moins quatre verres d'eau par jour (51% c. 44%). La proportion d'élèves quant à la consommation d'eau est similaire entre les jeunes de 1^{er} et de 2^e cycle (46% et 49% respectivement).

Tout comme pour la consommation de fruits et légumes, la proportion des jeunes du secondaire des différents RLS de la région qui boivent au moins quatre verres d'eau par jour est semblable à celle de la province.

Proportion des élèves du secondaire consommant au moins une sorte de boisson sucrée régulière (excluant les boissons diètes) et/ou un jus de fruits pur à 100% une fois par jour ou plus

Le Guide alimentaire canadien recommande de limiter la consommation de boissons riches en calories, lipides, sucre ou sel, telles que les boissons aromatisées aux fruits, boissons gazeuses, boissons sportives et énergisantes et boissons sucrées chaudes ou froides, etc. (Santé Canada, 2019). En particulier, la surconsommation de boissons sucrées serait associée au gain de poids chez les adultes et les jeunes (Ebbeling, 2014) et à une augmentation de l'incidence du diabète de type 2 (Imamura et al., 2015).

Les élèves devaient indiquer la fréquence de consommation des boissons suivantes : boissons gazeuses, boissons à saveur de fruits, boissons pour sportifs, boissons énergisantes, cafés aromatisés sucrés ou thés glacés sucrés ou chocolat chaud sans tenir compte des boissons diètes, sans sucre ou faibles en calories. Les choix de réponses allaient de jamais à une fois ou plus par jour.

La consommation de boissons sucrées régulières des élèves de la région (20%) est semblable à celle de la province, mais sa proportion a diminué depuis 2016-2017 (27%). Cependant, une proportion de 23% des garçons de la Mauricie et Centre-du-Québec

consomment au moins une sorte de boisson sucrée régulière (excluant les boissons diètes) et/ou un jus de fruits pur à 100% une fois par jour ou plus. Celle-ci s'avère significativement plus élevée que la proportion des filles de la région (18%). Aucune distinction n'est signalée entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle du secondaire quant à la consommation de boissons sucrées au cours d'une journée.

Aucun RLS ne se démarque de l'ensemble du Québec quant à la consommation de boissons sucrées régulières.

Proportion des élèves du secondaire consommant des aliments à grains entiers et des aliments protéinés d'origine végétale à tous les jours

Les aliments à grains entiers contiennent des éléments nutritifs essentiels et sont également d'excellentes sources de fibres alimentaires (Gouvernement du Canada, 2022), lesquelles sont bénéfiques pour la santé cardiovasculaire, le contrôle de la glycémie et la fonction intestinale (Seal et al., 2021). Cependant, les apports en fibres chez les jeunes québécois âgés entre 9 et 18 ans, tels que mesurés dans l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes sont en deçà des valeurs recommandées et moins de 3 % ont un apport suffisant en fibres. À son tour, l'EQSJS tente d'établir la consommation d'aliments à grains entiers chez les élèves du secondaire. La question qui leur était posée est la suivante : En général, combien de jours par semaine consommes-tu des aliments à grains entiers (grau, quinoa, riz brun ou sauvage, pain ou pâtes de grains entiers, etc.)? Les choix de réponse possible vont de « Je ne consomme jamais d'aliments à grains entiers » à « sept jours par semaines ».

Pour leur part, les aliments protéinés d'origine végétale sont une bonne source de protéines. Le Guide alimentaire canadien suggère d'essayer de choisir chaque jour des aliments protéinés d'origine végétale. Ceux-ci peuvent fournir plus de fibres et moins de gras saturés que les autres types d'aliments protéinés pouvant être bénéfiques pour la santé du cœur. De plus, la consommation de fibres est associée à une diminution du risque de cancer du côlon, de maladies cardiovasculaires et de diabète de type 2 (Santé Canada, 2019). Le questionnaire de l'enquête demandait aux élèves d'indiquer le nombre de jours par semaine que des aliments protéinés d'origine végétale (légumineuses, tofu, noix, graines, beurre d'arachide, etc.) étaient consommés? Les réponses pouvaient varier entre jamais et sept jours par semaine.

Comme au Québec, la proportion d'élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec consommant des aliments à grains entiers tous les jours est d'environ un sur cinq (21%). C'est aussi cette proportion qui est observée quant à la consommation d'aliments protéinés d'origine végétale à tous les jours (23%). Chez les garçons de la région, on parle davantage d'un sur quatre alors que pour les filles la proportion est d'une sur cinq tant en ce qui a trait au fait de manger des aliments à grains entiers que de consommer des

aliments protéinés d'origine végétale à tous les jours. Puisqu'il s'agit de nouveaux indicateurs pour l'enquête 2022-2023, aucune évolution ne peut être observée.

Concernant le niveau scolaire, on remarque que les élèves de 2^e cycle de la région, c'est-à-dire, ceux de 3^e, 4^e et 5^e secondaire, sont significativement plus nombreux en proportion que les élèves de 1^{er} cycle (1^{ère} et 2^e secondaire) à consommer des aliments à grains entiers tous les jours (23% c. 19%). Inversement, ce sont les jeunes de 1^{er} cycle qui sont significativement plus nombreux à consommer des aliments protéinés d'origine végétale à tous les jours que les jeunes de 2^e cycle (26% c. 21%).

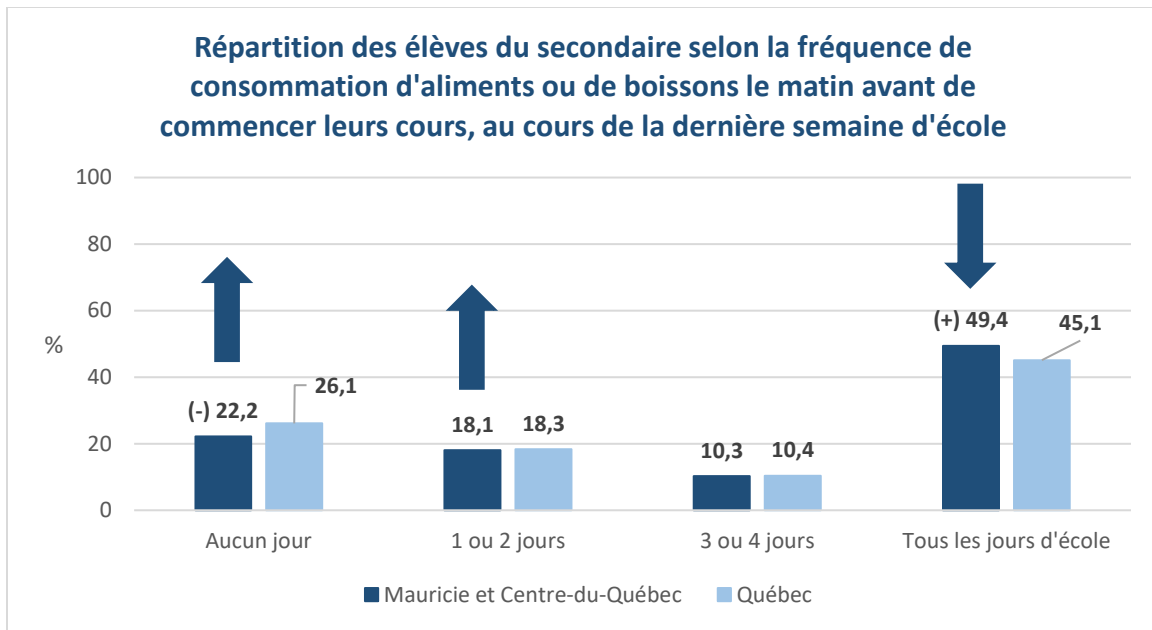
En ce qui a trait à la consommation d'aliments à grains entiers à tous les jours, la proportion des élèves des RLS de la région est similaire à celle du Québec. Il en est de même pour la consommation d'aliments protéinés d'origine végétale à tous les jours.

Répartition des élèves du secondaire selon la fréquence de consommation d'aliments ou de boissons le matin avant de commencer leurs cours, au cours de la dernière semaine d'école

La saine alimentation est un déterminant essentiel de la santé. C'est au cours de l'enfance et de l'adolescence que les jeunes acquièrent des habitudes alimentaires qui auront tendance à se perpétuer à l'âge adulte. Ces bonnes habitudes influencent de manière positive la croissance des jeunes, leur sentiment de bien-être et leur capacité d'apprentissage. Le fait de ne pas déjeuner le matin est associé à des apports quotidiens moins élevés en énergie et en nutriments essentiels au développement (Bédard et al., 2010). Ainsi, les jeunes qui arrivent le ventre creux à l'école sont plus irritables, souvent fatigués et inattentifs en classe, ce qui diminue leur capacité d'apprentissage (Extenso, 2014).

Pour déterminer la proportion d'élèves selon la fréquence de consommation d'aliments et de boissons le matin, la question suivante leur était posée : Au cours de la dernière semaine d'école, combien de jours as-tu mangé ou bu quelque chose le matin (incluant le déjeuner) avant de commencer tes cours? Ne pas compter le café, ni le thé, ni l'eau. Les choix de réponse pouvaient varier entre aucun jour et à tous les jours d'école.

Près de la moitié des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec (49%) mangent ou boivent quelque chose tous les matins d'école, une proportion significativement plus élevée que pour l'ensemble du Québec (45%). Cette proportion est toutefois en baisse par rapport à 2016-2017 où celle-ci était de 61%. On constate par ailleurs une hausse significative des jeunes qui ne consomment aucun aliment ou de boisson le matin avant de commencer leurs cours entre 2016-2017 et 2022-2023 (13% c. 22% respectivement). Ces derniers présentent toutefois une proportion significativement moins élevée que ce qui est noté ailleurs dans la province (22% c. 26%).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

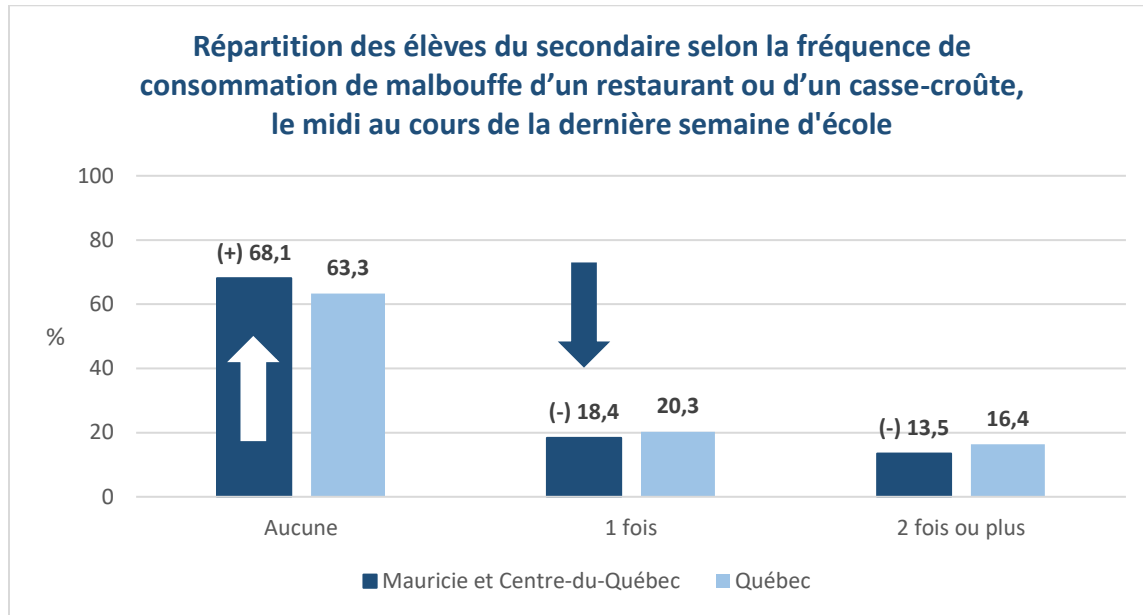
Parmi les élèves de la région qui consomment aliments ou boissons chaque matin, la proportion des garçons s'avère plus importante que celle des filles (56% c. 43%). Aucune différence ne ressort entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle.

La proportion des élèves du secondaire des RLS de la Mauricie et Centre-du-Québec qui ont déjeuné tous les matins d'école précédant l'enquête est comparable à celle des élèves de l'ensemble du Québec.

Répartition des élèves du secondaire selon la fréquence de consommation de malbouffe d'un restaurant ou d'un casse-croûte, le midi au cours de la dernière semaine d'école

La consommation d'aliments de type malbouffe est associée à une alimentation de faible valeur nutritive, riches en calories et plus riche en gras (Bédard et al., 2010). Selon l'Organisation mondiale de la Santé, les aliments issus de la restauration rapide expliqueraient en partie l'épidémie actuelle d'obésité. Par ailleurs, une étude de Robitaille, Bergeron et Lasnier (2009) a révélé une forte proximité des restaurants-minute et des dépanneurs autour des écoles publiques québécoises et qui pourrait contribuer au surpoids des adolescents du secondaire. Dans son enquête, l'EQSJS 2022-2023 demande aux élèves la question suivante : Au cours des sept derniers jours, combien de fois as-tu mangé des aliments provenant d'un fast food, d'un restaurant ou d'un casse-croûte (y compris les aliments en livraison) comme des frites, de la poutine, des hamburgers, de la pizza, du poulet frit, des pogos, etc. ? Ceux-ci pouvaient répondre par des choix allant d'aucune à cinq fois ou plus.

Alors qu'environ 68% des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec n'ont pas consommé de malbouffe les midis d'école de la semaine précédant l'enquête (contre 63% au Québec), 14% ont visité un restaurant ou un casse-croûte pour y manger de la malbouffe (contre 16% au Québec). Ces deux proportions se distinguent significativement de celles enregistrées pour l'ensemble de la province. Par rapport à 2016-2017, la proportion de jeunes de la région qui ne consomment pas de malbouffe d'un restaurant ou d'un casse-croûte le midi a augmenté en 2022-2023 (63% c. 68%) tandis que ceux qui l'ont fait deux fois ou plus présentent une proportion semblable à l'enquête précédente.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

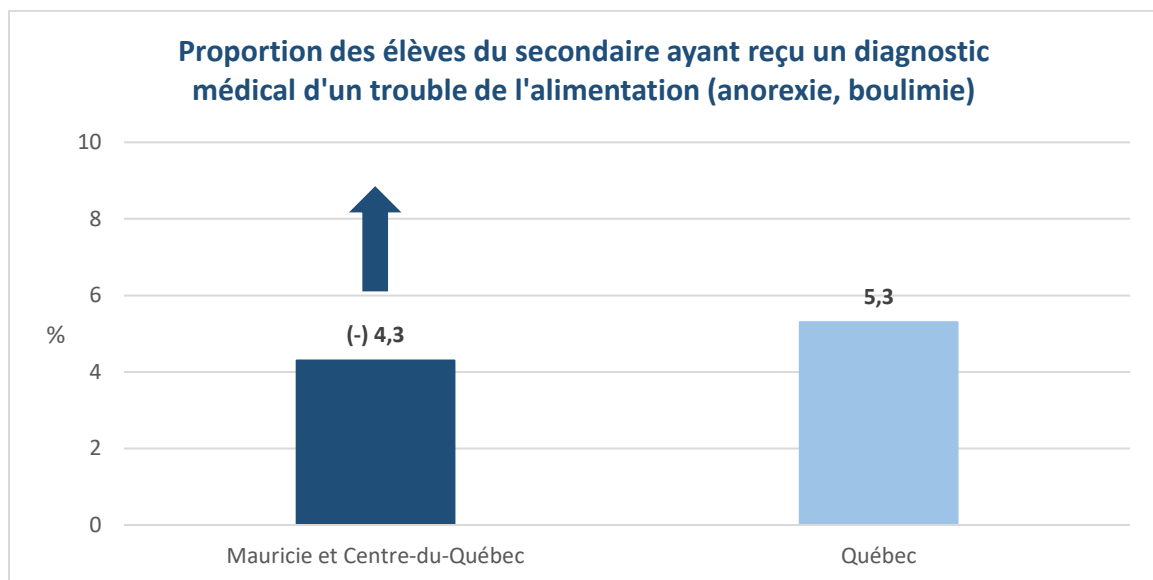
Aucune différence n'est observée entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle par contre, une proportion significativement plus élevée de filles que de garçons n'ont pas consommé de malbouffe provenant d'un restaurant ou d'un casse-croûte les midis d'école dans les sept jours avant l'enquête (72% c. 65%) alors que les garçons ont été plus nombreux en proportion que les filles à en avoir consommé deux fois ou plus durant cette même semaine (15% c. 12%).

Le RLS de Maskinongé se démarque du Québec puisque ses élèves sont proportionnellement plus nombreux à avoir consommé de malbouffe d'un restaurant ou d'un casse-croûte au moins deux midis ou plus au cours de la semaine avant l'enquête (30% c. 16%). Par contre, les RLS du Centre-de-la-Mauricie et de Trois-Rivières affichent des proportions significativement plus élevées de jeunes qui n'ont consommé aucune nourriture de ces commerces contrairement à ceux de l'ensemble de la province (73% et 70% respectivement c. 63%).

Proportion des élèves du secondaire ayant reçu un diagnostic médical d'un trouble de l'alimentation (anorexie, boulimie)

Les troubles de l'alimentation se caractérisent par des comportements et attitudes mésadaptées face à l'alimentation, le poids et l'image corporelle. Les troubles alimentaires les plus fréquents sont l'anorexie et la boulimie. L'anorexie se caractérise par le refus de maintenir le poids corporel à une valeur minimale normale. La boulimie se caractérise plutôt par l'absorption compulsive d'une très grande quantité de nourriture en peu de temps, suivis de comportements compensatoires inappropriés tels que des vomissements provoqués, un emploi abusif de laxatifs, de diurétiques ou d'autres médicaments, le jeûne ou l'exercice physique excessif (APA, 2015). Un diagnostic médical est requis pour confirmer qu'il s'agit d'un trouble. Ainsi, les élèves du secondaire devaient indiquer la présence d'un trouble alimentaire (anorexie, boulimie) confirmés par un médecin ou un spécialiste de la santé par oui ou non.

En Mauricie et Centre-du-Québec, on compte en proportion moins de jeunes du secondaire ayant reçu un diagnostic médical d'un trouble de l'alimentation (anorexie, boulimie) que dans l'ensemble de la province (4,3% c. 5%). Il s'agit cependant d'une augmentation significative pour la région en comparaison à la donnée obtenue lors de l'enquête de 2016-2017 (4,3% c. 2,5%).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

En proportion, plus de filles du secondaire de la région ont reçu un diagnostic médical d'un trouble de l'alimentation que les garçons (7% c. *1,5%). Aucune distinction n'apparaît entre les jeunes de 1^{er} et de 2^e cycle.

L'ensemble des RLS de la région montrent des proportions équivalentes à celle de la province sauf pour Trois-Rivières et Drummond dont le nombre d'élèves ayant reçu un diagnostic médical d'un trouble de l'alimentation (anorexie, boulimie) est inférieur au Québec (*3,8% et *3,6% c. 5%). Cependant, leur coefficient de variation est élevé.

Santé buccodentaire

Une bonne hygiène dentaire comprend un brossage régulier des dents et l'emploi de la soie dentaire. Cela contribue au bien-être des personnes, notamment car elle favorise l'estime de soi. Chez les jeunes, une mauvaise hygiène dentaire peut avoir un impact négatif sur la santé des dents et des gencives. L'EQSJS permet de mesurer le suivi combiné de deux recommandations spécifiques d'hygiène dentaire qui sont émises par le ministère de la Santé et des Services sociaux, l'Ordre des dentistes du Québec ainsi que l'Ordre des hygiénistes dentaires du Québec : le brossage des dents au moins deux fois par jour et l'utilisation de la soie dentaire au moins une fois par jour (Ministère de la Santé et des Services sociaux 2024a ; Ordre des dentistes du Québec 2024 ; Ordre des hygiénistes dentaires du Québec 2014).

Proportion des élèves du secondaire se brossant les dents au moins deux fois par jour

Le brossage des dents fait partie des bonnes habitudes d'hygiène buccodentaire et est recommandé pour plusieurs raisons dont la prévention des maladies de gencives. L'utilisation d'un dentifrice fluoré sert de principal véhicule pour l'application du fluorure dont on connaît l'effet protecteur pour la carie dentaire. Afin de maximiser les bénéfices du fluorure, les évidences scientifiques montrent qu'une fréquence de brossage biquotidienne avec un dentifrice fluoré permettrait de réduire significativement l'incidence de la plaque et la carie dentaire. De plus, le brossage des dents contribue à l'apparence esthétique des dents et combat la mauvaise haleine (Davies et al., 2003; Lewis et Ismail, 1995; Marinho et al., 2003).

Le Plan d'action de santé dentaire publique recommande la promotion et l'enseignement de cette saine habitude d'hygiène buccodentaire et s'est fixé comme objectif l'augmentation du nombre de personnes se brossant les dents au moins deux fois par jour (Ministère de la Santé et des Services sociaux [MSSS], 2006). Dans cette optique, l'EQSJS demande aux élèves du secondaire la fréquence à laquelle ils se brossent les dents. Ceux-ci ont des choix de réponses allant de plus de deux fois par jour à une fois par semaine.

Les résultats de l'enquête montrent que les jeunes de la Mauricie et Centre-du-Québec sont proportionnellement plus nombreux à se brosser les dents au moins deux fois par

jour que ceux de l'ensemble du Québec (78% c. 74%). Aucune évolution n'est cependant observée dans le temps.

Environ 84% des filles du secondaire de la région se brossent les dents au moins deux fois par jour comparativement à 72% des garçons, une différence significative entre les deux proportions. Tant au 1^{er} qu'au 2^e cycle, plus de trois jeunes sur quatre (78%) brossent leurs dents au moins deux fois par jour.

Deux RLS de la région présentent une proportion d'élèves se brossant les dents au moins deux fois par jour plus élevée que la proportion provinciale. Il s'agit du Haut-Saint-Maurice (83%) et du Centre-de-la-Mauricie (82%). Les autres RLS ont une proportion semblable à ce que l'on retrouve dans l'ensemble du Québec

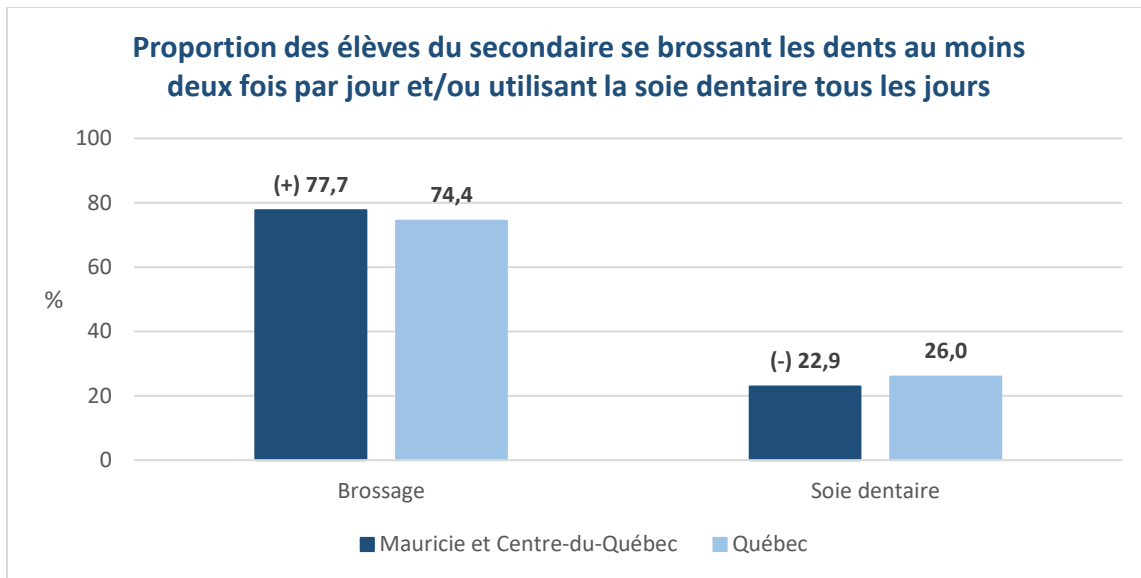
Proportion des élèves du secondaire utilisant la soie dentaire tous les jours

Le passage de la soie dentaire entre les dents, en complément au brossage des dents, aurait un effet bénéfique sur la réduction de la plaque dentaire et par conséquent, sur les maladies gingivales (Sambunjak et al., 2011, Terézhalmy et al., 2008;). Puisqu'il est important de favoriser la bonne hygiène buccodentaire, il est important d'encourager les jeunes à prendre de bonnes habitudes tôt dans leur vie et ainsi influencer la santé dentaire à l'âge adulte. L'EQSJS est donc soucieuse de savoir si les élèves du secondaire pratique cette habitude d'hygiène dentaire et à quelle fréquence. Ceux-ci devaient donc mentionner dans le questionnaire l'utilisation qu'ils font de la soie dentaire. Les réponses pouvaient varier entre plus d'une fois par jour jusqu'à jamais.

Contrairement au brossage de dents, une proportion plus faible de jeunes du secondaire de la région utilise la soie dentaire tous les jours comparativement à ceux du Québec (23% c. 26%). Cette proportion d'élèves est similaire à celle notée en 2016-2017.

Cette habitude est significativement plus présente chez les filles que chez les garçons de la Mauricie et Centre-du-Québec (26% c. 20%). De plus, une proportion plus élevée d'élèves de 1^{er} cycle utilise la soie dentaire tous les jours que ceux de 2^e cycle (28% c. 19%).

Aucun RLS ne se démarque de la province.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Santé respiratoire

La rhinite allergique est une réaction inflammatoire provoquée par une défense du système immunitaire à certains allergènes comme le pollen, les poils d'animaux ou la poussière. Elle provoque des symptômes tels que la congestion, l'écoulement nasal, un picotement dans la gorge, l'éternuement et le larmoiement. Les symptômes peuvent être intermittents ou persistants. Par ailleurs, ils peuvent diminuer la qualité du sommeil et ainsi occasionner de la fatigue et des difficultés de concentration. Ainsi, lors de la saison des pollens, les personnes affectées par ces symptômes sont amenées à restreindre leurs activités de tous les jours, notamment leurs loisirs (Canuel et al. 2021).

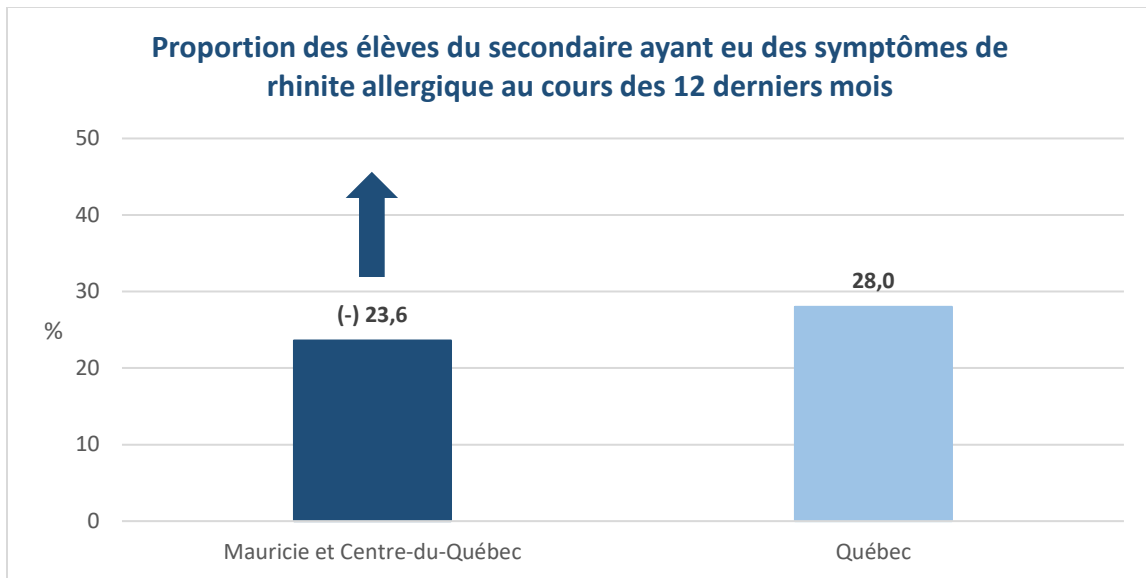
De plus, les changements climatiques, en participant à la prolifération de certaines espèces végétales allergènes telles que l'herbe à poux, favorisent une augmentation de la concentration des pollens dans l'air et leur propagation dans des régions plus nordiques. En conséquence, les pollens deviennent encore plus allergéniques lorsqu'ils entrent en interaction avec certains polluants de l'air, ce qui abaisse ainsi le seuil de concentration nécessaire pour déclencher les symptômes allergiques (Demers et Gosselin 2019 ; Jacob et al. 2019). La prévalence des symptômes chez les jeunes est donc un indicateur pertinent à analyser dans un cadre de surveillance de la santé publique.

Proportion des élèves du secondaire ayant eu des symptômes de rhinite allergique au cours des 12 derniers mois

Les symptômes de la rhinite allergique sont au niveau du nez et des yeux et incluent notamment des éternuements à répétition, des écoulements nasaux, des chatouillements dans le nez et du larmolement aux yeux (Ibiapina Cda, et al., 2008). Dans un contexte de changements climatiques et en raison du fardeau non négligeable de cette maladie, la rhinite allergique est un problème de santé que l'on doit continuer de surveiller (Canuel et Lebel, 2012).

Il est donc pertinent d'estimer la prévalence des symptômes de la rhinite allergique considérant qu'elle est souvent sous-diagnostiquée. L'indicateur utilisé par l'enquête est construit à partir de deux questions : Au cours des 12 derniers mois, as-tu eu des éternuements, le nez qui coule ou le nez bouché alors que tu n'avais pas de rhume ou de grippe? Les catégories de réponse pour cette question sont : Oui et Non. Une deuxième question est posée uniquement aux jeunes ayant répondu « Oui » à la première. Au cours des 12 derniers mois, ces problèmes de nez étaient-ils accompagnés de larmolements (yeux qui coulent) et de démangeaisons aux yeux (envie de se frotter les yeux)? Encore une fois, l'élève doit répondre par oui ou non. Les jeunes ayant eu des symptômes de rhinite allergique au cours des 12 derniers mois sont ceux ayant répondu « Oui » aux deux questions.

D'après les résultats de l'EQSJS 2022-2023, les élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ayant eu des symptômes de rhinite allergique au cours des 12 derniers mois présentent une proportion significativement moins élevée que celle de la province (24% c. 28%). Pour la région, il s'agit toutefois d'une augmentation significative de la proportion de jeunes aux prises avec des symptômes de rhinite allergique par rapport à 2016-2017 où environ 20% en étaient affectés.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Il semble que les filles de la Mauricie et Centre-du-Québec soient proportionnellement plus nombreuses que les garçons à souffrir de symptômes de rhinite allergique puisque leur proportion est de 28% comparativement à 19%. On constate également une différence significative entre les jeunes de 1^{er} et de 2^e cycle. En effet, 26% des élèves de 2^e cycle affirme être affectés par des symptômes de rhinite allergique contre 21% des jeunes de 1^{er} cycle.

Comme pour la région, plusieurs RLS se situent en dessous de la valeur provinciale. C'est notamment le cas pour le Centre-de-la-Mauricie (*20%), Trois-Rivières (23%), Bécancour-Nicolet-Yamaska (22%) et Drummond (23%). Pour les autres RLS, la proportion de jeunes du secondaire ayant eu des symptômes de rhinite allergique au cours des 12 derniers mois est comparable à l'ensemble du Québec (28%).

Activité physique de loisir et de transport

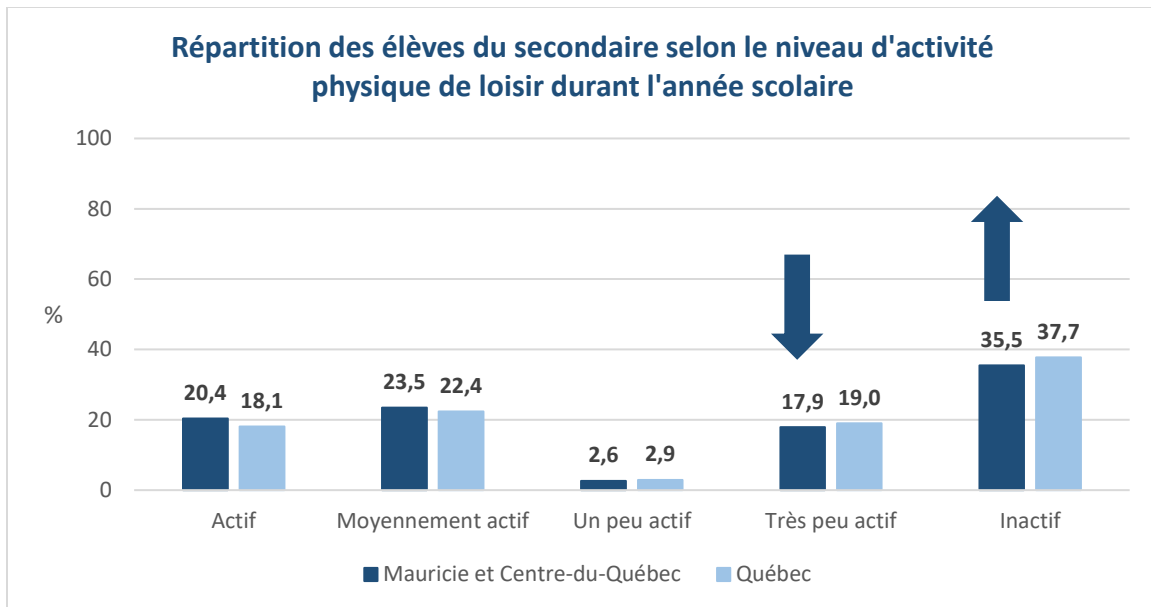
La pratique régulière d'activité physique joue un rôle fondamental sur la santé et la qualité de vie des individus et des populations (Organisation mondiale de la santé [OMS] 2023). Elle a une influence déterminante sur la mobilité physique, la santé osseuse, musculaire ou cardiovasculaire, l'estime de soi et le bien-être global. Chez les adolescents, l'activité physique a également des effets positifs sur la santé mentale : elle améliore leur humeur générale, aide à la concentration et à la mémoire et favorise une meilleure qualité de vie. Les données de l'EQSJS 2022-2023 permettent de brosser un portrait de la pratique d'activité physique de loisir et de transport chez les jeunes du secondaire durant l'année scolaire et d'observer l'évolution depuis l'édition de 2016-2017.

Répartition des élèves du secondaire selon le niveau d'activité physique de loisir durant l'année scolaire

Les questions de l'indicateur portent sur les activités physiques de loisir pratiquées à la maison, à l'école ou ailleurs : le sport, le plein air, le conditionnement physique, la danse ou tout simplement la marche. Il peut s'agir d'activités qui ont lieu dans un contexte organisé (avec un moniteur, un entraîneur ou une autre personne responsable) ou non organisé (seul[e] ou avec d'autres personnes). Les activités des programmes spéciaux (sports-études, danse-études, concentration-sports ou autre programme) doivent, elles aussi, être rapportées. Cependant, les jeunes doivent exclure les cours d'éducation physique, les déplacements actifs (à pied, à bicyclette ou autre moyen) pour se rendre quelque part (à l'école, au travail, au magasin ou autre) et les activités faites dans le cadre d'un travail payé. Au travers cinq questions, le niveau d'activité physique de l'élève est déterminé. Celles-ci réfèrent notamment à la fréquence (entre un jour par semaine et sept jours par semaine), la durée (de moins de dix minutes à deux heures ou plus) et l'effort physique déployé pendant l'activité (de « très faible » à « élevé »).

En Mauricie et Centre-du-Québec, on compte environ 20% de jeunes du secondaire actifs et 24% qui sont moyennement actifs. À l'inverse, 36% des jeunes sont inactifs et 18% sont très peu actifs. Ces proportions sont comparables à celle que l'on retrouve dans la province. Comparativement à 2016-2017, la proportion de jeunes de la région qui étaient actifs, moyennement actifs ou un peu actifs est demeurée la même. Cependant, la proportion des élèves du secondaire très peu actifs a diminué (20% c. 18%) alors que celle des inactifs a augmenté significativement (31% c. 36%).

Chez les jeunes de la Mauricie et Centre-du-Québec qui se considèrent actifs, la proportion des garçons est significativement plus élevée que celle des filles (25% c. 15%). On remarque également une plus forte proportion de jeunes actifs parmi les élèves de 2^e cycle (20% contre 16% au 1^{er} cycle).



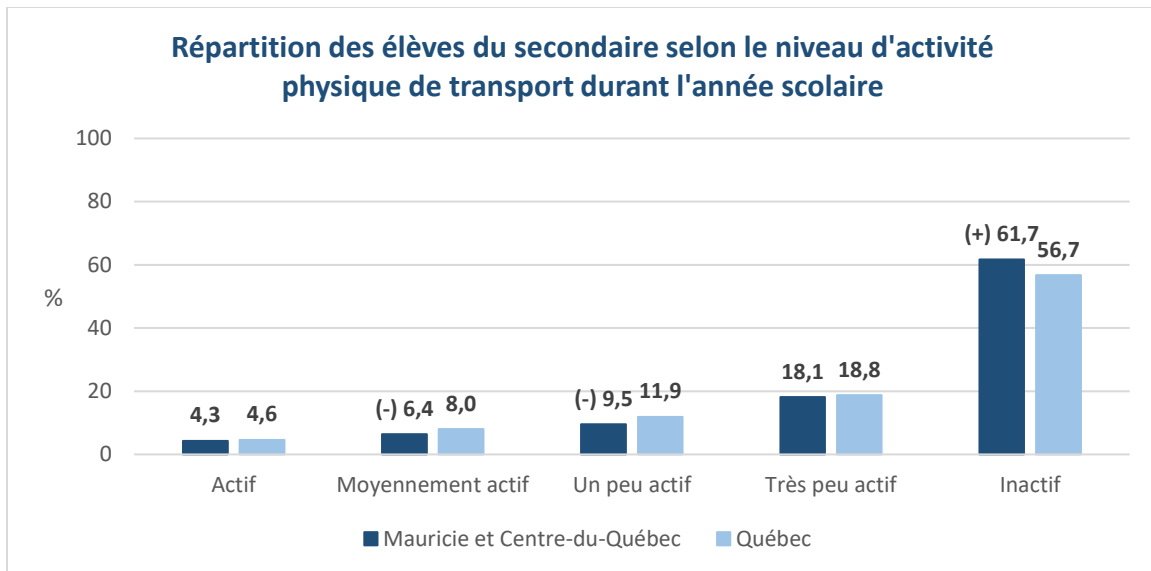
Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Seul le RLS de Drummond montre une proportion de jeunes du secondaire actifs supérieure à celle du Québec (29% c. 18%). Par contre, on compte quatre RLS de la région avec des proportions d'élèves actifs inférieures à celle de la province. Il s'agit du Haut-Saint-Maurice (13%), de la Vallée-de-la-Batiscan (14%), de Maskinongé (11%), Bécancour-Nicolet-Yamaska (14%).

Répartition des élèves du secondaire selon le niveau d'activité physique de transport durant l'année scolaire

Pour cet indicateur, les questions portent sur les modes de transport actifs (marche, bicyclette, patins à roues alignées et autre) que les jeunes utilisent pour se rendre à l'école, au travail, chez un(e) ami(e) ou ailleurs. Quatre questions permettent d'évaluer le niveau d'activité physique de l'élève en se référant entre autres à la fréquence (entre un jour par semaine et sept jours par semaine) et à la durée (de moins de dix minutes à deux heures ou plus) du transport actif.

En ce qui a trait à l'activité physique de transport, les jeunes de la Mauricie et Centre-du-Québec sont proportionnellement plus nombreux que les élèves de la province à être inactifs (62% c. 57%). On compte seulement 6% des garçons et 2,8% des filles de la région qui sont actifs dans leurs activités physiques de transport durant l'année scolaire. Aucune différence significative ne ressort entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Les données par RLS montrent que les jeunes de Trois-Rivières, Bécancour-Nicolet-Yamaska et Drummond sont plus inactifs que ceux de l'ensemble du Québec (62%, 63% et 64% respectivement contre 57%).

Statut pondéral, apparence corporelle et actions à l'égard du poids

Il est démontré qu'un surpoids durant l'adolescence peut affecter la santé physique et mentale. Précisément, le surplus de poids augmente le risque de maladies chroniques telles que l'hypertension, l'asthme et le diabète non seulement à court terme, mais aussi à long terme (Field, 2006). Il peut également affecter l'estime et la confiance en soi ainsi que le développement identitaire.

De plus, en raison des nombreuses transformations qui surviennent à l'adolescence, notamment physiques (la puberté), sociales et psychologiques (l'intensification des rôles liés au genre), l'image corporelle revêt une importance particulière dans la santé des jeunes. Ainsi, la manière dont les jeunes perçoivent leur corps et les comportements adoptés pour atteindre l'idéal corporel peuvent entraîner d'autres conséquences sur la santé physique et le bien-être (Tokozani Sakala et Rossier-Bisaillon, 2021). D'autant plus que les personnes voulant contrôler ou modifier leur poids corporel ont accès à une grande variété de produits et de méthodes (Jalbert et al., 2020), certains d'entre eux peuvent occasionner des problématiques graves pour la santé.

D'une part, les tentatives d'amaigrissement peuvent occasionner des effets délétères comme l'anémie, les carences nutritionnelles ou les troubles alimentaires (Marian et al., 2024) ou encore, l'incapacité à obtenir les résultats anticipés peut être une source d'anxiété et de faible estime de soi ou même affecter les relations sociales des personnes qui les utilisent (Paquette, 2008). D'autre part, certains produits visant l'augmentation de la masse musculaire peuvent contenir des substances illicites et nocives comme des stéroïdes anabolisants pouvant entraîner par exemple de l'acné sévère, des complications cardiovasculaires ou des excès d'agressivité (Santé Canada, 2021).

La prévalence du surplus de poids, les préoccupations excessives liées au poids ainsi que leurs conséquences sur la santé plaident en faveur d'une meilleure compréhension des caractéristiques liées au poids chez les jeunes à une échelle populationnelle.

Répartition des élèves du secondaire selon le statut pondéral

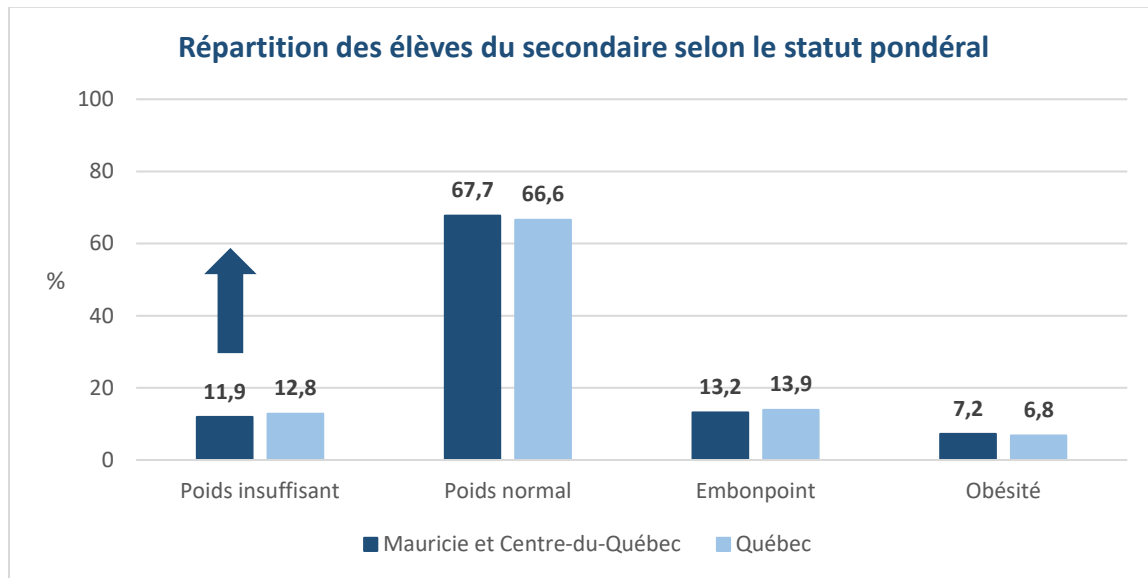
L'obésité ainsi que l'insuffisance de poids représentent un risque pour la santé des jeunes. L'obésité peut être associée à des problèmes sociaux et psychosociaux tels que la discrimination ou des effets négatifs sur l'estime de soi et l'image corporelle, et constitue un facteur de risque pour des problèmes de santé physique tels que les maladies cardiovasculaires (Organisation mondiale de la Santé, 2003). À l'autre extrémité, le poids insuffisant chez les jeunes peut être associé à des problèmes nutritionnels, divers troubles alimentaires et à long terme, à un risque d'ostéoporose (Lamontagne et Hamel, 2009).

Des méthodes indirectes comme les mesures autodéclarées de poids et de taille pour évaluer le statut pondéral d'un individu sont utilisées dans ce cas-ci pour cerner l'ampleur des problèmes reliés au poids chez les élèves du secondaire. Ainsi, l'indice de masse corporelle (IMC), qui est le rapport entre le poids (en kilogrammes) et le carré de la taille d'une personne (en mètres) (Santé Canada, 2003), est employé pour évaluer le statut pondéral à l'aide du système de classification du poids tenant compte de l'âge et du sexe.

Les élèves sondés devaient donc répondre à deux questions : Combien mesures-tu (sans tes chaussures)? et Combien pèses-tu? À l'aide de ces deux questions, l'IMC est calculé pour obtenir les catégories de la répartition des jeunes selon le statut pondéral. Les valeurs seuils de l'IMC (kg/m^2) par âge et par sexe utilisées dans l'EQSJS pour déterminer le statut pondéral chez les 11 ans à 17 ans sont attribuées à partir des seuils internationaux établis respectivement pour les âges 11,5 ans, 12,5 ans, 13,5 ans, 14,5 ans, 15,5 ans, 16,5 ans et 17,5 ans (Cole et al., 2000; Cole et al., 2007).

Comme au Québec, la proportion des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec dont le poids est normal est de 68%. Environ 12% ont un poids insuffisant, près de 13% sont en situation d'embonpoint et 7% sont obèses. C'est donc un jeune sur cinq

qui se retrouvent en surpoids. Seule la proportion des jeunes avec un poids insuffisant est en augmentation significative depuis 2016-2017 passant de 10% à 12%.



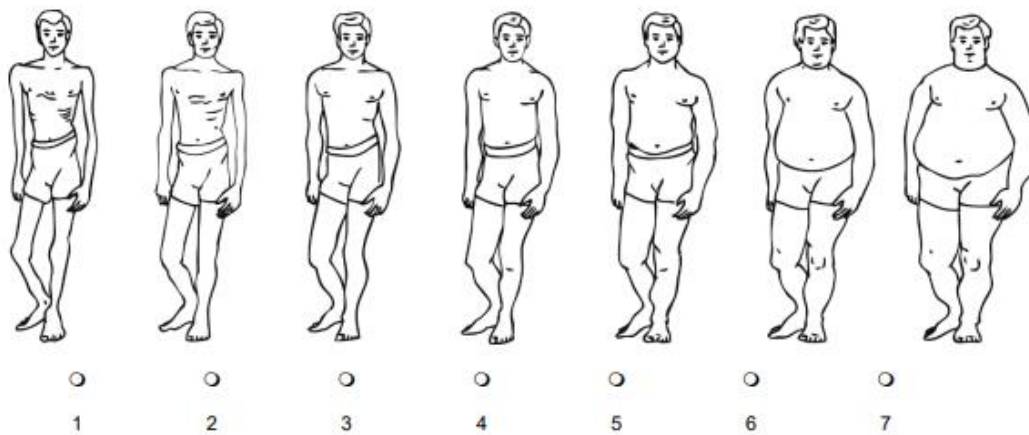
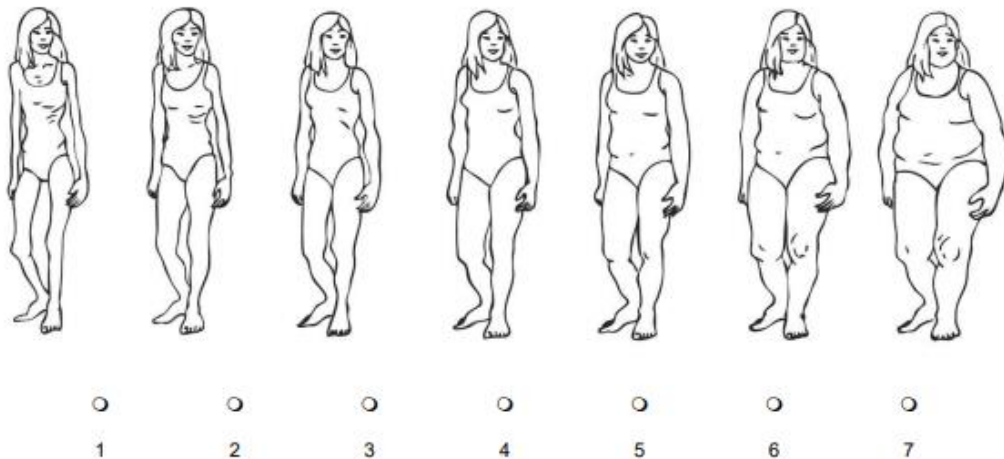
Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

En Mauricie et Centre-du-Québec, des proportions similaires entre les garçons et les filles sont observées chez les élèves dont le poids est insuffisant (11% et 13%) et chez ceux qui souffrent d'obésité (8% et 7%). On note cependant une plus forte proportion de garçons en surplus de poids comparativement aux filles (23% c. 18%). Par ailleurs, les élèves de 1^{er} cycle sont proportionnellement plus nombreux que les élèves de 2^e cycle à avoir un poids insuffisant (14% c. 11%), à présenter un surplus de poids (22% c. 19%) et à être obèses (9% c. 6%). Aucun RLS ne se démarque de la province.

Répartition des élèves du secondaire selon l'évaluation de leur apparence

L'image corporelle est une perception systématique, cognitive et affective, consciente et inconsciente, qu'un individu a de son corps, acquise au cours de son développement et à travers ses relations sociales. Dans la mesure où l'image corporelle contribue à modeler le concept de soi, une modification de cette image influencera la façon dont la personne se considère (Ministère de la Santé et des Services sociaux, 2006). Cette perception peut avoir des répercussions sur des caractéristiques personnelles telles que l'estime de soi et la détresse psychologique. De plus, plusieurs problèmes sont associés à une image corporelle négative des pratiques alimentaires et d'activités physiques malsaines ou le risque de souffrir d'un trouble alimentaire (Levine et Smolak, 2002). Afin de mesurer ce concept, l'instrument de Collins (1991) est celui utilisé dans l'EQSJS.

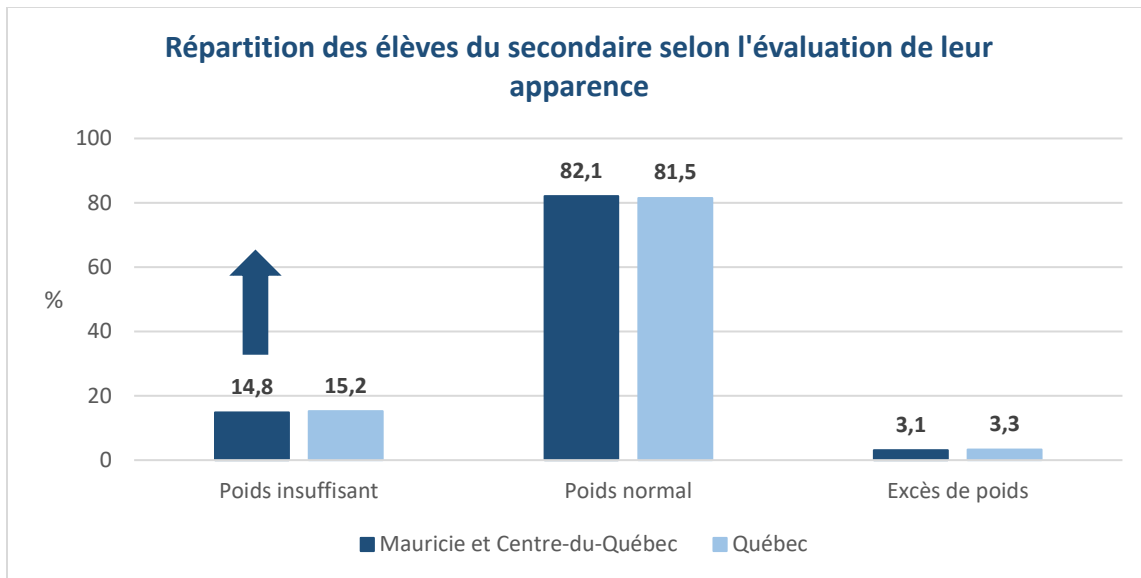
Les élèves étaient donc invités à cocher le cercle correspondant le mieux à leur apparence actuelle dans l'image suivante :



Les catégories selon l'évaluation de l'apparence sont :

- Poids insuffisant : silhouettes 1 et 2
- Poids normal : silhouettes 3, 4 et 5
- Excès de poids : silhouettes 6 et 7

Les résultats de l'EQSJS montrent qu'environ 82% des élèves de la région considèrent leur poids comme normal tandis que 15% pensent avoir un poids insuffisant et 3,1% croient être obèses. Ces chiffres sont comparables à ceux du Québec. On note une hausse significative par rapport au cycle précédant de l'enquête chez les élèves qui se perçoivent avec un poids insuffisant (12% c. 15%).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Une proportion significativement plus élevée de filles que de garçons de la Mauricie et Centre-du-Québec s'évalue avec un poids insuffisant (17% c. 13%) et inversement, davantage de garçons que de filles se considèrent en excès de poids (*4,2% c. *1,9%). Près de 18% des jeunes de 1^{er} cycle pensent que leur poids est insuffisant contre 13% au 2^e cycle. Aucune donnée par RLS n'est différente de celle de la province.

Répartition des élèves du secondaire selon la satisfaction à l'égard de leur apparence

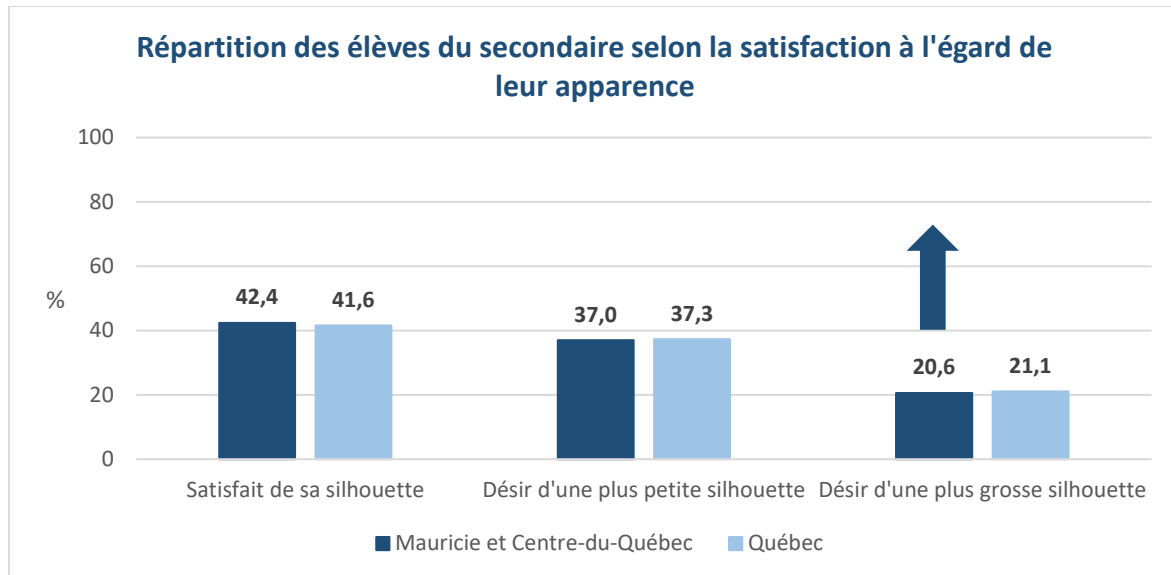
En reprenant la même image que précédemment, les élèves du secondaire devaient répondre à deux questions :

1. Coche le cercle qui correspond le mieux à ton apparence actuelle.
2. Coche le cercle qui correspond à l'apparence que tu aimerais avoir.

Le niveau de satisfaction à l'égard de l'apparence a été obtenu à l'aide de la différence entre les réponses à la première et la deuxième question (Audet, Cardin et Traoré, 2003). Les catégories du niveau de satisfaction à l'égard de l'apparence sont :

- Satisfait (différence de 0 entre les numéros de silhouette)
- Désir d'une perte légère (différence de 1 entre les numéros de silhouette)
- Désir d'une perte importante (différence supérieure ou égale à 2 entre les numéros de silhouette)
- Désir d'un gain léger (différence de -1 entre les numéros de silhouette)
- Désir d'un gain important (différence inférieure ou égale à -2 entre les numéros de silhouette)

On dénombre près de 42% des jeunes de la Mauricie et Centre-du-Québec qui sont satisfaits de leur silhouette alors que 37% aimerait une silhouette plus petite et 21% une silhouette plus grosse. Ces résultats sont comparables à ceux de la province. La proportion des élèves de la région qui désirent une plus grosse silhouette est en augmentation significative par rapport à 2016-2017 alors qu'elle était de 17%.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

D'autres différences significatives sont observées chez les jeunes du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec. On note une proportion plus élevée de filles que de garçons désirant avoir une plus petite silhouette (49% c. 26%) alors que plus de garçons que de filles souhaitent avoir une plus grosse silhouette (31% c. 9%). Enfin, près de 23% des élèves de 2^e cycle aimeraient avoir une plus grosse contrairement à 18% des élèves de 1^{er} cycle. Les résultats pour les RLS sont semblables à ceux pour l'ensemble du Québec.

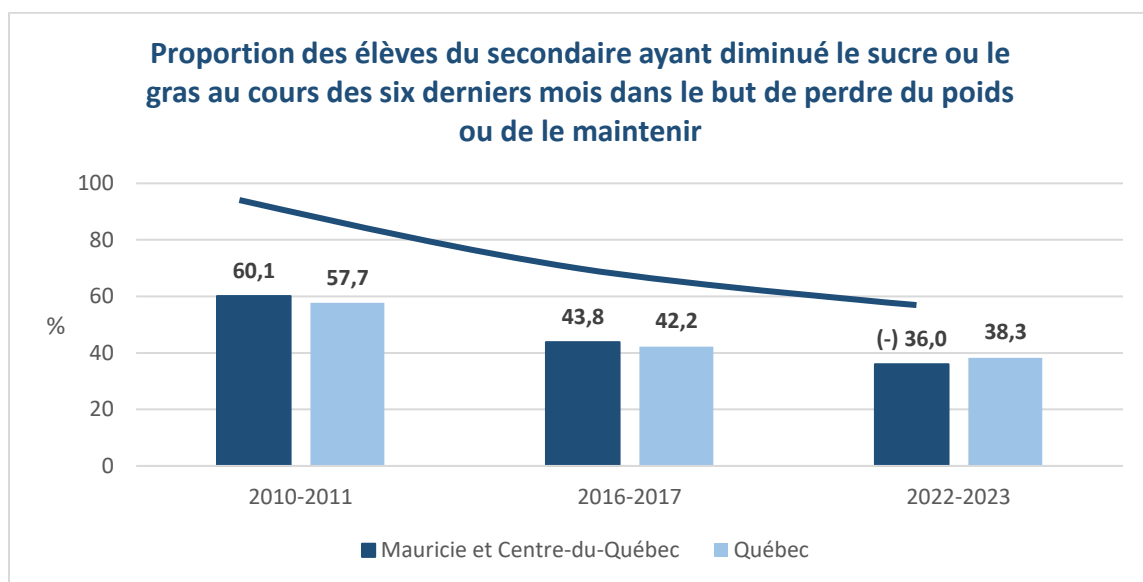
Proportion des élèves du secondaire ayant diminué le sucre ou le gras au cours des six derniers mois dans le but de perdre du poids ou de le maintenir

Chaque année, un nombre important de personnes font des tentatives pour perdre du poids. Certaines le font pour améliorer leur santé alors que d'autres cherchent plutôt à répondre à des critères esthétiques de minceur. Si la perte de poids peut avoir des effets bénéfiques pour la santé de certaines personnes, pour d'autres les tentatives répétées de perte de poids peuvent entraîner des effets plus ou moins graves incluant la reprise du poids perdu et l'apparition de désordres alimentaires (Venne et al., 2008). Il existe plusieurs moyens pour tenter de perdre du poids. L'un d'eux consiste à diminuer ou couper le sucre, le gras, les bonbons, les desserts, les chips, etc. La réduction du sucre

ou du gras peut être considérée comme une pratique pouvant mener à une alimentation plus saine associée à un poids normal (Berkey et al., 2004; Strychar, 2006).

Afin de déterminer la proportion des élèves du secondaire qui ont tenté de perdre du poids en suivant cette méthode, ceux-ci devaient répondre à la question suivante : Au cours des six derniers mois, à quelle fréquence as-tu essayé de diminuer ou couper le sucre, le gras (les bonbons, les desserts, les chips, etc.) afin de perdre ou de contrôler ton poids? Les choix de réponse offerts allaient de souvent à jamais.

L'édition 2022-2023 de l'EQSJS rapporte que 36% des élèves du secondaire de la région ont diminué le sucre ou le gras au cours des six derniers mois dans le but de perdre du poids ou de le maintenir. Il s'agit d'un résultat comparable à celui pour l'ensemble du Québec. Cependant, le résultat pour la Mauricie et Centre-du-Québec est en baisse significative et ce, depuis 2010-2011. Ainsi, la proportion des jeunes ayant diminué le sucre ou le gras dans le but de perdre du poids ou de le maintenir est passée de 60% en 2010-2011 à 44% en 2016-2017 et à 36% en 2022-2023.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Près d'une fille sur deux (45%) de la région a diminué le sucre ou le gras au cours des six derniers mois dans le but de perdre du poids ou de le maintenir, soit une différence significative par rapport aux garçons (28%). On ne constate aucune différence entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle. Les résultats par RLS sont les mêmes que ceux obtenus pour l'ensemble du Québec.

Répartition des élèves du secondaire selon le nombre de méthodes utilisées afin d'augmenter leur masse musculaire auxquels ils ont eu recours souvent ou quelques fois au cours des six derniers mois

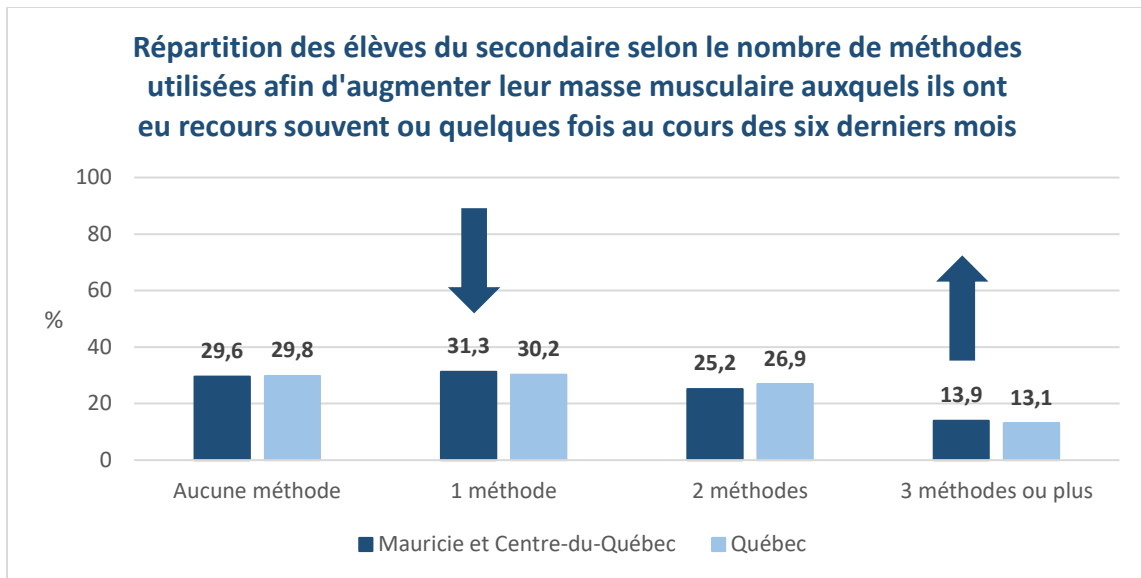
L'insatisfaction corporelle peut être un obstacle à l'adoption de saines habitudes de vie et entraîner l'adoption de comportements à risque pour la santé. Pour atteindre la silhouette désirée, autres que les actions pour perdre ou gagner du poids, l'augmentation de la masse musculaire en fait également partie (Eisenberg et al., 2012). Certains souhaitent une augmentation de leur masse musculaire pour améliorer leur santé alors que d'autres cherchent plutôt à répondre à des critères esthétiques. Lorsque la masse musculaire idéale n'est pas atteinte, des personnes pourraient se tourner vers des suppléments alimentaires, tels que des produits protéinés, de la créatine ou des stéroïdes anabolisants. La perception de l'activité physique peut aussi être modifiée, passant d'une activité de loisir à une activité physique ayant uniquement comme but de gagner de la masse musculaire (ÉquiLibre, 2014; Field et al., 2005).

Afin de déterminer, chez les élèves du secondaire, le nombre de moyens utilisés pour augmenter leur masse musculaire, la question suivante leur était posée : Au cours des six derniers mois, à quelle fréquence as-tu essayé les méthodes suivantes afin d'augmenter ta masse musculaire?

- Changer tes habitudes alimentaires;
- Faire plus d'exercice;
- Utiliser des poudres ou boissons protéinées;
- Utiliser des stéroïdes;
- Utiliser une autre substance pour augmenter la prise de masse musculaire (créatine, acides aminés, hormone de croissance, etc.).

Les catégories de réponse pour ces questions vont de « Souvent » à « Jamais ».

Comme au Québec, 30% des adolescents du secondaire n'ont utilisé aucune méthode tandis que 31% ont fait l'essai d'une méthode, 25% deux méthodes et 14% trois méthodes ou plus. Parmi ceux ayant utilisé 3 méthodes ou plus, faire plus d'exercices (80%), changer les habitudes alimentaires (58%) et utiliser des poudres ou boissons protéinées (32%) viennent en tête. Très peu d'élèves ont utilisé des stéroïdes (*1,8%) ou d'autres substances (6%). Ce qu'il faut surtout retenir est que la proportion d'élèves de la région ayant eu recours à trois méthodes ou plus est en augmentation significative depuis 2016-2017 (9% c. 14% en 2022-2023).



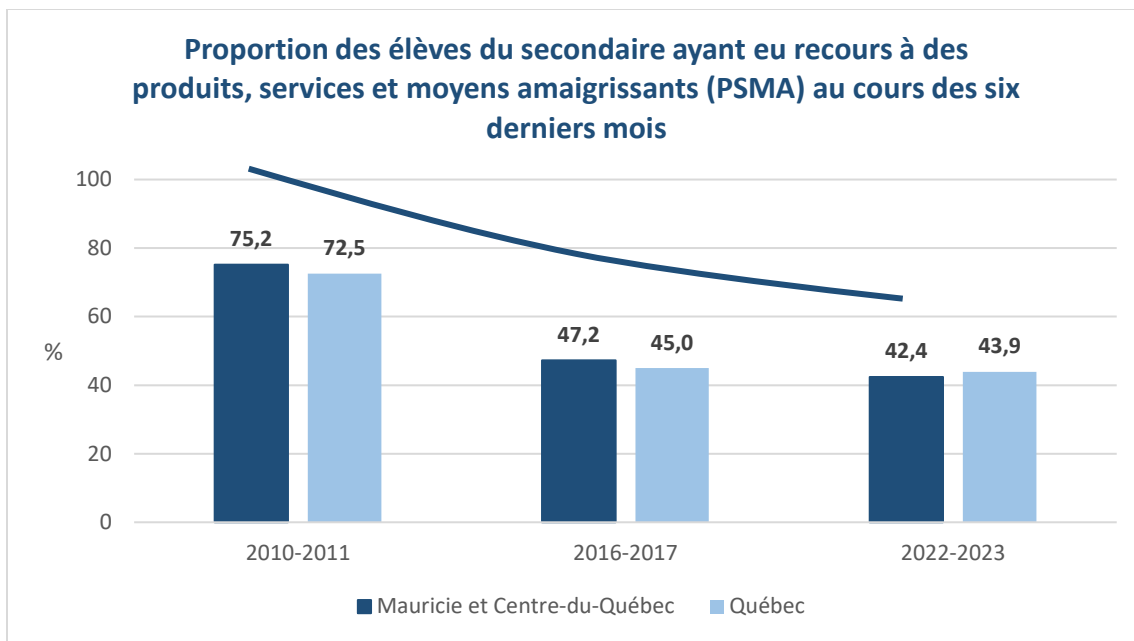
Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Plus de trois garçons sur quatre de la Mauricie et Centre-du-Québec ont utilisé souvent ou quelques fois au moins une méthode afin d'augmenter leur masse musculaire au cours des six derniers mois (76%) contre 64% des filles. Également, une autre différence significative est observée entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle alors que ces derniers sont en proportion plus nombreux à avoir eu recours souvent ou quelques fois à au moins une méthode afin d'augmenter leur masse musculaire au cours des six derniers mois (73% c. 67%). On ne constate aucune différence significative entre les RLS et la province.

Proportion des élèves du secondaire ayant eu recours à des produits, services et moyens amaigrissants au cours des six derniers mois

Une autre méthode pour perdre du poids est d'avoir recours aux divers produits, services et moyens amaigrissants (PSMA) disponibles sur le marché. Or l'efficacité et même, dans certains cas, l'innocuité de ces PSMA, très facilement accessibles sur le marché, n'ont pas été démontrées (Venne et al., 2008). Ceux-ci peuvent même entraîner des effets néfastes à la santé. L'EQSJS questionne donc les élèves du secondaire sur la fréquence d'utilisation de certains moyens amaigrissants (suivre une diète, ne pas manger pendant toute une journée, se faire vomir, prendre des laxatifs ou des coupe-faim, s'entraîner de façon intensive, commencer ou recommencer à fumer, sauter des repas). Les réponses peuvent varier de « Souvent » à « Jamais ».

Environ 42% des jeunes du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ont utilisé des produits, services et moyens amaigrissants (PSMA) au cours des six derniers mois (44% au Québec). Toutefois, le recours à des produits, services et moyens amaigrissants est à la baisse depuis les dernières années. La proportion des élèves de la région est passée de 75% en 2010-2011 à 42% en 2022-2023.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

La proportion des filles demeure significativement plus élevée que celle des garçons (52% c. 34%) alors que celle des élèves de 1^{er} cycle est comparable à celle des élèves de 2^e cycle. Il n'existe aucune différence entre les valeurs des RLS de la région et celle de la province.

Temps passé devant les écrans

Les risques associés aux écrans pour le développement, la santé et le bien-être des jeunes sont nombreux. Ils comprennent notamment la sédentarité et l'obésité, les problèmes de sommeil ou de vision, les troubles musculosquelettiques, les symptômes dépressifs, l'anxiété liée à l'image corporelle, la cyberintimidation, les dépendances en ligne et de moins bons résultats scolaires. Bien que les études s'intéressent principalement aux risques liés à l'usage des écrans à des fins de loisirs, des risques liés à l'usage des écrans en contexte scolaire sont également présents (Lemétayer et al., 2022).

Les Directives canadiennes en matière de mouvement sur 24 heures (Société canadienne de physiologie de l'exercice, 2016) précisent que les enfants et les jeunes de 5 à 17 ans devraient consacrer un maximum de 2 heures par jour à des activités de loisirs devant un écran et limiter les périodes prolongées en position assise. Selon la Société canadienne de pédiatrie (SCP) (Société canadienne de pédiatrie, 2019), un usage modéré des écrans (entre deux et quatre heures par jour) serait associé à certains bienfaits cognitifs et

psychosociaux chez les adolescents et les adolescentes, alors que la non-utilisation des écrans ou leur usage excessif pourraient être liés à des effets néfastes.

L'exposition grandissante des adolescents et des adolescentes aux écrans dans leurs différents milieux de vie constitue un enjeu important de santé publique qui exige une surveillance. Le temps d'écran pour les activités scolaires et pour les activités de communication et de loisirs, et ce, durant la semaine et la fin de semaine est mesuré par l'EQSJS.

Répartition des élèves du secondaire selon la durée de temps passé devant un écran au cours d'une journée de semaine pour leurs activités scolaires

Les directives en matière d'utilisation des écrans ainsi que les études sur lesquelles elles s'appuient portent presque uniquement sur le temps d'écran de loisirs (Lemétayer et Papineau, 2021). Pourtant, les jeunes sont aussi exposés depuis plusieurs années à du temps d'écran durant leur scolarité (en cours et pour les devoirs). Aucune enquête au Canada et au Québec ne tient compte du temps d'écran lié à des activités scolaires chez les jeunes et pourtant, ce temps d'écran s'ajoute au temps d'écran de loisir.

Cet indicateur de l'enquête s'intéresse donc au temps d'écran consacré aux activités scolaires (réaliser un exercice en classe, faire des recherches, faire des devoirs ou des travaux scolaires, réviser des leçons, sur un ordinateur, une tablette électronique ou un téléphone intelligent) et comprend deux questions : Pour réaliser des activités scolaires, que ce soit à l'école ou à la maison, combien de temps passes-tu habituellement devant un écran au cours d'une journée de semaine (du lundi au vendredi)? et Pour réaliser des activités scolaires, que ce soit à l'école ou à la maison, combien de temps passes-tu habituellement devant un écran au cours d'une journée de fin de semaine (samedi ou dimanche)? Les catégories de réponse pour ces questions sont : aucun, moins de 30 minutes, 30 à 59 minutes, 1 heure à 1 heure 59 minutes, 2 heures à 2 heures 59 minutes, 3 heures à 3 heures 59 minutes, 4 heures à 4 heures 59 minutes, 5 heures à 5 heures 59 minutes et 6 heures et plus.

Comme au Québec, une majorité d'élèves du secondaire de la région passe moins de deux heures devant un écran au cours d'une journée de semaine pour leurs activités scolaires (42%). Cependant, on compte environ 28% qui y consacrent environ deux heures à moins de quatre heures et près d'un jeune sur quatre passe quatre heures et plus pour ses travaux scolaires. Puisqu'il s'agit d'un nouvel indicateur ajouté à l'EQSJS, aucune évolution concernant le temps d'écran ne peut être mesurée.

Les filles de la Mauricie et Centre-du-Québec sont proportionnellement plus nombreuses que les garçons à passer quatre heures et plus devant un écran au cours d'une journée

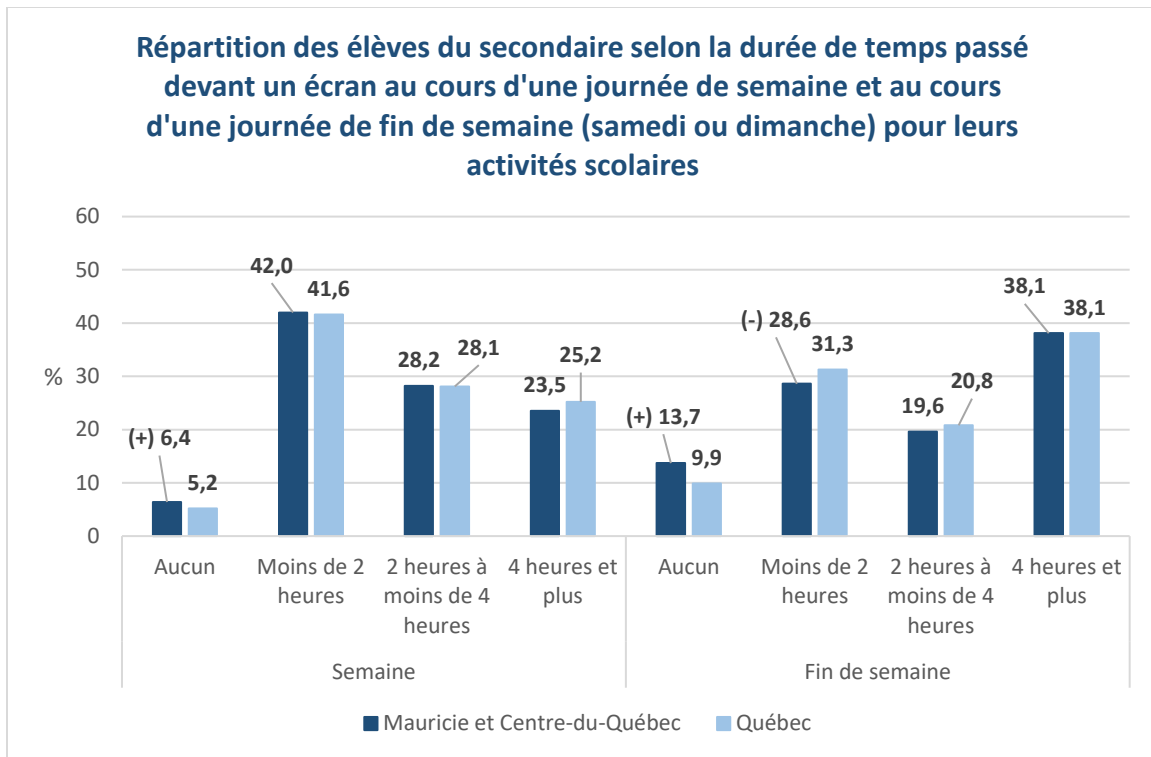
de semaine pour leurs activités scolaires (25% c. 22%). Quant au niveau scolaire, les résultats des élèves de 1^{er} et de 2^e cycles sont similaires.

Répartition des élèves du secondaire selon la durée de temps passé devant un écran au cours d'une journée de fin de semaine (samedi ou dimanche) pour leurs activités scolaires

Des proportions différentes du Québec sont observées parmi les jeunes du secondaire de la région en ce qui a trait au temps d'écran pour des activités scolaires durant la fin de semaine. En effet, près de 14% des élèves de la Mauricie et Centre-du-Québec ne passe aucun temps devant un écran les jours de fin de semaine contrairement à 10% dans la province. De plus, une proportion de jeunes significativement inférieure à l'ensemble du Québec passe moins de deux heures devant un écran la fin de semaine (29% c. 31%). Environ 20% des adolescents consacrent deux heures à moins de 4 heures devant un écran et 38% plus de 4 heures durant une journée de fin de semaine. Ces dernières données sont comparables à la province.

Plus de jeunes du 1^{er} cycle du secondaire de la région passent quatre heures et plus devant un écran au cours d'une journée de fin de semaine que ceux de 2^e cycle soit 42% contre 35%. Aucune différence n'est constatée entre les garçons et les filles.

Quant aux RLS, aucun de la région ne se démarque du résultat de l'ensemble du Québec.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Répartition des élèves du secondaire selon la durée de temps passé devant un écran au cours d'une journée de semaine pour leurs activités de communication et de loisirs

Dans l'étude de Biron et al. (2019), l'utilisation intensive des écrans (tous types d'écrans confondus) désigne une exposition supérieure à quatre heures par jour. Bien qu'il s'agisse d'activités de communication et de loisirs, plus le temps d'écran est grand, plus le stress ressenti augmente et plus la satisfaction de sa vie diminue. Par ailleurs, un temps d'écran élevé est associé à une mauvaise qualité du sommeil, une mauvaise santé générale et une détresse psychologique.

Afin de déterminer le temps d'écran des élèves du secondaire pour des activités de communication et de loisirs (pour aller sur les réseaux sociaux, jouer à des jeux vidéo, écouter une série ou un film, parler ou chatter avec des amis), l'EQSJS pose les questions suivantes : Pour des activités de communication et de loisirs, combien de temps au cours d'une journée de semaine (du lundi au vendredi), en dehors des heures de classe passes-tu habituellement devant un écran? et Pour des activités de communication et de loisirs, combien de temps au cours d'une journée de fin de semaine (samedi ou dimanche) passes-tu habituellement devant un écran? Encore une fois, les catégories de réponse pour ces questions sont : aucun, moins de 30 minutes, 30 à 59 minutes, 1 heure à 1 heure 59 minutes, 2 heures à 2 heures 59 minutes, 3 heures à 3 heures 59 minutes, 4 heures à 4 heures 59 minutes, 5 heures à 5 heures 59 minutes et 6 heures et plus.

Environ un jeune sur quatre (24%) du secondaire de la région passe quatre heures ou plus devant un écran au cours d'une journée de semaine pour des activités de communication et de loisirs. Ce résultat est toutefois significativement inférieur à ce que l'on retrouve pour l'ensemble du Québec (27%). On compte également 33% des élèves de la Mauricie et Centre-du-Québec qui consacre deux heures à moins de quatre heures et 37% moins de deux heures. Seulement 6% ne passe aucun temps devant un écran au cours d'une journée de semaine pour des activités de communication et de loisirs.

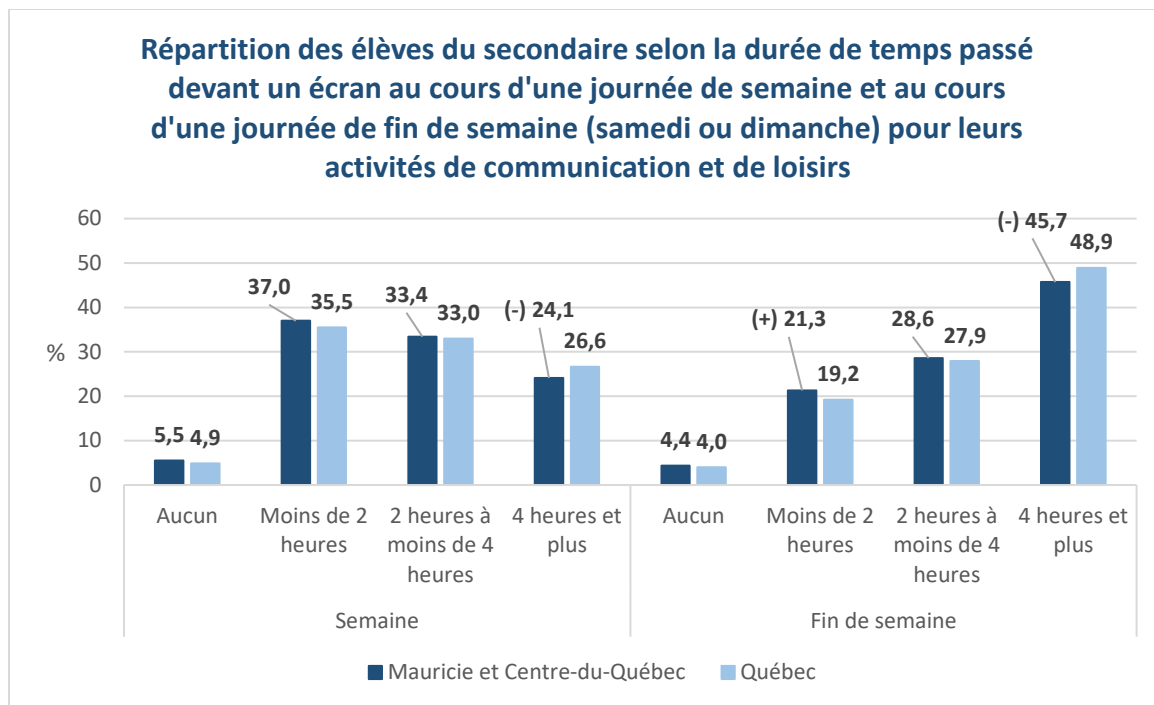
Il n'y a aucune différence notable entre les garçons et les filles tandis que les élèves de 2^e cycle se démarquent de façon significative des élèves de 1^{er} cycle. Près de 29% des jeunes de 2^e cycle passent 4 heures et plus devant un écran au cours d'une journée de semaine pour leurs activités de communication et de loisirs contre 18% des jeunes de 1^{er} cycle.

Répartition des élèves du secondaire selon la durée de temps passé devant un écran au cours d'une journée de fin de semaine (samedi ou dimanche) pour leurs activités de communication et de loisirs

La fin de semaine, près d'un adolescent sur deux (46%) de la Mauricie et Centre-du-Québec consacre quatre heures ou plus de son temps devant un écran pour des activités de communication et de loisirs. Bien que cette proportion soit élevée, elle est significativement plus basse que celle pour l'ensemble du Québec (49%). Environ 29% des élèves du secondaire de la région passent entre deux heures et moins de quatre heures devant un écran, 21% moins de deux heures et 4,4% des jeunes n'utilisent aucun écran durant une journée de fin de semaine. Seule la proportion des élèves de la région qui passent moins de deux heures devant un écran est plus élevée que celle de la province.

Encore une fois, on ne remarque aucune différence entre les garçons et les filles alors que les élèves de 2^e cycle sont en proportion plus nombreux que ceux de 1^{er} cycle à passer quatre heures et plus devant un écran au cours d'une journée de fin de semaine pour leurs activités de communication et de loisirs (50% c. 40%).

Comme pour la région, trois RLS présentent une proportion d'élèves du secondaire passant quatre heures et plus devant un écran au cours d'une journée de semaine et de fin de semaine pour leurs activités de communication et de loisirs inférieure à celle du Québec. Il s'agit du Haut-Saint-Maurice (20%), Bécancour-Nicolet-Yamaska (19%) et Arthabaska-de l'Érable (21%).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Sommeil

Le manque de sommeil est associé à de multiples problématiques : problèmes de santé mentale, mauvaise alimentation, sédentarité, surpoids ou obésité, diabète et problèmes cardiaques (Poirier et al., 2024 ; Touchette et al., 2024). Plusieurs causes sont associées au manque de sommeil chez les adolescents, notamment l'utilisation d'appareils électroniques dans la chambre, les breuvages à base de caféine et la faible priorité accordée au sommeil par les parents et les professionnels de la santé (Gruber et al., 2014). De plus, les adolescents ont tendance à rester éveillés progressivement plus tard et à dormir plus tard dans la matinée que les préadolescents. En outre, ils ont tendance à prolonger le sommeil pendant les fins de semaine (Giannotti et al., 2002). La routine de sommeil et la constance du nombre d'heures de repos sont donc primordiales.

Ainsi, le sommeil est un élément essentiel au développement physique et psychologique des jeunes puisqu'à cette période de la vie plusieurs changements neurobiologiques surviennent et un sommeil adéquat aide donc à s'adapter plus facilement à ces transformations. De plus, un bon sommeil a un effet positif sur les capacités d'apprentissage des jeunes contribuant à la réussite académique.

Par ailleurs, une durée suffisante de sommeil est associée à un meilleur équilibre émotionnel et à une meilleure qualité de vie (Tremblay et al., 2016). Les jeunes qui sont

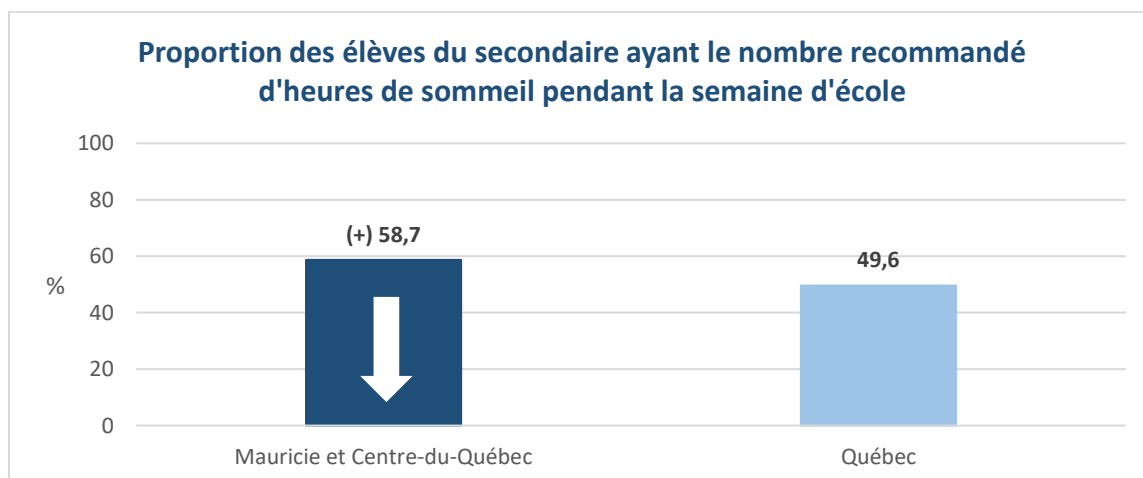
peu actifs physiquement ou qui passent beaucoup de temps devant un écran sont plus susceptibles que les autres d'avoir un sommeil insuffisant et perturbé pouvant nuire à leur santé générale. Une bonne routine de coucher et la mise en place d'un programme d'hygiène du sommeil et d'alimentation font partie des interventions possibles.

Proportion des élèves du secondaire ayant le nombre recommandé d'heures de sommeil pendant la semaine d'école

Par cet indicateur, l'enquête tente d'évaluer si les jeunes du secondaire répondent de façon positive au nombre d'heures recommandées pendant la semaine d'école. Il est construit à partir de deux questions : Habituellement, vers quelle heure t'endors-tu le soir pendant la semaine d'école (du dimanche au jeudi)? et Habituellement, vers quelle heure te réveilles-tu le matin pendant la semaine d'école (du lundi au vendredi)? Le nombre d'heures de sommeil quotidiennes pendant la semaine d'école est obtenu par la différence entre l'heure du réveil et l'heure de l'endormissement.

La National Sleep Foundation recommande que les jeunes de 6 à 13 ans dorment entre 9 et 11 heures, que les adolescents de 14 à 17 ans dorment entre 8 et 10 heures, et que les jeunes adultes de 18 à 25 ans dorment entre 7 à 9 heures (Hirshkowitz et al., 2015). Le nombre d'heures de sommeil quotidiennes a donc été catégorisé sur la base du nombre minimal d'heures recommandées la nuit pour les jeunes, ce à quoi réfère l'EQSJS.

L'enquête rapporte que près de 60% des élèves du secondaire de la région ont le nombre recommandé d'heures de sommeil pendant la semaine d'école contrairement à 50% des élèves de la province. Il s'agit cependant d'une diminution de la proportion par rapport à 2016-2017 et qui était de 71% en Mauricie et Centre-du-Québec.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

On ne constate aucune différence entre les garçons et les filles de la région par contre, une plus forte proportion d'élèves de 2^e cycle suivent le nombre d'heures de sommeil recommandé pendant la semaine d'école que les élèves de 1^{er} cycle (62% c. 55%).

La majorité des RLS de la Mauricie et Centre-du-Québec ont une proportion d'élèves du secondaire avec le nombre recommandé d'heures de sommeil pendant la semaine d'école supérieure à celle de l'ensemble du Québec. Seuls Maskinongé et Bécancour-Nicolet-Yamaska se comparent à la province. Tous les autres RLS ont une proportion avoisinante à 60%.

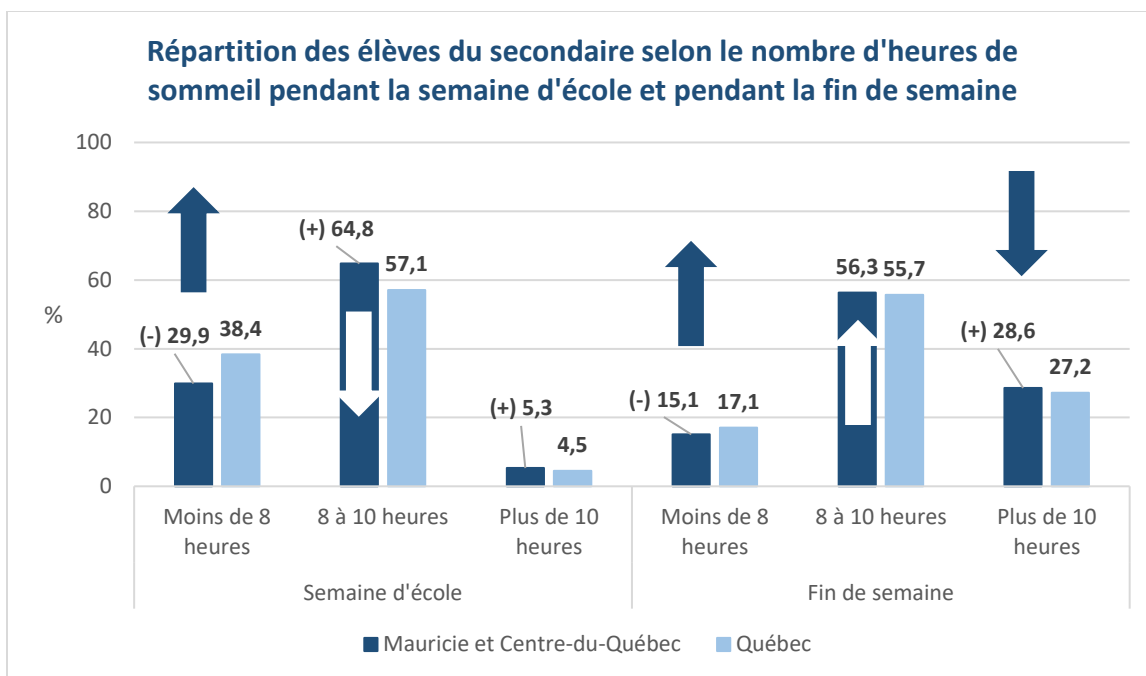
Répartition des élèves du secondaire selon le nombre d'heures de sommeil pendant la semaine d'école et pendant la fin de semaine

La majorité des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec dorment entre huit et dix heures par nuit durant la semaine d'école. Cette proportion est significativement plus élevée que celle pour l'ensemble du Québec (65% c. 57%). Les jeunes de la région sont également plus nombreux à dormir plus de dix heures comparativement à ceux de la province (5% c. 4,5%). Il y a donc une plus faible proportion des jeunes de la Mauricie et Centre-du-Québec qui ont moins de huit heures de sommeil que dans l'ensemble du Québec (30% c. 38%).

Dans la région, la proportion d'adolescents qui dorment entre huit et dix heures a diminué depuis 2016-2017 (75% c. 65%) alors que celles de jeunes qui dorment moins de huit heures a augmenté (19% c. 30%).

En ce qui a trait au nombre d'heures de sommeil pendant la fin de semaine, plus d'un élève sur deux de la région dort entre huit et dix heures par nuit (56%) un résultat semblable à celui du Québec. Toutefois, la proportion des jeunes de la Mauricie et Centre-du-Québec qui dorment plus de dix heures par nuit la fin de semaine est significativement plus élevée que celle de la province (29% c. 27%) tandis que la proportion des adolescents qui ont un sommeil de moins de huit heures est plus faible (15% c. 17%).

La proportion des jeunes du secondaire de la région qui dorment plus de dix heures (37% à 29%) a diminué depuis 2016-2017 au profit de ceux qui dorment entre huit et dix heures (51% à 56%) ou huit heures et moins (13% à 15%).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Proportion des élèves du secondaire ayant moins de 6 heures de sommeil pendant la semaine d'école

L'enquête révèle que seulement 4,7% des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ont moins de six heures de sommeil par nuit durant la semaine d'école contre 7% au Québec. Il s'agit cependant d'une augmentation significative par rapport à 2016-2017 où la proportion était de 2,3%.

Il n'existe aucune différence entre les garçons et les filles ni entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle.

Les résultats par RLS montrent des proportions d'élèves, qui ont moins de 6 heures de sommeil par nuit pendant la semaine d'école, inférieures à la province (7%). C'est le cas pour Trois-Rivières (*4,1%), Drummond (*4,5%) et Arthabaska-de-l'Érable (4,7%).

Tabac et cigarette électronique

Bien que le taux de tabagisme ait diminué au cours des dernières décennies, il n'en demeure pas moins qu'il est toujours lié aux maladies chroniques, aux maladies cardiovasculaires et à divers cancers (Organisation mondiale de la Santé, 2023). La consommation de tabac comporte également des risques pour la santé chez les

personnes non-fumeuses qui sont exposées à la fumée secondaire. Il en va de même avec les produits de vapotage. Initialement, les produits de vapotage ont été conçus pour aider des fumeurs et fumeuses à renoncer au tabac (Sciences et avenir, 2013), mais leur usage s'est rapidement répandu chez les adolescents et adolescentes et les jeunes adultes qui ne consomment pas de cigarette (Lasnier et Tremblay, 2022). Les produits de vapotage contiennent typiquement de la nicotine, une substance reconnue pour créer une grande dépendance chez les personnes qui en consomment et dont l'usage est répandu.

Les jeunes sont particulièrement vulnérables, car leur cerveau est encore en développement (Ministère de la Santé et des Services sociaux, 2020). La situation est d'autant plus préoccupante que la concentration en nicotine des produits de vapotage est souvent plus élevée que celle des cigarettes (Organisation mondiale de la Santé, 2023). Des stratégies de prévention visant les jeunes au secondaire sont également mises en place depuis plusieurs années afin de sensibiliser cette population aux risques de la consommation de tabac, mais celle-ci demeure.

Répartition des élèves du secondaire selon le statut de fumeur

L'usage du tabac représente un des plus importants facteurs de risque des maladies respiratoires, des maladies cardiovasculaires et du développement de plusieurs types de cancers, (U.S. Department of Health and Human Services, 2014). La connaissance de la proportion de fumeurs parmi les élèves du secondaire est significative en raison de l'importante probabilité que les jeunes fumeurs développent une dépendance à la nicotine et maintiennent leur comportement tabagique à l'âge adulte. Cet indicateur permet également d'estimer le nombre d'élèves du secondaire susceptibles de bénéficier d'interventions visant à faciliter l'abandon tabagique (Leclerc et Lasnier, 2011).

Les élèves sont d'abord invités à répondre à la question suivante :

- As-tu déjà essayé de fumer la cigarette, même si c'est juste quelques « puffs » ?
Si la réponse est « Oui », une série d'autres questions leur sont adressées :
- As-tu déjà fumé une cigarette au complet?
- As-tu fumé 100 cigarettes ou plus au cours de ta vie?
- Au cours des 30 derniers jours, as-tu fumé la cigarette, même si c'est juste quelques puffs?

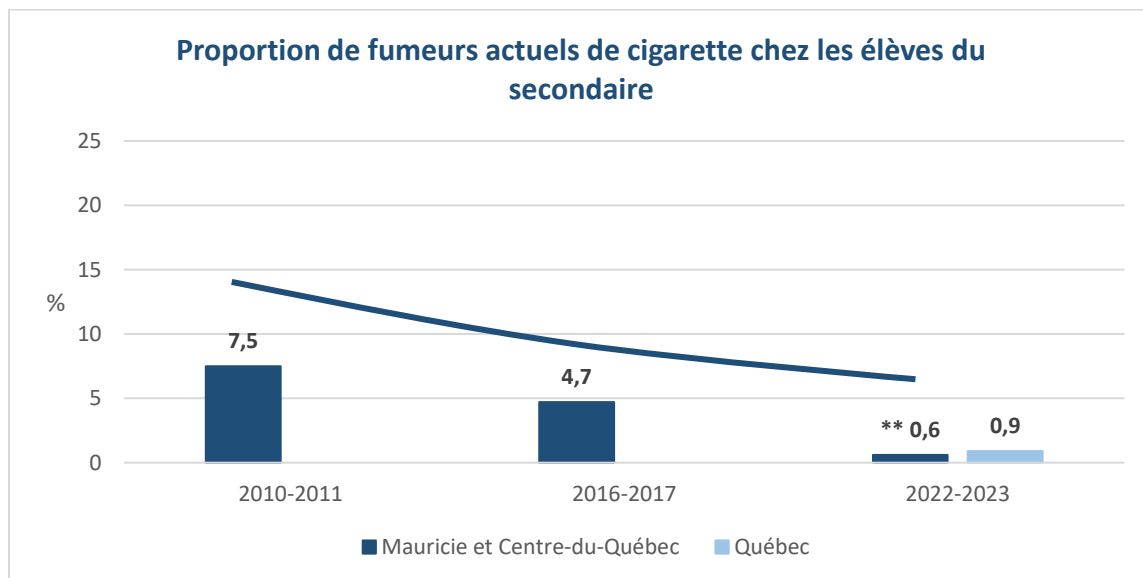
Cet indicateur est basé sur la typologie de consommateurs à six catégories utilisées dans l'enquête québécoise sur le tabac, l'alcool, la drogue et le jeu chez les élèves du secondaire (ETADJES) afin de déterminer le statut de fumeur d'un élève. Ainsi, les fumeurs quotidiens sont les élèves qui ont fumé 100 cigarettes ou plus au cours de leur vie et qui ont fumé la cigarette tous les jours au cours des 30 derniers jours, les fumeurs occasionnels correspondent aux élèves qui ont fumé 100 cigarettes ou plus au cours de leur vie et qui ont fumé moins qu'à tous les jours au cours des 30 derniers jours, les fumeurs débutants sont ceux qui ont fumé entre une et 99 cigarettes au cours de leur vie et qui ont fumé au cours des 30 derniers jours, les anciens fumeurs ont fumé 100

cigarettes ou plus au cours de leur vie, mais qui n'ont pas fumé au cours des 30 derniers jours, les anciens expérimentateurs représentent les élèves qui ont fumé entre une et 99 cigarettes au cours de leur vie, mais qui n'ont pas fumé au cours des 30 derniers jours et les non-fumeurs depuis toujours sont évidemment ceux qui n'ont jamais fumé ou qui ont fumé moins d'une cigarette complète au cours de leur vie.

Étant donné les coefficients de variation très élevés pour certains statuts de fumeurs des adolescents de la région, seuls les résultats provinciaux sont mentionnés. Ainsi, l'ensemble du Québec compte 0,3% de fumeurs quotidiens, 0,6% de fumeurs occasionnels, 1,4% de fumeurs débutants et 0,3% d'anciens fumeurs. Pour la Mauricie et Centre-du-Québec, on dénombre 2,8% d'anciens expérimentateurs et 95% de non-fumeurs.

Proportion de fumeurs actuels de cigarette chez les élèves du secondaire

Au Québec, 0,9% des jeunes du secondaire fument la cigarette au moment de l'enquête. La proportion de fumeurs actuels pour la région a significativement diminué depuis l'enquête de 2016-2017 passant de 4,7% à **0,6%.

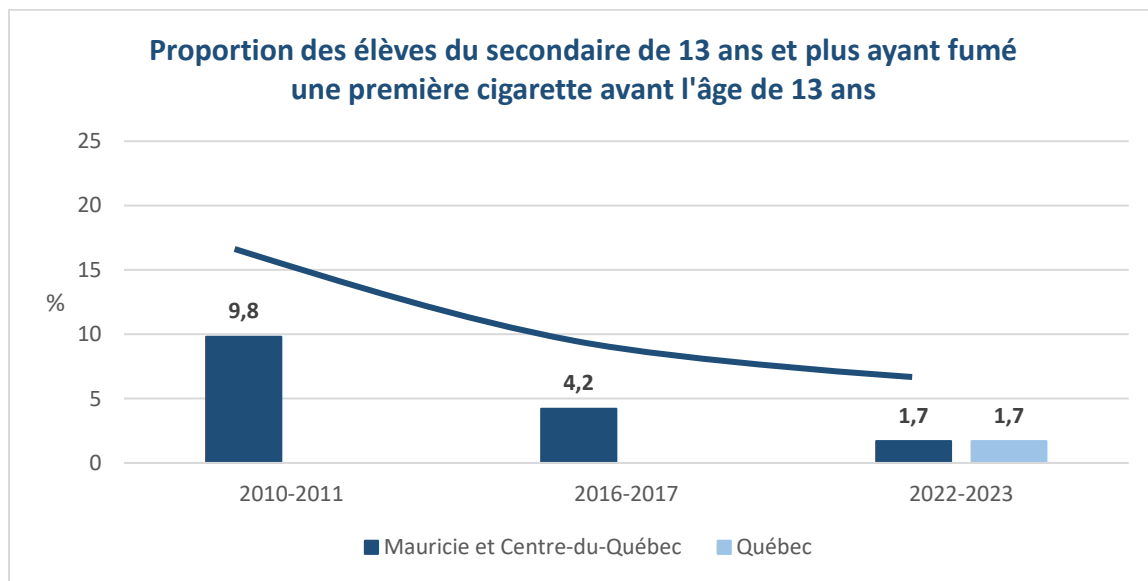


Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Les résultats par genre et niveau scolaire pour la région comportent des données imprécises en raison des coefficients de variations élevés. Elles ne sont donc pas présentées ici. Toutefois, pour l'ensemble du Québec, 1,0% des garçons et 0,8% des filles du secondaire sont fumeurs actuels et une différence significative est observée entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle (0,5% c. 1,3%).

Proportion des élèves du secondaire de 13 ans et plus ayant fumé une première cigarette avant l'âge de 13 ans

Les résultats de l'enquête montrent que les jeunes de la Mauricie et Centre-du-Québec de 13 ans et plus ayant fumé une première cigarette avant l'âge de 13 ans sont en proportion moins nombreux en 2022-2023 qu'ils étaient en 2010-2011 et 2016-2017 (1,7% contre 10% et 4,2% respectivement).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Pour l'ensemble du Québec, on note une proportion plus élevée de filles que de garçons de 13 ans et plus ayant fumé une première cigarette avant l'âge de 13 ans (1,9% c. 1,6%). La proportion d'élèves de 1^{er} cycle est également supérieure à celle de 2^e cycle (2,0% c. 1,6%).

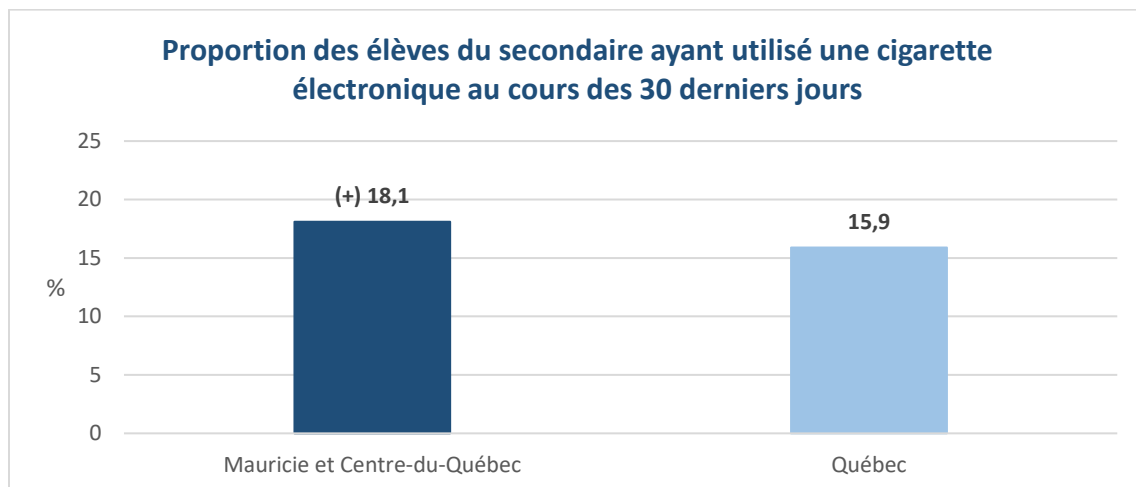
Proportion des élèves du secondaire ayant utilisé une cigarette électronique au cours des 30 derniers jours

La cigarette électronique est un dispositif apparu sur le marché il y a quelques années. Ce dispositif permet d'administrer de la nicotine sous forme liquide sans exposer l'utilisateur et les personnes environnantes aux concentrations élevées de produits toxiques émanant de la combustion de tabac. La cigarette électronique qui contient de la nicotine n'a pas été approuvée par Santé Canada, mais elle est tout de même facilement accessible au Québec. Les études fournissent des informations partielles sur la cigarette électronique : les effets sur la santé à long terme sont inconnus et l'efficacité comme aide à la cessation n'a pas été démontrée (Poirier, 2013). La surveillance de l'usage de la cigarette électronique est importante, car l'attrait de ce produit auprès des jeunes et la possibilité qu'il soit considéré comme moins nocif que la cigarette conventionnelle pourrait

possiblement contribuer à ce qu'il représente une nouvelle façon de s'initier au tabagisme. Cela pourrait aussi constituer une nouvelle forme d'usage de la nicotine ou autres substances comportant des risques à la santé pour ces individus qui l'utiliseraient régulièrement et sur le long terme.

Afin d'évaluer l'utilisation de la cigarette électronique chez les jeunes du secondaire, ceux-ci doivent répondre par « Oui » ou « Non » à savoir s'ils ont fait usage de la cigarette électronique au cours des 30 derniers jours.

Comparativement à la province, la proportion des jeunes du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec qui ont utilisé la cigarette électronique dans les 30 jours avant l'enquête est significativement plus élevée (18% c. 16%). Cette proportion est demeurée stable depuis l'édition de 2016-2017.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Les filles de la région sont en proportion plus nombreuses que les garçons à avoir utilisé une cigarette électronique au cours des 30 derniers jours (20% c. 16%) de même que les élèves de 2^e cycle comparativement à ceux de 1^{er} cycle (23% c. 12%).

Pas moins de quatre RLS de la Mauricie et Centre-du-Québec présentent une proportion de jeunes ayant utilisé une cigarette électronique au cours des 30 derniers jours significativement plus élevée que le résultat provincial. Il s'agit du Haut-Saint-Maurice (38%), de Maskinongé (26%), du Centre-de-la-Maurice (*21%) et de Bécancour-Nicolet-Yamaska (22%).

Substances psychoactives

La mesure des habitudes de consommation des différentes substances psychoactives chez les jeunes est des plus pertinentes, tout comme le fait de connaître la proportion de jeunes qui en font une consommation problématique, puisque l'usage de substances psychoactives à l'adolescence peut notamment engendrer des changements dans certaines structures du cerveau et entraîner des conséquences sur son fonctionnement à court et à long terme sur le comportement, les émotions et la cognition (Salmanzadeh et al., 2020 ; Steinfeld et Torregrossa, 2023).

Proportion des élèves du secondaire ayant consommé de l'alcool au cours de leur vie

La consommation d'alcool constitue un important problème de santé publique (April, Bégin et Morin, 2010). Chez les jeunes, c'est l'intoxication et non la dépendance aux substances psychoactives, dont l'alcool, qui est associée aux problèmes liés à la consommation. Les problèmes de santé, la violence, les difficultés au travail et à l'école, les accidents, les blessures et décès, le suicide, les comportements sexuels à risque sont autant de phénomènes pouvant être associés à l'usage abusif d'alcool chez les jeunes (Gagnon et Rochefort, 2010).

Avant de répondre à la section du questionnaire portant sur l'alcool, les notions de « verre » ou de « consommation » y sont illustrées (un verre de vin correspond à un volume de 120 à 150 ml (4 à 5 oz); une petite bière à un volume de 341 ml (10 oz); un verre de boisson forte ou un verre de « shooter » à un volume de 30 à 40 ml (1 à 1 ½ oz)). Pour déterminer la consommation au cours de la vie, les élèves devaient répondre à cette simple question : Au cours de ta vie, as-tu déjà consommé (bu) de l'alcool? Ils ne devaient toutefois pas considérer les fois où ils y ont seulement goûté ni la consommation de bière à 0,5 % d'alcool.

Environ 60% des jeunes du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ont bu de l'alcool au cours de leur vie comparativement à 50% des élèves de l'ensemble du Québec. Bien que la proportion soit plus élevée que pour la province, la proportion régionale connaît une baisse significative par rapport au cycle d'enquête précédent alors qu'elle était de 66% en 2016-2017.

Les filles de la Mauricie et Centre-du-Québec sont en proportion plus nombreuses que les garçons à avoir consommé de l'alcool dans leur vie (63% c. 57%). On compte également une plus forte proportion d'élèves de 2^e cycle à avoir bu de l'alcool dans leur vie que de jeunes de 1^{er} cycle (77% c. 39%).

Tous les RLS de la région dépassent significativement le résultat provincial, mais se situent autour de la valeur régionale sauf pour le Haut-Saint-Mauricie dont la proportion est beaucoup plus élevée (70%) alors que Trois-Rivières présente la proportion la plus basse avec 56% des élèves du secondaire ayant déjà consommé de l'alcool.

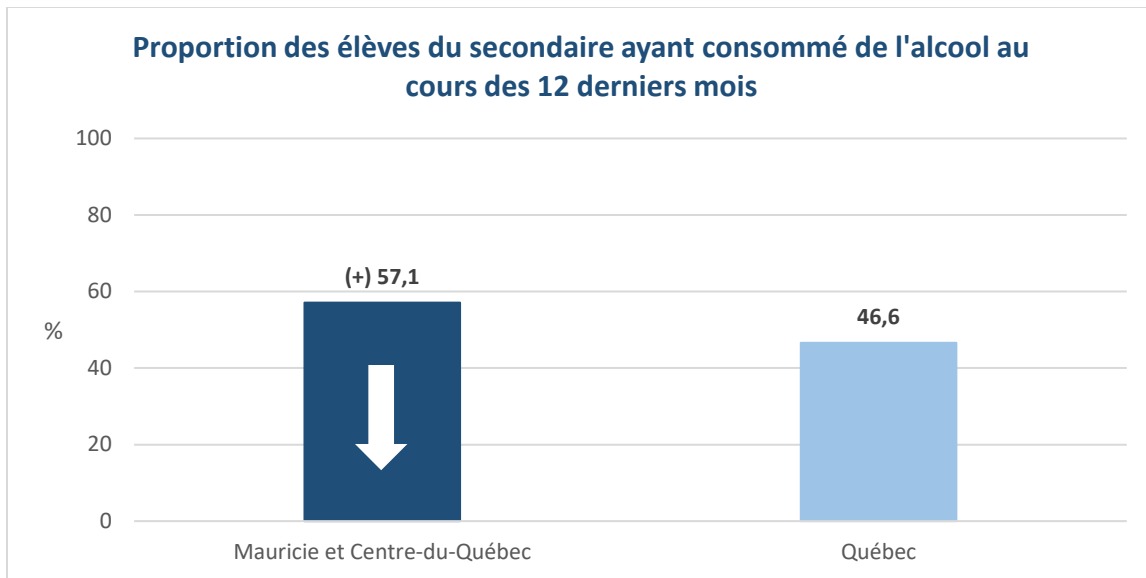
Proportion des élèves du secondaire ayant consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois

Pour cet indicateur, on demande aux élèves à quelle fréquence ils ont consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois. Les catégories de réponse sont :

- Je n'ai pas consommé d'alcool au cours des 12 derniers mois
- Juste une fois, pour essayer
- Moins d'une fois par mois (à l'occasion)
- Environ 1 fois par mois
- La fin de semaine ou 1 ou 2 fois par semaine
- 3 fois et plus par semaine mais pas tous les jours
- Tous les jours

Cette question a été posée uniquement aux personnes ayant répondu « Oui » à la question portant sur la consommation d'alcool au cours de la vie tandis que ceux qui ont répondu « Non » ont été considérés comme n'ayant pas consommé d'alcool au cours des 12 derniers mois. Précisons que les catégories « Juste une fois, pour essayer », « Moins d'une fois par mois (à l'occasion) », « Environ 1 fois par mois », « La fin de semaine ou 1 ou 2 fois par semaine », « 3 fois et plus par semaine mais pas tous les jours » et « Tous les jours » ont été regroupées afin de calculer la proportion des élèves du secondaire ayant consommé de l'alcool au moins une fois au cours des 12 derniers mois.

La proportion de jeunes de la région, qui a consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois, est significativement plus élevée que celle du Québec (57% c. 47%). Par ailleurs, cette proportion régionale est en diminution par rapport à 2016-2017 (63% c. 57%).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

On constate également que 60% des filles et 54% des garçons de la région ont consommé de l'alcool dans la dernière année, écart qui est significatif. De plus, environ trois élèves sur quatre (74%) de 2^e cycle ont consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois comparativement à 36% des jeunes de 1^{er} cycle.

Du côté des RLS, on remarque que les proportions sont significativement plus élevées que celle pour l'ensemble du Québec. Parmi eux, le Haut-Saint-Maurice (66%) et Maskinongé (64%) présentent les plus fortes proportions de jeunes ayant consommé de l'alcool au cours de la dernière année.

Proportion des élèves du secondaire de 13 ans et plus ayant consommé de l'alcool pour la première fois avant l'âge de 13 ans

Depuis longtemps qu'il est démontré que plus une personne s'initie jeune à l'alcool ou aux drogues, plus grandes sont ses chances de consommer en grande quantité sur une longue période, d'introduire des produits plus dangereux et de s'engager dans des activités délictueuses (Hawkins et al., 1992). L'indicateur utilise l'âge de 13 ans comme point de référence en raison du fait que l'âge moyen d'initiation à l'usage de l'alcool chez les élèves québécois a été estimé à 12,6 ans en 2008 (Dubé et al., 2009). Ainsi, les élèves du secondaire devaient mentionner l'âge auquel ils ont consommé de l'alcool pour la première fois.

Comme au Québec, près d'un élève sur cinq (19%) du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec a consommé de l'alcool une première fois avant l'âge de 13 ans. Il

s'agit là d'une augmentation significative de la proportion par rapport à ce qui avait été enregistré en 2016-2017 (14%).

L'enquête ne relève aucune différence entre les garçons et les filles. Toutefois, la proportion de jeunes de la région de 13 ans et plus ayant consommé de l'alcool pour la première fois avant l'âge de 13 ans est significativement plus élevée au 1^{er} cycle qu'au 2^e cycle (23% c. 17%).

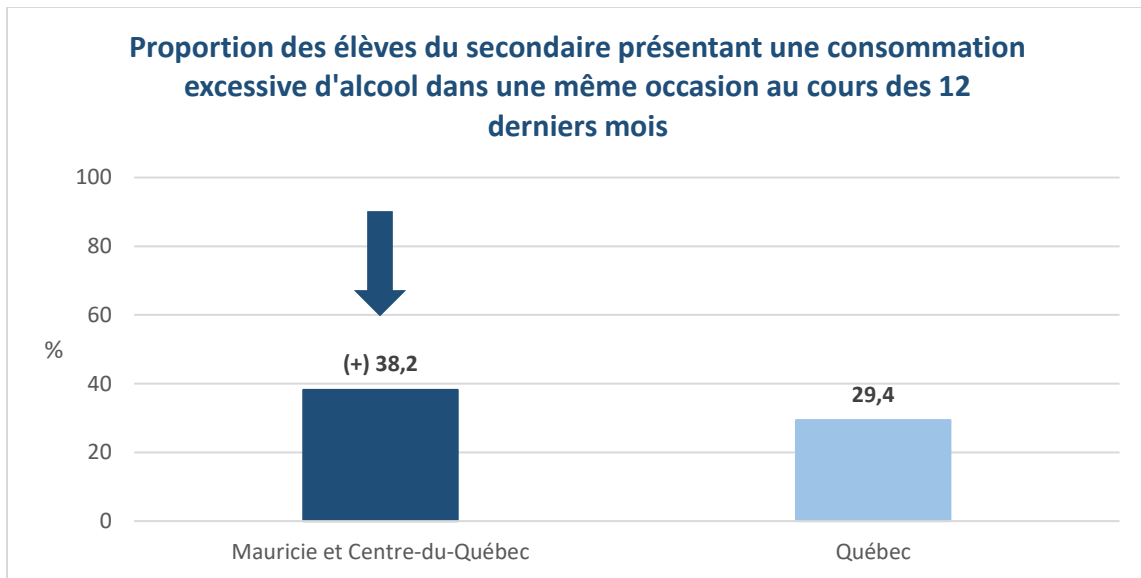
Seuls les RLS du Haut-Saint-Maurice et d'Arthabaska-de l'Érable affichent des proportions plus élevées que la province (24% respectivement) tandis qu'au RLS de Trois-Rivières, 15% des jeunes du secondaire ont consommé de l'alcool pour la première fois avant l'âge de 13 ans.

Lorsque l'on analyse ce même indicateur mais pour les élèves du secondaire de 16 ans et plus ayant consommé de l'alcool pour la première fois avant l'âge de 16 ans, la proportion s'élève à 75% pour la Mauricie et Centre-du-Québec et demeure plus importante que pour la province (64%). Cependant, cette proportion est comparable à celle obtenue lors de l'enquête de 2016-2017 et aucune différence entre les garçons et les filles n'apparaît.

Proportion des élèves du secondaire présentant une consommation excessive d'alcool dans une même occasion au cours des 12 derniers mois

La mesure du boire excessif d'alcool correspond à cinq consommations ou plus d'alcool en une même occasion au moins une fois au cours d'une période de douze mois. Pour évaluer ce comportement, on demande aux élèves du secondaire qui ont déjà bu de l'alcool le nombre de fois qu'ils ont pris 5 consommations d'alcool ou plus dans une même occasion au cours des 12 derniers mois. Les choix de réponse possibles varient entre aucune fois jusqu'à 26 fois ou plus. Les catégories « 1 fois », « 2 fois », « 3 fois », « 4 fois », « 5 à 10 fois », « 11 à 25 fois » et « 26 fois ou plus » ont été regroupées afin de calculer la proportion des élèves du secondaire présentant une consommation excessive d'alcool dans une même occasion au cours des 12 derniers mois.

Environ 38% des adolescents de la Mauricie et Centre-du-Québec ont eu une consommation excessive d'alcool, c'est-à-dire au moins cinq boissons alcoolisées ou plus dans une même occasion, au cours des 12 derniers mois alors que la proportion provinciale est de 29%. On remarque toutefois que la proportion régionale a diminué de façon significative depuis 2016-2017 (45% c. 38%).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Les filles de la Mauricie et Centre-du-Québec présentent une proportion plus élevée que celle des garçons en ce qui a trait à la consommation excessive d'alcool (40% c. 36%) tout comme les élèves de 2^e cycle par rapport à ceux de 1^{er} cycle (54% c. 19%).

À l'exception de Drummond, tous les RLS de la région ont une proportion d'élèves présentant une consommation excessive d'alcool dans une même occasion au cours des 12 derniers mois significativement plus élevée que la province.

Proportion des élèves du secondaire ayant consommé de la drogue au cours de leur vie

Une proportion importante de jeunes fera son premier essai de consommation d'alcool et de drogues durant l'adolescence. Si cette expérience n'entraîne généralement pas de conséquences importantes, elle en aura par contre pour certains qui connaîtront des problèmes d'abus ou de dépendance. Pour pouvoir intervenir de manière efficace en lien avec la consommation de drogues chez les jeunes, il est important de pouvoir la décrire et de pouvoir suivre son évolution dans le temps, d'où la nécessité de la documenter à travers des enquêtes de santé. Ainsi, les élèves du secondaire sont sondés pour déterminer s'ils ont consommé de la drogue (y compris le cannabis) de façon régulière, c'est-à-dire au moins une fois par semaine pendant au moins un mois. Ceux-ci doivent répondre par « Oui » ou « Non ».

Comme au Québec, la proportion des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec qui ont consommé de la drogue au cours de leur vie est de 19%. Cette proportion

est en baisse significative depuis l'enquête de 2010-2011. Elle est passée de 29% à 26% entre 2010-2011 et 2016-2017 et à 19% en 2022-2023.

Les analyses ne décèlent aucune différence significative entre les garçons et les filles, toutefois, les élèves de 2^e cycle du secondaire de la région sont en proportion plus nombreux que ceux de 1^{er} cycle à avoir consommé de la drogue au cours de leur vie (26% c. 10%).

Seulement deux RLS se distinguent de l'ensemble du Québec quant à la proportion de jeunes du secondaire ayant consommé de la drogue au cours de leur vie. Il s'agit du Haut-Saint-Maurice dont la valeur est significativement plus élevée de la province (33% c. 20%) et du RLS de Drummond avec un résultat plus bas (15% c. 20%).

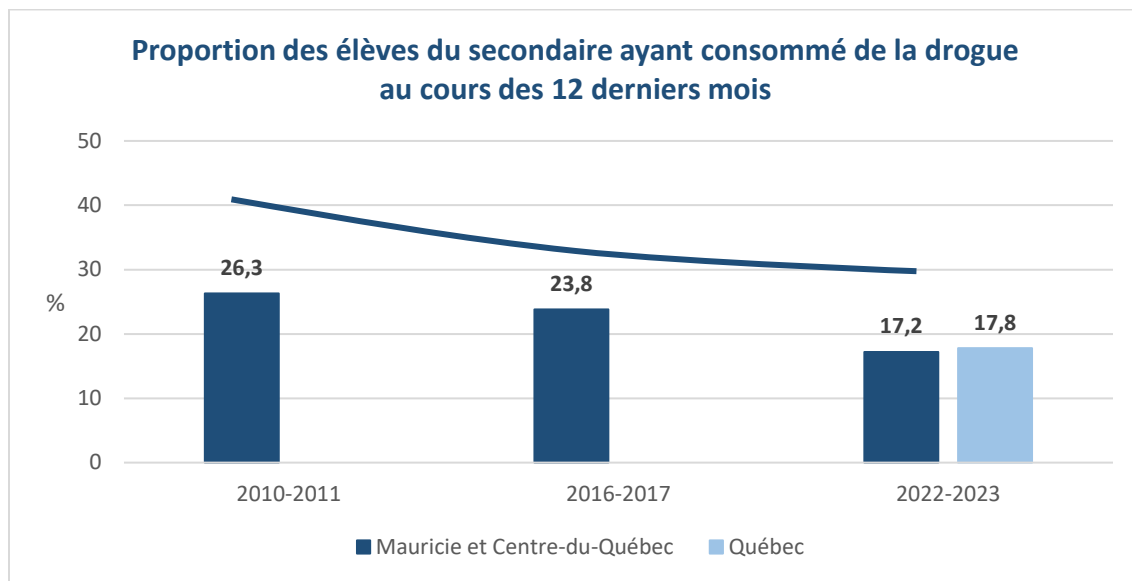
Proportion des élèves du secondaire ayant consommé de la drogue au cours des 12 derniers mois

Cet indicateur évalue la consommation de drogue dans la dernière année en faisant référence à un type de drogue ou à un médicament pris sans prescription. Au départ, l'élève est consulté par rapport à la fréquence de consommation du cannabis (mari, pot, hashchich, hasch, weed, waxpen). Les catégories de réponse pour cette question vont de « Je n'ai pas consommé de cannabis au cours des 12 derniers mois » à « Tous les jours ». Ensuite, chaque type de drogue est exploré toujours en lien avec la fréquence de consommation au cours des 12 derniers mois avec les mêmes choix de réponse que la question précédente. Les types de drogue sont :

- Cocaïne (coke, snow, neige, crack, free base, poudre, roches, rock, etc.)
- Solvant, colle, essence, gaz, poppers, nitrite, whippets, nettoyant, duster, etc.
- Hallucinogènes (LSD, acide, bonbon, buvard, PCP, mescaline, mess, champignons magiques, mush, etc.)
- MDMA (Ecstasy, E, XTC, X, pilule, extase, dove, love drug, molly, etc.)
- GHB (ecstasy liquide, jus, g, gh, gamma-OH, etc.)
- Héroïne (smack, junk, héro, blanche, cheval, came, jazz, etc.)
- Amphétamine ou méthamphétamine (speed, upper, peanut, meth, crystal, ice, pilule, wake-up, pep pills, peach, etc.)
- Sels de bain, nourriture/engrais pour plantes, cocaïne synthétique, méphédrone, MDPV, alpha-PVP, Flakka, Gravel
- Encens, épice, spice, K2, dream, Yucatan fire
- Salvia, kétamine, K, vitamine K, ket, ketty, spécial K, khat, BZP, 2CB, nexus
- Autre drogue

Enfin, une dernière question porte sur la prise de médicaments pris sans prescription ou en dépassant la prescription pour avoir un effet similaire à celui d'une drogue.

En ce qui a trait à ceux qui ont consommé de la drogue au cours de la dernière année, ils représentent 17% des élèves du secondaire. Ce résultat régional est comparable à celui de la province. Par ailleurs, on constate une diminution constante et significative de la proportion des élèves de la Mauricie et Centre-du-Québec à avoir consommé de la drogue au cours des 12 derniers mois. En 2010-2011 celle-ci était de 26% et est passée à 24% en 2016-2017 puis à 17% en 2022-2023.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Encore une fois, il n'existe aucune différence entre les garçons et les filles de la région. Cependant, une plus forte proportion de jeunes de 2^e cycle de la région, soit 24%, a fait usage de drogue au cours de l'année précédant l'enquête comparativement à 9% des élèves de 1^{er} cycle.

Les analyses par RLS de la région montrent que les élèves du secondaire du Haut-Saint-Maurice sont en proportion plus nombreux que ceux de la province à avoir consommé de la drogue dans la dernière année (29% c. 18%). À l'opposé, la proportion de jeunes du RLS de Drummond à avoir consommé de la drogue dans les 12 derniers mois est significativement plus basse que celle pour l'ensemble du Québec (14% c. 18%).

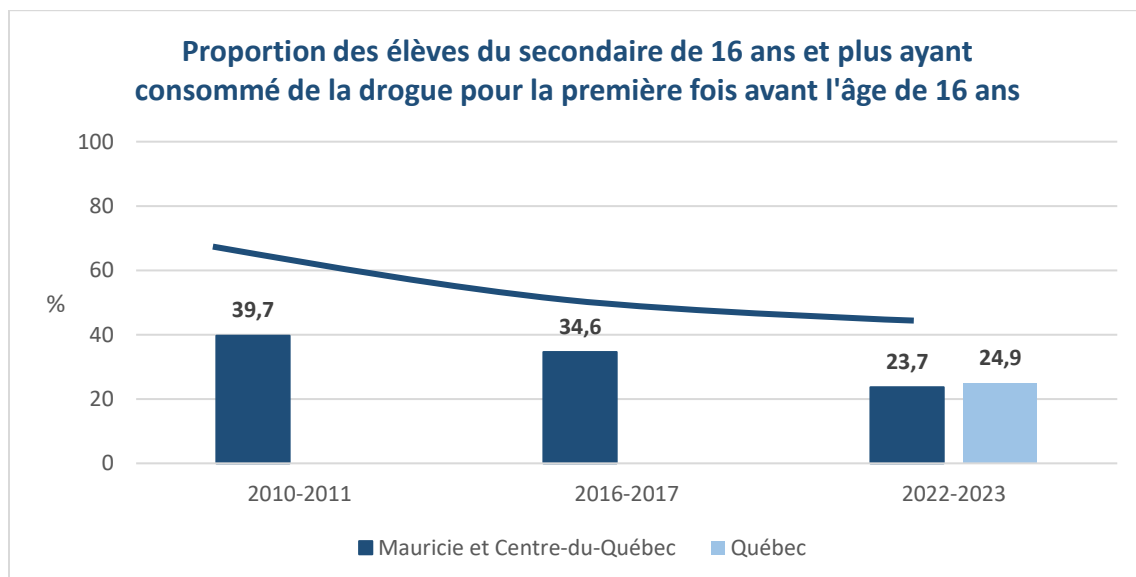
Proportion des élèves du secondaire de 13 ans et plus ayant consommé de la drogue pour la première fois avant l'âge de 13 ans

L'âge moyen d'initiation à la consommation de drogues chez les élèves québécois a été estimé à 13,8 ans en 2013 (Traoré et al, 2014). C'est pourquoi l'EQSJS a construit son indicateur en se basant sur cette étude. L'élève doit répondre aux questions suivantes : À quel âge as-tu consommé de la drogue (autre que le cannabis) pour la première fois? et

À quel âge as-tu consommé du cannabis (mari, pot, haschich, hasch, weed, waxpen) pour la première fois?

Comme au Québec, une très faible proportion d'élèves du secondaire de la région a consommé de la drogue avant l'âge de 13 ans (2,2%). Cette proportion est en baisse significative depuis les dernières années alors qu'elle était de 6% en 2010-2011 et de 4,5% en 2016-2017.

Quant à la proportion des élèves du secondaire de 16 ans et plus ayant consommé de la drogue, elle est de 24% et comparable à l'ensemble du Québec. Une baisse significative est également observée au travers des différents cycles de l'EQSJS puisque la proportion en Mauricie et Centre-du-Québec était de 40% en 2010-2011 et de 37% en 2016-2017.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Pour les deux catégories d'âge, aucune différence significative n'est recensée entre les garçons et les filles de la région.

Les résultats de l'enquête ne soulèvent aucune différence significative entre les RLS de la Mauricie et Centre-du-Québec et la province.

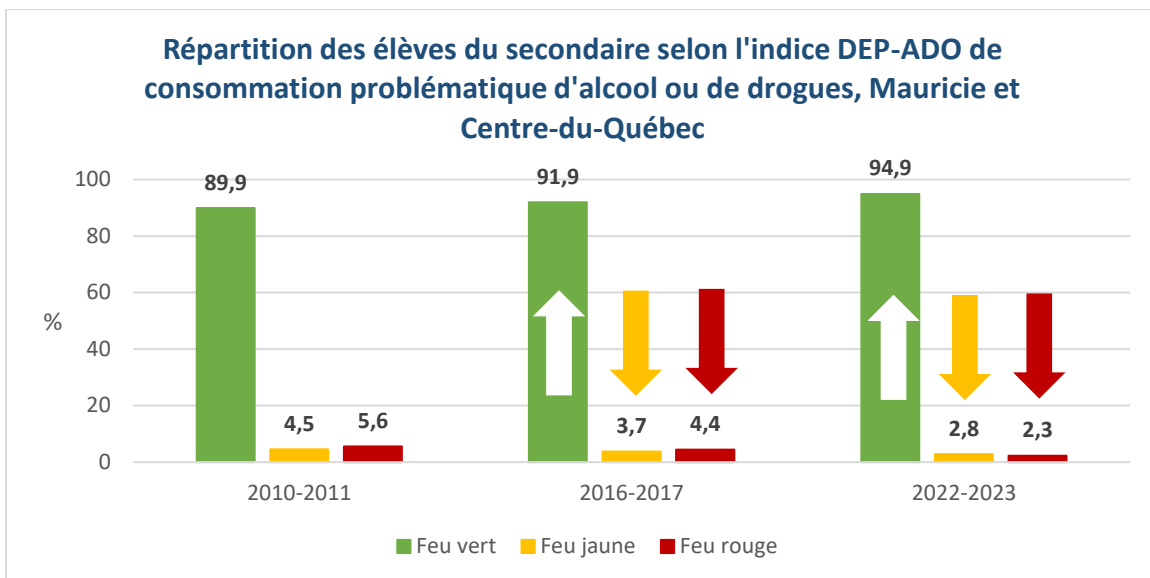
Répartition des élèves du secondaire selon l'indice DEP-ADO de consommation problématique d'alcool ou de drogues

L'indice de consommation problématique d'alcool et de drogues DEP-ADO permet d'évaluer l'usage d'alcool et de drogues chez les adolescents et de faire une première détection de la consommation problématique ou à risque. Il permet le calcul d'un score qui indique à l'intervenant s'il y a lieu de faire une intervention ou une référence à un organisme de première ligne ou un organisme spécialisé en toxicomanie (Germain et al., 2016)

Si l'EQSJS utilise la DEP-ADO dans son questionnaire, c'est avant tout pour pouvoir documenter la consommation de drogues chez les jeunes, la décrire et suivre son évolution dans le temps, mais aussi pour pouvoir intervenir de manière efficace puisque la consommation de drogues et d'alcool peut entraîner des conséquences psychosociales importantes. Pour contrer cette problématique, il est important de mettre en œuvre des interventions qui visent à prévenir la consommation et à réduire la proportion d'adolescents qui présentent des problèmes de consommation de drogues et d'alcool. Pour atteindre cet objectif, une intervention globale et concertée pour promouvoir la santé et le bien-être des enfants et des adolescents et pour prévenir différents problèmes d'adaptation sociale est mise en œuvre en milieu scolaire.

Comme au Québec, près de 95% des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec se classent feu vert, c'est-à-dire, qui ne présentent sous toutes réserves aucun problème évident de consommation et qui ne nécessitent aucune intervention, si ce n'est que de nature préventive. On compte également 2,8% des jeunes qui sont feu jaune, donc qui présentent des problèmes en émergence et pour qui une intervention de première ligne est jugée souhaitable et 2,3% sont catégorisés feu rouge. Ceux-ci présentent des problèmes évidents de consommation et pour qui une intervention spécialisée est suggérée ou une intervention faite en complémentarité avec une telle ressource.

Ce que l'on constate, c'est que la proportion de jeunes du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec étant feu vert est en augmentation significative depuis l'enquête de 2010-2011 tandis que les proportions de feu jaune et feu rouge sont en diminution.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

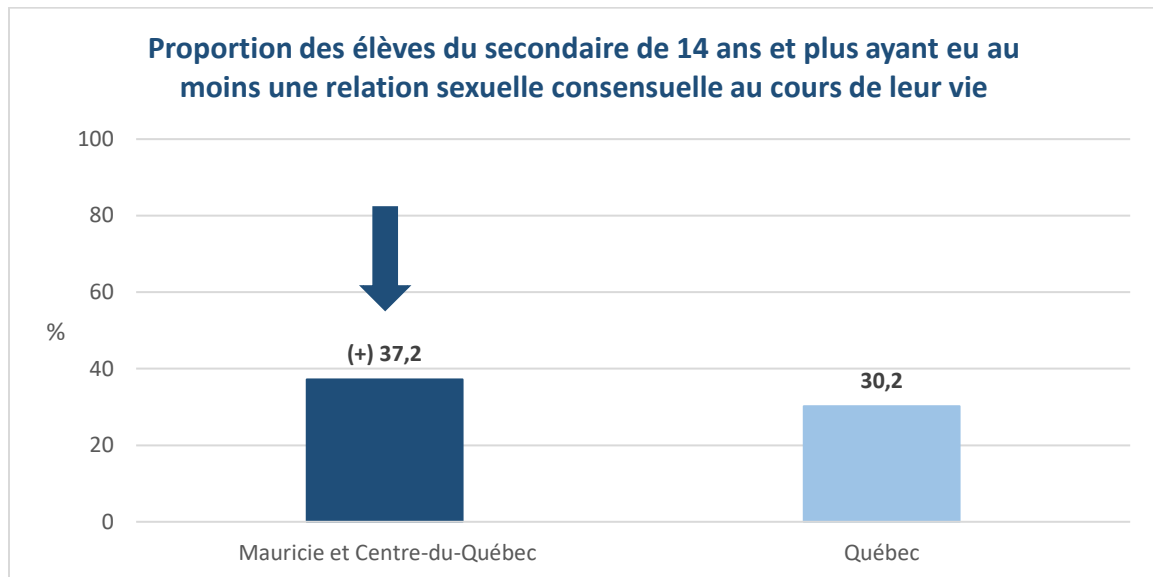
Comportements sexuels et orientation sexuelle

L'adolescence est une période charnière dans le développement de la sexualité. Ils et elles consolident leur identité, prennent conscience de leur orientation sexuelle, vivent leurs premières relations amoureuses et expérimentent des comportements qui peuvent marquer leur sexualité future. Toutefois, certains comportements sexuels tels que l'âge précoce à la première relation sexuelle, un nombre élevé de partenaires sexuels et les relations sexuelles non protégées augmentent le risque de transmission d'infections transmises sexuellement (ITS) si les jeunes sont mal informés ou éduqués. À ce jour, l'utilisation du condom en combinaison avec un moyen de contraception hormonale demeure la meilleure façon de prévenir efficacement non seulement les ITS les plus fréquentes, mais aussi les grossesses non planifiées (Gouvernement du Canada, 2022). Les données de l'EQSJS sur les comportements sexuels des jeunes sont utiles pour mettre en place des politiques de promotion d'une sexualité saine et de prévention des ITS et de grossesses non désirées.

Proportion des élèves du secondaire de 14 ans et plus ayant eu au moins une relation sexuelle consensuelle au cours de leur vie

Ce premier indicateur permet de déterminer, chez les élèves du secondaire de 14 ans et plus, la proportion d'entre eux ayant déjà eu une relation sexuelle. Les jeunes devaient répondre par « Oui » ou « Non » à la question suivante : As-tu déjà eu des relations sexuelles (orales, vaginales ou anales) avec ton consentement?

Une proportion significativement plus élevée de jeunes du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec que de l'ensemble du Québec ayant eu au moins une relation sexuelle consensuelle au cours de leur vie est constatée (37% c. 30%). Toutefois, pour la région, la proportion de ces jeunes est passée de 41% en 2016-2017 à 37%.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

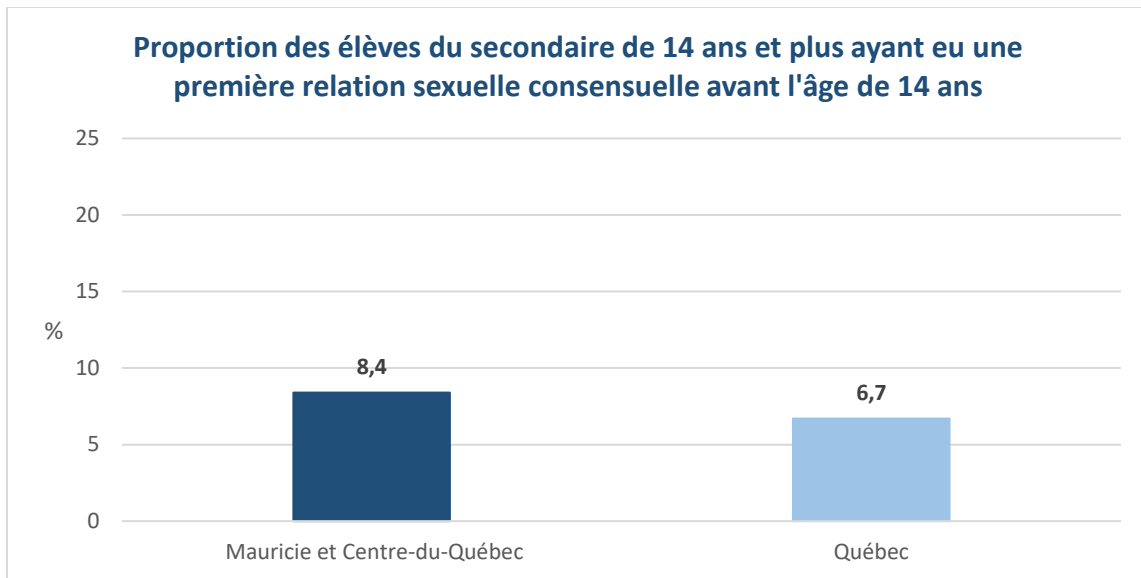
Les filles de la Mauricie et Centre-du-Québec sont en proportion plus nombreuses que les garçons à avoir eu au moins une relation sexuelle consensuelle au cours de leur vie (40% c. 35%). Environ 39% des élèves de 2^e cycle ont déjà eu au moins une relation sexuelle consensuelle au cours de leur vie comparativement à 27% des jeunes de 1^{er} cycle.

La majorité des RLS de la région dépasse de façon significative la proportion de l'ensemble du Québec. Seuls les RLS du Centre-de-la-Mauricie et de Drummond se comparent à la province.

Proportion des élèves du secondaire de 14 ans et plus ayant eu une première relation sexuelle consensuelle avant l'âge de 14 ans

Ce deuxième indicateur permet d'établir l'âge des élèves lors de leur première relation sexuelle. La question suivante leur était posée : Quel âge avais-tu la première fois que tu as eu une relation sexuelle (avec ton consentement)?

Près de 8% des élèves de la région contre 7% pour l'ensemble du Québec ont eu une première relation sexuelle consensuelle avant l'âge de 14 ans. Cette proportion régionale est demeurée stable depuis la dernière enquête.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Environ 8% des garçons et 9% des filles de la Mauricie et Centre-du-Québec ont eu une première relation sexuelle consensuelle avant l'âge de 14 ans. La différence observée se situe par rapport aux niveaux scolaires. Les élèves de 1^{er} cycle sont significativement plus nombreux que les élèves de 2^e cycle quant aux relations sexuelles précoces (14% c. 7%) dans l'enquête de 2022-2023.

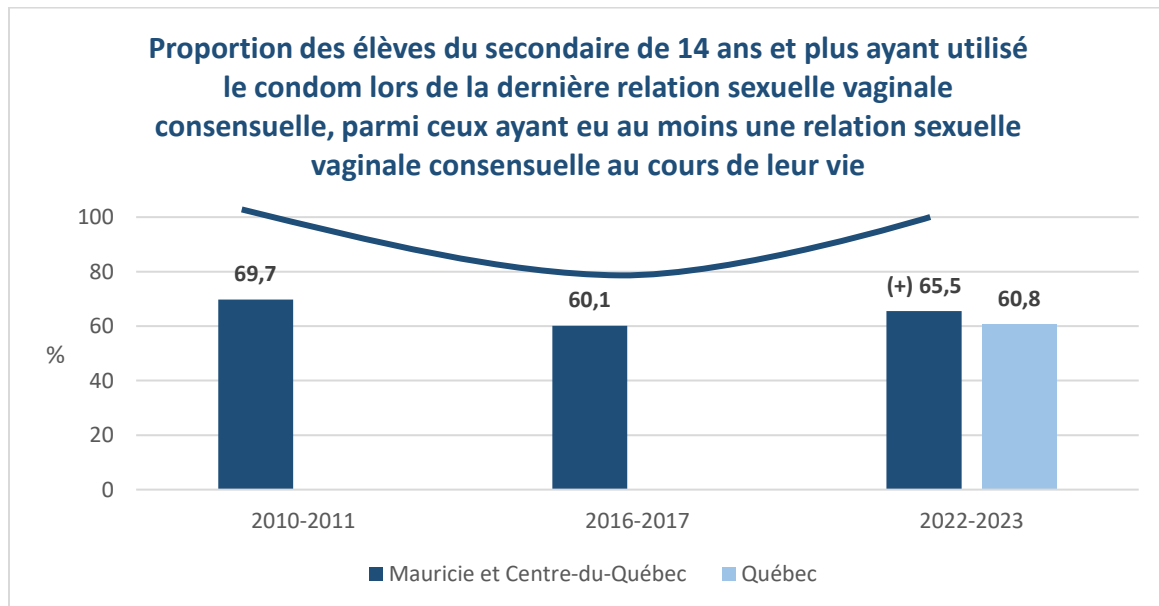
Les résultats par RLS s'avèrent imprécis en raison des coefficients de variation élevés. Tout de même, on peut constater avec une certaine réserve que les RLS du Haut-Saint-Maurice, de la Vallée-de-la-Batiscan ainsi que de Maskinongé ont une proportion plus élevée de jeunes du secondaire ayant eu une première relation sexuelle consensuelle avant l'âge de 14 ans (*14%, *12% et *14% respectivement).

Proportion des élèves du secondaire de 14 ans et plus ayant utilisé le condom lors de la dernière relation sexuelle vaginale consensuelle, parmi ceux ayant eu au moins une relation sexuelle vaginale consensuelle au cours de leur vie

Une bonne connaissance des comportements sexuels de la population aide à la planification et la mise en œuvre d'interventions pertinentes et efficaces de promotion et de prévention en matière de sexualité saine et responsable (prévention des infections transmissibles sexuellement et des grossesses non planifiées). Selon le Ministère de la Santé et des Services sociaux (2010), les jeunes âgés entre 15 et 24 ans sont plus vulnérables aux ITS et aux grossesses non planifiées. Puisque le port du condom fait partie des principaux moyens de prévention, l'enquête veut donc évaluer la proportion des élèves du secondaire qui se sont protégés avec un condom lors de leur dernière relation sexuelle vaginale consensuelle. Ils devaient mentionner si eux ou leur partenaire avait

utilisé le condom en répondant par oui ou non. Cette question a été posée uniquement aux élèves de 14 ans et plus qui ont répondu avoir déjà eu des relations sexuelles.

Environ 66% des jeunes du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ont utilisé le condom lors de la dernière relation sexuelle vaginale consensuelle comparativement à 61% des élèves de l'ensemble de la province, ce qui représente une différence significative entre les deux groupes. Au niveau de l'évolution dans le temps, on observe que la proportion des élèves du secondaire de la région ayant utilisé le condom lors de la dernière relation sexuelle vaginale consensuelle a diminué significativement entre 2010-2011 et 2016-2017 (70% c. 60%) pour ensuite remonter en 2022-2023 (60% c. 66%). Toutefois, la proportion de l'enquête actuelle demeure inférieure à celle enregistrée en 2010-2011.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

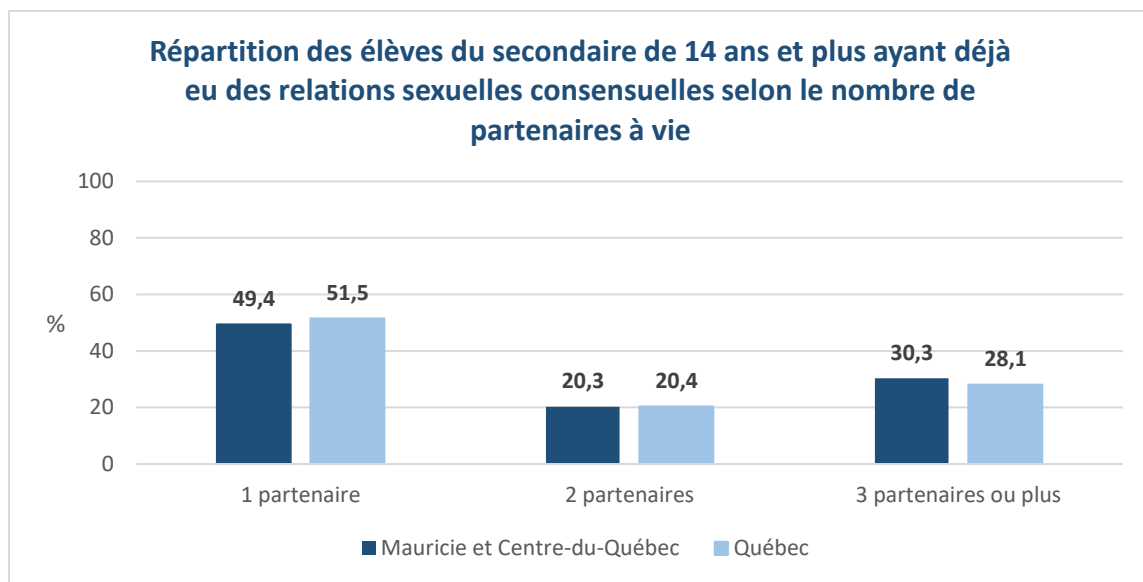
En proportion, plus de garçons que de filles de la Mauricie et Centre-du-Québec ont utilisé le condom lors de la dernière relation sexuelle vaginale consensuelle (71% c. 60%) et environ 76% des élèves de 1^{er} cycle comparativement à 64% des élèves de 2^e cycle.

Dans l'ensemble, les proportions de jeunes du secondaire ayant utilisé le condom lors de la dernière relation sexuelle vaginale consensuelle par RLS de la Mauricie et Centre-du-Québec montrent une comparabilité avec la proportion provinciale. Toutefois, les RLS du Centre-de-la-Mauricie et de Drummond affichent une proportion significativement plus élevée que pour l'ensemble du Québec (73% et 70% respectivement contre 61%).

Répartition des élèves du secondaire de 14 ans et plus ayant déjà eu des relations sexuelles consensuelles selon le nombre de partenaires à vie

Le nombre de partenaires sexuels est un indicateur clé de comportements sexuels à risque, en particulier en ce qui concerne les infections transmissibles sexuellement (ITS) (McKay, 2004). L'enquête demande donc aux élèves le nombre de personnes différentes avec qui ils ont eu des relations sexuelles (orales, vaginales ou anales) avec consentement parmi les élèves de 14 ans et plus qui ont répondu avoir déjà eu des relations sexuelles. Les choix de réponse varient entre une personne et neuf personnes ou plus. Pour cet indicateur, les répondants qui ont répondu «3 personnes», «4 personnes», «5 personnes», «6 personnes», «7 personnes», «8 personnes» et «9 personnes ou plus» ont été regroupés pour former la catégorie «3 partenaires ou plus».

Les données pour la Mauricie et Centre-du-Québec sont comparables à celles de la province. Donc, comme au Québec, on constate dans la région que près de 50% des élèves du secondaire a eu des relations sexuelles consensuelles avec un seul partenaire, 20% en ont eu avec deux partenaires et 30% avec trois partenaires ou plus. Ces proportions sont stables depuis l'enquête de 2016-2017.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Les résultats par sexe et niveau scolaire sont similaires et suivent la tendance régionale.

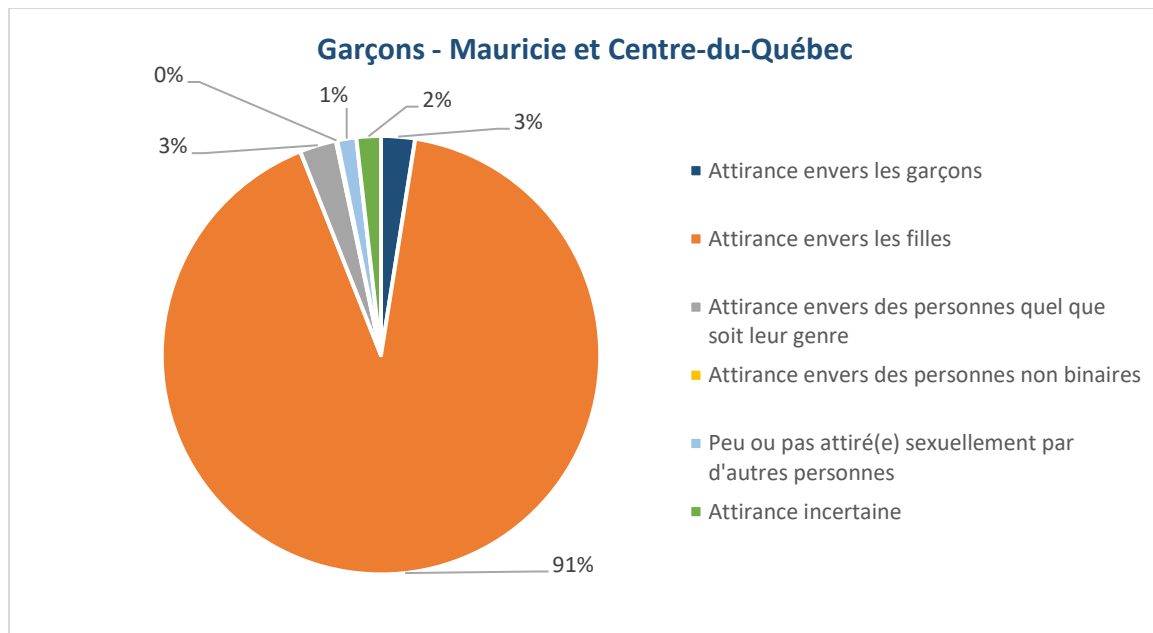
Les résultats des analyses par RLS ne montrent aucune différence significative par rapport à l'ensemble du Québec.

Répartition des élèves du secondaire de 14 ans et plus selon leur attirance sexuelle

Une composante essentielle du bien-être sexuel comprend l'acceptation de son orientation sexuelle. Il est important que les adolescents puissent être dans un milieu leur permettant d'explorer leur orientation sexuelle car ceci a un impact positif sur la santé mentale et physique (Saewyc et al., 2014). Afin d'observer la répartition des élèves du secondaire selon leur attirance sexuelle, la question suivante leur a été posée : Lequel des énoncés suivants décrit le mieux tes sentiments? Dirais-tu que tu es :

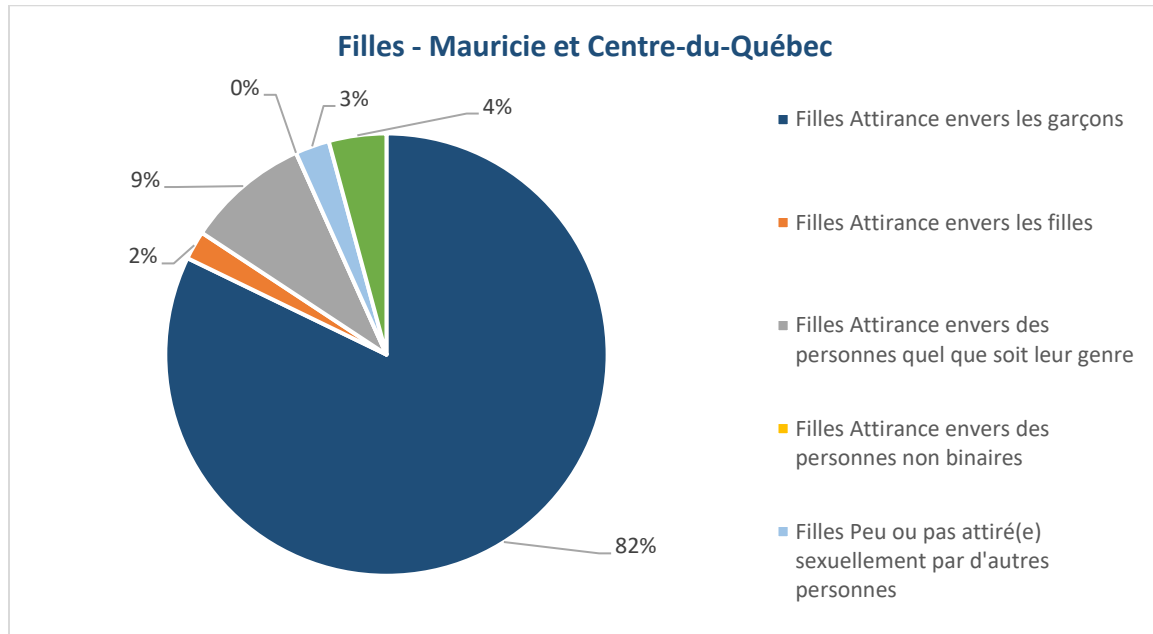
- Uniquement attiré(e) par les garçons
- Surtout attiré(e) par les garçons
- Attiré(e) par plus d'un genre, ou attiré(e) par des personnes quel que soit leur genre
- Uniquement attiré(e) par les filles
- Surtout attiré(e) par les filles
- Uniquement ou surtout attiré(e) par les personnes non binaires
- Peu ou pas attiré(e) sexuellement par d'autres personnes
- Incertain(e)

Les résultats se rapportant aux garçons de la région sont comparables à ceux de l'ensemble du Québec. Ainsi, près de 91% sont attirés par les filles, 2,7% envers des personnes quel que soit leur genre, 2,5% envers d'autres garçons, 1,8% sont incertains, 1,4% peu ou pas attiré(e) sexuellement par d'autres personnes et 0,2% envers des personnes non binaires.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Chez les filles, celles de la région sont en proportion plus nombreuses à être attirées envers les garçons que pour celles de la province (82% c. 79%). À l'inverse, plus de filles de la province sont attirées par d'autres filles par rapport à celles de la région (3,6% c. 2,1%). On remarque également une proportion plus faible de filles du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec attirées envers des personnes quel que soit leur genre que dans la province (9% c. 11%). Enfin, 4,2% sont incertaines et 2,5% sont peu ou pas attiré(e) sexuellement par d'autres personnes. Ces derniers résultats sont semblables à ceux pour l'ensemble des filles du secondaire du Québec.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Implications

À la lumière des résultats présentés dans cette section, plusieurs défis sont à relever quant aux habitudes de vie et comportements de santé des jeunes du secondaire de la région, que ce soit au niveau de l'alimentation, de la pratique d'activité physique, du temps passé devant les écrans ou de la qualité du sommeil. De plus, certains comportements liés à la santé tels que l'usage de la cigarette électronique et la consommation de drogues, le port du condom, la perception du poids et de l'apparence, l'utilisation de produits amaigrissants ou de produits augmentant la masse musculaire, de même que le nombre de partenaires sexuels, demandent que l'on s'y attarde.

Les habitudes de vie et certains comportements de santé sont directement liés à l'émergence de maladies chroniques telles que le diabète, l'obésité, les maladies cardiaques et pulmonaires chroniques, la toxicomanie ainsi que plusieurs cancers. Fait

préoccupant en Mauricie et Centre-du-Québec, la multimorbidité (présence de 2 maladies chroniques ou plus) est plus élevée chez les personnes de 25 à 49 ans qu'au Québec. Nos jeunes sont actuellement à risque modéré et élevé de développer une ou plusieurs maladies chroniques à l'âge adulte si on ne renverse pas cette situation. Il faut redoubler d'efforts et travailler en collaboration (partenaires intra et intersectoriels, parents, communauté) afin de promouvoir les saines habitudes de vie et les comportements sains et sécuritaires auprès des jeunes et développer des environnements favorables à leur santé et bien-être dans la région. Les pratiques actuelles seront à revoir et à améliorer alors que de nouvelles devront être créées pour y arriver. Par exemple, des interventions doivent être diversifiées et adaptées afin de rejoindre les jeunes vivant dans des familles ou des communautés défavorisées puisque ceux-ci sont plus touchés.

Adaptation sociale et santé mentale

Estime de soi et compétences personnelles et sociales

Santé mentale et troubles mentaux

Violence

Risque de décrochage scolaire

Faits saillants pour la Mauricie et Centre-du-Québec

- Environ 13% des élèves présentent une estime de soi élevée, 54% se situent à un niveau moyen de l'échelle et 33% ont une estime de soi faible (44% chez les filles et 24% chez les garçons);
- Une proportion plus élevée de jeunes du secondaire de la région possède un indice élevé d'autocontrôle comparativement à ceux de la province (16% c. 13%) et est en hausse par rapport au cycle précédent;
- Plus de la majorité des jeunes du secondaire (58%) ont un niveau élevé de relations interpersonnelles (65% des garçons et 49% des filles);
- Bien qu'en diminution comparativement à 2016-2017, près de 41% des élèves ont une santé mentale florissante (contre 37% au Québec);
- Un jeune sur cinq a reçu un diagnostic médical d'anxiété et 29% un diagnostic médical de trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité;
- Environ 37% des jeunes ont un niveau élevé de détresse psychologique, une augmentation par rapport à l'enquête précédente;
- Près de 45% des élèves du secondaire n'ont aucun symptôme d'anxiété;
- 35% des jeunes de la région ont été victimes de violence à l'école ou sur le chemin de l'école durant l'année scolaire comparativement à 30% en 2016-2017;
- Environ 16% des élèves du secondaire ont infligé de la violence à leur partenaire et près de 33% en ont subi lors de leurs relations amoureuses;
- Près de 28% des jeunes ont été victimes d'intimidation et ont manifesté des comportements d'agressivité, 36% ont manifesté des comportements d'agressivité sans être victime d'intimidation et 8% ont été victimes d'intimidation sans manifestation de comportement d'agressivité;
- Une proportion de 10% des élèves a eu au moins une relation sexuelle forcée au cours de leur vie (17% des filles et 3,4% des garçons);
- Environ 28% des élèves ont un niveau faible ou nul d'engagement scolaire (21% en 2016-2017);
- Près de 20% des élèves se situent à un niveau de risque élevé de décrochage scolaire (22% des garçons et 16% des filles).

Estime de soi et compétences personnelles et sociales

La période de l'adolescence est marquée par de nombreux changements. Ceux-ci seront mieux vécus par un jeune qui dispose d'atouts personnels comme une bonne estime de soi et de fortes compétences personnelles et sociales. En plus de leur rôle de facilitateur dans les transitions que vivent les adolescents, l'estime de soi et les compétences individuelles contribuent à une meilleure santé, à la réussite scolaire et à la capacité de bien fonctionner dans la société (Orth et Robins, 2022). Ainsi sont évalués l'estime de soi, l'efficacité personnelle globale, les compétences en résolution de problèmes, l'autocontrôle et l'aptitude pour les relations interpersonnelles dans l'EQSJS.

Répartition des élèves du secondaire selon le niveau à l'échelle d'estime de soi

L'estime de soi est une ressource personnelle associée à l'adaptation sociale puisqu'un niveau élevé d'estime de soi est considéré comme un facteur important de préservation de la santé mentale et sociale du jeune. Ainsi, l'adolescent qui a une bonne estime personnelle peut faire face plus aisément aux situations stressantes grâce à la confiance qu'il a en lui-même et en sa capacité d'obtenir le soutien requis lorsque c'est nécessaire. À l'inverse, une faible estime de soi a été associée à des difficultés académiques et à la participation à des conduites délinquantes (Branden, 2001). L'EQSJS reprend la traduction française de l'indice de Rosenberg (Vallières et Vallerand, 1990) pour mesurer le concept d'estime de soi globale, c'est-à-dire la perception quant à sa propre valeur.

L'indicateur est construit à partir de dix questions. À quel point es-tu en accord ou en désaccord (tout à fait en désaccord, plutôt en désaccord, plutôt d'accord ou tout à fait d'accord) avec les énoncés suivants à propos de toi? :

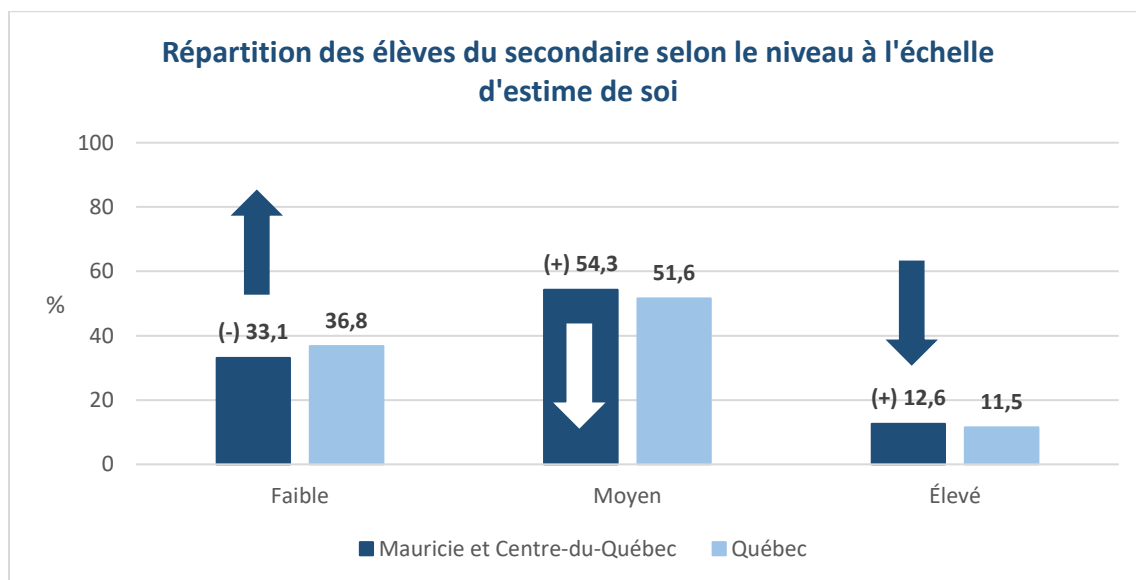
- Je pense que je suis quelqu'un de valable, du moins que je vauds autant que les autres.
- Je pense que je possède un certain nombre de belles qualités.
- Tout bien considéré, j'ai tendance à penser que je suis un(e) raté(e).
- Je suis capable de faire les choses aussi bien que les autres de mon âge.
- J'ai peu de raisons d'être fier(ère) de moi.
- J'ai une attitude positive envers moi-même.
- Dans l'ensemble, je suis satisfait(e) de moi.
- J'ai de la difficulté à m'accepter comme je suis.
- Parfois je me sens vraiment inutile.
- Il m'arrive de penser que je suis un(e) bon(ne) à rien.

Le score global de l'indice de Rosenberg est obtenu en sommant les scores des 10 questions. Ce score peut varier de 10 à 40. Ainsi, les catégories du niveau de l'échelle d'estime de soi sont : faible (score global inférieur à 28), moyen (score global supérieur ou égal à 28 et inférieur ou égal à 37) et élevé (score global supérieur à 37). L'indicateur

de l'enquête désigne les élèves du secondaire se situant à un niveau faible à l'échelle d'estime de soi.

Parmi les jeunes du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec, environ 13% présentent une estime de soi élevée, 54% se situent à un niveau moyen de l'échelle et 33% ont une estime de soi faible. Ces résultats sont tous différents significativement de ceux pour l'ensemble du Québec. Ainsi, les jeunes de la région dont l'estime de soi est plus élevée sont en proportion plus nombreux que ceux de la province (13% c. 12%) et à l'inverse, une plus forte proportion d'élèves du Québec avec une estime de soi faible est notée (37% c. 33%). Enfin, une proportion supérieure de jeunes du secondaire de la région avec un niveau moyen d'estime de soi est constatée par rapport à ceux de l'ensemble du Québec (54% c. 52%).

En comparaison avec l'enquête de 2016-2017, on remarque que la proportion des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec dont l'estime de soi est élevée a diminué (18% c. 13%) alors que celle de jeunes avec une estime de soi faible a augmenté (25% c. 33%).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Les analyses de comparaison entre les garçons et les filles de la région montrent que ces dernières sont plus nombreuses en proportion à présenter une estime de soi faible (44% c. 24%). Ainsi, près de 18% des garçons ont une estime de soi élevée comparativement à 7% des filles. Enfin, environ 59% des garçons et 49% des filles se situent au niveau moyen de l'échelle de l'estime de soi.

Par niveau scolaire, on compte davantage de jeunes de 1^{er} cycle avec une estime de soi faible (36% c. 31%) et donc, une proportion plus élevée d'élèves de 2^e cycle avec une estime de soi élevée (14% c. 11%).

Deux RLS se distinguent de la province avec une proportion significativement plus basse de jeunes du secondaire avec une estime de soi faible. Il s'agit de Trois-Rivières et de Drummond (32% respectivement). Les autres RLS sont comparables avec l'ensemble du Québec.

Répartition des élèves du secondaire selon le niveau à l'indice d'autocontrôle

L'autocontrôle réfère à l'habileté qu'a une personne à outrepasser ses impulsions et à interrompre ou à inhiber une réponse interne afin d'éviter des tentations ou des tendances comportementales indésirables dans l'idée d'atteindre un but ou de suivre une règle (Boals et al., 2011). Les jeunes avec un niveau d'autocontrôle élevé ont de meilleurs résultats scolaires, moins de comportements impulsifs et ont une estime de soi plus élevée. De plus, un niveau élevé d'autocontrôle est aussi corrélé avec de meilleures relations interpersonnelles et une meilleure santé mentale (Tangney et al., 2004). En absence d'autocontrôle, un individu va s'engager dans des actes impulsifs, automatiques avec peu d'égard sur les bénéfices ou les attentes à long-terme (DeBono et al., 2011). Ceci peut être lié à des comportements déviants et de participation à des activités criminelles. Pour mesurer le niveau d'autocontrôle des élèves du secondaire, l'enquête utilise un indicateur construit à partir de quatre énoncés :

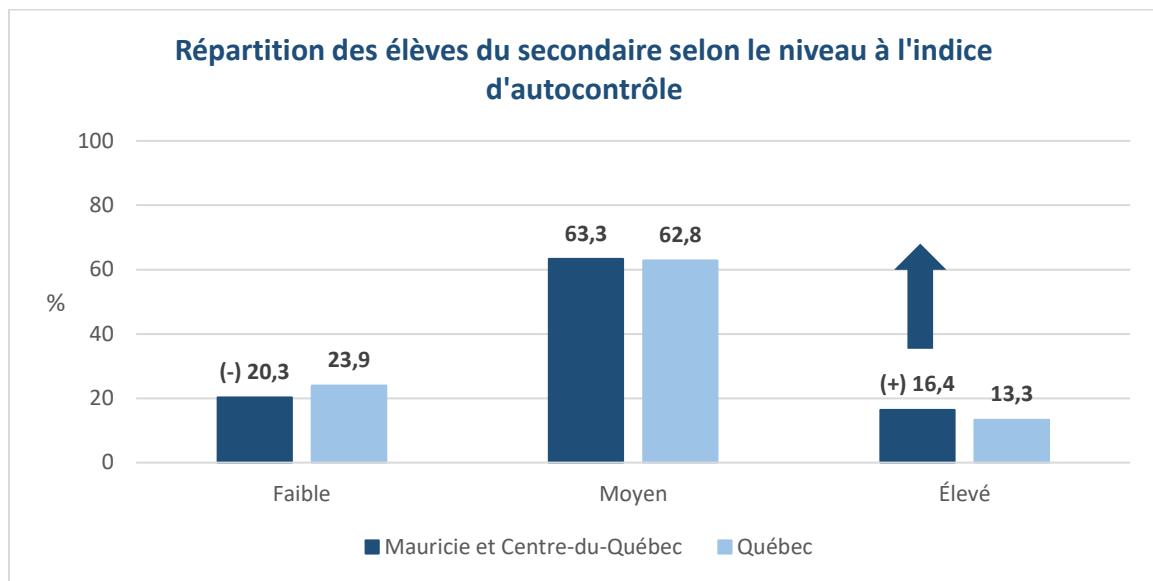
- Je dis des choses déplacées.
- Si une chose est amusante, je la fais même si je sais qu'elle est mauvaise pour moi.
- Parfois, je ne peux m'empêcher de faire une chose, même si je sais que ce n'est pas correct.
- J'agis souvent sans penser à toutes les options possibles.

Les catégories de réponse pour ces questions vont de « Pas du tout vrai » à « Tout à fait vrai ».

Le score global d'autocontrôle résulte de la moyenne des scores obtenus aux quatre énoncés. Ce score peut varier de 1 à 4. Les catégories du niveau d'autocontrôle sont : faible (score global inférieur à 2,75), moyen (score global supérieur ou égal à 2,75 et inférieur ou égal à 3,75) et élevé (score global supérieur à 3,75). L'indicateur désigne les élèves du secondaire se situant à un niveau élevé à l'indice d'autocontrôle.

Comme au Québec, l'enquête montre que plus de la majorité des jeunes du secondaire de la région sont à un niveau moyen de l'indice d'autocontrôle (63%). Par contre, la

Mauricie et Centre-du-Québec enregistre une proportion significativement plus importante d'élèves avec un indice d'autocontrôle élevé par rapport à l'ensemble du Québec (16% c. 13%) et une proportion moins élevée de jeunes avec un indice faible d'autocontrôle (20% c. 24%). La proportion d'élèves du secondaire de la région avec un niveau élevé à l'indice d'autocontrôle a augmenté de façon significative entre 2016-2017 et 2022-2023 (de 14% à 16%).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Les filles de la Mauricie et Centre-du-Québec sont en proportion plus nombreuses à se situer à un niveau élevé à l'indice d'autocontrôle que les garçons (20% c. 13%). Ainsi, plus de garçons se trouve à un niveau moyen (66% contre 60% chez les filles) tandis qu'aucune différence significative de genre n'est remarquée pour les élèves se trouvant au niveau faible de l'indice. Par niveau scolaire, on constate une plus forte proportion de jeunes de 1^{er} cycle avec un indice élevé d'autocontrôle comparativement à ceux de 2^e cycle (19% c. 14%). Par contre, ces derniers sont proportionnellement plus nombreux que les élèves de 1^{er} cycle à se trouver au niveau moyen de l'indice d'autocontrôle (66% c. 61%).

Dans la région, trois RLS présentent une proportion significativement plus importante de jeunes du secondaire avec un niveau élevé d'autocontrôle comparativement à l'ensemble du Québec. Il s'agit du Haut-Saint-Maurice (20%), du Centre-de-la-Mauricie (23%) et de Drummond (18%). Aucun RLS de la Mauricie et Centre-du-Québec n'enregistre une proportion supérieure d'élèves avec un niveau faible par rapport à la province.

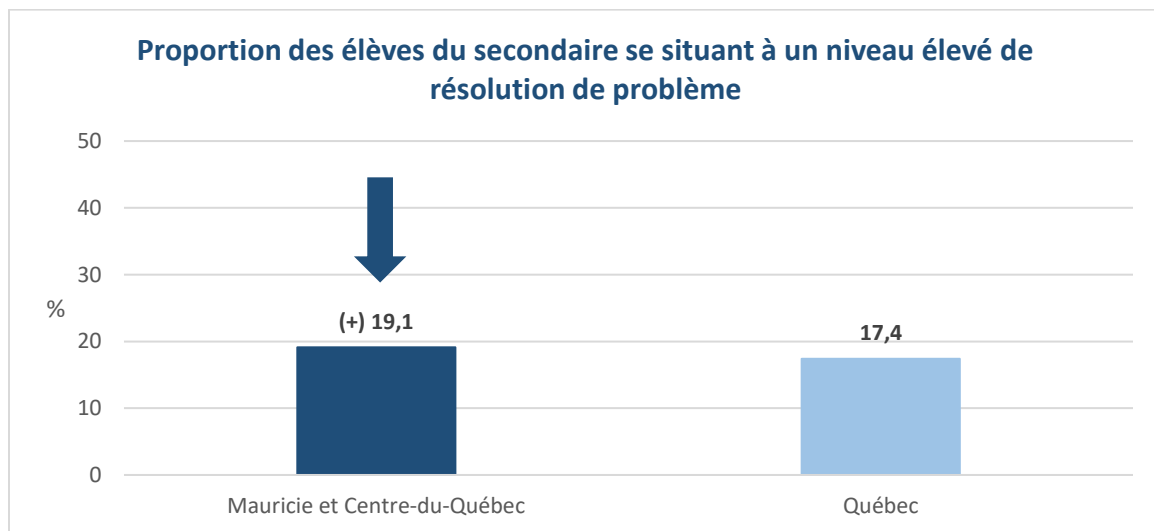
Proportion des élèves du secondaire se situant à un niveau élevé de résolution de problème

La résolution de problème comprend la capacité de planifier, de faire preuve d'ingéniosité, de penser de façon critique et réfléchie et de regarder une situation sous tous ses angles avant de prendre une décision ou d'agir. La résolution de problème est une des composantes des compétences sociales, au même titre que l'efficacité personnelle, l'empathie et l'autocontrôle (Pica et al., 2013). Afin d'évaluer le niveau de résolution de problème des élèves du secondaire, l'EQSJS propose trois énoncés :

- Quand j'ai besoin d'aide, je trouve quelqu'un à qui parler.
- J'essaie de résoudre les problèmes en parlant ou en écrivant ce que j'en pense.
- Quand j'ai un problème, je prends le temps de réfléchir à différentes solutions avant d'agir.

Les choix de réponse varient entre « Pas du tout vrai » à « Tout à fait vrai ». Le score global de résolution de problème résulte de la moyenne des scores obtenus aux trois énoncés. Ce score peut varier de 1 à 4. Les catégories du niveau de résolution de problème sont : faible (score global inférieur à 2), moyen (score global supérieur ou égal à 2 et inférieur ou égal à 3) et élevé (score global supérieur à 3). L'indicateur désigne les élèves du secondaire se situant à un niveau élevé de résolution de problème.

La Mauricie et Centre-du-Québec affichent une proportion plus élevée de jeunes du secondaire avec un niveau élevé de résolution de problème comparativement aux jeunes dans l'ensemble de la province (19% c. 17%). Cependant, la proportion enregistrée pour la région est en baisse significative par rapport à l'enquête de 2016-2017 (19% c. 26%).



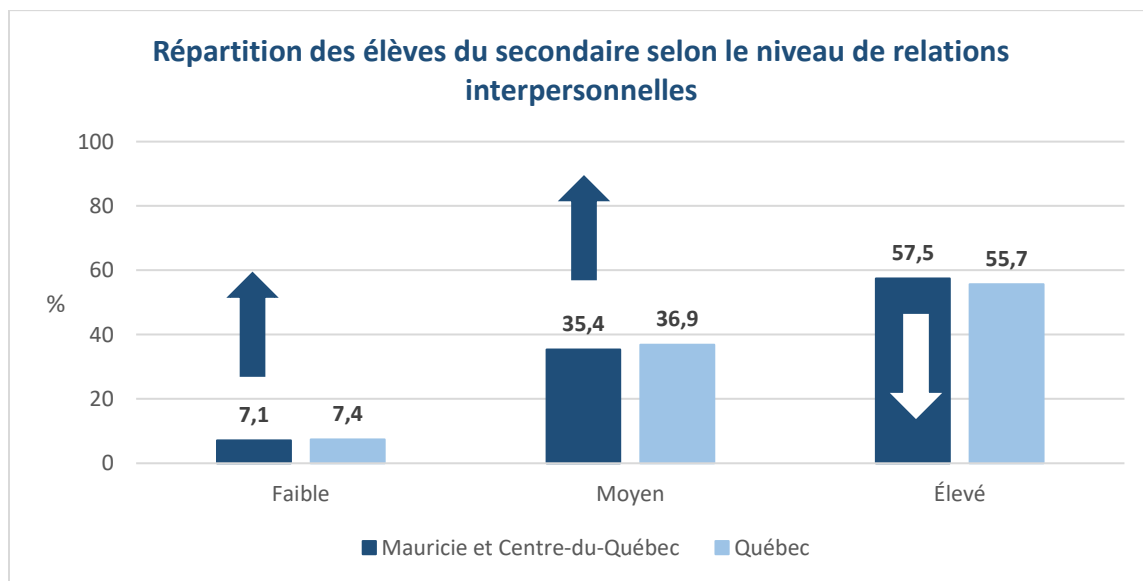
Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

On ne constate aucune différence entre les garçons et les filles. Par contre, environ 22% des élèves de 1^{er} cycle présentent un niveau élevé de résolution de problème contre 17% des élèves de 2^e cycle.

Les résultats par RLS ne soulèvent aucune différence avec l'ensemble du Québec.

Répartition des élèves du secondaire selon le niveau de relations interpersonnelles

Comme au Québec, les résultats de l'enquête de 2022-2023 montrent que plus de la majorité des jeunes du secondaire de la région ont un niveau élevé de relations interpersonnelles (58%). Environ 35% se situent au niveau moyen de l'échelle tandis que près de 7% ont un niveau faible de relations interpersonnelles. On constate également que la proportion d'élèves avec un haut niveau de relations interpersonnelles a diminué par rapport à 2016-2017 passant de 68% à 58%. Cette diminution entraîne une augmentation significative de la proportion d'élèves avec un niveau moyen de relations interpersonnelles (29% c. 35%) ainsi que celle des jeunes avec un niveau faible (3,8% c. 7%).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Environ 65% des garçons de la Mauricie et Centre-du-Québec présentent un niveau élevé de relations interpersonnelles contre 49% des filles. Celles-ci sont toutefois plus nombreuses en proportion à se situer au niveau moyen ou faible comparativement aux garçons (42% c. 30% au niveau moyen et 10% c. *4,8% au niveau faible de relations interpersonnelles).

Les résultats par niveau scolaire ne montrent aucune différence significative entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle. De même, aucun RLS de la région ne se distingue de la province.

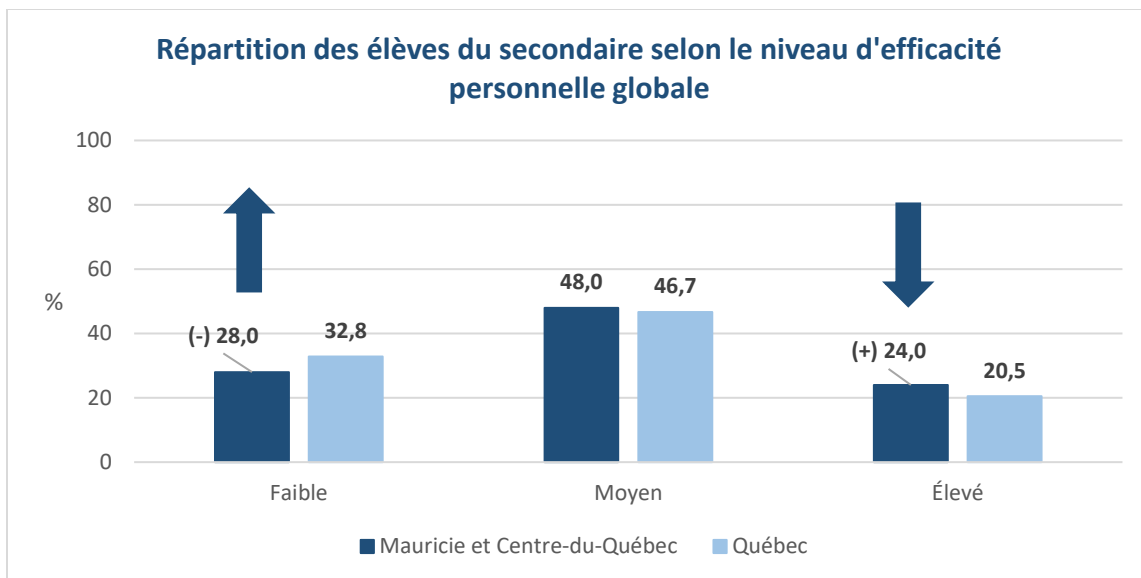
Répartition des élèves du secondaire selon le niveau d'efficacité personnelle globale

Le concept d'efficacité personnelle réfère à la perception qu'un individu a de ses compétences et de ses habiletés face à l'accomplissement de tâches qu'il valorise. L'efficacité personnelle est une composante importante du développement de l'identité et du sentiment de soi, ce développement étant essentiel durant l'adolescence (California Healthy Kids Survey, 2009). Le sentiment d'efficacité personnelle peut varier en fonction de l'âge et du sexe de la personne. Dans l'enquête, il est mesuré à partir de sept énoncés :

- Je suis capable de résoudre mes problèmes.
- Je suis capable de faire presque tout si j'y mets des efforts.
- Je me sens capable de relever des défis qui me tiennent à cœur.
- Je me décourage facilement lorsque j'ai une difficulté.
- J'abandonne souvent une activité ou un projet avant de l'avoir terminé.
- Si une activité me tente mais que ça a l'air trop compliqué, je ne prends même pas la peine d'essayer.
- Quand j'essaie d'apprendre quelque chose de nouveau, j'abandonne vite si je ne réussis pas bien tout de suite.

Les élèves avaient la possibilité de répondre par « Pas du tout vrai », « Un peu vrai », « Assez vrai » ou « Tout à fait vrai ». Le score global d'efficacité personnelle résulte de la somme des scores obtenus aux sept énoncés. Ce score peut varier de 7 à 28. Les catégories du niveau d'efficacité personnelle globale sont : faible (score global inférieur à 21), moyen (score global supérieur ou égal à 21 et inférieur à 26) et élevé (score global supérieur ou égal à 26). L'indicateur désigne les élèves du secondaire se situant à un niveau élevé à l'indice d'efficacité personnelle globale.

Près d'un jeune sur quatre de la Mauricie et Centre-du-Québec (24%) a un niveau d'efficacité personnelle globale élevé contrairement à 21% pour l'ensemble du Québec. À l'opposé, les élèves de la région sont moins nombreux en proportion que pour l'ensemble de la province à se situer à un faible niveau d'efficacité personnelle globale (28% c. 33%). Près d'un adolescent sur deux (48%) présente un niveau moyen d'efficacité personnelle globale. Par rapport à 2016-2017, la proportion régionale des jeunes avec un niveau élevée d'efficacité personnelle globale a significativement diminué (30% c. 24%) tandis que celle des élèves présentant un niveau faible d'efficacité personnelle globale a augmenté (17% c. 20%).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Une plus forte proportion de filles de la région affiche un niveau faible d'efficacité personnelle globale que les garçons (35% c. 22%) alors que ceux-ci sont proportionnellement plus nombreux que les filles à présenter un niveau d'efficacité personnelle globale élevé (29% c. 18%). Quant au niveau scolaire, aucune différence significative n'est remarquée.

On compte quatre RLS dont la proportion de jeunes avec un niveau élevé d'efficacité personnelle globale est significativement plus importante que la province. Il s'agit du Haut-Saint-Maurice (28%), de Trois-Rivières (24%), Bécancour-Nicolet-Yamaska (25%) et Drummond (25%). De plus, trois RLS affichent une proportion plus basse que dans l'ensemble du Québec en ce qui a trait aux jeunes avec un niveau faible d'efficacité personnelle globale. Trois-Rivières, Bécancour-Nicolet-Yamaska et Drummond (28%, 26% et 27% respectivement contre 33% au Québec).

Santé mentale et troubles mentaux

Deux dimensions sont à prendre en considération lorsque l'on analyse l'état mental. Il s'agit de la santé mentale et des troubles mentaux. Premièrement, la santé mentale consiste en un état de bien-être qui permet d'atteindre son potentiel, de faire face au stress de la vie, de bien apprendre et de bien travailler, et d'apporter une contribution à la vie communautaire (Organisation mondiale de la santé, 2022). Deuxièmement, les troubles mentaux constituent un regroupement de symptômes diagnostiques caractérisés par une altération cliniquement significative des cognitions, des émotions ou des comportements d'une personne, souvent associés à une détresse ou à une perturbation

du fonctionnement dans des sphères importantes de sa vie (American Psychiatric Association, 2015).

Dans l'EQSJS 2022-2023, on examine la santé mentale positive en s'attardant aux personnes qui ressentent un bien-être émotionnel et fonctionnent adéquatement sur le plan psychologique et social (santé mentale florissante) ou qui, à l'inverse, ressentent peu de bien-être, qui éprouvent un sentiment de vide ou que leur vie stagne (santé mentale languissante). Pour les troubles mentaux, l'EQSJS s'intéresse principalement aux troubles anxieux, à la dépression et au trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/TDAH). De plus, l'enquête tient compte d'autres difficultés psychologiques qui ne sont pas nécessairement d'ordre clinique comme la détresse psychologique et l'anxiété. Enfin, l'écoanxiété qui concerne les émotions négatives en raison de la crise écologique et de ses conséquences sur les individus, la société et l'environnement (Léger-Goodes et al. 2022), est explorée pour la première fois dans l'édition 2022-2023 de l'enquête.

Répartition des élèves du secondaire selon l'échelle de santé mentale positive

Keyes (2007) définit la santé mentale par le niveau de bien-être émotionnel et le niveau de fonctionnement psychologique et social. Sa mesure va de florissante, à modérément bonne, à languissante. Une santé mentale florissante peut s'observer en présence ou non d'un trouble mental. De même, une santé mentale languissante ne se traduit pas nécessairement par la présence d'un trouble mental. Par ailleurs, ceux présentant une santé mentale florissante et une absence de trouble mental, ont une meilleure santé physique et un niveau plus élevé de fonctionnement psychosocial que ceux qui affichent une santé mentale modérée ou languissante, et qui présentent ou non un trouble mental (Gilmour, 2014).

La mesure de la santé mentale proposée par Keyes permet donc de déterminer la proportion de la population d'élèves du secondaire ayant une santé mentale florissante. Elle est pertinente afin d'avoir un portrait plus complet de la santé mentale des jeunes, notamment en complément de l'indice de détresse psychologique également présent dans l'EQSJS. Elle sert également à orienter les mesures de promotion de la santé auprès de l'ensemble des jeunes (en soutien aux environnements favorables et à la résilience), qu'ils fassent ou non partie d'un groupe à risque élevé de développer un trouble mental et qu'ils souffrent ou non d'un trouble mental (Canadian Institute for Health Information, 2009).

L'indicateur est construit à partir de deux blocs de questions. Le premier bloc, qui sert à mesurer le bien-être émotionnel, comprend trois énoncés :

Au cours du dernier mois, à quelle fréquence t'es-tu senti(e)...

- Heureux(se)?

- Intéressé(e) par la vie?
- Satisfait(e) à l'égard de ta vie?

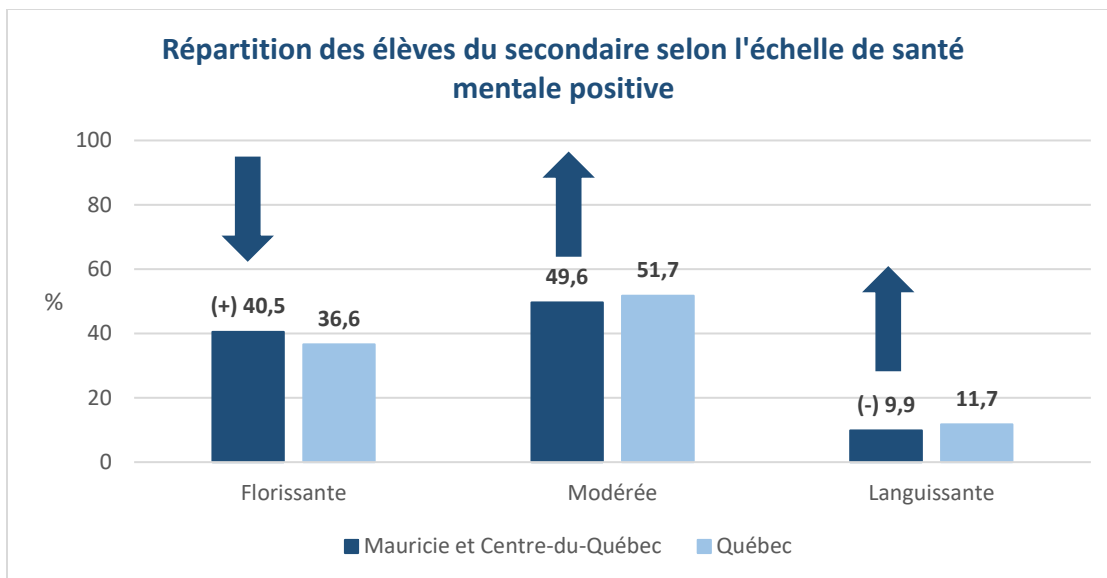
Le deuxième bloc, qui sert à mesurer le fonctionnement positif, comprend neuf énoncés :

Au cours du dernier mois, à quelle fréquence as-tu senti...

- Que tu avais quelque chose d'important à apporter à la société?
- Que tu avais un sentiment d'appartenance à une collectivité (comme un groupe social, ton école, ton quartier, ta ville)?
- Que notre société devient un meilleur endroit pour les gens comme toi?
- Que les gens sont fondamentalement bons?
- Que le fonctionnement de la société a du sens pour toi?
- Que tu étais bon pour gérer les responsabilités de ton quotidien?
- Que tu avais des relations chaleureuses et fondées sur la confiance avec d'autres jeunes?
- Que tu vivais des expériences qui te poussent à grandir et à devenir une meilleure personne?
- Que tu es capable de te faire ou d'exprimer tes propres idées et opinions?

Pour tous ces énoncés, les catégories de réponse varient de « tous les jours » à « jamais ». Les jeunes sont classées comme ayant une santé mentale florissante s'ils ont répondu « tous les jours » ou « presque tous les jours » à au moins 1 des 3 énoncés sur le bien-être émotionnel et à au moins 5 des 9 énoncés sur le fonctionnement positif. Les élèves sont classés comme ayant une santé mentale languissante s'ils ont répondu « jamais » ou « une fois ou deux » à au moins 1 des 3 questions sur le bien-être émotionnel et à au moins 5 des 9 questions sur le fonctionnement positif. Une santé mentale modérée n'est ni florissante, ni languissante.

L'enquête révèle que près de 41% des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ont une santé mentale florissante contre 37% des jeunes de la province. Comme au Québec, un jeune sur deux se trouve au niveau modéré de l'échelle de santé mentale positive tandis que 10% ont une santé mentale languissante, une proportion significativement plus basse que pour l'ensemble du Québec (12%). Depuis 2016-2017, la proportion de jeunes de la région avec une santé mentale florissante a diminué significativement passant de 48% à 41%. Ainsi, en 2022-2023, on retrouve des proportions plus importantes d'élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec avec une santé mentale modérée (50% contre 46% en 2016-2017) ou une santé mentale languissante (10% contre 6% en 2016-2017).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Les analyses par sexe montrent une plus forte proportion de garçons que de filles de la région avec une santé mentale florissante (47% c. 34%) et une proportion plus élevée de filles que de garçons avec une santé mentale languissante (12% c. 8%). Cependant, on note qu'environ 54% des filles du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ont une santé mentale modérée comparativement à près de 45% des garçons. Les résultats par niveaux scolaires ne montrent aucune différence significative.

L'enquête ne montre aucune différence significative entre les RLS de la région et les résultats de la province.

Proportion des élèves du secondaire ayant reçu un diagnostic médical de dépression ou d'anxiété

Les troubles anxieux et dépressifs sont parmi les problèmes de santé mentale fréquents dans la population générale (Ministère de la Santé et des Services sociaux, 2008). Les problèmes de santé mentale chez les jeunes ont été associés à une diminution dans les résultats scolaires, à la toxicomanie, à la violence et aux comportements sexuels à risque (World Health Organization, 2012). Cette enquête vise à identifier, si le jeune a reçu un diagnostic médical d'anxiété ou de dépression. L'anxiété est caractérisée par des soucis excessifs ou par des attentes avec appréhension. Ces inquiétudes sont accompagnées de trois des symptômes suivants : agitation, fatigabilité, difficultés de concentration, irritabilité, tension musculaire et perturbation du sommeil. Les personnes anxieuses ont de la difficulté à contrôler leur préoccupation constante, ce qui peut altérer leur fonctionnement social ou dans d'autres domaines importants (APA, 2003). La dépression quant à elle s'exprime par une évolution clinique consistant en un ou plusieurs épisodes

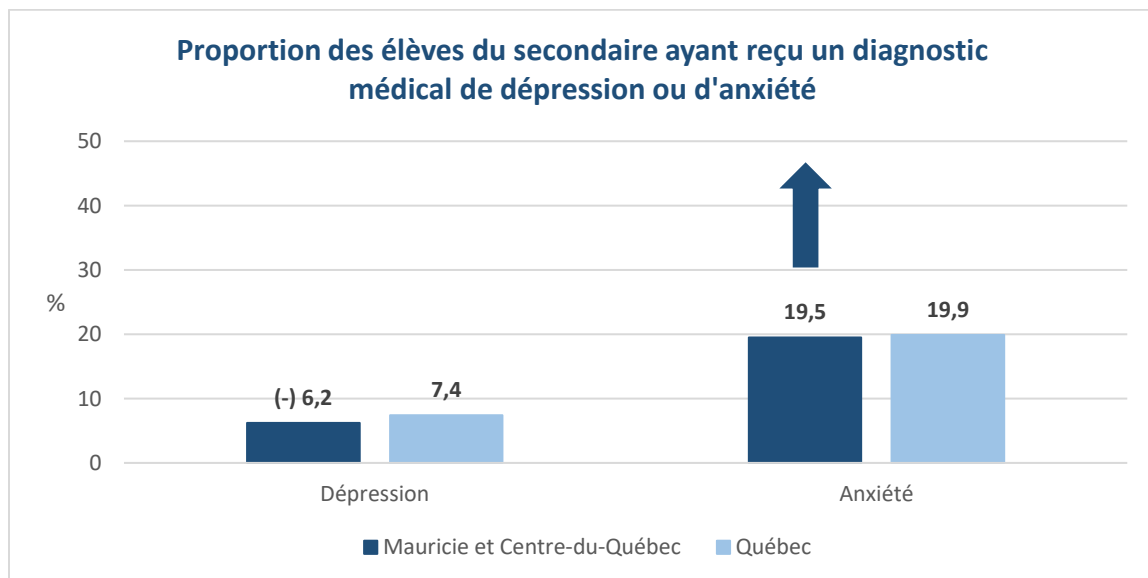
dépressifs majeurs. Chez l'adolescent, l'humeur peut être plus irritable que triste (APA, 2003).

Pour établir les proportions de jeunes avec un diagnostic médical, ceux-ci devaient répondre à la question suivante : Est-ce que tu souffres de l'un ou l'autre des problèmes de santé suivants confirmés par un médecin ou un spécialiste de la santé?

- Anxiété
- Dépression

Dans un premier temps, près de 6% des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ont reçu un diagnostic médical de dépression contre 7% des jeunes de l'ensemble du Québec. Cette proportion régionale est demeurée stable depuis 2016-2017. On recense 9% des filles et 3,5% des garçons de la région avec un tel diagnostic. L'analyse par niveaux scolaires ne révèle aucune différence significative.

Dans un second temps, un jeune sur cinq de la région a reçu un diagnostic médical d'anxiété, un résultat similaire à celui de la province. Il s'agit toutefois d'une augmentation significative puisque la proportion régionale est passée de 18% en 2016-2017 à 20% en 2022-2023. Près de 29% des filles du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ont reçu un diagnostic médical d'anxiété contrairement à 11% des garçons. Encore une fois, l'analyse par niveaux scolaires ne révèle aucune différence significative.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Il n'existe aucune différence entre les RLS de la Mauricie et Centre-du-Québec et l'ensemble de la province en ce qui concerne les proportions de jeunes du secondaire avec un diagnostic médical de dépression ou d'anxiété.

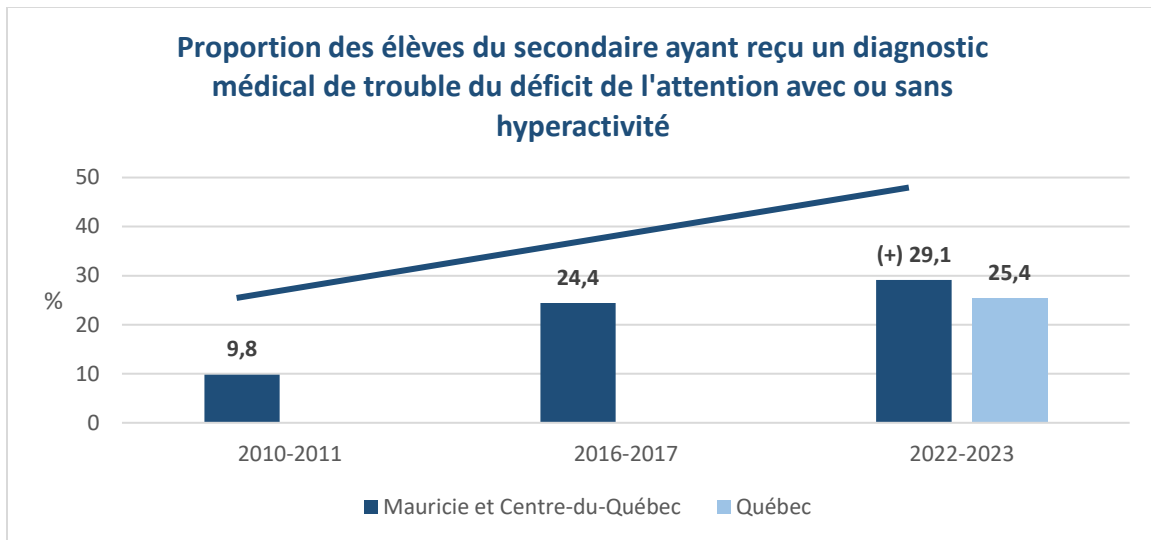
Proportion des élèves du secondaire ayant reçu un diagnostic médical de trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité

Le trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H) est un problème neurodéveloppemental fréquent qui se caractérise habituellement par un manque d'attention ou par des problèmes de concentration. Parfois, il est accompagné par des comportements d'hyperactivité ou d'impulsivité chez des sujets d'un niveau de développement similaire. Ce trouble se manifeste dès l'enfance et peut engendrer des difficultés scolaires et une faible estime de soi qui pourraient persister jusqu'à l'âge adulte (Cardin et al., 2011). L'hyperactivité à l'adolescence peut se limiter à la nervosité, à une sensation intérieure d'agitation et d'incapacité à se tenir en place ou à une difficulté à s'engager dans des activités calmes et sédentaires. Les enfants présentant un TDA/H ont un plus haut risque de problèmes comportementaux, sociaux et émotionnels. Le diagnostic du TDA/H est généralement plus fréquent chez les garçons que chez les filles (APA, 2003).

L'indicateur est construit à partir d'une question à laquelle l'élève doit répondre par « Oui » ou « Non » : Est-ce que tu présentes l'un ou l'autre des problèmes de santé suivants confirmés par un professionnel de la santé (ex. médecin, infirmière praticienne spécialisée)?

- TDA (trouble déficitaire de l'attention sans hyperactivité)
- TDAH (trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité)

L'EQSJS fait ressortir une proportion significativement plus élevée de jeunes du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec avec un diagnostic médical de trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité comparativement à l'ensemble de la province (29% c. 25%). Cette proportion est en hausse significative depuis l'enquête de 2010-2011.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Des résultats similaires sont observés entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle. Cependant, on constate une proportion plus importante de garçons que de filles de la région ayant reçu un diagnostic médical de trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (33% c. 25%).

Trois RLS présentent une proportion de jeunes du secondaire, ayant reçu un diagnostic médical de trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité, significativement plus élevée que pour l'ensemble du Québec. Il s'agit du Haut-Saint-Maurice (37%), de la Vallée-de-la-Batiscan (33%) et du Centre-de-la-Mauricie (33%).

Répartition des élèves du secondaire selon le niveau de l'indice de détresse psychologique

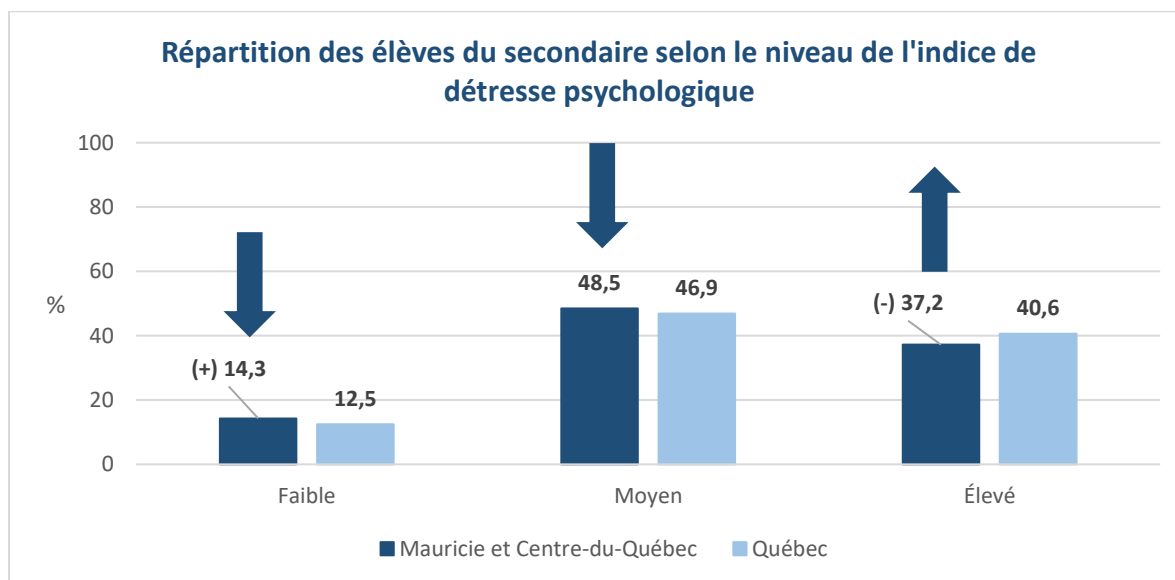
La détresse psychologique se caractérise par un ensemble d'émotions négatives ressenties par un individu qui, à long terme, peuvent donner lieu à des syndromes de dépression et d'anxiété (Camirand et Nanhon, 2008). L'utilisation d'un indice de détresse psychologique est utile pour estimer la proportion des personnes dont les symptômes d'ordre affectif sont assez nombreux pour les affecter dans diverses sphères de leur vie sociale. L'indicateur utilisé par l'enquête est construit à partir de 14 énoncés : Au cours de la dernière semaine...

- T'es-tu senti(e) agité(e) ou nerveux(se) intérieurement?
- T'es-tu senti(e) tendu(e), stressé(e) ou sous pression?
- As-tu ressenti des peurs ou des craintes?
- T'es-tu laissé(e) emporter ou t'es-tu fâché(e) contre quelqu'un ou quelque chose?
- T'es-tu senti(e) facilement contrarié(e) ou irrité(e)?
- T'es-tu senti(e) négatif(ve) envers les autres?

- T'es-tu fâché(e) pour des choses sans importance?
- T'es-tu senti(e) seul(e)?
- T'es-tu senti(e) ennuyé(e) ou peu intéressé(e) par les choses?
- As-tu pleuré facilement ou t'es-tu senti(e) sur le point de pleurer?
- T'es-tu senti(e) découragé(e)?
- T'es-tu senti(e) désespéré(e) en pensant à l'avenir?
- As-tu eu des blancs de mémoire?
- As-tu eu des difficultés à te souvenir des choses?

Les élèves du secondaire devaient répondre parmi les choix suivants : « Jamais », « De temps en temps », « Assez souvent », « Très souvent ». Les niveaux de l'indice de détresse psychologique sont : faible, moyen ou élevé. L'indicateur désigne les élèves du secondaire se situant à un niveau élevé à l'indice de détresse psychologique.

Comme au Québec, près d'un élève sur deux du secondaire se retrouve au niveau modéré de l'indice de détresse psychologique. On compte environ 14% de jeunes qui ont un faible indice de détresse psychologique (contre 13% au Québec) et 37% ont un niveau élevé de détresse psychologique (contre 41% pour la province). Cette dernière proportion est en augmentation significative par rapport à 2016-2017 (37% c. 29%) tandis que celles concernant les élèves des niveaux faible et modéré ont diminué.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

On remarque des différences significatives importantes entre les garçons et les filles de la Mauricie et Centre-du-Québec. D'abord, près de 53% d'entre elles ont un niveau de détresse psychologique élevé comparativement à 23% des garçons. Ainsi, la proportion

des filles avec un niveau faible de détresse psychologique est très inférieure à celle des garçons (5% c. 23%). Cependant, plus d'un garçon sur deux (55%) se trouvent à un niveau modéré de détresse psychologique, une valeur significativement supérieure à celle des filles (42%). Quant aux analyses par années scolaires, les élèves de 1^{er} cycle sont en proportion plus nombreux que ceux de 2^e cycle à présenter un faible niveau de détresse psychologique (18% c. 12%).

Bien qu'il y ait des distinctions entre la région et la province, aucun RLS ne présente de différence significative avec l'ensemble du Québec.

Répartition des élèves du secondaire selon les catégories du niveau de sévérité des symptômes d'anxiété

Le trouble d'anxiété généralisée est caractérisé par de l'anxiété ou des inquiétudes constantes, excessives et difficiles à contrôler, concernant certaines activités ou événements qui sont présents la plupart du temps, assorties d'une incapacité à gérer ces symptômes (Manuel Merck, 2020). L'anxiété généralisée peut avoir des effets importants sur le fonctionnement de la personne qui peut ressentir autant des symptômes de malaise physique (douleur à la poitrine, à l'abdomen, à la tête) que psychologique (difficulté à dormir, irritabilité, bien-être négativement affecté) (Gouvernement du Québec, 2022). Les inquiétudes sont souvent accompagnées de symptômes tels que l'agitation, la fatigue, la tension musculaire, l'irritabilité, des problèmes de sommeil, de la difficulté à se concentrer. Chez les adolescents, les troubles d'anxiété peuvent occasionner d'autres problèmes de santé, notamment des répercussions sur l'alimentation, les relations humaines, la persévérance et la réussite éducative (Conseil supérieur de l'éducation, 2020; Klein et al., 2022; Ministère de la Santé et des Services sociaux, 2023).

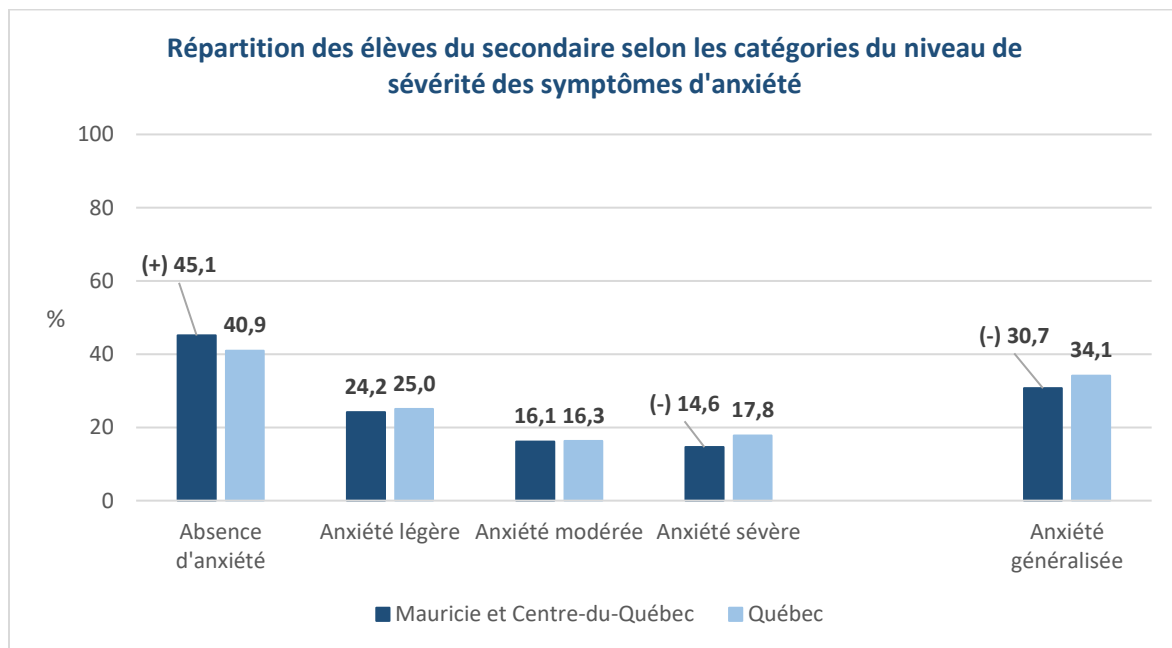
L'indicateur utilisé par l'enquête est construit à partir de sept énoncés :

Au cours des 14 derniers jours, à quelle fréquence as-tu été dérangé(e) par les problèmes suivants?

- Sentiment de nervosité, d'anxiété ou de tension
- Incapacité à t'arrêter de t'inquiéter ou de contrôler tes inquiétudes
- Inquiétudes excessives à propos de tout et de rien
- Difficulté à te détendre
- Agitation telle qu'il t'est difficile de rester tranquille
- Impression d'être facilement contrarié(e) ou irritable
- Peur que quelque chose d'épouvantable puisse arriver

Les catégories de réponse pour ces énoncés vont de « Jamais » à « Presque tous les jours ». Les catégories du niveau de sévérité des symptômes d'anxiété sont : absence d'anxiété, anxiété légère, anxiété modérée et anxiété sévère.

Plus de 45% des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec n'ont aucun symptôme d'anxiété comparativement à 41% pour l'ensemble du Québec. Par ailleurs la répartition montre que les jeunes de la région souffrent moins d'anxiété que les adolescents de la province. Une proportion significativement inférieure est notée entre les jeunes de la région avec des symptômes d'anxiété sévères et ceux du Québec (15% c. 18%), mais également parmi ceux souffrant d'anxiété généralisée (31% c. 34%).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

En ce qui a trait uniquement aux symptômes d'anxiété généralisée, environ 47% des filles de la région sont concernées comparativement à 16% des garçons. On voit également une plus forte proportion d'élèves de 2^e cycle aux prises avec de tels symptômes par rapport aux élèves de 1^{er} cycle (33% c. 28%).

Pour les RLS de Trois-Rivières (47%), Bécancour-Nicolet-Yamaska (49%) et Drummond (48%), près d'un élève sur deux ne souffre d'aucun symptôme d'anxiété et leur proportion est supérieure à celle de l'ensemble du Québec. On note également parmi les jeunes avec anxiété sévère, des proportions inférieures à celle de la province. C'est notamment le cas pour Drummond (13%) et Arthabaska-de l'Érable (14%).

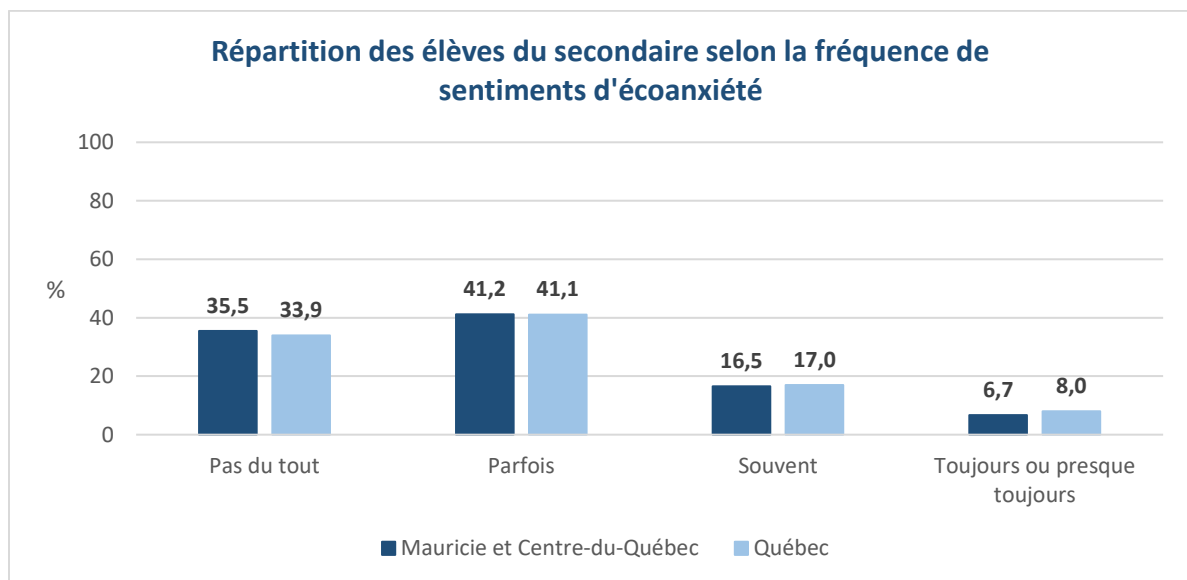
Répartition des élèves du secondaire selon la fréquence de sentiments d'écoanxiété

L'écoanxiété est un « état d'inconfort psychologique et parfois physique, plus ou moins marqué, caractérisé par l'appréhension d'une menace plus ou moins lointaine concernant

les changements climatiques, la situation environnementale et leurs conséquences sur les individus et la société » (Boivin, 2023). Les conséquences possibles de l'écoanxiété peuvent être de nature affective (honte, tristesse, désespoir), cognitive (cauchemars, perte de sens, enjeux de concentration), comportementale (isolement, difficultés à travailler), sociale (conflits familiaux, bouleversements culturels), physique (fatigue) et clinique (aggravation de troubles pré-existants), et même affecter de grandes décisions de vie comme le fait d'avoir des enfants (Léger-Goodes et al., 2022).

Les élèves étaient invités à répondre à la question suivante : Dans quelle mesure ressens-tu de l'écoanxiété? (le terme « écoanxiété » fait référence aux émotions négatives (ex : détresse, sentiment d'impuissance, anxiété) qu'une personne peut ressentir en pensant à la menace que représentent les changements climatiques et à leurs conséquences sur les individus, la société et l'environnement). Les choix de réponse pour cette question varient de « Pas du tout » à « Toujours ou presque toujours ».

Les résultats entre les élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec et ceux de l'ensemble de la province sont comparables. Ainsi, environ 36% n'éprouvent aucun sentiment d'écoanxiété alors que près de 7% en ressentent toujours ou presque toujours. Une proportion de 17% mentionnent être préoccupés souvent tandis que pour 41%, cela arrive parfois. Puisqu'il s'agit d'un nouvel indicateur de l'enquête, l'évolution dans le temps ne peut pas être évaluée.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Un garçon sur deux de la région dit ne pas ressentir de sentiment d'écoanxiété comparativement à une fille sur cinq. À l'opposé, 11% des filles en ressent toujours ou

presque toujours contre seulement *3,2% des garçons. De plus, une proportion supérieure de filles se disent souvent affectées par rapport à 10% des garçons et 46% d'entre elles le sont parfois comparativement à 37% des garçons. Les analyses par niveau scolaire ne font ressortir aucune différence entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle.

Aucune différence significative n'est constatée entre les RLS de la région et l'ensemble du Québec.

Violence

La violence chez les jeunes a de multiples répercussions sur le développement, la santé physique et mentale et le bien-être. Il est donc important de dresser un portrait de la violence chez les jeunes afin de mieux en comprendre l'ampleur et les enjeux du problème. Ainsi, un regard est porté aux différents types de violence vécus par les jeunes et aux diverses formes qu'elles peuvent prendre. Il faut également prendre en compte les différents rôles dans lesquels les jeunes peuvent être en termes de violence subie ou infligée. L'EQSJS explore donc la violence vécue par les élèves du secondaire dans la sphère scolaire, la sphère sociale et la sphère amoureuse ou intime.

Proportion des élèves du secondaire ayant été victimes de violence à l'école ou sur le chemin de l'école ou de cyberintimidation au cours des 12 derniers mois

La violence vécue à l'école ou sur le chemin de l'école peut avoir de graves conséquences chez l'adolescent qui y est constamment exposé. Toutes ces formes peuvent, entre autres, affecter l'estime de soi. Certains iront même jusqu'à décrocher de l'école, faire une dépression, développer des troubles alimentaires, fuguer, avoir des idées suicidaires, etc. (Flannery et al., 2007). En plus de survenir dans certains lieux physiques, une nouvelle forme de violence est apparue depuis quelques années soit la cyberintimidation. Elle est définie comme un préjudice infligé à une personne de façon volontaire et répétée par l'intermédiaire de messages électroniques. Une des particularités de la cyberintimidation est que l'agresseur peut agir sous l'anonymat (Patchin et Hinduja, 2006). Avec l'expansion de l'accès à l'internet, il est pertinent de surveiller l'évolution de la cyberintimidation chez les jeunes.

Pour évaluer la proportion d'élèves du secondaire, victimes de violence ou de cyberintimidation, les jeunes devaient répondre à neuf énoncés répartis en deux blocs. Premièrement, à la phrase suivante : « Depuis septembre, à l'école ou sur le chemin de l'école, est-ce qu'il t'arrive de... » :

- Te faire crier des injures ou des noms?
- Te faire menacer de te frapper ou de détruire ce qui t'appartient?
- Subir des attouchements sexuels non voulus?

- Te faire frapper (gifles, coups de poing, de pied) ou pousser violemment?
- Te faire offrir de l'argent pour faire des choses défendues (par exemple, voler, menacer ou battre quelqu'un, etc.)?
- Te faire taxer (voler ou prendre des objets ou des vêtements sous la menace)?
- Être menacé(e) ou attaqué(e) par des membres de gang?

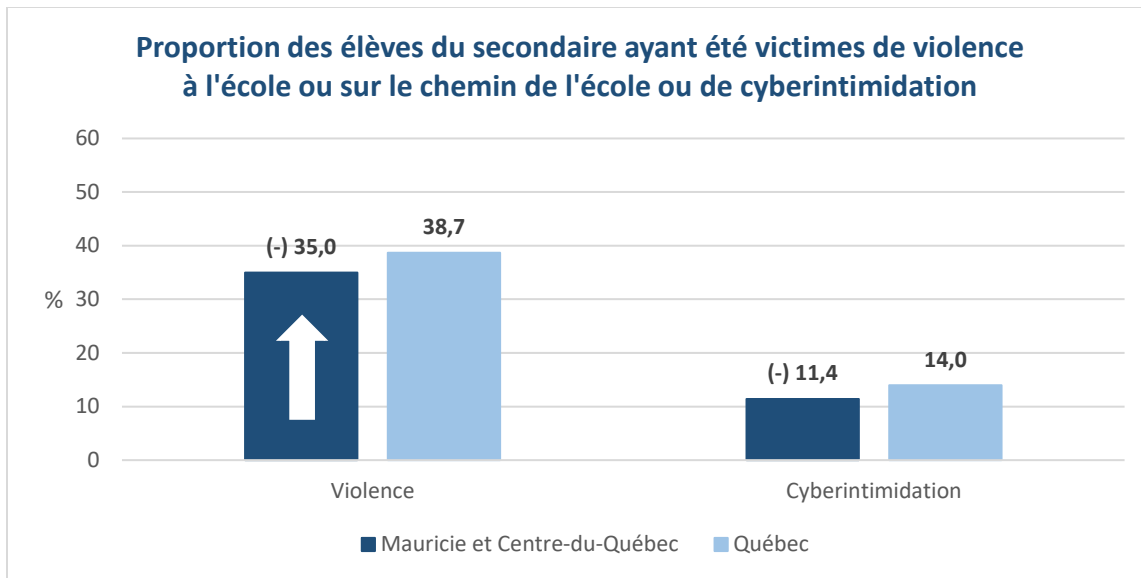
Les catégories de réponse pour ces énoncés sont : « Souvent », « Quelques fois » et « Jamais ».

Deuxièmement, à la question suivante : Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence as-tu vécu des situations méchantes, blessantes ou désagréables en ligne parmi les suivantes, qui se seraient répétées durant une certaine période? Les élèves pouvaient répondre de « Jamais » à « À tous les jours » à ces deux énoncés :

- Quelqu'un t'a écrit des messages, des propos ou des commentaires méchants, blessants ou désagréables, ou t'a menacé de te faire du mal par message texte ou par toute autre application de messagerie directe, en s'adressant juste à toi (c'est-à-dire, sans que personne d'autre puisse le voir)
- Quelqu'un a publié en ligne des messages, des propos ou des commentaires méchants, blessants ou désagréables à ton sujet, des photos ou des vidéos méchantes ou blessantes de toi, des rumeurs sur toi ou des menaces adressées à toi, qui pouvaient être vus par d'autres personnes.

En premier lieu, concernant la violence à l'école ou sur le chemin de l'école, une proportion significativement inférieure de jeunes du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ayant été victime est constatée par rapport aux élèves de l'ensemble du Québec (35% c. 39%). Toutefois, les élèves de la région sont plus nombreux en proportion en 2022-2023 à avoir été victimes de violence à l'école ou sur le chemin de l'école durant l'année scolaire qu'en 2016-2017 (35% c. 30%). Environ 37% des garçons contre 33% des filles ont été victimes de violence à l'école ou sur le chemin de l'école durant l'année scolaire et près de 40% sont des élèves de 1^{er} cycle comparativement à 31% au 2^e cycle.

Concernant les élèves du secondaire ayant été victimes de cyberintimidation au cours des 12 derniers mois, encore une fois, on remarque une proportion inférieure à celle de l'ensemble du Québec. En effet, près de 11% des jeunes du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ont été victimes de cyberintimidation comparativement à 14% des jeunes de la province. Puisqu'il s'agit de la première fois que la cyberintimidation est explorée dans l'EQSJS, il n'y a donc pas d'analyse de l'évolution dans le temps de possible. Parmi les adolescents de la région, une proportion plus élevée de filles que de garçons victimes de cyberintimidation est notée (13% c. 10%). Les élèves de 1^{er} cycle sont également plus nombreux proportionnellement que ceux de 2^e cycle à en être victimes (13% c. 10%).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

En ce qui a trait aux élèves ayant été victimes de violence à l'école ou sur le chemin de l'école, seuls les RLS de Maskinongé et d'Arthabaska-de l'Érable ont une proportion similaire à celle de la province. Tous les autres RLS affichent une proportion significativement inférieure à celle du Québec. Pour ce qui est des élèves victimes de cyberintimidation au cours des 12 derniers mois, encore une fois, les proportions pour la majorité des RLS de la région sont inférieures à celle de l'ensemble de la province. La Vallée-de-la-Batiscan, Maskinongé et Drummond sont les RLS avec une proportion comparable au Québec.

Proportion des élèves du secondaire ayant infligé ou subi de la violence à leur partenaire lors de leurs relations amoureuses au cours des 12 derniers mois, parmi ceux ayant eu des relations amoureuses au cours des 12 derniers mois

Dans cette enquête, les relations amoureuses font référence aux moments assez intimes avec un garçon ou une fille. Cette relation peut n'avoir duré qu'une soirée ou plusieurs semaines, mois ou années. La violence dans les relations amoureuses des adolescents est définie comme tout comportement ayant pour effet de nuire au développement de l'autre en compromettant son intégrité physique, psychologique ou sexuelle. (Lavoie et al., 2009). La violence psychologique fait référence à l'usage de menaces, de tromperies, de contrôle ayant pour effet de bouleverser l'autre et de compromettre le bien-être. La violence physique réfère à l'usage de la force physique ou d'objets de façon à compromettre l'intégrité physique de l'autre. Enfin, la violence sexuelle est décrite comme tout comportement qui incite ou qui force une autre personne à être témoin ou à s'engager dans des activités à caractère sexuel sans son consentement (Fernet et al., 2003). La vulnérabilité des adolescents qui commencent à découvrir l'amour et la sexualité augmente, pour certains, le risque de devenir victimes de violence amoureuse (Guénette-Robert, 2009). Cette violence dans les relations amoureuses peut être difficilement

quantifiable puisque plusieurs jeunes choisissent de vivre cette violence dans le silence par peur d'être jugés ou incompris. De même, certains d'entre eux n'ont pas conscience qu'ils subissent de la violence ou encore préfèrent tolérer cette violence plutôt que de rester seuls (Gouvernement du Québec, 2012). Les conséquences de la violence dans les relations amoureuses sont multiples et peuvent s'exprimer par la dégradation de l'estime de soi, la présence de trouble du comportement, la diminution de la performance scolaire, l'absentéisme, la consommation de drogue et d'alcool, etc. (Rondeau et Tremblay, 2001).

L'indicateur pour la violence infligée ou subie à un partenaire lors d'une relation amoureuse est construit à partir de deux blocs d'énoncés. Le premier concerne la violence infligée et le deuxième a trait à la violence subie.

Dans un premier temps, à partir de la question suivante : En pensant aux garçons ou aux filles avec qui tu es sorti(e) au cours des 12 derniers mois, indique combien de fois il t'est arrivé de vivre les situations suivantes dans l'une ou l'autre de tes relations, l'élève doit répondre aux énoncés par « Jamais », « 1 fois », « 2 fois » ou « 3 fois ou plus ».

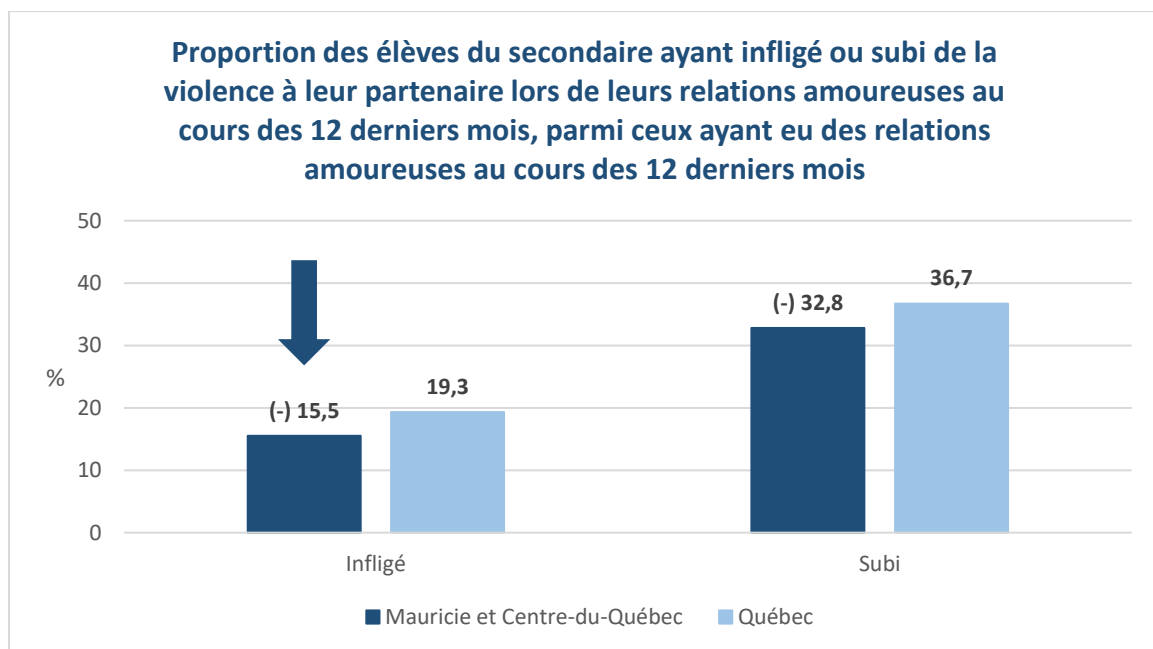
- Je l'ai critiqué(e) méchamment sur son apparence physique, je l'ai insulté(e) devant des gens, je l'ai rabaissé(e).
- J'ai contrôlé ses sorties, ses conversations électroniques, son cellulaire, je l'ai empêché(e) de voir ses ami(e)s.
- Je l'ai forcé(e) à m'embrasser, à me caresser alors qu'il (elle) ne voulait pas.
- Je lui ai lancé un objet qui aurait pu le (la) blesser.
- Je l'ai agrippé(e) (« poigné » les bras), poussé(e), bousculé(e).
- Je lui ai donné une claque.
- Je l'ai blessé(e) avec mes poings, mes pieds, un objet ou une arme.
- Je l'ai forcé(e) à avoir des attouchements ou une relation sexuelle alors qu'il (elle) ne le voulait pas

Dans un deuxième temps, les jeunes sont invités à répondre également par « Jamais », « 1 fois », « 2 fois » ou « 3 fois ou plus » aux énoncés de la question suivante : En pensant aux garçons ou aux filles avec qui tu es sorti(e) au cours des 12 derniers mois, indique combien de fois il t'est arrivé de vivre les situations suivantes dans l'une ou l'autre de tes relations...

- Il(elle) m'a critiqué(e) méchamment sur mon apparence physique, il (elle) m'a insulté(e) devant des gens, m'a rabaissé(e).
- Il(elle) a contrôlé mes sorties, mes conversations électroniques, mon cellulaire, il(elle) m'a empêché(e) de voir mes ami(e)s.
- Il(elle) m'a forcé(e) à l'embrasser, à le (la) caresser alors que je ne voulais pas.
- Il(elle) m'a lancé un objet qui aurait pu me blesser.
- Il(elle) m'a agrippé(e) (« poigné » les bras), m'a poussé(e), m'a bousculé(e).
- Il(elle) m'a donné une claque.
- Il(elle) m'a blessé(e) avec ses poings, ses pieds, un objet ou une arme.

- Il(elle) m'a forcé(e) à avoir des attouchements ou une relation sexuelle alors que je ne voulais pas.

Environ 16% des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ont infligé de la violence à leur partenaire et près de 33% en ont subi lors de leurs relations amoureuses au cours des 12 derniers mois. Dans les deux cas, les proportions sont significativement inférieures à celles obtenues pour l'ensemble du Québec (19% et 37% respectivement). Contrairement au Québec, la proportion régionale de jeunes ayant infligé de la violence à leur partenaire au cours des 12 derniers mois a évolué significativement dans le temps. Elle est passée de 25% à 16%. La proportion d'élèves qui ont subi de la violence est quant à elle demeurée stable.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Une fille sur cinq (20%) de la région a infligé de la violence à son partenaire lors de leurs relations amoureuses au cours des 12 derniers mois contre 11% des garçons tandis que 33% des filles ont subi de la violence comparativement à 18% des garçons. Par ailleurs, les élèves de 2^e cycle sont plus nombreux en proportion à avoir infligé de la violence à leur partenaire contrairement aux élèves de 1^{er} cycle (18% c. 12%) tandis qu'aucune différence n'est observée par niveau scolaire en ce qui a trait à la violence subie.

Les RLS de Trois-Rivières (16%), de Bécancour-Nicolet-Yamaska (*13%) et Drummond (14%) ont une proportion inférieure à la province d'élèves ayant infligé de la violence à leur partenaire lors de leurs relations amoureuses au cours des 12 derniers mois tandis

que seul le RLS de Bécancour-Nicolet-Yamaska (28%) a une proportion inférieure de jeunes qui ont subi de la violence pour la même période de temps.

Répartition des élèves du secondaire selon le nombre de comportements d'agressivité directe ou indirecte

L'agressivité directe physique et verbale est mesurée par la fréquence de six comportements apparents. Sa mesure est possible à partir de l'échelle tirée de l'Enquête longitudinale nationale sur les enfants et les jeunes (Statistique Canada, s.d.). L'élève est appelé à choisir la réponse (« Jamais », « Parfois » ou « Souvent ») qui le décrit le mieux pour chacun des énoncés proposés :

- Je me bats souvent avec d'autres.
- Quand un autre jeune me fait mal accidentellement, je suppose qu'il (elle) l'a fait exprès, je me fâche et je commence une bagarre.
- J'attaque physiquement les autres.
- Je menace les autres.
- Je suis cruel(le), dur(e) ou méchant(e) envers les autres.
- Je frappe, je mords ou je donne des coups de pied aux autres de mon âge.

Quant à elle, l'agressivité indirecte réfère davantage à des comportements d'agressivité verbale et dont les actes peuvent être faits *dans le dos* de la victime de manière à ce que l'agresseur laisse croire qu'il n'a pas l'intention de faire du mal (Ayotte et al., 2009). Elle vise principalement à détruire, par manipulation, des relations sociales plutôt qu'à infliger des dommages physiques. Également construite à partir de l'échelle tirée de l'Enquête longitudinale nationale sur les enfants et les jeunes (Statistique Canada, s.d.) l'agressivité indirecte est mesurée par la fréquence de cinq comportements dont le jeune doit répondre par (« Jamais », « Parfois » ou « Souvent »).

- Quand je suis fâché(e) contre quelqu'un, j'essaie d'amener les autres à le (la) détester.
- Quand je suis fâché(e) contre quelqu'un, je deviens ami(e) avec quelqu'un d'autre pour me venger.
- Quand je suis fâché(e) contre quelqu'un, je dis de vilaines choses dans son dos.
- Quand je suis fâché(e) contre quelqu'un, je dis aux autres : je ne veux pas de lui (d'elle) dans notre groupe.
- Quand je suis fâché(e) contre quelqu'un, je raconte ses secrets à d'autres.

Les résultats de l'enquête montrent que 15% des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ont manifesté deux comportements ou plus d'agressivité directe, c'est-à-dire, des comportements agressifs physiques ou verbaux menaçants ou causant des dommages physiques (ex. lésions corporelles par l'entremise de bagarres). Il s'agit cependant d'une proportion significativement inférieure à celle de l'ensemble du Québec (19%). En contrepartie, les élèves de la région sont proportionnellement plus nombreux

que ceux de la province à n'avoir manifesté aucun comportement d'agressivité directe (67% c. 63%). Dans la région, seule la proportion des jeunes ayant adopté un comportement d'agressivité directe a augmenté significativement par rapport à 2016-2017 passant de 16% à 18%.

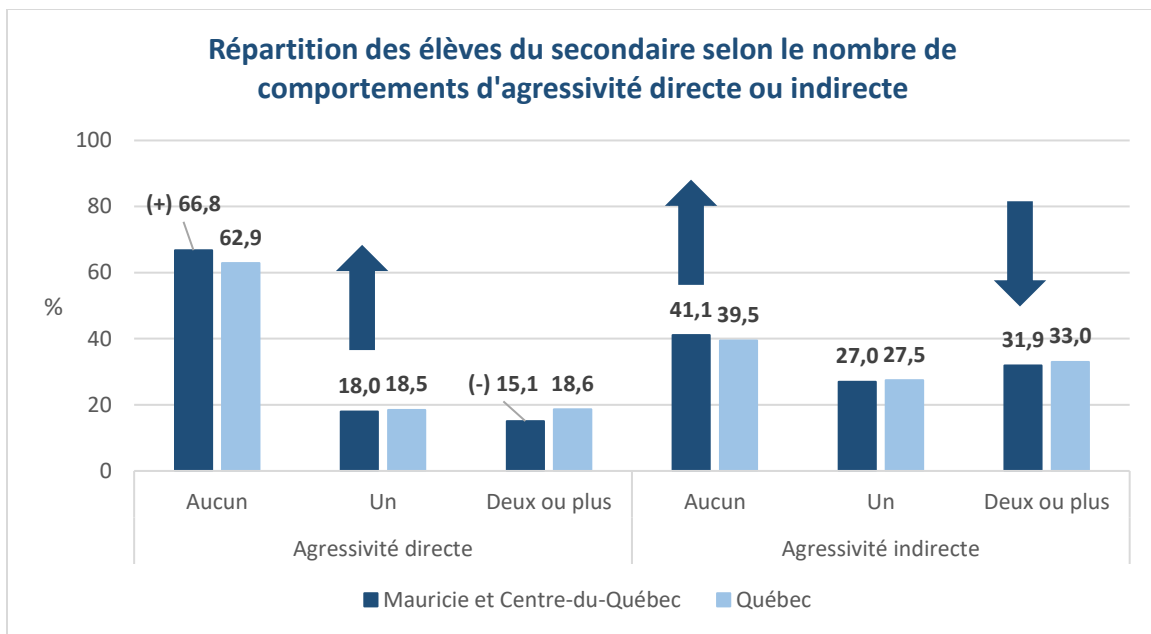
Chez les adolescents de la Mauricie et Centre-du-Québec, la proportion des garçons du secondaire qui rapportent avoir eu deux comportements ou plus d'agressivité directe est statiquement plus élevée que la proportion des filles (20% c. 10%). Par ailleurs, près de trois filles sur quatre (72%) et environ deux garçons sur trois (62%) affirment n'avoir jamais eu recours à des comportements agressifs directs. Des différences significatives sont également remarquées dans les analyses par niveau scolaire. Les élèves de 1^{er} cycle présentent une plus forte proportion que les élèves de 2^e cycle quant à la manifestation de deux comportements d'agressivité directe ou plus (17% c. 14%). À l'opposée, environ 69% des élèves de 2^e cycle n'ont adopté aucun comportement d'agressivité directe comparativement à 65% des jeunes de 1^{er} cycle.

Environ 28% des jeunes du Centre-de-la-Mauricie, 30% à Bécancour-Nicolet-Yamaska et 30% également à Drummond ont présenté au moins un comportement d'agressivité directe, une proportion inférieure à celle de la province. Les autres RLS de la région ont une proportion comparable à celle de l'ensemble du Québec.

En ce qui a trait aux comportements d'agressivité indirecte, c'est-à-dire, des comportements verbaux visant principalement à détruire, par manipulation, des relations sociales plutôt qu'à infliger des dommages physiques, la proportion des élèves du secondaire de la région ayant adopté deux ou plus de ces comportements est de 32%. On compte également 27% de jeunes de la région en ayant commis un et 41% qui n'en ont manifesté aucun. Ces résultats sont comparables à ceux de l'ensemble du Québec. Par ailleurs, on constate que la proportion des élèves ayant manifesté deux comportements d'agressivité indirecte ou plus a significativement diminué depuis 2016-2017 (36% c. 32%) tandis que la proportion de jeunes qui n'en ont commis aucun a augmenté (36% c. 41%).

La proportion des filles de la région ayant commis deux gestes d'agressivité indirecte ou plus apparaît significativement plus élevée que celle des garçons (37% c. 27%). Aussi, plus de filles en proportion que de garçons en ont manifesté un (29% c. 25%). À l'opposé, environ 47% des garçons n'ont présenté aucun comportement d'agressivité indirecte contre 34% des filles. Les résultats par niveau scolaire ne montrent aucune différence entre les élèves de 1^{er} cycle et les élèves de 2^e cycle.

Tous les RLS de la région ont une proportion similaire à celle de la province.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Proportion des élèves du secondaire ayant eu au moins une manifestation de conduite imprudente ou rebelle au cours des 12 derniers mois

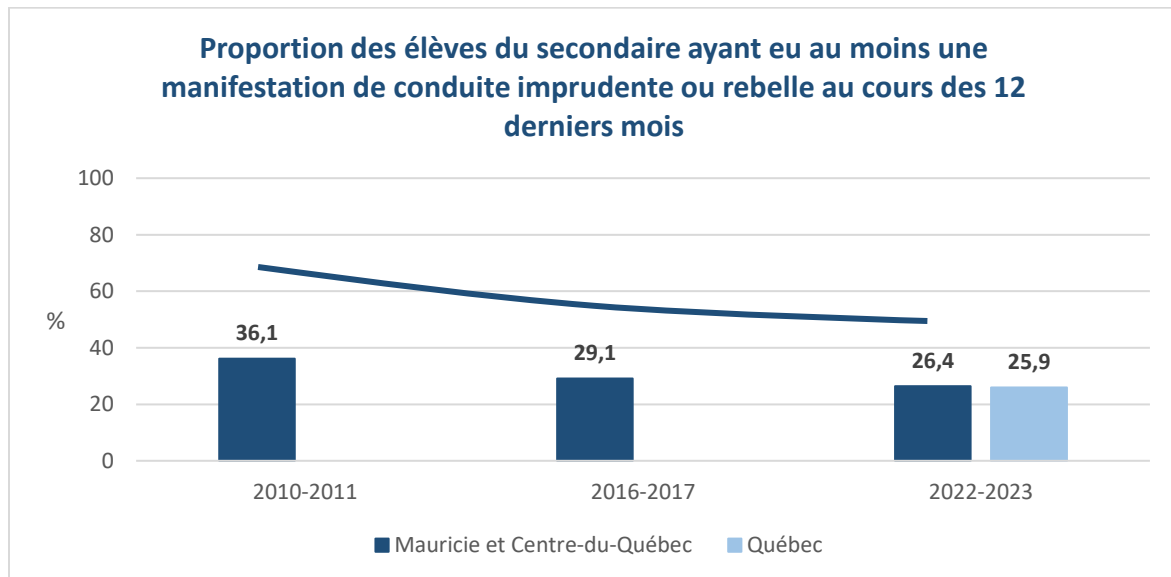
La conduite déviante réfère à de nombreux comportements comme des activités considérées par les adultes comme ne convenant pas à un mineur (usage d'alcool, conflit avec l'autorité, etc.) ou des délits punis par le Code criminel (homicide, vol, etc.). La déviance regroupe les problèmes de comportement (conduite imprudente et rebelle) et les conduites délinquantes (conduite manifeste et clandestine) (Le Blanc, 2003). La conduite imprudente et rebelle regroupe des comportements tels que consommer de l'alcool et des psychotropes, troubler l'ordre public, désobéir, rentrer tard le soir, fuguer, etc. Le début de l'adolescence est caractérisé par des changements physiques, cognitifs et sociaux rendant cette période propice à la manifestation de différentes formes de conduites déviantes (Lancôt et al., 2002).

Pour mesurer les conduites imprudentes et rebelles, l'enquête a recours à une question comprenant trois énoncés auxquels l'adolescent doit se prononcer. Au cours des 12 derniers mois, environ combien de fois...

- Es-tu sorti(e) une nuit complète sans permission?
- As-tu été interrogé(e) par des policiers au sujet de quelque chose qu'ils pensaient que tu avais fait?
- T'es-tu enfui(e) de la maison?

Les choix de réponse pour ces énoncés vont de « Jamais » à « 5 fois ou plus ».

Comme au Québec, la région de la Mauricie et Centre-du-Québec note qu'une proportion d'environ 26% des élèves du secondaire ont présenté au moins une conduite imprudente ou rebelle au cours des 12 derniers mois. Par rapport à la proportion observée durant l'enquête de 2016-2017, il s'agit d'une diminution significative (29% c. 26%).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Aucune différence significative n'est soulevée entre les garçons et les filles de la région. Toutefois, on remarque une proportion plus élevée de jeunes de 2^e cycle ayant eu au moins une manifestation de conduite imprudente ou rebelle au cours des 12 derniers mois que de jeunes du 1^{er} cycle (30% c. 22%).

Par ailleurs, on ne remarque aucune différence significative entre les RLS et le Québec.

Répartition des élèves du secondaire selon le nombre d'actes de conduite délinquante commis au cours des 12 derniers mois

La délinquance inclut les délits contre les biens, la violence contre les personnes et l'appartenance à un gang criminalisé (Le Blanc, 2003). Il importe d'intervenir auprès des jeunes puisque le nombre d'infractions commises durant l'âge mineur est un facteur prédictif des futures offenses commises en tant qu'adulte (Murray et Farrington, 2010). La délinquance est généralement plus élevée au milieu de l'adolescence, soit entre 13 et 16 ans.

L'indicateur utilisé par l'EQSJS est construit à partir de trois blocs. Le premier bloc porte sur les délits contre les biens, le deuxième concerne les actes de violence envers les personnes et le troisième réfère à l'appartenance à un gang qui enfreint la loi.

1- Au cours des 12 derniers mois, environ combien de fois...

- As-tu volé quelque chose d'un magasin ou de l'école?
- As-tu endommagé ou détruit exprès quelque chose qui ne t'appartenait pas?

Les catégories de réponse sont : « Jamais », « 1 ou 2 fois », « 3 ou 4 fois », « 5 fois ou plus ».

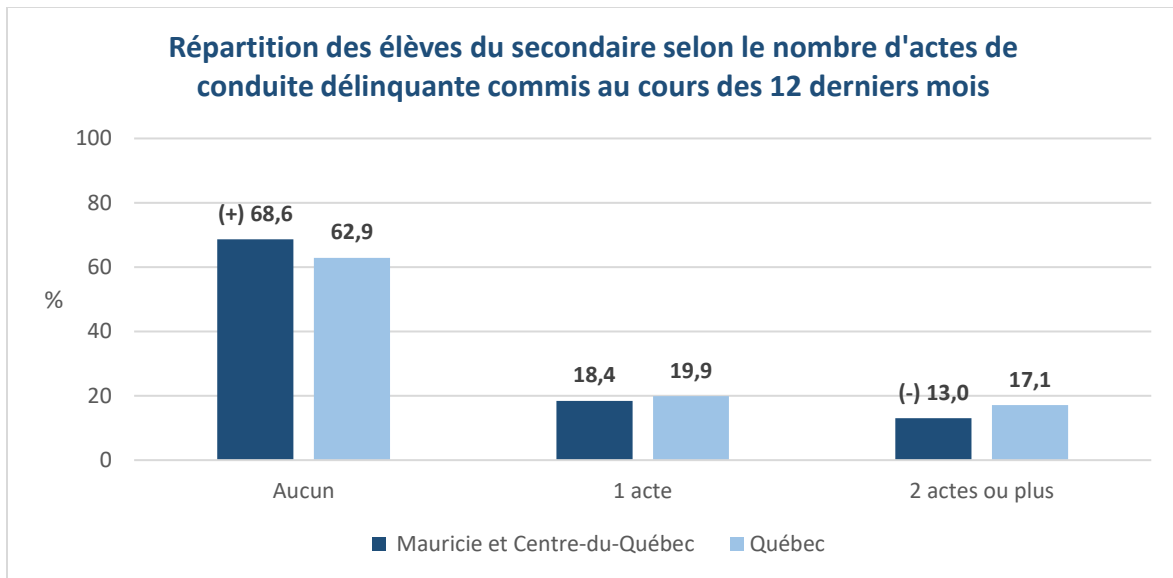
2- Au cours des 12 derniers mois, environ combien de fois...

- T'es-tu battu(e) avec quelqu'un à tel point que cette personne a dû recevoir des soins médicaux?
- T'es-tu battu(e) avec quelqu'un avec l'idée de blesser cette personne sérieusement?
- As-tu porté une arme sur toi comme moyen de défense ou afin de l'utiliser pour te battre?
- As-tu vendu de la drogue?
- As-tu essayé de faire des attouchements sexuels à une personne tout en sachant qu'elle ne le voudrait probablement pas?

Les choix de réponse pour ce bloc d'énoncés sont les mêmes que ceux du bloc précédent.

3- Au cours des 12 derniers mois, as-tu fait partie d'un gang qui a enfreint la loi en volant, en frappant quelqu'un, en faisant du vandalisme, etc.? Cette fois, les élèves doivent répondre par « Oui » ou « Non ».

Bien qu'une proportion d'environ 69% des élèves de la Mauricie et Centre-du-Québec n'ont commis aucun acte de conduite délinquante dans les 12 mois précédant l'enquête, 13% en ont commis deux ou plus et 18%, au moins un. Comparativement à l'ensemble du Québec, la proportion de jeunes qui n'ont commis aucun acte de conduite délinquante est plus élevée (69% c. 63%) tandis que celle se rapportant aux adolescents qui en ont commis deux ou plus est inférieure (13% c. 17%). Les résultats obtenus en 2022-2023 se comparent à ceux de 2016-2017.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

La proportion des garçons du secondaire de la région ayant posé deux actes de conduite délinquante ou plus dans la dernière année est significativement plus élevée que la proportion des filles (17% c. 9%). Cependant, une plus forte proportion de filles n'ayant commis aucun acte de délinquance est observée comparativement à la proportion des garçons (74% c. 64%). Des résultats similaires sont notés entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle.

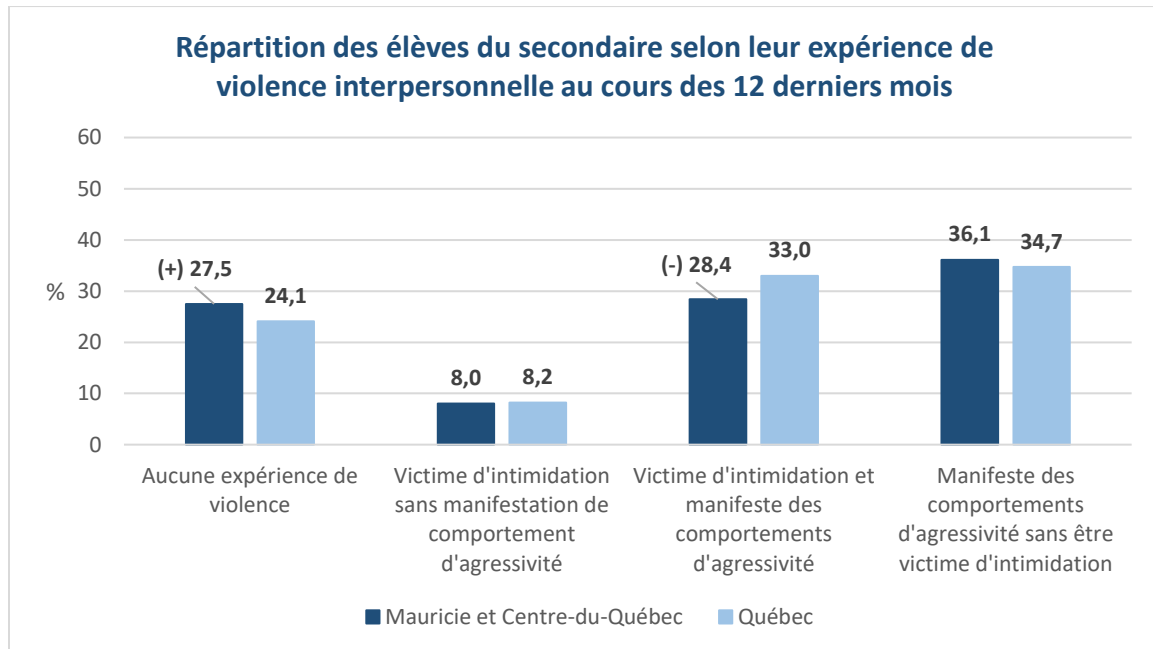
À l'instar de la région, certains RLS se démarquent significativement de l'ensemble de la province. C'est notamment le cas pour Trois-Rivières (67%), Bécancour-Nicolet-Yamaska (70%), Drummond (71%) et Arthabaska-de l'Érable (69%) dont la proportion d'élèves n'ayant commis aucun acte de conduite délinquante est significativement supérieure. Également, on compte trois RLS dont la proportion de jeunes ayant commis deux actes de conduite délinquante ou plus est inférieure à celle du Québec. Il s'agit de Trois-Rivières (13%), Bécancour-Nicolet-Yamaska (12%) et Drummond (12%).

Répartition des élèves du secondaire selon leur expérience de violence interpersonnelle au cours des 12 derniers mois

Cet indicateur est associé à la section sur la violence à l'école, sur le chemin de l'école ou la cyberintimidation. Il permet de déterminer si le jeune est victime, agresseur, victime et agresseur ou aucunement impliqué par des actes de violence.

Parmi les élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec, environ 28% n'ont connu aucune expérience de violence au cours des mois précédents l'enquête comparé à 24% des élèves de l'ensemble de la province. De plus, une proportion inférieure à celle

du Québec de jeunes de la région ont été victimes d'intimidation et ont manifesté des comportements d'agressivité par rapport au Québec (28% c. 33%). Enfin, on compte 36% des adolescents du secondaire qui ont manifesté des comportements d'agressivité sans être victimes d'intimidation et 8% ont été victimes d'intimidation sans manifestation de comportement d'agressivité. Ces dernières données sont comparables à la province.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Spécifiquement concernant les élèves du secondaire de la région, on remarque quelques différences significatives entre les garçons et les filles en rapport avec leur expérience de violence interpersonnelle. Ainsi, une proportion plus élevée de filles que de garçons ont manifesté des comportements d'agressivité sans être victimes d'intimidation (40% c. 33%) alors qu'une plus forte proportion de garçons que de filles ont été victimes d'intimidation sans manifestation de comportement d'agressivité (9% c. 7%). Des résultats comparables pour les garçons et les filles qui ont été victimes d'intimidation et manifestent des comportements d'agressivité sont observés et se situent autour de 28%. Enfin, une proportion significativement plus élevée de garçons que de filles n'ont vécu aucune expérience de violence dans les 12 derniers mois.

Les analyses par niveau scolaire font ressortir deux différences significatives. D'abord, une plus forte proportion de jeunes de 1^{er} cycle ont été victimes d'intimidation et manifestent des comportements d'agressivité (33% c. 25%) que les élèves de 2^e cycle et ensuite, plus d'adolescents de 2^e cycle en proportion ont manifesté des comportements d'agressivité sans être victimes d'intimidation que les élèves de 1^{er} cycle (40% c. 31%).

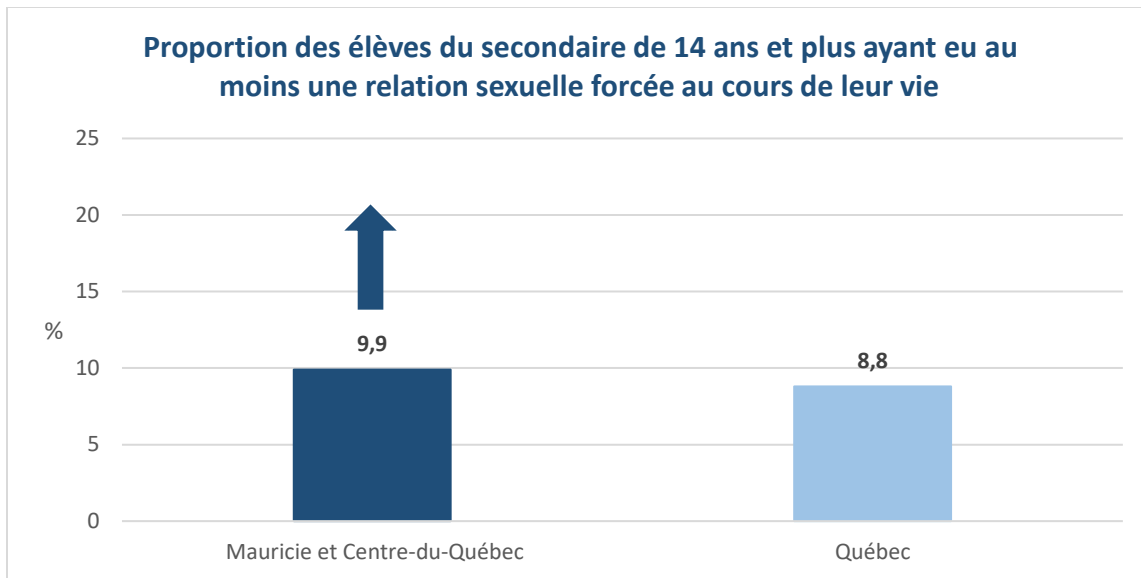
Proportion des élèves du secondaire de 14 ans et plus ayant eu au moins une relation sexuelle forcée au cours de leur vie

Une agression sexuelle est un geste à caractère sexuel, avec ou sans contact physique, commis par un individu sans le consentement de la personne visée par une manipulation affective ou par du chantage. Il s'agit d'un acte visant à assujettir une autre personne à ses propres désirs par un abus de pouvoir, par l'utilisation de la force ou de la contrainte, ou sous la menace implicite ou explicite et porte atteinte aux droits fondamentaux de la personne, notamment à l'intégrité physique et psychologique et à la sécurité (Gouvernement du Québec, 2008).

La violence sexuelle est compliquée à définir pour les adolescents et devient donc difficilement détectable pour la victime et encore plus pour son entourage (Guénette-Robert, 2009). Ainsi, la majorité des agressions sexuelles ne sont pas dévoilées et par conséquent, très peu sont dénoncées à la police. Une agression sexuelle peut engendrer de nombreuses conséquences, à court, moyen et long terme (MSSS, 2003). En effet, les problèmes encourus peuvent être d'ordre physique, psychologique, sexuel, relationnel, économique, social ou familial ou encore des problèmes de dépendance, des frustrations, de l'anxiété ou des troubles de l'alimentation (Institut national de santé publique du Québec, 2017).

Afin de déterminer la proportion des élèves du secondaire de 14 ans et plus ayant eu au moins une relation sexuelle forcée au cours de leur vie, la question suivante est posée : Au cours de ta vie, est-ce que quelqu'un t'a déjà forcé(e) à avoir une relation sexuelle (orale, vaginale ou anale) alors que tu ne voulais pas? Les jeunes doivent répondre par « Oui, un autre jeune », « Oui, un adulte » ou « Non ».

Comme pour l'ensemble du Québec, la proportion des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ayant eu au moins une relation sexuelle forcée au cours de leur vie est d'environ 10%. Ce résultat constitue une augmentation significative par rapport à la proportion de 8% observée en 2016-2017.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Les filles de la région sont plus nombreuses en proportion à avoir subi au moins une relation sexuelle forcée comparativement aux garçons de leur âge (17% c. *3,4%). Aucune différence n'est notée quant au niveau scolaire.

La proportion de chaque RLS de la Mauricie et Centre-du-Québec est comparable à celle de l'ensemble de la province.

Risque de décrochage scolaire

Le décrochage scolaire comporte plusieurs conséquences négatives sur la santé et le fonctionnement familial des jeunes et entraîner des difficultés économiques persistantes (Dupéré et al. 2017; Uppal 2017). En contrepartie, la réussite scolaire est liée au bien-être général et à la santé des jeunes. La présente section traite du risque de décrochage scolaire ainsi que de l'engagement scolaire. Ces dimensions ont été identifiées comme étant les meilleurs prédicteurs du décrochage (Janosz et al., 1997).

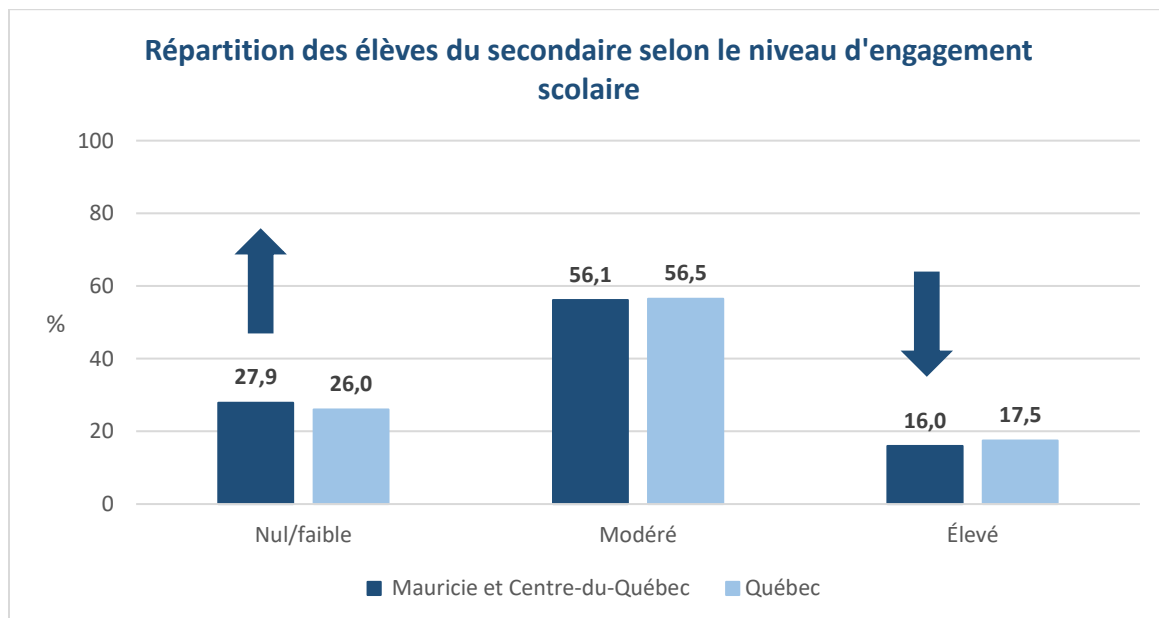
Répartition des élèves du secondaire selon le niveau d'engagement scolaire

Il est démontré que durant l'adolescence, l'engagement et la motivation académique diminuent significativement pour la majorité des jeunes (Archambault et al., 2009). Plus le nombre d'années de retard scolaire est élevé et plus le rendement et l'engagement sont faibles, plus le risque de décrocher sera élevé (Janosz et al., 2007). Ainsi, le niveau d'engagement scolaire est lié au risque de décrochage scolaire.

La mesure utilisée par l'enquête pour évaluer le niveau d'engagement scolaire provient d'une section de l'indice de risque de décrochage scolaire. Celle-ci comprend quatre questions :

- Aimes-tu l'école? (« Je n'aime pas du tout l'école », « Je n'aime pas l'école », « J'aime l'école » ou « J'aime beaucoup l'école »).
- En pensant à tes notes scolaires, comment te classes-tu par rapport aux autres élèves de ton école qui ont ton âge? (« Je suis parmi les moins bons », « Je suis plus faible que la moyenne », « Je suis dans la moyenne », « Je suis plus fort que la moyenne » ou « Je suis parmi les meilleurs »).
- Jusqu'à quel point est-ce important pour toi d'avoir de bonnes notes? (« Pas du tout important », « Assez important », « Important » ou « Très important »).
- Si cela ne dépendait que de toi, jusqu'où aimerais-tu continuer d'aller à l'école plus tard? (« Cela ne me fait rien, ne me dérange pas », « Je ne veux pas terminer le secondaire », « Je veux terminer le secondaire » ou « Je veux terminer le cégep ou l'université »).

Les résultats de l'enquête montrent des proportions régionales similaires à celles de la province. Environ 16% des jeunes du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec présentent un niveau d'engagement scolaire élevé, 56% sont à un niveau modéré et 28% des élèves ont un niveau faible ou nul d'engagement scolaire. Par rapport à 2016-2017, la proportion de jeunes de la région ayant un niveau d'engagement scolaire élevé a diminué (20% c. 16%) tandis que ceux présentant un niveau nul ou faible a augmenté significativement (21% c. 28%).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Les comparaisons par sexe montrent que les filles sont en proportion plus nombreuses que les garçons à se situer à un niveau élevé d'engagement scolaire (19% c. 13%) alors qu'une plus forte proportion de garçons que de filles sont à un niveau faible ou nul (31% c. 24%). Il n'existe aucune différence significative entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle de la région quant aux niveaux d'engagement scolaire.

Les résultats des RLS sont similaires à celui de l'ensemble du Québec.

Répartition des élèves du secondaire selon le niveau à l'indice de risque de décrochage scolaire

Le décrochage scolaire réfère à l'abandon prématuré de l'école, c'est-à-dire lorsqu'un étudiant quitte l'école durant ou après l'année scolaire sans obtenir son diplôme d'études secondaires. Les adolescents qui ne terminent pas leurs études secondaires sont davantage à risque d'avoir des problèmes d'ordre social, économique et sanitaire (Robertson et Colletette, 2005). L'indice de risque de décrochage scolaire est une probabilité qui permet d'ordonner les élèves quant au risque de décrochage, en fonction de leurs caractéristiques.

L'indice de risque de décrochage scolaire est composé de trois sections. Le premier bloc sert à mesurer le rendement scolaire :

- Au cours de cette année scolaire, quelle est la moyenne de tes notes en français (au meilleur de ta connaissance)? Les choix de réponse sont : « 0 à 35% », « 36 à 40% », « 41 à 45% », « 46 à 50% », « 51 à 55% », « 56 à 60% », « 61 à 65% », « 66 à 70% », « 71 à 75% », « 76 à 80% », « 81 à 85% », « 86 à 90% », « 91 à 95% », « 96 à 100% » ou « Je n'ai pas de cours de français ».
- Au cours de cette année scolaire, quelle est la moyenne de tes notes en mathématiques (au meilleur de ta connaissance)? Les choix de réponse sont : « 0 à 35% », « 36 à 40% », « 41 à 45% », « 46 à 50% », « 51 à 55% », « 56 à 60% », « 61 à 65% », « 66 à 70% », « 71 à 75% », « 76 à 80% », « 81 à 85% », « 86 à 90% », « 91 à 95% », « 96 à 100% » ou « Je n'ai pas de cours de mathématiques ».

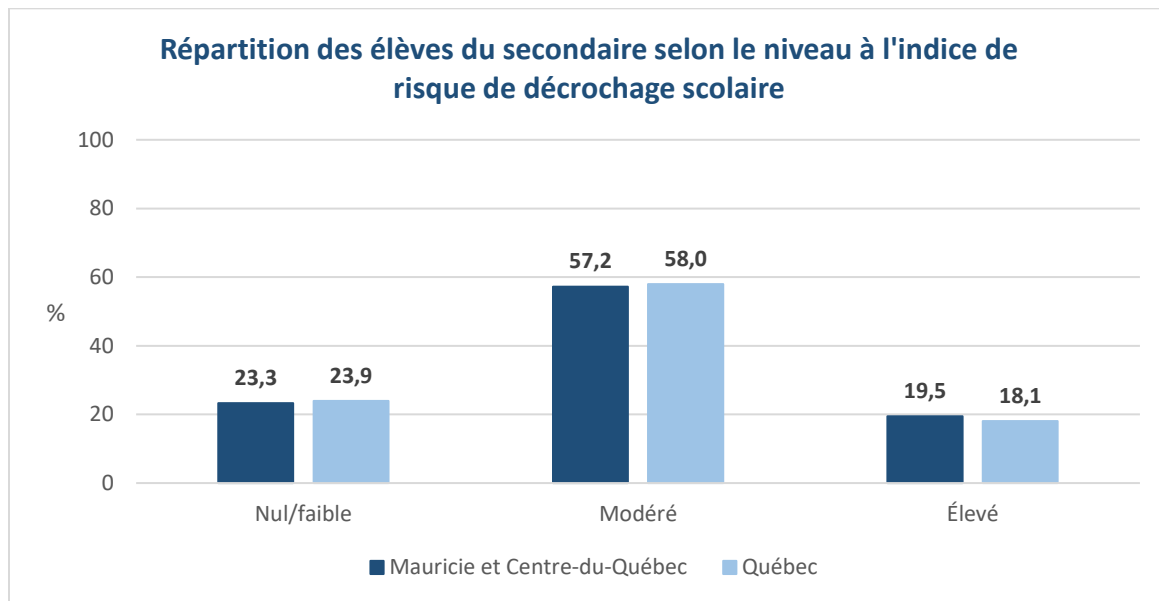
Le deuxième bloc sert à mesurer le retard scolaire :

- As-tu déjà doublé une année scolaire, au primaire ou au secondaire? (« Non », « Oui, une année », « Oui, deux années », « Oui, trois années ou plus »).

Le troisième bloc qui sert à mesurer l'engagement scolaire qui a été décrit à la section précédente.

Les catégories du niveau de risque de décrochage scolaire sont : nul/faible, modéré ou élevé.

Comme pour le niveau d'engagement scolaire, on ne constate aucune différence entre la Mauricie et Centre-du-Québec et l'ensemble du Québec en lien avec l'indice de risque de décrochage scolaire. Plus d'un jeune sur cinq de la région (23%) ne présente aucun risque de décrochage scolaire, 57% d'entre eux ont un niveau de risque modéré et 20%, se situent à un niveau de risque élevé de décrochage scolaire. Les résultats obtenus pour l'édition de 2022-2023 sont comparables à ceux de 2016-2017.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Ce sont les garçons de la région avec un niveau élevé à l'indice de risque de décrochage scolaire qui présentent une proportion supérieure à celle des filles (22% c. 16%). À l'inverse, près de 29% des filles sont au niveau faible ou nul de l'indice comparativement à 19% des garçons. Encore une fois, aucune différence significative n'est décelée quant au niveau scolaire des élèves et l'indice de risque de décrochage scolaire.

On n'observe aucune différence significative entre les RLS de la région et l'ensemble de la province.

Implications

Bien que certaines caractéristiques cognitives et personnelles soient positives pour les jeunes de notre région (la capacité d'autocontrôle, l'efficacité personnelle, la résolution de problèmes) et qu'elles influencent favorablement la santé mentale, cette dernière demeure préoccupante à bien des égards. Une moins bonne santé mentale a des conséquences sur l'estime de soi, sur les capacités cognitives, sur l'engagement et la motivation scolaire, sur les relations avec les autres, sur la réussite éducative et sur les choix de vie futurs. À l'inverse, de saines habitudes de vie et des comportements sains et sécuritaires ont des effets très positifs sur la santé mentale. Puisque ceux-ci sont à travailler chez les jeunes, il y a des gains à aller chercher en termes d'impacts positifs sur la santé mentale.

Les filles sont plus touchées par plusieurs problématiques de santé mentale, à savoir la présence de symptômes d'anxiété, le diagnostic médical de l'anxiété généralisée, la détresse psychologique élevée et l'écoanxiété. Aussi, leur santé mentale a été plus affectée par la pandémie. Elles subissent davantage de violence dans les relations amoureuses et de cyberintimidation et elles sont plus nombreuses à subir des relations sexuelles sans consentement. Leur estime de soi est également plus faible que celles des garçons. Les garçons, quant à eux, présentent davantage de comportements d'agressivité directe et plus d'actes de conduite délinquante. Ils sont plus nombreux à être victime d'intimidation sur le chemin de l'école. Ils présentent davantage un niveau faible d'engagement scolaire et un niveau élevé de risque de décrochage scolaire. Devant ces constats, il est primordial que tous les partenaires, incluant les milieux scolaires, les parents et les communautés, travaillent en collaboration afin d'augmenter la santé mentale positive chez les jeunes de la région. L'offre de services de santé mentale de première ligne en proximité des jeunes est nécessaire et il sera important d'en augmenter l'accessibilité. Les milieux de vie des jeunes doivent être des environnements bienveillants et favorables à une bonne santé mentale. Il faudra redoubler d'efforts pour mettre en œuvre des interventions basées sur les données probantes pour promouvoir la santé mentale positive, allouer les ressources nécessaires de même qu'assurer leur pérennité pour obtenir des résultats. En priorité, l'intervention auprès des familles vulnérables est essentielle car le cumul de défavorisations sociales et économiques a des conséquences importantes sur la santé mentale et l'adaptation sociale.

Il y a également un autre défi à relever : la diplomation des garçons. Le système scolaire actuel est structuré de façon à favoriser l'enseignement auprès des filles. Les garçons et les filles n'apprennent pas de la même façon. Pour favoriser l'engagement et la motivation scolaire de ceux-ci, l'offre d'activités et d'occasions permettant une participation axée sur la prise de responsabilités et la prise de décisions concernant des sujets pertinents pour eux et les amenant à se dépasser, pourrait constituer une avenue prometteuse.

Environnement social

La famille, les amis, l'école et la communauté

Faits saillants pour la Mauricie et Centre-du-Québec

- Près de 43% des élèves ont un niveau élevé de participation significative dans leur environnement familial;
- Trois jeunes sur quatre bénéficient d'un soutien social élevé dans leur environnement familial;
- Environ 36% des adolescents bénéficient d'un niveau élevé de supervision parentale soit 45% des filles et 29% des garçons;
- Au plus, 62% des élèves ont un soutien social élevé de leurs amis, en baisse comparativement à 2016-2017;
- Plus qu'au Québec (14%), c'est 19% des élèves qui présente un niveau élevé de participation significative dans leur environnement scolaire;
- Près de 31% des jeunes du secondaire ont un soutien social élevé dans leur environnement scolaire. Il s'agit d'une diminution par rapport au cycle précédent;
- Un élève sur deux présente un sentiment d'appartenance élevé envers son école, ce qui est plus qu'au Québec mais toutefois à la baisse comparativement à 2016-2017.

La famille, les amis, l'école et la communauté

Il est reconnu que l'environnement social dans lequel évoluent les jeunes joue un rôle important dans leur développement, notamment en tant que facteurs de protection. Ainsi, les jeunes bénéficiant d'un soutien social sont mieux outillés pour affronter les événements stressants (Currie et al., 2012). De plus, la présence de modèles positifs peut leur éviter des expériences ou des comportements néfastes (Austin et al., 2013). L'environnement social favorise également le développement des compétences sociales contribuant à une meilleure santé, au bien-être social et à la réussite éducative (California Healthy Kids Survey, 2003). Enfin, il faut considérer que l'environnement social des jeunes ne se limite pas qu'à la famille, mais aussi aux amis, à l'école et à la communauté.

L'EQSJS s'intéresse au soutien social dont y bénéficient les élèves et à la participation significative dans certains de ces milieux de vie. Le soutien social fait référence au fait d'avoir une personne qui se montre bienveillante envers les jeunes (c'est-à-dire une personne sur qui compter pour recevoir des soins, de l'attention, qui démontre de l'intérêt, qui écoute, qui fournit de l'aide) et qui a des attentes élevées envers eux (c'est-à-dire qui valorise leurs efforts, croit en eux, leur sert de guide et les valide). La participation significative correspond à l'implication de l'élève dans des activités pertinentes et intéressantes, aux responsabilités qui lui sont attribuées et à la contribution qu'il peut y apporter (Hanson et Kim, 2007). La supervision parentale et le sentiment d'appartenance à l'école sont d'autres caractéristiques de l'environnement social (Laprise et al., 2013) abordées, de même que le comportement prosocial des amis.

La participation significative, quant à elle, réfère à l'implication du jeune dans des activités pertinentes qui lui donnent l'opportunité d'y contribuer et d'avoir des responsabilités (Austin et al., 2013). On dit que la participation devient significative lorsqu'elle est facilitée par un adulte plutôt qu'imposée par celui-ci (O'Malley et Amarillas, 2012). D'ailleurs, la réduction des comportements à risque pour la santé est favorisée lorsque l'adolescent se voit confier des responsabilités de valeur et a des opportunités de prise de décision lui permettant de contribuer et d'aider d'autres personnes dans son environnement.

Proportion des élèves du secondaire ayant un niveau élevé de participation significative dans leur environnement familial

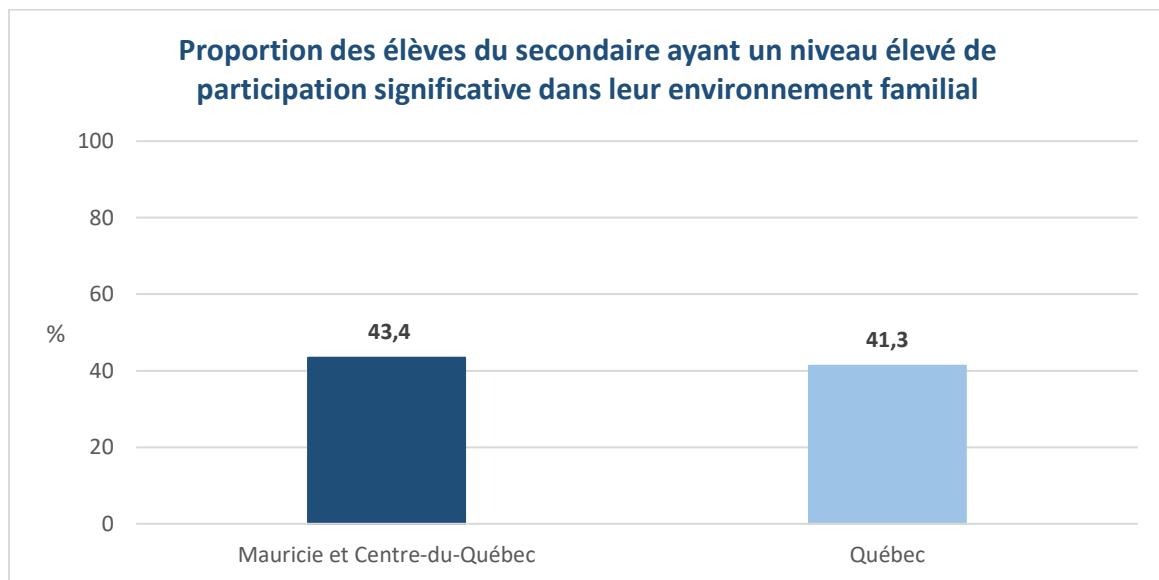
Dans l'environnement familial, le jeune doit être reconnu comme un participant à part entière. La participation aux tâches domestiques, prendre soin d'un frère ou d'une sœur, prendre part aux décisions ou à d'autres aspects de la vie familiale montre les compétences du jeune et lui donne l'impression d'avoir un certain contrôle et d'être autonome (Austin et al., 2013). La participation significative fait partie d'un regroupement d'indicateurs qui mesurent la perception des jeunes au regard du soutien et des occasions de participation qui sont présents dans leur famille. Ces formes de soutien sont associées à des résultats positifs sur les plans de la santé, des relations sociales et de la performance académique.

Pour mesurer la participation significative dans l'environnement familial, l'enquête propose trois énoncés auxquels l'élève doit se prononcer (« Pas du tout vrai », « Un peu vrai », « Assez vrai », « Tout à fait vrai »). À quel point les énoncés suivants à propos de ton environnement familial sont vrais? Chez moi... :

- Je fais des choses amusantes ou je vais à des endroits intéressants avec mes parents ou d'autres adultes.
- Je contribue à améliorer la vie familiale.
- Je participe aux décisions qui se prennent dans ma famille.

Les catégories du niveau de participation significative dans l'environnement familial sont : faible, moyen ou élevé.

Comme au Québec, près de 43% des élèves de la Mauricie et Centre-du-Québec ont un niveau élevé de participation significative dans leur environnement familial. Cette proportion est également comparable à celle obtenue pour l'enquête de 2016-2017.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

La proportion de garçons et de filles de la région qui ont un niveau élevé de participation significative dans leur environnement familial est similaire (43%). Une différence significative est observée entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle. En effet, ceux de 1^{er} cycle ayant un niveau élevé de participation significative dans leur environnement familial sont en proportion plus nombreux que ceux de 2^e cycle (47% c. 41%). Les résultats par RLS sont comparables à ceux de la province.

Proportion des élèves du secondaire ayant un soutien social élevé dans leur environnement familial

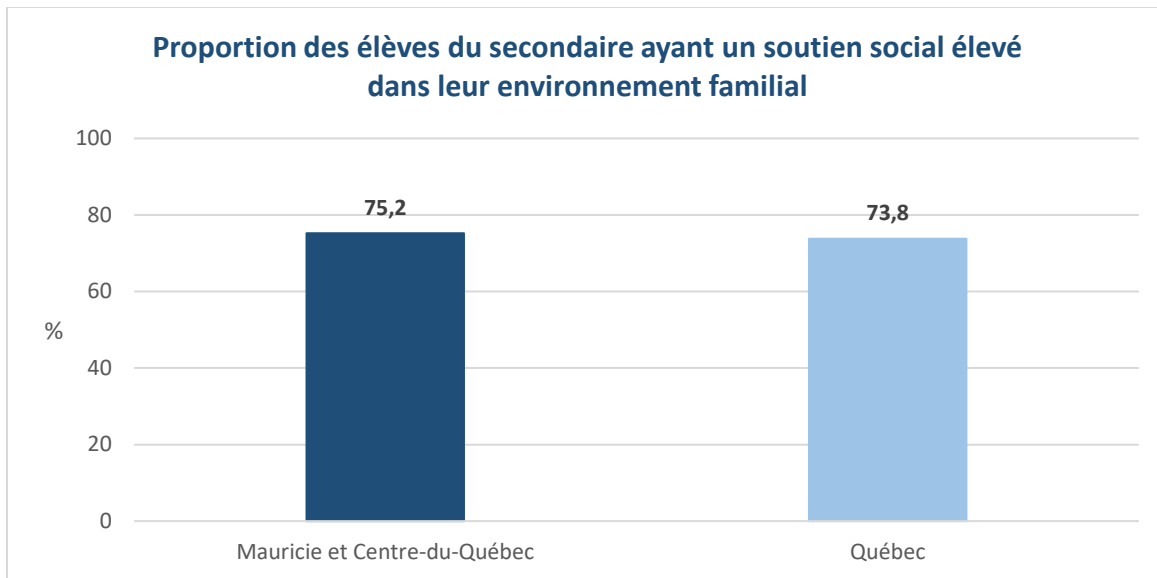
Les relations familiales chaleureuses, définies comme une relation de soutien entre l'adolescent et un membre de la famille lui servant de modèle et qui se préoccupe de son bien-être, sont d'importants facteurs de protection en situation de stress, de défi et de risque (Austin et al., 2013). De plus, les attentes élevées provenant des parents dans un milieu familial sont associées à la performance scolaire et au succès dans la vie. Le jeune apprend ainsi à croire en ses capacités et à élaborer des objectifs et des aspirations futures, un trait important de la résilience. Le soutien social associé à des résultats positifs sur les plans de la santé, des relations sociales et de la performance académique.

Le soutien social élevé dans leur environnement familial est défini à partir de sept énoncés. Les élèves devaient donc se positionner et répondre à la question suivante : À quel point les énoncés suivants à propos de ton environnement familial sont vrais? Chez moi, il y a un parent ou un autre adulte ... :

- SM_G_1_1 qui s'intéresse à mes travaux scolaires.
- SM_G_1_2 qui parle avec moi de mes problèmes.
- SM_G_1_3 qui m'écoute lorsque j'ai quelque chose à dire.
- SM_G_1_4 qui s'attend à ce que je respecte les règlements.
- SM_G_1_5 qui croit que je réussirai.
- SM_G_1_6 qui veut toujours que je fasse de mon mieux.
- SM_G_1_7 qui est affectueux avec moi (me serre dans ses bras, me sourit, m'embrasse).

Les choix de réponse pour ces énoncés sont : « Pas du tout vrai », « Un peu vrai », « Assez vrai » ou « Tout à fait vrai » et les catégories du niveau de soutien social dans l'environnement familial vont de « faible » à « élevé ».

À l'instar des élèves du Québec, trois jeunes sur quatre de la Mauricie et Centre-du-Québec bénéficient d'un soutien social élevé dans leur environnement familial. Cette proportion est comparable à celle enregistrée en 2016-2017.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

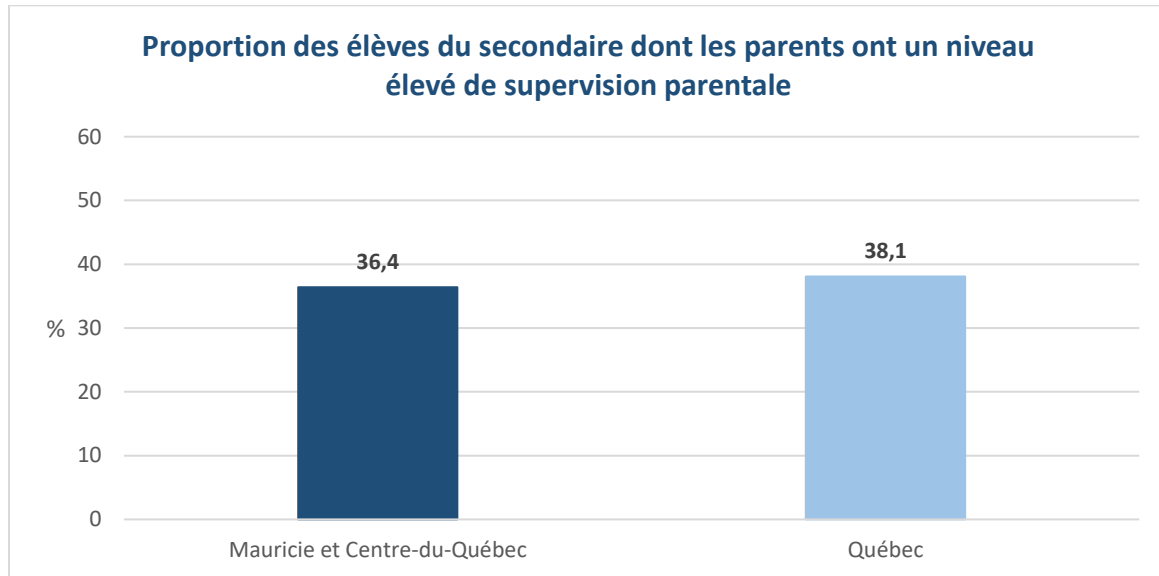
Les garçons de la région affichent une proportion significativement plus élevée que celle des filles (77% c. 73%) tout comme les élèves de 1^{er} cycle comparativement à ceux de 2^e cycle (78% c. 73%).

Aucune différence significative n'est remarquée entre les RLS de la région et l'ensemble du Québec.

Proportion des élèves du secondaire dont les parents ont un niveau élevé de supervision parentale

L'encadrement parental se caractérise par la supervision des allées et des venues des adolescents et par les limites établies. La supervision parentale est considérée comme un facteur de protection contre le décrochage scolaire et est liée à la prévention des comportements déviants comme la délinquance et l'usage des drogues (Potvin et al., 2007). À l'inverse, un niveau faible de supervision parentale a été associé au trouble du comportement chez les adolescents (Deslandes et Cloutier, 2005). Ainsi, l'EQSJS évalue la supervision parentale à partir de deux questions : « Dans la vie de tous les jours, tes parents savent-ils où tu es quand tu es en dehors de la maison? » et « Dans la vie de tous les jours, tes parents savent-ils avec qui tu es quand tu es en dehors de la maison? » Les élèves sont invités à répondre par « Jamais », « À l'occasion », « Souvent » ou « Toujours ». Des niveaux de supervision parentale sont alors composés et vont de « faible » à « élevé ».

Comme au Québec, environ 36% des adolescents de la région bénéficient d'un niveau élevé de supervision parentale. Ce résultat est semblable à celui obtenu lors de l'enquête de 2016-2017.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Près d'une fille sur deux (45%) comparativement à moins d'un garçon sur trois (29%) ont un niveau élevé de supervision parentale. De plus, les élèves de 1^{er} cycle sont proportionnellement plus nombreux que ceux de 2^e cycle (40% c. 33%) à tirer parti d'un niveau élevé de supervision parentale.

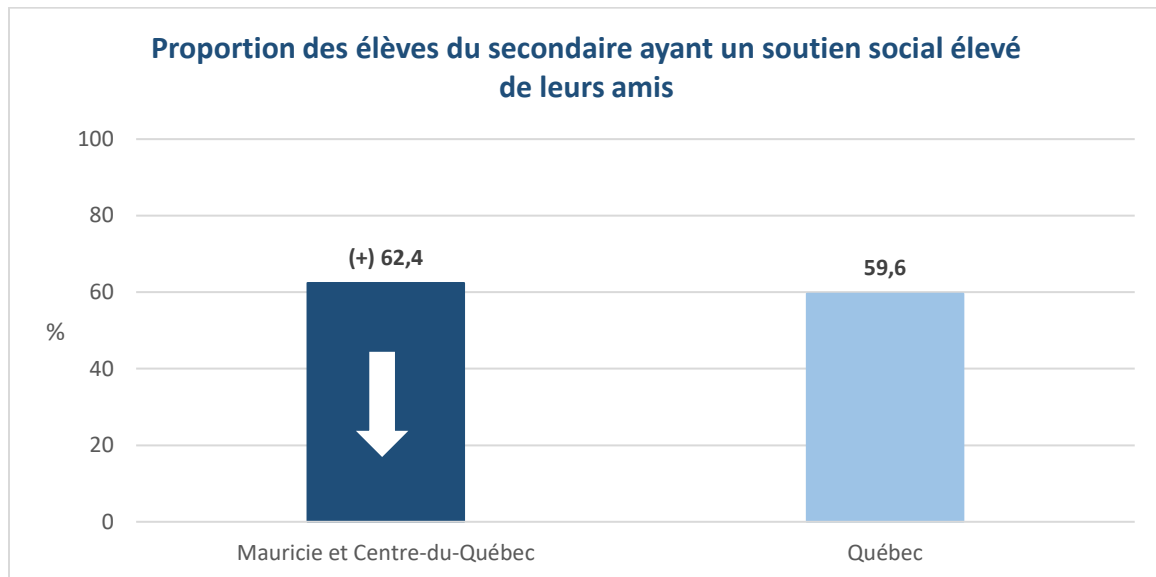
Les proportions obtenues pour les RLS de la région sont comparables à celle de la province.

Proportion des élèves du secondaire ayant un soutien social élevé de leurs amis

L'influence par les amis peut être une force de développement importante. Selon Austin, Bates et Duerr (2013), le pouvoir positif des amis favorise la résilience par la présence de certains facteurs de protection tels que le support des amis et la présence de modèle dans son entourage. Afin de déterminer le niveau de soutien social des amis, les élèves doivent répondre à trois énoncés par « Pas du tout vrai », « Un peu vrai », « Assez vrai » ou « Tout à fait vrai » : J'ai un(e) ami(e) à peu près de mon âge...

- Qui tient vraiment à moi.
- Avec qui je peux parler de mes problèmes.
- Qui m'aide lorsque je traverse une période difficile.

Les résultats obtenus montrent qu'environ 62% des élèves de la Mauricie et Centre-du-Québec ont un soutien social élevé de leurs amis, une donnée significativement plus élevée que celle pour l'ensemble de la province (60%). Cependant, il s'agit d'une baisse de la proportion régionale par rapport à l'enquête de 2016-2017 (71%).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Près de 67% des filles du secondaire de la région ont un soutien social élevé de la part de leurs amis contre 58% des garçons. Il s'agit d'une différence significative. Par contre les proportions d'élèves de 1^{er} et de 2^e cycle bénéficiant d'un soutien social élevé de leurs amis sont comparables.

On n'observe aucune différence entre les résultats par RLS et celui de l'ensemble de la province.

Proportion des élèves du secondaire ayant des amis avec un niveau élevé du comportement prosocial

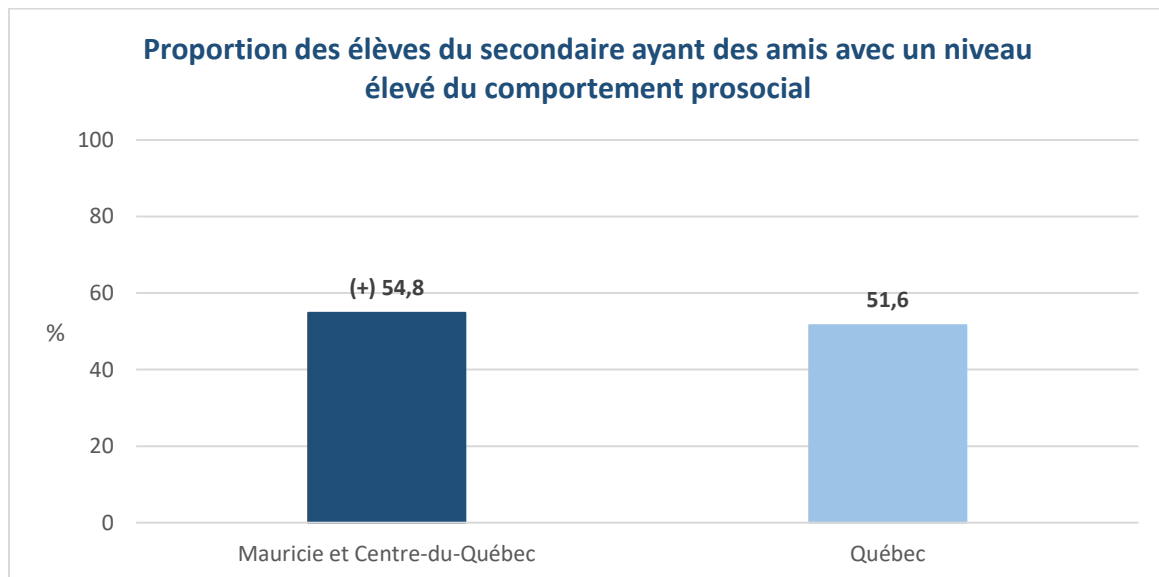
Le comportement prosocial chez les adolescents est en général positivement associé à la réussite scolaire et au développement sain de relations interpersonnelles avec leurs pairs et les membres de leur famille. Les adolescents exercent une influence directe entre eux. L'influence négative ou positive des pairs chez les adolescents est, respectivement, associée aux comportements à risque ou à des facteurs de protection. Par conséquent, avoir des amis avec un comportement prosocial aurait un effet positif sur le comportement des jeunes (Tomé et al., 2012).

Pour déterminer le niveau de comportements prosociaux des amis, l'enquête demande aux élèves de répondre aux énoncés suivants : Mes ami(e)s...

- Courent après les ennuis.
- Essaient de bien agir.
- Réussissent bien à l'école.

Les choix de réponse varient entre « Pas du tout vrai », « Un peu vrai », « Assez vrai » ou « Tout à fait vrai » et les catégories du niveau de comportement prosocial des amis vont de « faible » à « élevé ».

La proportion des jeunes du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec, ayant des amis avec un niveau élevé du comportement prosocial, est significativement plus élevée que celle pour l'ensemble de la province (55% c. 52%), mais ne diffère pas du résultat obtenu en 2016-2017.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Les filles de la région sont en proportion plus nombreuses que les garçons à être entourées d'amis avec un niveau élevé de comportements prosociaux (64% c. 46%) tandis qu'aucune différence significative entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle n'est remarquée.

Quant aux RLS de la région, ceux du Centre-de-la-Mauricie et de Drummond affichent une proportion d'élèves significativement plus haute que celle de l'ensemble du Québec (64% et 59% respectivement contre 52%).

Proportion des élèves du secondaire ayant un niveau élevé de participation significative dans leur environnement scolaire

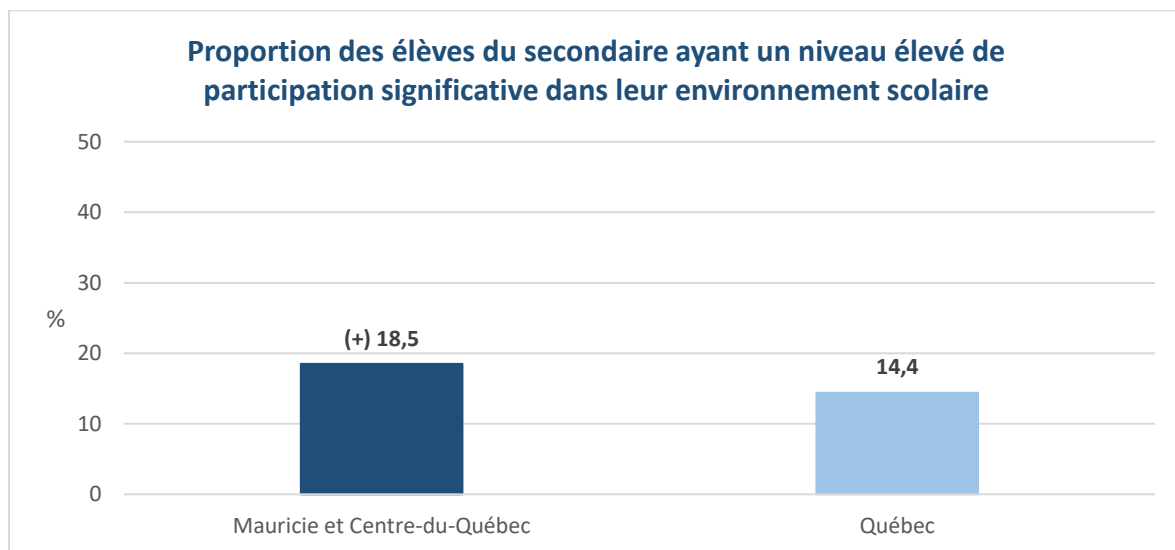
L'école est un des environnements qui peut offrir à l'élève les possibilités de participer de façon significative. Cette participation survient lorsque l'étudiant évolue dans un environnement sécuritaire et qu'il a de saines relations dans ce milieu. Les étudiants se sentent engagés quand ils participent à des décisions pouvant avoir un impact, un trait important de la résilience (O'Malley et Amarillas, 2012).

Pour déterminer la proportion des élèves du secondaire ayant un niveau élevé de participation significative dans leur environnement scolaire, l'EQSJS leur demande de se positionner face aux énoncés suivants : À mon école...

- Je fais des activités intéressantes.
- Je participe aux décisions concernant les activités en classe ou les règlements.
- Je contribue à améliorer la vie scolaire.

Ceux-ci doivent répondre par « Pas du tout vrai », « Un peu vrai », « Assez vrai » ou « Tout à fait vrai » pour les classer dans les catégories faible, moyen ou élevé du niveau de participation significative dans l'environnement scolaire.

Pour la Mauricie et Centre-du-Québec, la proportion des élèves du secondaire ayant un niveau élevé de participation significative dans leur environnement scolaire est significativement plus forte que celle de l'ensemble du Québec (19% c. 14%). Cependant, cette proportion régionale demeure la même que celle recensée pour l'enquête 2016-2017.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Chez les jeunes de la région, environ 21% des filles présentent un niveau élevé de participation significative dans leur environnement scolaire contre 16% des garçons, une différence significative. De plus, les élèves de 1^{er} cycle sont proportionnellement plus nombreux que ceux de 2^e cycle à avoir un niveau élevé de participation significative dans leur environnement scolaire (27% c. 11%).

Trois RLS de la région ont une proportion de jeunes ayant un niveau élevé de participation significative dans leur environnement scolaire significativement plus élevée que la proportion provinciale. Il s'agit de Maskinongé (*19,6%), Trois-Rivières (19%) et Bécancour-Nicolet-Yamaska (*22%).

Proportion des élèves du secondaire ayant un soutien social élevé dans leur environnement scolaire

Une relation de soutien avec un enseignant peut être un des plus puissants motivateurs pour le succès académique. En effet, les jeunes qui se sentaient pris en charge par un professeur et qui ont un sentiment d'appartenance à leur école sont moins prédisposés à des comportements à risque pour la santé et ont de meilleurs résultats scolaires (Austin et al., 2013). L'expression d'attentes de la part des enseignants ou autres adultes de l'école envers les élèves encouragent ceux-ci à suivre les règles, à réussir et à faire de son mieux. Elle permet d'orienter clairement l'élève en créant un sentiment de sécurité et en facilitant le développement, l'autonomie, l'identité et la maîtrise de soi de celui-ci.

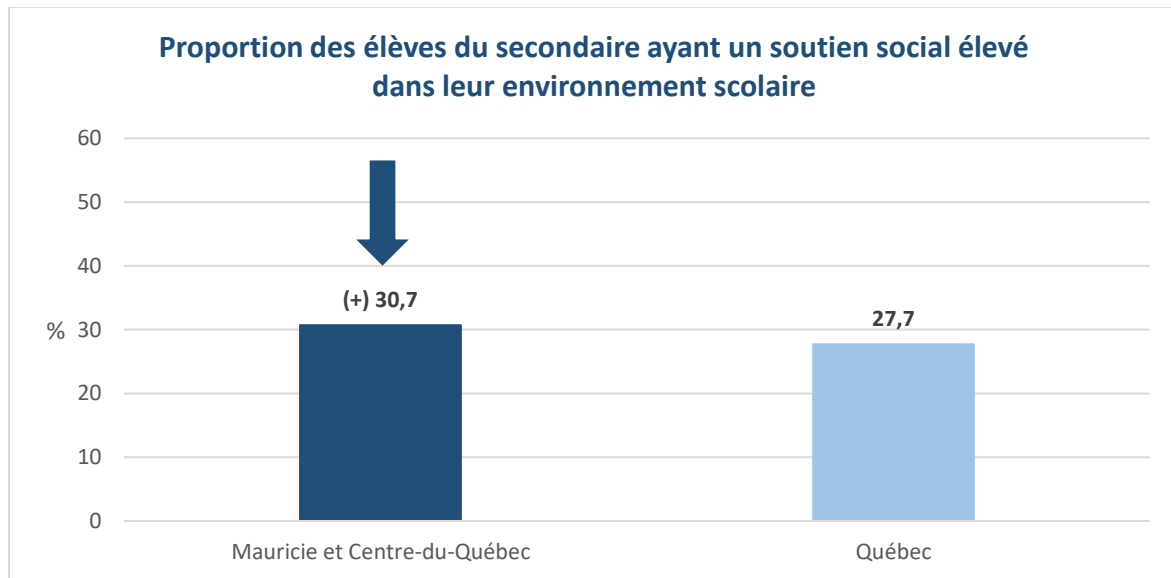
L'enquête s'intéresse donc au niveau de soutien social dont bénéficient les élèves du secondaire dans leur environnement scolaire. Pour se faire, les jeunes doivent mentionner (« Pas du tout vrai », « Un peu vrai », « Assez vrai » ou « Tout à fait vrai ») à quel point les énoncés suivants, à propos de leur environnement scolaire, sont vrais. À mon école, il y a un enseignant ou un autre adulte... :

- Qui se préoccupe vraiment de moi.
- Qui me le dit lorsque je fais du bon travail.
- Qui s'inquiète lorsque je suis absent(e).
- Qui veut toujours que je fasse de mon mieux.
- Qui m'écoute lorsque j'ai quelque chose à dire.
- Qui croit que je réussirai.

Les catégories du niveau de soutien social dans l'environnement scolaire sont soit faible, moyen ou élevé.

Environ 31% des jeunes du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ont un soutien social élevé dans leur environnement scolaire contre 28% des élèves de la province. La

proportion régionale est cependant à la baisse par rapport à 36% qui était noté en 2016-2017.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

On n'observe aucune différence entre les garçons et les filles de la région. Toutefois, une proportion significativement plus élevée de jeunes de 1^{er} cycle a un niveau de soutien social élevé dans leur environnement scolaire comparativement aux élèves de 2^e cycle (35% c. 28%). Les RLS de la région ont des proportions comparables à celle de l'ensemble du Québec.

Proportion des élèves du secondaire ayant un sentiment d'appartenance élevé à leur école

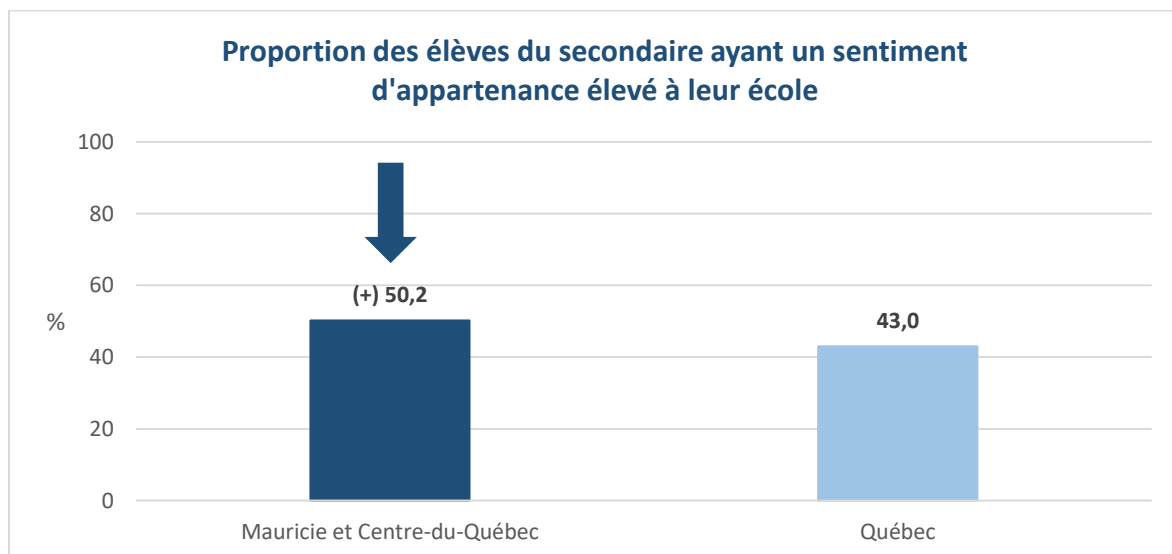
Tous les éléments qui font de l'école un milieu de vie agréable et positif favorisent le développement d'un sentiment d'appartenance vis-à-vis de l'école. Un élève heureux d'aller à l'école le matin pour voir ses amis et ses enseignants développera ce sentiment d'appartenance et il s'y sentira valorisé et soutenu. Le sentiment d'appartenance d'un étudiant à son école est associé au succès académique et à la prévention des comportements à risque tels que l'usage de la cigarette, la consommation de drogue ou d'alcool, la délinquance et le décrochage scolaire (Vaughan et al., 2011). Le sentiment d'appartenance fait partie d'un regroupement d'indicateurs qui mesurent la perception des jeunes au regard du soutien et des occasions de participation qui sont présents dans leurs milieux de vie (école, famille et communauté).

Pour mesurer le sentiment d'appartenance de l'élève envers son école, l'enquête utilise un indicateur construit à partir de cinq énoncés. La question suivante est posée : À quel point es-tu en accord ou en désaccord avec les énoncés suivants à propos de ton école?

- Je me sens proche des personnes dans cette école.
- Je suis heureux(se) de fréquenter cette école.
- Je sens que je fais partie de cette école.
- Les enseignants de cette école traitent les élèves de manière équitable.
- Je me sens en sécurité dans mon école.

Les élèves pouvaient répondre par « Fortement en désaccord », « En désaccord », « Ni en accord ni en désaccord », « En accord » ou « Fortement en accord ». Les catégories du niveau d'appartenance à son école sont : faible, moyen ou élevé.

Un élève sur deux de la Mauricie et Centre-du-Québec présente un sentiment d'appartenance élevé envers son école, une proportion significativement supérieure à celle remarquée pour l'ensemble de la province (50% c. 43%). Cependant, la proportion régionale est à la baisse par rapport à l'enquête de 2016-2017 alors qu'elle était de 63%.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Les données concernant les garçons et les filles du secondaire de la région, quant au sentiment d'appartenance élevé envers l'école sont similaires et tournent autour de 50%. Toutefois, une différence significative est observée entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle. En effet, la proportion des jeunes de 1^{er} cycle ayant un sentiment d'appartenance élevé est supérieure à celle des jeunes de 2^e cycle (54% c. 47%).

Les RLS de Trois-Rivières (54%), Bécancour-Nicolet-Yamaska (52%) et Drummond (50%) ont une proportion d'élèves, avec un sentiment d'appartenance élevé envers leur école, supérieure à celle de la province.

Proportion des élèves du secondaire ayant un niveau élevé de participation significative dans leur environnement communautaire

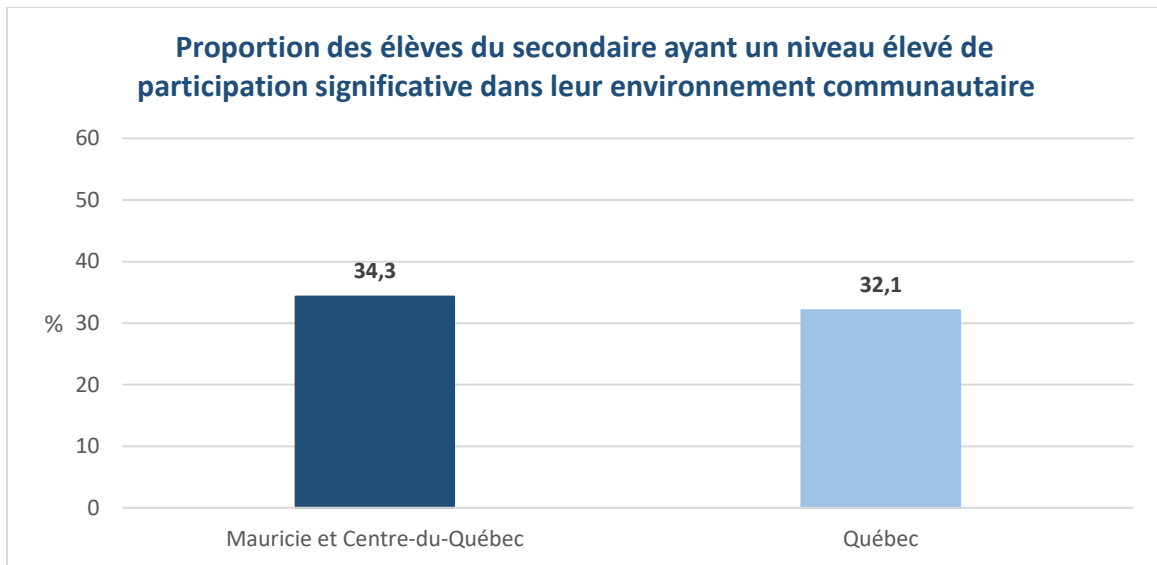
De nombreuses preuves démontrent que les jeunes impliqués dans des activités dirigées par des adultes manifestent une meilleure adaptation que ceux qui n'ont pas ces occasions. Des attentes élevées envers les jeunes entraînent la création d'opportunités pour eux de devenir des membres actifs et des leaders de leur communauté. Les activités structurées, en particulier, favorisent la santé mentale et le bien-être des jeunes. La coordination des efforts des divers acteurs de la communauté (ex. : employeurs, leaders de la communauté, familles, enseignants) contribuerait à l'efficacité de ce type d'action auprès des jeunes (Brown et al., 2009). La réduction des comportements à risque pour la santé est favorisée lorsque l'adolescent se voit confier des responsabilités importantes et a des opportunités de prise de décision permettant de contribuer et d'aider d'autres personnes dans son milieu (Austin et al., 2010).

L'indicateur est construit à partir de trois énoncés découlant de la question suivante : À l'extérieur de chez moi et de mon école...

- Je fais partie d'un club, d'une équipe sportive, d'un groupe à l'église ou autre lieu de culte ou d'une autre activité de groupe
- Je participe à des activités musicales, artistiques, littéraires, sportives ou à d'autres loisirs
- J'aide d'autres personnes.

Les choix de réponse pour ces questions sont : « Pas du tout vrai », « Un peu vrai », « Assez vrai » et « Tout à fait vrai » et permet de classer les adolescents selon le niveau de participation significative dans l'environnement communautaire (faible, moyen ou élevé).

Les résultats obtenus montrent que 34% des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ont un niveau élevé de participation significative dans leur environnement communautaire, une donnée similaire à celle de l'ensemble du Québec. Par ailleurs, la proportion de la région enregistrée en 2022-2023 est comparable à celle notée en 2016-2017.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Environ 33% des garçons et 36% des filles du secondaire de la région ont un niveau élevé de participation significative dans leur environnement communautaire. Des proportions semblables sont également retrouvées chez les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle.

Aucune différence significative n'apparaît entre les RLS de la région et la province n'apparaît.

Proportion des élèves du secondaire ayant un soutien social élevé dans leur environnement communautaire

L'isolement social à un jeune âge est associé à des résultats scolaires moindres, un niveau socio-économique plus faible et divers problèmes de santé comme le tabagisme, l'obésité ou la détresse (Durcan et Bell, 2015). Inversement, les jeunes qui ont l'occasion de participer à la vie sociale de leur communauté et de façonner des relations significatives avec des adultes sont, en quelque sorte, avantagés sur ces différents aspects. Par ailleurs, la cohésion au sein de l'environnement social des jeunes peut favoriser une vision plus positive de ces derniers dans leur communauté (Egan et al., 2012).

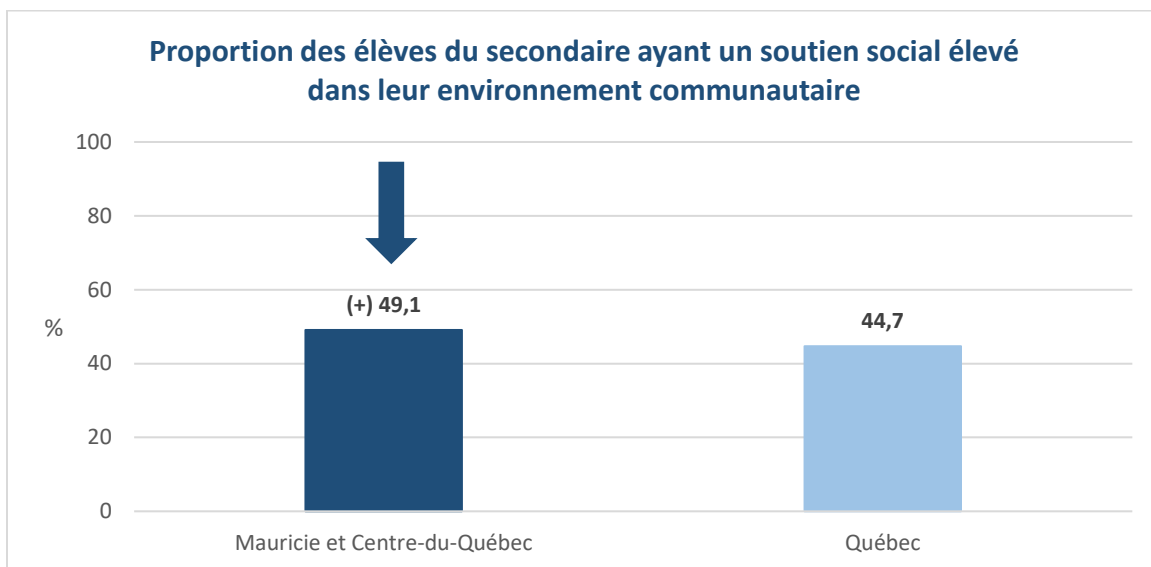
L'EQSJS évalue le niveau de soutien social des élèves du secondaire dans leur environnement communautaire à partir de six énoncés en lien avec la question suivante : À l'extérieur de chez moi et de mon école, il y a un adulte...

- Qui se préoccupe vraiment de moi.
- Qui me dit lorsque je fais un bon travail.

- Qui s'en aperçoit quand quelque chose me préoccupe.
- Qui croit que je réussirai.
- Qui veut toujours que je fasse de mon mieux.
- En qui j'ai confiance.

Les élèves avaient à répondre par « Pas du tout vrai » « Un peu vrai », « Assez vrai » ou « Tout à fait vrai » et les niveaux de soutien social dans l'environnement communautaire sont soit faible, moyen ou élevé.

Comparativement à l'ensemble du Québec, la proportion de jeunes du secondaire de la région avec un soutien social élevé dans leur environnement communautaire est significativement supérieure (49% c. 45%). Par contre, la proportion régionale est en diminution par rapport à l'enquête de 2016-2017 qui était de 54%.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

On trouve également un garçon sur deux et une fille sur deux de la Mauricie et Centre-du-Québec avec un niveau élevé de soutien social au sein de sa communauté. Environ 52% des élèves de 1^{er} cycle contre 47% des élèves de 2^e cycle ont un niveau de soutien social élevé dans leur environnement communautaire.

Aussi, quatre RLS de la région se distinguent de la province avec une proportion supérieure de jeunes ayant un niveau élevé de soutien social de sa communauté. Il s'agit du Haut-Saint-Mauricie (53%), de la Vallée-de-la-Batiscan (53%), de Maskinongé (53%) et de Trois-Rivières (50%).

Implications

Le sentiment d'appartenance à son école, le soutien social par un adulte de l'école ainsi que la participation significative des jeunes du secondaire de la Mauricie et du Centre-du-Québec sont faibles et en baisse depuis la dernière enquête. Il s'agit donc d'un défi important à relever puisque ces aspects augmentent, entre autres, l'engagement et la réussite scolaire et qui sont particulièrement à travailler chez les garçons. Ces éléments pourraient être adressés avec les organismes régionaux afin d'offrir aux jeunes, en collaboration avec le milieu scolaire, des projets stimulants qui engagent la responsabilité des jeunes et la participation à la prise de décisions.

Aussi, il est important que le milieu scolaire travaille en collaboration avec les familles et la communauté afin d'inciter les jeunes à s'impliquer davantage dans son milieu, d'autant plus dans les communautés vulnérables. Il est essentiel de travailler avec les parents afin de développer leurs habiletés parentales, d'augmenter leurs compétences afin de devenir des modèles positifs étant donné qu'une part importante des adolescents ne reçoivent peu ou pas de supervision parentale. L'encadrement parental s'avère être un facteur de protection au décrochage scolaire et est associé à la prévention de comportements déviants et délinquants.

Expérience de travail et blessures liées à l'emploi

Expérience de travail

Blessures liées à l'emploi

Faits saillants pour la Mauricie et Centre-du-Québec

- Près de 66% des élèves occupent un emploi durant l'année scolaire comparativement à 51% des jeunes dans l'ensemble du Québec;
- Les filles de la région sont en proportion plus nombreuses que les garçons à occuper un emploi pendant l'année scolaire (69% c. 63%) tout comme les élèves de 2e cycle par rapport à ceux de 1er cycle (74% c. 56%);
- Les élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec occupant un emploi durant l'année scolaire ont tendance à faire plus d'heures de travail que les élèves de l'ensemble de la province;
- Environ 29% des élèves du secondaire ont déjà été blessés au travail dans leur emploi principal, une augmentation par rapport à 2016-2017;
- Près de 72% des jeunes travaillant pour un employeur ou pour l'entreprise familiale ont reçu des consignes ou une formation sur la sécurité ou les dangers au travail afin d'éviter les blessures.

Expérience de travail

Au cours des dernières années, de plus en plus de jeunes concilient études et travail. D'un côté, le fait de travailler permet aux jeunes de se valoriser, de développer des compétences et d'acquérir des connaissances, de développer le sens des responsabilités, d'avoir de l'autonomie financière ainsi que de se familiariser avec le marché de l'emploi (RQRE, 2023; Greve et Seidel, 2014). D'un autre côté, des études soulignent que le fait de travailler peut entraîner des répercussions négatives et importantes sur la scolarisation des jeunes (Bélanger, 2023). Malgré le manque de consensus sur le seuil critique du nombre d'heures de travaillé par semaine pendant l'année scolaire, on constate qu'un nombre élevé d'heures de travail pendant les études est lié à un plus grand risque de décrochage scolaire, au manque de sommeil et à la détresse psychologique (Bushnik, 2003). Voici donc les raisons pour lesquelles l'EQSJS s'intéresse à l'expérience de travail chez les élèves du secondaire.

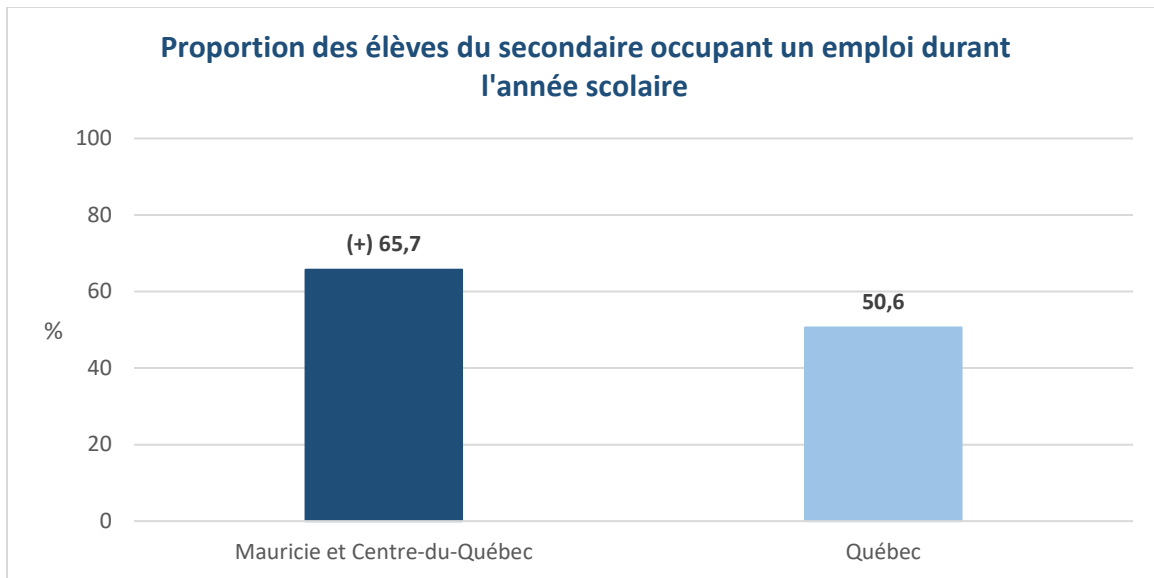
Proportion des élèves du secondaire occupant un emploi durant l'année scolaire

Pour les jeunes, le travail peut contribuer à développer l'autonomie, l'apprentissage de la gestion efficace du temps et le sens des responsabilités (Mortimer et al., 2002). Toutefois, plusieurs études le remettent en cause puisqu'il peut être associé à l'échec ou au décrochage scolaire. Il peut également avoir un effet néfaste sur la santé des jeunes dépendamment du nombre d'heures travaillées par semaine.

Dans un premier temps, l'enquête cherche à connaître la proportion d'élèves qui occupe un emploi durant l'année scolaire. L'indicateur est construit à partir de quatre énoncés sur le travail mais qui n'inclut pas les tâches ménagères faites à la maison pour de l'argent de poche. À la question suivante, les élèves sont invités à répondre par « Oui » ou « Non » : Actuellement, travailles-tu...

- Pour l'entreprise familiale en étant payé? À la ferme familiale ou dans l'entreprise de ta famille : au dépanneur, à la clinique ou au bureau à la maison, etc.
- Pour l'entreprise familiale sans être payé? À la ferme familiale ou dans l'entreprise de ta famille : au dépanneur, à la clinique ou au bureau à la maison, etc.
- Pour un employeur en étant payé? Dans un magasin, un restaurant, le département des sports et des loisirs (ou de la culture) d'une ville, etc.
- À faire des petits travaux en étant payé? Garder des enfants, tondre la pelouse d'un voisin, aide aux devoirs, etc.

Pour la Mauricie et Centre-du-Québec, près de 66% des élèves occupent un emploi durant l'année scolaire comparativement à 51% des jeunes dans l'ensemble du Québec. Cette donnée régionale est demeurée stable dans le temps.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Les filles de la région sont en proportion plus nombreuses que les garçons à occuper un emploi pendant l'année scolaire (69% c. 63%) tout comme les élèves de 2^e cycle par rapport à ceux de 1^{er} cycle (74% c. 56%).

À l'instar de la région, tous les RLS de la Mauricie et Centre-du-Québec présentent une proportion de jeunes occupant un emploi durant l'année scolaire significativement plus élevée que celle de l'ensemble de la province. Le RLS de Maskinongé est celui où l'on retrouve en proportion le plus grand nombre d'élèves qui travaillent durant l'année scolaire avec 73%. Il est suivi de Bécancour-Nicolet-Yamaska et d'Arthabaska-de l'Érable avec 72% respectivement.

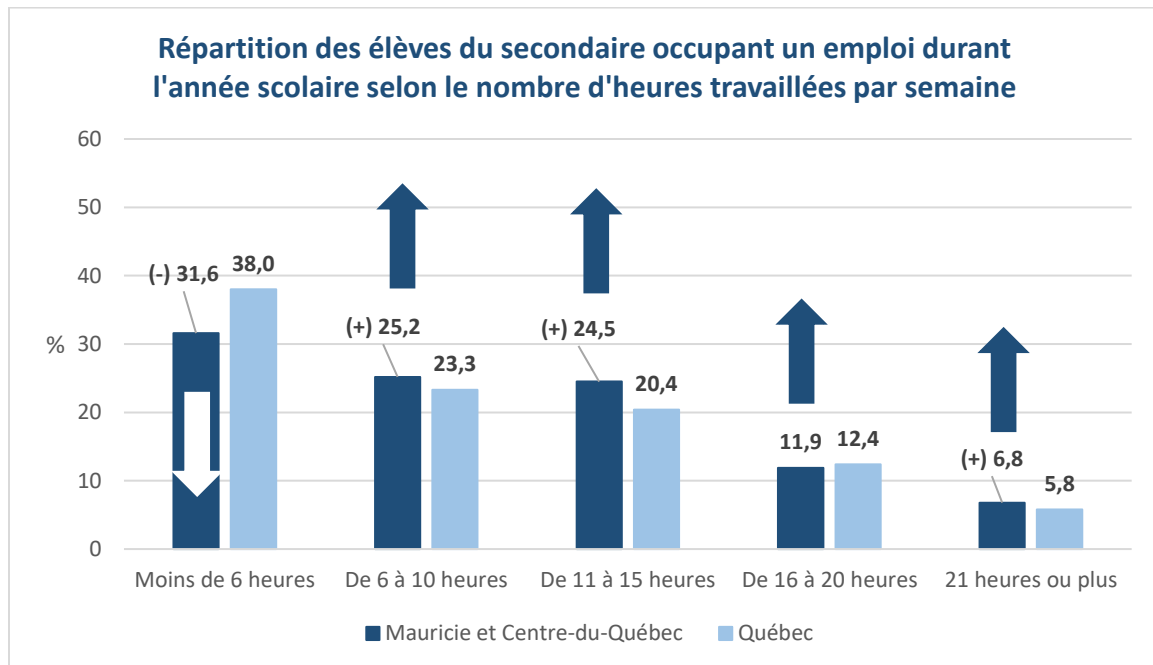
Répartition des élèves du secondaire occupant un emploi durant l'année scolaire selon le nombre d'heures travaillées par semaine

Dans un second temps, le nombre d'heures travaillées par un élève constitue un facteur de risque puisqu'il peut affecter la performance scolaire, augmenter le niveau de stress et de détresse psychologique et rendre la durée de sommeil plus courte (Dumont, 2007; Gaudreault et al., 2015). Les élèves qui occupent un emploi durant l'année scolaire sont donc invités à mentionner le nombre d'heures travaillées par semaine parmi les choix de réponse suivants : moins de 6 heures, de 6 à 10 heures, de 11 à 15 heures, de 16 à 20 heures, 21 heures ou plus.

L'analyse des données montrent que les élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec occupant un emploi durant l'année scolaire ont tendance à faire plus d'heures de travail que les élèves de l'ensemble de la province. En effet, la proportion des jeunes

de la région qui travaillent de 11 à 15 heures et 21 heures et plus est significativement supérieure à celle du Québec (25% c. 20% et 7% c. 6% respectivement) et par conséquent, celle des élèves de la région qui travaillent moins de 6 heures par semaine durant l'année scolaire est inférieure à celle de l'ensemble de la province (32% c. 38%).

En ce qui concerne les élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec, on remarque une baisse de la proportion de ceux travaillant moins de 6 heures par semaine depuis 2016-2017 (51% c. 32%) ce qui entraîne une augmentation dans les autres tranches d'heures travaillées. Ainsi, la proportion d'élèves qui travaillent de 6 à 10 heures par semaine est passée de 21% à 25%, de 15% à 25% chez ceux travaillant de 11 à 15 heures, de 10% à 12% pour ceux qui travaillent de 16 à 20 heures et de 4,7% à 7% pour les élèves qui font 21 heures ou plus dans un emploi durant l'année scolaire.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Des proportions significativement différentes sont observées entre les filles et les garçons de la région. Les filles sont proportionnellement plus nombreuses à travailler moins de 6 heures (34% c. 29%) et de 6 à 10 heures par semaine (27% c. 23%), mais moins nombreuses que les garçons à travailler 21 heures ou plus (4,5% c. 9%). Quant au niveau scolaire, une proportion plus élevée de jeunes de 1^{er} cycle travaille moins de 6 heures (53% c. 19%) tandis que les élèves de 2^e cycle font significativement plus d'heures dans l'emploi qu'ils occupent (27% c. 23% pour 6 à 10 heures, 31% c. 13% pour 11 à 15 heures, 16% c. 5% pour 16 à 20 heures et 7% c. 6% pour 21 heures et plus).

On observe, pour certains RLS de la Mauricie et Centre-du-Québec, des différences significatives par rapport à l'ensemble du Québec. En effet, des proportions plus élevées de jeunes du secondaire de la région qui travaillent entre 6 et 10 heures par semaine que ceux dans la province (23%) sont notées dans les RLS de la Vallée-de-la-Batiscan (31%), de Maskinongé (32%), de Drummond (28%) et d'Arthabaska-de l'Érable (28%). Également, des proportions plus élevées d'adolescents du secondaire travaillant de 11 à 15 heures par semaine sont remarquées dans les RLS de Maskinongé (26%), Bécancour-Nicolet-Yamaska (26%) et Arthabaska-de l'Érable (30%) comparativement à la proportion provinciale (20%). Enfin, plus d'élèves, en proportion, du Haut-Saint-Maurice (*9%) et de la Vallée-de-la-Batiscan (*10%) travaillent 21 heures et plus par semaine contrairement à ceux de l'ensemble du Québec (6%).

Blessures liées à l'emploi

Les jeunes travailleurs et travailleuses sont plus susceptibles de se blesser au travail puisque que, généralement, les postes qu'ils ou elles occupent comprennent plus de risques. Les contraintes d'organisation (ex. : faible rémunération, horaire irrégulier) combinées aux contraintes physiques (ex. : travail répétitif, manutention de charges lourdes) peuvent augmenter les chances de se blesser au travail (Godin et al., 2009). Par ailleurs, le risque d'accident est particulièrement élevé en début d'emploi car les personnes nouvellement en emploi disposent de peu de connaissances sur les risques et sur les méthodes de travail sécuritaires liés à leur nouveau travail (ou nouvelles tâches) (CNESST, 2023).

Souvent, c'est le manque de formation sur la sécurité au travail en début d'emploi qui accroît les risques de blessures. Pourtant, l'article 51 de la Loi sur la santé et la sécurité du travail stipule qu'un employeur a l'obligation légale d'informer correctement le travailleur ou la travailleuse sur les risques liés à son travail et de lui fournir la formation, l'entraînement et la supervision adéquate afin d'avoir l'habileté et les connaissances requises pour accomplir de façon sécuritaire le travail confié (Québec, 2023). L'enquête tente donc de déterminer si les élèves du secondaire bénéficient de la formation nécessaire sur la sécurité et les dangers liés au travail afin d'éviter les blessures et si ces derniers subissent des blessures dans le cadre d'un travail chez un employeur ou au sein de l'entreprise familiale.

Proportion des élèves du secondaire qui ont déjà été blessés au travail dans leur emploi principal, parmi ceux travaillant pour un employeur ou pour l'entreprise familiale

Certaines études sur les accidents de travail chez les jeunes démontrent qu'ils sont plus à risque d'accident de travail en raison du type d'emploi et ses caractéristiques, de la forte présence de contraintes physiques au travail, le manque de formation et la forte mobilité en emploi des jeunes (Godin et al., 2009; Gervais et al., 2006). La définition de blessure

utilisée dans cette enquête ne réfère pas à la définition d'accident de travail généralement utilisée en santé au travail. Pour évaluer la proportion, l'EQSJS pose cette simple question : As-tu déjà été blessé(e) en faisant ce travail? L'élève doit répondre par « Oui » ou « Non ».

Une proportion d'environ 29% des élèves du secondaire de la région ont déjà été blessés au travail dans leur emploi principal. Il s'agit d'une proportion similaire à celle pour l'ensemble des jeunes du Québec. Cette proportion pour la Mauricie et Centre-du-Québec est en augmentation significative en comparaison de la proportion enregistrée lors de l'enquête de 2016-2017 (29% c. 22%). En proportion, plus de garçons que de filles de la région ont déjà été blessés au travail dans leur emploi principal (33% c. 25%) tandis qu'aucune différence significative n'est remarquée entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle.

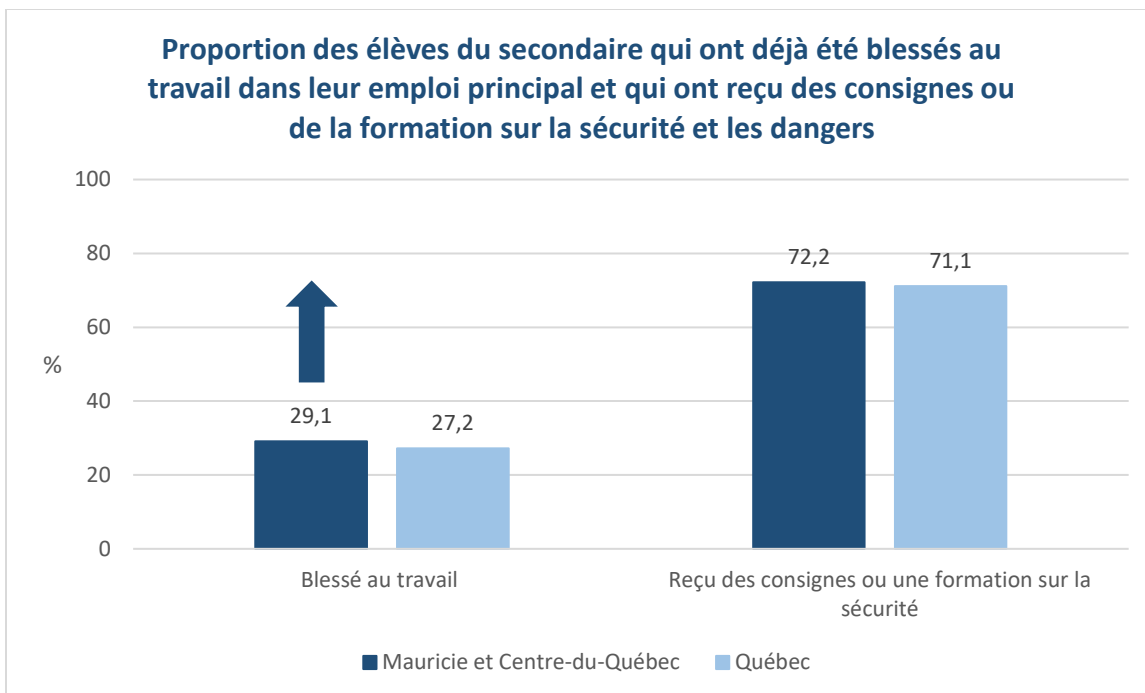
Il ne ressort aucune différence entre la proportion d'élèves ayant été blessés au travail pour chacun des RLS et celle de la province.

Proportion des élèves du secondaire travaillant pour un employeur ou pour l'entreprise familiale qui ont reçu des consignes ou une formation sur la sécurité ou les dangers au travail afin d'éviter les blessures

Afin de déterminer si les élèves ont reçu des consignes ou une formation sur la sécurité ou les dangers au travail afin d'éviter les blessures, ils sont invités à répondre par oui ou non à la question suivante : À cet emploi, as-tu reçu des consignes (verbales ou écrites) ou une formation sur la sécurité ou les dangers au travail pour éviter que tu ne te blesses?

Comme au Québec, environ 72% des élèves du secondaire de la région travaillant pour un employeur ou pour l'entreprise familiale ont reçu des consignes ou une formation sur la sécurité ou les dangers au travail afin d'éviter les blessures. Il s'agit d'une proportion comparable à celle obtenue lors de l'enquête de 2016-2017. Une proportion semblable est notée pour les garçons et les filles de la Mauricie et Centre-du-Québec tandis que plus d'élèves de 2^e cycle que de 1^{er} cycle ont bénéficié de consignes de sécurité et ont été mis au courant des dangers liés à l'emploi (74% c. 69%).

En ce qui a trait aux RLS de la région, ils présentent tous une proportion similaire à celle de l'Ensemble du Québec.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Implications

Les jeunes du secondaire de la région travaillent plus d'heures par semaine que ceux de la province et les garçons passent davantage de temps au travail que les filles. Il est vrai que l'expérience de travail amène plusieurs avantages pour les adolescents. Cependant, cette expérience peut entraîner des effets négatifs si on y consacre plusieurs heures par semaine. Il est montré que le travail durant les études peut avoir un impact important sur le décrochage scolaire, sur l'engagement scolaire, sur les fonctions cognitives telles que la mémoire, l'attention et la concentration qui sont essentielles à la réussite académique, sur la santé psychologique et les habitudes de vie (alimentation, activité physique, sommeil, etc.). Toutes seules, ces problématiques sont déjà préoccupantes dans notre région. Associées au travail, elles le sont davantage. Ainsi, une réflexion sociétale devrait se faire concernant la place et l'importance du travail chez les jeunes. Est-ce qu'ils travaillent pour s'offrir des biens de consommation ou le font-ils pour aider leur famille à subvenir à leurs besoins? Il n'y a pas d'informations à ce sujet pour le moment.

Enfin, les employeurs devraient être plus sensibiliser au fait de bien former les jeunes qu'ils embauchent puisque seulement un jeune sur trois bénéficie d'une formation et que les blessures liées au travail chez les adolescents de la région ont augmenté depuis la dernière enquête.

Impact de la COVID-19

Effets de la pandémie sur différentes sphères de la vie

Faits saillants pour la Mauricie et Centre-du-Québec

- Environ 46% des élèves du secondaire mentionnent que leur expérience d'apprentissage à l'école est demeurée stable tandis que pour 41% d'entre eux, elle s'est détériorée;
- Pour un élève sur cinq, les relations avec leur famille se sont détériorées en raison de la pandémie (27% des filles et 15% des garçons);
- Près d'un jeune sur quatre affirme que les relations avec leurs amis se sont améliorées (27% des filles et 20% des garçons);
- Près de 39% des élèves du secondaire ont la perception que leur santé mentale s'est détériorée. C'est plus d'une fille sur deux contrairement à un garçon sur quatre;
- Moins qu'au Québec (33%), une proportion de 29% des adolescents ont la perception que leurs habitudes alimentaires se sont détériorées (38% des filles et 20% des garçons);
- Pour près d'un élève sur deux de la Mauricie et Centre-du-Québec (47%), la pandémie n'a eu aucun impact sur la qualité du sommeil comparativement à 43% des jeunes de la province;
- Environ 39% des élèves ont l'impression d'avoir diminué la pratique de leurs activités physique en raison de la pandémie tandis que près de 28% l'ont augmenté;
- Près de 69% des jeunes ont augmenté le temps passé sur les écrans en raison de la pandémie.

Effets de la pandémie sur différentes sphères de la vie

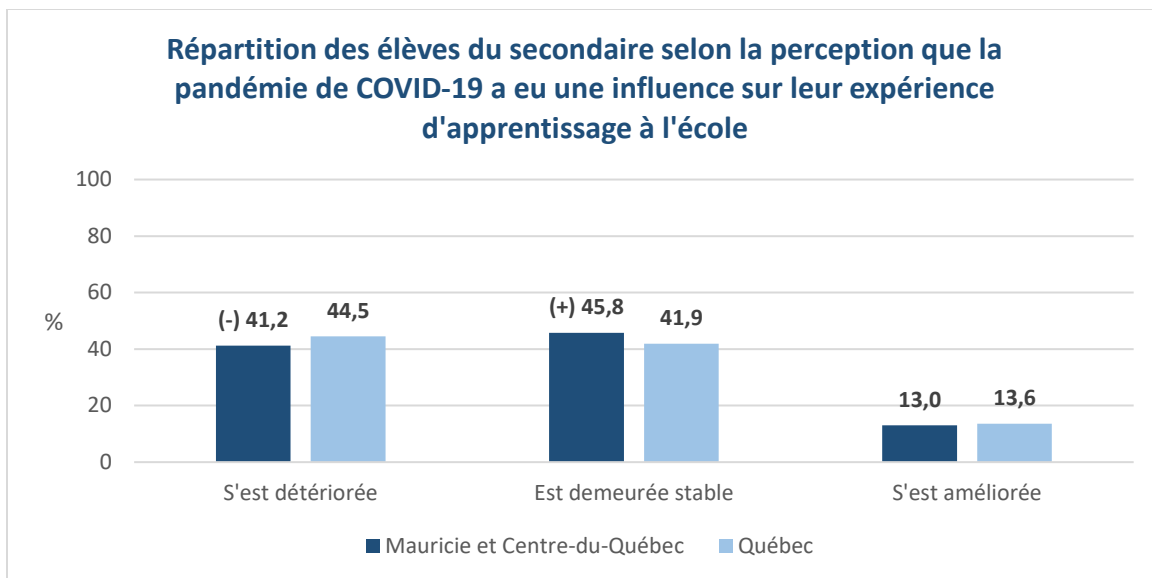
Au déclenchement de la pandémie de COVID-19 par l'Organisation mondiale de la santé en mars 2020, une série de mesures de santé publique, visant à contrôler et à ralentir la progression du virus, ont été instaurées au Québec : la distanciation physique et sociale, le confinement, la fermeture des lieux publics, des écoles, des commerces, des services non essentiels et des frontières, l'école à distance, le port du masque, le couvre-feu, etc. Ces mesures ont été efficaces pour limiter la propagation du virus, les hospitalisations et le nombre de décès, mais la pandémie et les mesures ont entraîné des conséquences comme l'isolement social, les tensions familiales et la détérioration cognitive et psychologique liée à la perte des activités de stimulation (MSSS, 2022).

De nombreuses recensions d'articles scientifiques publiés partout dans le monde font état des effets négatifs de la pandémie et des mesures de santé publique sur les adolescents. On parle d'une diminution de la performance scolaire, d'une baisse de la pratique d'activité physique et une augmentation du temps consacré aux écrans (Madigan et al., 2022; Neville et al., 2022; Panagouli et al., 2021). Cette section de l'enquête s'intéresse à la perception des jeunes sur les effets que la pandémie de COVID-19 a pu avoir sur certains aspects de leur vie. Plus particulièrement, l'intérêt porte sur l'expérience d'apprentissage à l'école, les relations familiales, les relations avec leurs amis, la santé mentale, l'alimentation, la qualité du sommeil, la pratique d'activités physiques, le temps consacré aux écrans et la consommation de substances.

Il est important de documenter les impacts de la pandémie puisque les effets sur les habitudes de vie, les relations, la santé mentale et l'apprentissage ont considérablement évolué à travers les vagues de la pandémie. Suite à cette mise en contexte : « À quel point penses-tu que la pandémie de la COVID-19 a eu une influence sur les différentes sphères de ta vie? », les jeunes devaient répondre par « S'est / se sont beaucoup détérioré(e)(s) », « S'est / se sont un peu détérioré(e)(s) », « Est / sont demeuré(e)(s) stable(s) », « S'est / se sont un peu amélioré(e)(s) », ou « S'est / se sont beaucoup amélioré(e)(s) » aux différents énoncés.

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur leur expérience d'apprentissage à l'école

Environ 46% des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec mentionnent que leur expérience d'apprentissage à l'école est demeurée stable tandis que pour 41% d'entre eux, elle s'est détériorée. Dans ces deux cas, il s'agit d'une différence significative par rapport aux proportions pour l'ensemble du Québec (46% c. 42% et 41% c. 45% respectivement).



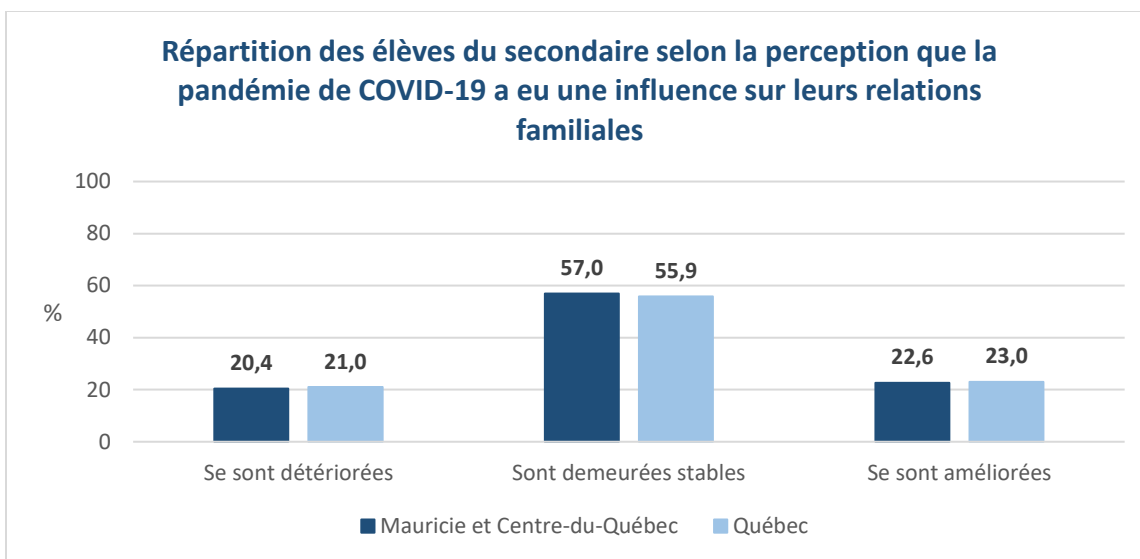
Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Dans la région, une proportion significativement supérieure de filles, par rapport aux garçons, affirment que leur expérience d'apprentissage à l'école s'est détériorée en raison de la pandémie (45% c. 38%). La détérioration de l'expérience d'apprentissage est également plus marquée chez les élèves de 2^e cycle comparativement à ceux de 1^{er} cycle (48% c. 33%). À l'inverse, une proportion plus élevée de jeunes de 1^{er} cycle mentionne que leur expérience d'apprentissage à l'école s'est améliorée (16% contre 11% pour les jeunes de 2^e cycle).

C'est au RLS du Haut-Saint-Maurice que l'on retrouve la plus forte proportion d'élèves du secondaire affirmant que la pandémie a affecté négativement leur expérience d'apprentissage scolaire (23%). Il s'agit d'une proportion significativement supérieure à la région et à la province. Ce que l'on constate également est que, pour Trois-Rivières (46%), Bécancour-Nicolet-Yamaska (48%) et Drummond (50%), la proportion de jeunes qui mentionne que leur expérience d'apprentissage scolaire est demeurée stable est plus élevée qu'au Québec (42%).

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur leurs relations familiales

Comme au Québec, la majorité des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec signale que la pandémie de COVID-19 n'a eu aucune influence sur leurs relations familiales (57%). Par contre, pour un jeune sur cinq, la relation avec les membres de la famille se sont détériorées tandis que pour 23%, elles se sont améliorées.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Comparativement aux garçons de la région, ce sont les filles pour qui les relations avec leur famille se sont le plus détériorées (27% c. 15%). Pour environ 62% des garçons, leurs relations sont demeurées stables et pour 24% d'entre eux, elles se sont améliorées. Il s'agit également de différences significatives par rapport aux filles alors que 52% d'entre elles mentionnent que les relations avec leur famille sont demeurées stables et 21% affirment qu'elles se sont améliorées.

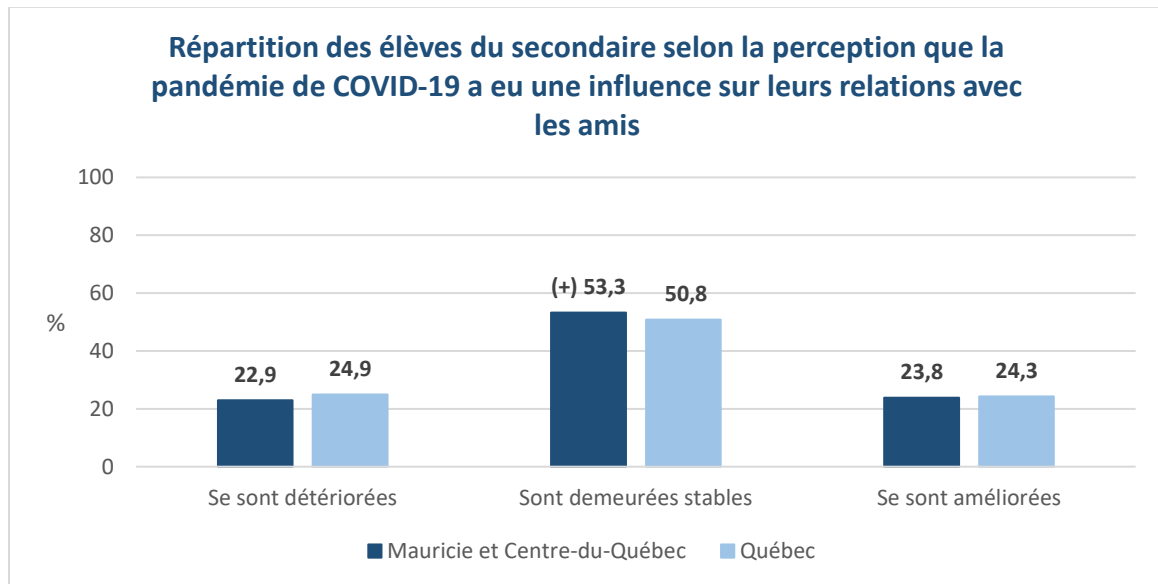
D'autres différences sont aussi remarquées par niveau scolaire. En effet, près de 60% des élèves de 2^e cycle de la région soulignent que les relations avec leur famille sont demeurées stables malgré la pandémie contre 53% des élèves de 1^{er} cycle tandis que pour 27% des jeunes de 1^{er} cycle, ces relations se sont améliorées contre 19% des élèves de 2^e cycle.

Les résultats ne révèlent aucune différence significative entre les RLS de la Mauricie et Centre-du-Québec et l'ensemble de la province.

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur leurs relations avec les amis

Pour près d'un jeune sur quatre du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec (23%), la pandémie a eu un impact négatif sur les relations avec leurs amis. Toutefois, une proportion similaire d'élèves a mentionné que leurs relations avec les amis (24%) se sont améliorées. Enfin, pour plus de la moitié des adolescents du secondaire de la région (53%), la pandémie de COVID-19 n'a eu aucune influence sur leurs relations amicales,

une donnée supérieure à celle du Québec. Tous ces résultats sont comparables à ceux observés pour l'ensemble de la province.



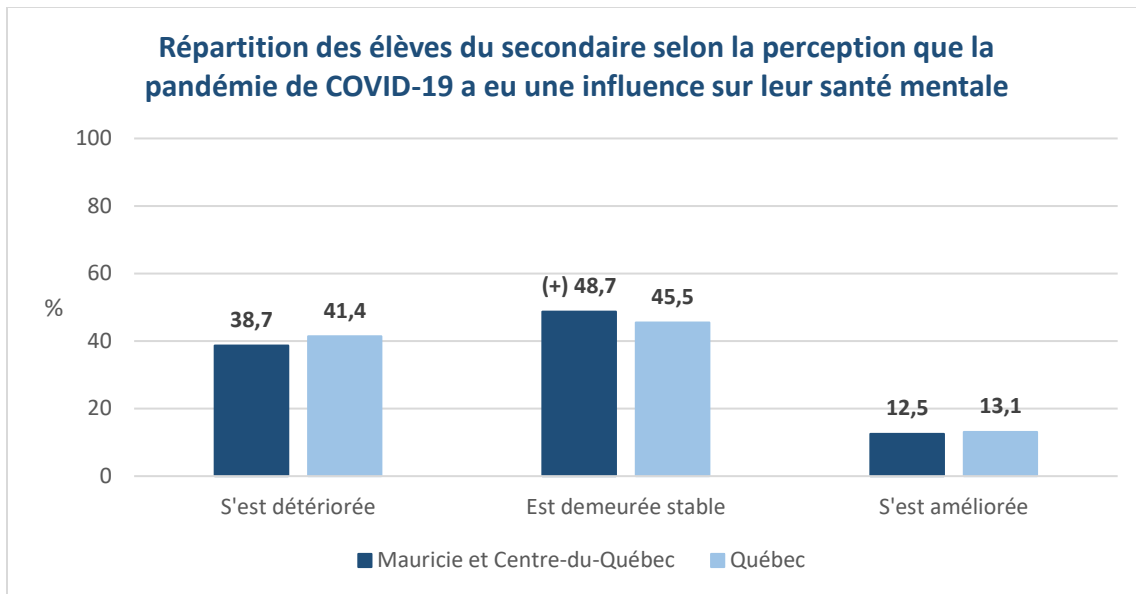
Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

C'est les élèves du secondaire de la région, environ 27% des filles affirment que la relation avec leurs amis s'est détériorée en raison de la pandémie comparativement à 20% des garçons. Cependant, une fille sur deux mentionne que ses relations sont demeurées stables contre 57% des garçons. Finalement, une plus forte proportion d'élèves de 1^{er} cycle de la Mauricie et Centre-du-Québec rapporte une amélioration de leurs relations amicales durant la pandémie comparativement à aux élèves de 2^e cycle (28% c. 21%).

Aucun RLS de la région ne se démarque de l'ensemble du Québec.

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur leur santé mentale

On remarque que la pandémie de COVID-19 a eu un lourd impact sur la santé mentale des jeunes puisque près de 39% des élèves du secondaire de la région ont la perception que leur santé mentale s'est détériorée au cours de cette période. Seulement 13% affirment avoir noté une amélioration de leur santé mentale alors que pour plus de 49%, la pandémie n'a eu aucun effet sur eux (contre 46% au Québec).



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

En Mauricie et Centre-du-Québec, plus d'une fille sur deux (57%) du secondaire mentionne une détérioration de sa santé mentale en raison de la pandémie contrairement à 25% des garçons. Une forte majorité de garçons disent que leur santé mentale n'a pas été affectée en raison de la pandémie, une autre différence significative par rapport aux filles du même âge (61% c. 36%). Enfin, pour 15% des garçons et 10% des filles, leur santé mentale s'est améliorée au cours de cette période.

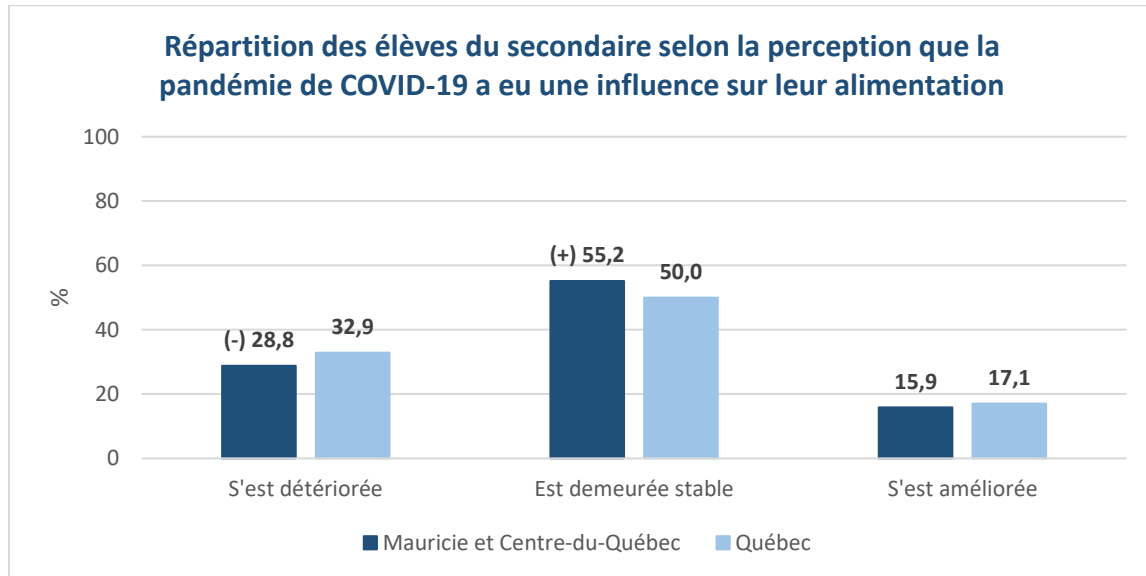
L'enquête fait ressortir d'autres différences significatives, cette fois, en lien avec le niveau scolaire. Ainsi, une plus forte proportion d'élèves de 2^e cycle affirme que leur santé mentale s'est détériorée en raison de la pandémie comparativement aux élèves de 1^{er} cycle (46% c. 30%). À l'inverse, les élèves de 1^{er} cycle sont plus nombreux en proportion que ceux de 2^e cycle à avoir la perception que leur santé mentale s'est améliorée malgré la pandémie (17% c. 9%).

Il n'existe aucune différence significative entre les RLS et la province quant à l'influence de la pandémie sur la santé mentale des élèves du secondaire.

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur leur alimentation

Près de 29% des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ont l'impression que la pandémie a eu une influence négative sur leur alimentation. Il s'agit toutefois d'une proportion significativement plus faible que celle notée pour l'ensemble de la province (33%). Par ailleurs, une proportion plus élevée de jeunes de la région

mentionne que leurs habitudes alimentaires sont demeurées stables au cours de cette période contrairement aux élèves du Québec (55% c. 50%). Enfin, pour environ 16% d'entre eux, il semble que la pandémie a eu une influence positive sur leur alimentation.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

On remarque qu'une plus forte proportion de filles que de garçons de la région ont la perception que leurs habitudes alimentaires se sont détériorées en raison de la pandémie (38% c. 20%). À l'inverse, en proportion, plus de garçons que de filles mentionnent que leur alimentation s'est améliorée au cours de cette période (19% c. 13%). Également, une proportion significativement plus élevée de garçons que de filles de la Mauricie et Centre-du-Québec affirment que la pandémie n'a eu aucune influence quant à leur alimentation (61% c. 49%).

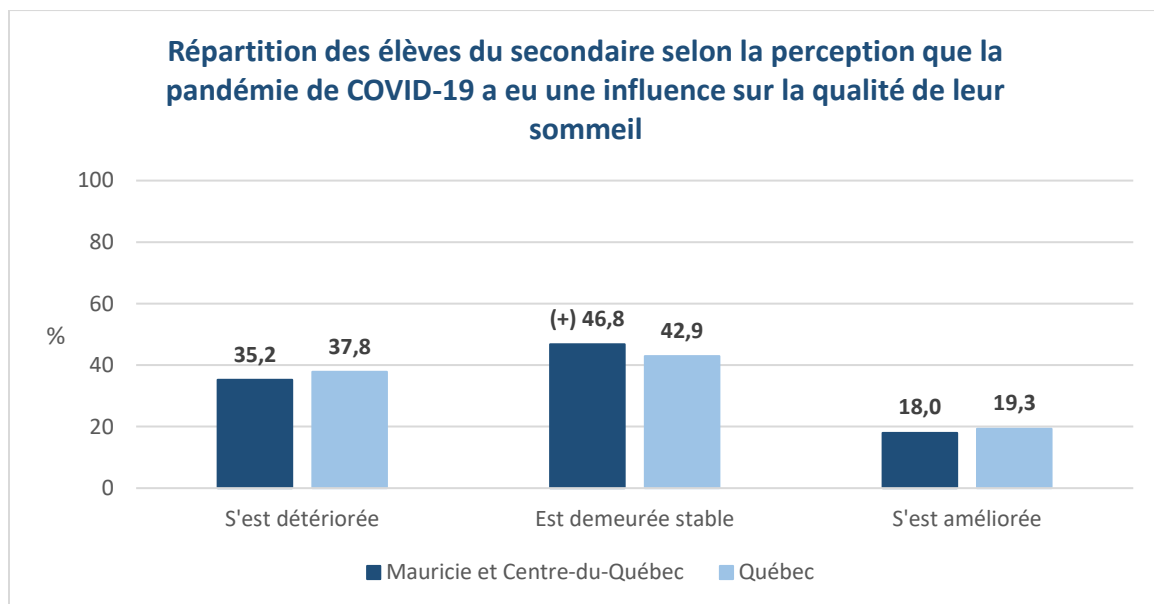
Par rapport au niveau scolaire, environ 31% des jeunes du 2^e cycle soulignent une détérioration de leur alimentation causée par la pandémie comparativement à 27% des élèves de 1^{er} cycle. En contrepartie, 20% des jeunes du 1^{er} cycle de la région ont la perception que la pandémie a eu une influence positive sur leur alimentation contre 13% des élèves de 2^e cycle.

Plusieurs RLS de la Mauricie et Centre-du-Québec ont une proportion plus élevée que la province de jeunes du secondaire affirmant que leurs habitudes alimentaires sont demeurées stables malgré la pandémie. Il s'agit du RLS de Maskinongé (56%), de Trois-Rivières (55%), de Bécancour-Nicolet-Yamaska (59%) et d'Arthabaska-de l'Érable (56%). Aussi, on remarque des proportions moindres d'élèves pour qui la pandémie a eu une influence négative sur leur alimentation comparativement à ceux de l'ensemble du

Québec. On parle de 9% dans Trois-Rivières, de 9% également pour Bécancour-Nicolet-Yamaska et de 10% dans Arthabaska-de l'Érable contre 13% au Québec.

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur la qualité de leur sommeil

Pour près d'un élève sur deux de la Mauricie et Centre-du-Québec (47%), la pandémie n'a eu aucun impact sur la qualité du sommeil comparativement à 43% des jeunes de la province. Comme au Québec, environ 35% des élèves du secondaire de la région ont affirmé que la qualité de leur sommeil s'est détériorée en raison de la pandémie tandis que pour 18%, leur sommeil s'est amélioré.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

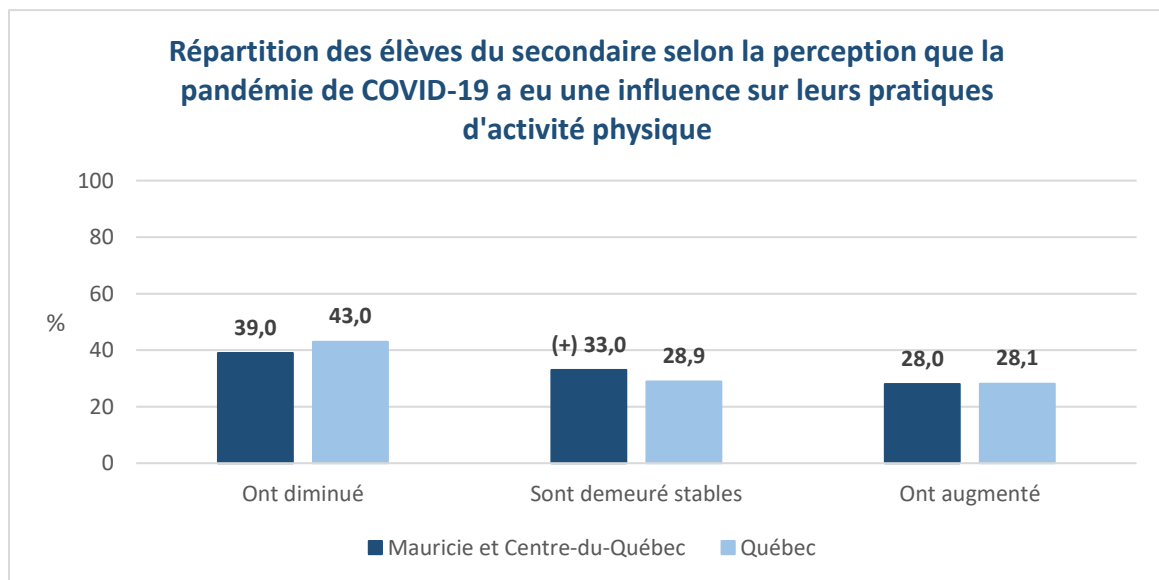
Dans la région, près d'une fille sur deux (46%) et un garçon sur quatre (25%) mentionne que la pandémie a eu un effet négatif sur la qualité de leur sommeil. Inversement, la proportion des garçons dont la qualité du sommeil s'est améliorée malgré la pandémie est significativement plus élevée que celle des filles (23% c. 13%).

De façons similaires, ce sont les élèves de 2^e cycle qui sont, en proportion, plus nombreux à manifester une détérioration de la qualité de leur sommeil comparativement aux élèves de 1^{er} cycle (38% c. 32%) alors que pour une proportion plus élevée de ces derniers, la qualité de leur sommeil s'est améliorée en cours de pandémie (22% c. 15%).

Pour deux RLS de la région, Trois-Rivières (13%) et Bécancour-Nicolet-Yamaska (11%), on note une plus faible proportion d'élèves dont la qualité du sommeil semble s'être beaucoup détériorée en raison de la pandémie que pour l'ensemble du Québec. Par ailleurs, des proportions plus élevées en comparaison de la province d'élèves, dont la qualité du sommeil est demeurée stable, sont observées dans Trois-Rivières (47%), Bécancour-Nicolet-Yamaska (53%) et Drummond (49%).

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur leurs pratiques d'activité physique

Environ 39% des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ont l'impression qu'ils ont diminué la pratique de leurs activités physiques en raison de la pandémie tandis que près de 28% l'ont augmentée. Il s'agit de résultats similaires à ceux de la province. On constate une proportion légèrement supérieure à celle du Québec de jeunes qui mentionnent que leur niveau d'activité physique est demeuré stable (33% c. 29%).



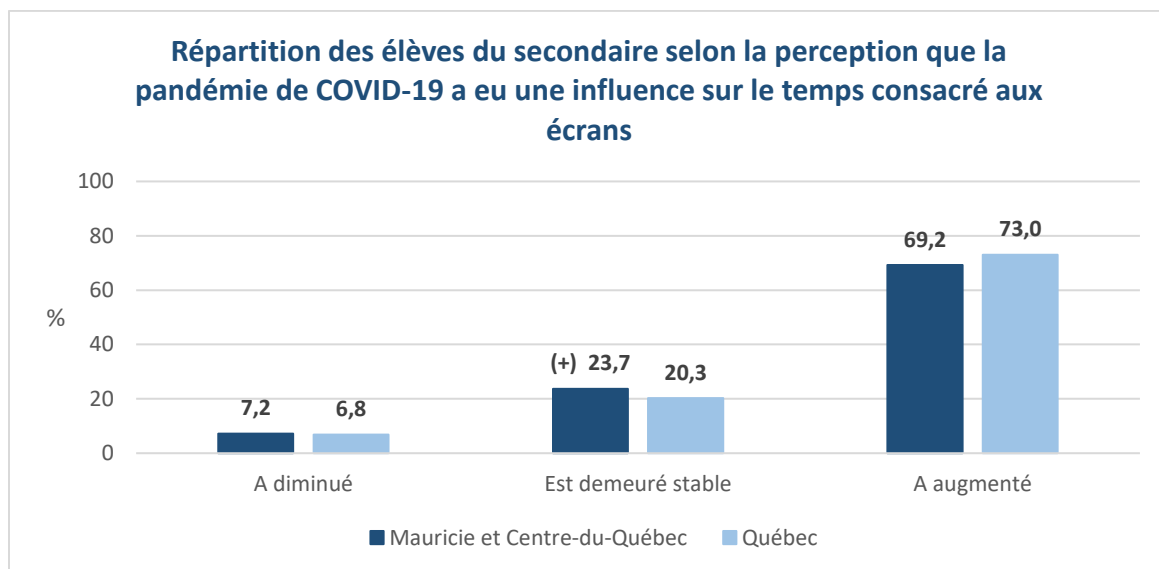
Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Dans la région, une proportion significativement plus élevée de filles que de garçons du secondaire mentionnent que la pratique d'activités physiques a diminué suite à la pandémie (42% c. 38%). À l'opposé, les garçons sont proportionnellement plus nombreux que les filles à avoir augmenté la pratique de leurs activités physiques (30% c. 27%). Aucune différence n'est rapportée entre les élèves de 1^{er} et de 2^e cycle quant à la pratique d'activités physiques en lien avec la pandémie de COVID-19.

Pour la majorité des RLS de la région, la proportion d'élèves dont la pratique de l'activité physique a beaucoup diminué est comparable à celle pour l'ensemble du Québec. Cependant, de plus faibles proportions sont remarquées pour la Vallée-de-la-Batiscan (17%) et dans Arthabaska-de l'Érable (14%). Également, pour Maskinongé (35%), Trois-Rivières (33%), Bécancour-Nicolet-Yamaska (33%), Drummond (34%) et Arthabaska-de l'Érable (35%), les proportions de jeunes dont la pandémie n'a eu aucun effet sur la pratique d'activités physiques sont significativement plus élevées que dans la province (29%).

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur le temps consacré aux écrans

Les résultats de l'enquête montrent que l'ensemble des élèves du secondaire ont augmenté le temps passé sur les écrans en raison de la pandémie. C'est près de 69% des jeunes de la Mauricie et Centre-du-Québec et 73% des jeunes de la province. Pour pratiquement un élève sur quatre de la région (24% contre 20% au Québec), le temps d'écran est demeuré semblable tandis que seulement 7% d'entre eux ont diminué le temps passé sur des écrans.



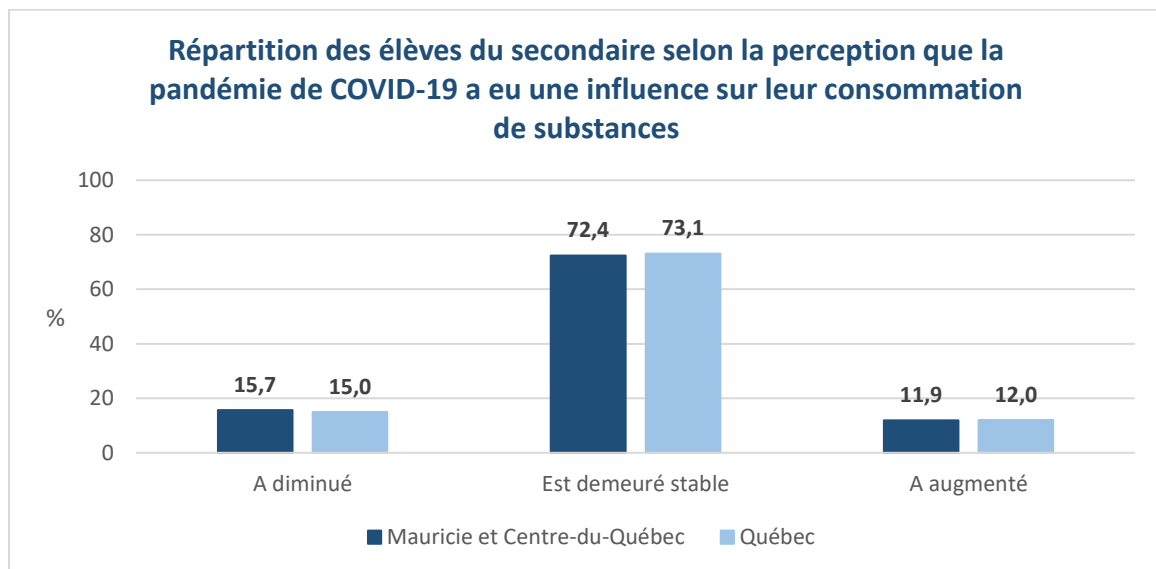
Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Environ 72% des filles et 67% des garçons de la région ont la perception que la pandémie de COVID-19 a entraîné une augmentation du temps consacré aux écrans alors que pour 26% des garçons et 22% des filles, le temps consacré aux écrans est demeuré stable malgré la pandémie. On ne remarque aucune différence significative entre les élèves de 1^{er} cycle et ceux de 2^e cycle.

Bien que le temps d'écran ait augmenté en raison de la pandémie, la majorité des RLS de la Mauricie et Centre-du-Québec présentent des proportions, significativement inférieures à celle de la province, de jeunes dont la pandémie a beaucoup influencé l'augmentation du temps d'écran. Ainsi, le Haut-Saint-Maurice, la Vallée-de-la-Batiscan, Trois-Rivières, Bécancour-Nicolet-Yamaska, Drummond et Arthabaska-de l'Érable ont tous des proportions de 30% et moins contre 36% au Québec.

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur leur consommation de substance

Comme au Québec, la répartition des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec, ayant la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur leur consommation de substances, est comparable. En effet, pour près de trois jeunes sur quatre, la consommation de substances est demeurée stable toutefois, environ 12% l'ont augmenté et 16% l'ont diminué durant cette période.



Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire, 2022-2023.

Pour la majorité des garçons (74%) et des filles (71%) de la région, la consommation de substance est demeurée stable. Cependant, on remarque une proportion significativement plus élevée de filles dont la pandémie a influencé l'augmentation de la consommation de substances comparativement aux garçons (14% c. 10%).

Quant au niveau scolaire, les élèves de 2^e cycle sont en proportion plus nombreux à souligner une augmentation de leur consommation de substances en raison de la pandémie que les élèves de 1^{er} cycle (15% c. 8%). À l'inverse, 19% des jeunes de 1^{er}

cycle ont diminué leur consommation alors que c'est 13% des élèves de 2^e cycle qui ont aussi diminué leur consommation de substance en temps de pandémie.

L'enquête ne soulève aucune comparaison significative entre les résultats des RLS de la région et ceux de la province.

Implications

La pandémie de COVID-19 a eu plusieurs conséquences négatives chez les jeunes du secondaire de la région. Ces données exacerbent plusieurs des problématiques discutées dans ce rapport.

Entre autres, elle a détérioré l'expérience d'apprentissage à l'école influençant grandement l'engagement et la motivation scolaire, l'appartenance à l'école et peut être aussi le décrochage scolaire. De plus, elle a eu un effet néfaste sur la santé mentale des jeunes, en particulier chez les filles et a influencé négativement les habitudes de vie et les comportements sains et sécuritaires, notamment, par l'augmentation du temps d'écran.

Les effets de la pandémie ajoutent un poids aux problématiques déjà présentes chez les élèves du secondaire. Le constat de l'augmentation de la vulnérabilité des adolescents de la région doit être plus que jamais pris au sérieux.

Conclusion

L'EQSJS 2022-2023 fait état de nombreux résultats forts intéressants se rapportant à l'ensemble des facettes de la santé des jeunes du secondaire. Leurs habitudes de vie adoptées, l'état de leur santé physique et mentale, l'environnement social dans lequel ils évoluent et l'adaptation sociale qu'ils en font, leurs premières expériences dans le monde du travail ainsi que les bouleversements qu'ils ont subis en raison de la pandémie de COVID-19 sont passés en revue. De ces analyses se dégagent de grands constats sur l'état de santé des élèves du secondaire. Certains sont positifs alors que d'autres sont négatifs. Voici donc en résumé ce que nous pouvons retenir de ce troisième volet de cette enquête.

Une bonne santé physique, mais des habitudes de vie à risque

La perception de la santé et du poids sont des éléments importants et les résultats à cet égard sont encourageants car plus de trois élèves sur cinq du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec se perçoivent en excellente ou en très bonne santé. De plus, près de 70% présentent un poids normal et plus de 80% ont la perception d'avoir un poids normal. Un peu moins de la moitié des jeunes sont satisfaits de leur silhouette par contre, on note que plus du tiers aimeraient une silhouette plus petite et le quart d'entre eux, une silhouette plus grosse. À cet effet, près d'une fille sur deux a diminué le sucre ou le gras au cours des six derniers mois dans le but de perdre du poids ou de le maintenir et plus de 40% des élèves ont utilisé des produits, services et moyens amaigrissants dans les six derniers mois. Inversement, on note une augmentation du nombre d'adolescents ayant eu recours à trois méthodes ou plus pour prendre de la masse musculaire. Ceci, au détriment de l'activité physique puisque seulement un élève sur cinq est considéré comme actif. On trouve d'ailleurs davantage de jeunes inactifs et dont la proportion a augmenté depuis l'enquête de 2016-2017. La pandémie de COVID-19 pourrait être l'une des raisons puisque près de 40% des élèves ont mentionné avoir diminué la pratique de leurs activités physiques au cours de cette période.

On note également une diminution de la proportion d'élèves qui consomment au moins 2 portions de lait par jour et au moins 5 portions de légumes et de fruits par jour depuis 2010-2011. Heureusement, on observe une tendance à la baisse de la consommation de malbouffe les midis de semaine et près de la moitié des élèves du secondaire mangent ou boivent quelque chose tous les matins d'école tandis que les autres arrivent le ventre vide. Toutefois, peu de jeunes consomment des aliments à grains entiers et/ou des aliments protéinés d'origine végétale tous les jours. On parle d'environ un élève sur cinq. Enfin, bien que la proportion d'adolescents qui consomment au moins une sorte de boisson sucrée régulière une fois par jour ou plus ait diminué avec le temps, il reste que 23% des garçons et 18% des filles continuent d'en boire chaque jour.

L'enquête de 2022-2023 soulève une préoccupation importante liée au temps d'écran chez les jeunes du secondaire. Exacerbés ou non par la pandémie, les résultats révèlent que près d'un élève sur quatre du secondaire passe quatre heures ou plus devant un écran au cours d'une journée de semaine pour des activités de communication et de loisirs. Les fins de semaine, c'est près d'un jeune sur deux qui passe quatre heures ou plus devant un écran. Cette habitude peut avoir un impact négatif sur le rendement académique, la qualité du sommeil et la pratique de l'activité physique. D'ailleurs, on note qu'environ 60% des élèves du secondaire ont le nombre d'heures de sommeil recommandé pendant la semaine d'école. Toutefois, cette proportion apparaît en baisse significative par rapport à 2016-2017.

Parmi les autres habitudes de vie à risque pour la santé, la consommation d'alcool et de drogues des jeunes du secondaire de la région est en diminution dans cette édition de l'enquête en comparaison des éditions précédentes et l'utilisation de la cigarette électronique est demeurée stable. Cependant, la consommation de ces produits est significativement plus élevée en Mauricie et Centre-du-Québec que dans l'ensemble de la province. En effet, plus de la moitié des jeunes du secondaire ont consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois et près d'un élève sur cinq a consommé de la drogue. Aussi, près de 40% des adolescents ont eu une consommation excessive d'alcool, c'est-à-dire au moins cinq boissons alcoolisées ou plus dans une même occasion, au cours des 12 derniers mois.

Une santé mentale fragile

Bien que plus d'un élève sur deux du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec ait une estime de soi modérée, plus du tiers des jeunes ont une faible estime d'eux-mêmes. Ceci représente près de la moitié des filles de 12 à 17 ans et le quart des garçons du même âge. Cependant, les jeunes de la région sont, en proportion, plus nombreux qu'au Québec à manifester une santé mentale florissante alors que seulement 10% affichent une santé mentale languissante. Par contre, on dénombre près de 40% des élèves qui se situent à un niveau élevé de l'indice de détresse psychologique et ceci concerne également plus d'une fille sur deux. À cela vient s'ajouter des symptômes d'anxiété ressentis chez une majorité d'adolescents et dont près d'un élève sur cinq a reçu un diagnostic médical d'anxiété. D'ailleurs, l'estime de soi faible, la santé mentale languissante, les symptômes d'anxiété et la détresse psychologique sont en augmentation depuis 2016-2017 rendant une forte proportion de jeunes très vulnérables durant leur secondaire. De plus, le tiers des élèves de la région a reçu un diagnostic médical de trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité. Ainsi, plusieurs aspects de la santé mentale des jeunes de la Mauricie et Centre-du-Québec sont préoccupants et plus présents que par le passé. On peut se demander si la pandémie peut avoir influencé les résultats obtenus puisque près de 40% des élèves de la région ont mentionné que leur santé mentale s'est détériorée durant cette période.

Certains atouts personnels peuvent toutefois venir contrebalancer cette fragilité remarquée chez les élèves du secondaire. Il s'agit de la capacité d'autocontrôle, de la résolution de problème, de l'efficacité personnelle globale et des relations interpersonnelles. Malgré le fait que les trois derniers éléments soient en baisse comparativement à l'enquête de 2016-2017, on constate tout de même que près de 80% des jeunes de la région font preuve d'une bonne maîtrise de soi en étant capable d'outrepasser leurs impulsions, d'interrompre ou d'inhiber une réponse interne afin d'éviter des tentations ou comportementales indésirables. Ceci est associé à de meilleures relations interpersonnelles et une meilleure santé mentale (Tangney et al., 2004). Également, une proportion similaire d'élèves possède un bon niveau de résolution de problème. C'est-à-dire qu'ils sont en mesure de planifier, de faire preuve d'ingéniosité, de penser de façon critique, de réfléchir et de regarder une situation sous tous ses angles avant de prendre une décision ou d'agir. Ainsi, ces adolescents développent un éventail de solutions leur permettant de mieux faire face aux obstacles qui se présentent à eux.

Aussi, les résultats montrent que près du tiers des élèves du secondaire de la Mauricie et Centre-du-Québec se situe à un niveau modéré ou élevé d'efficacité personnelle. Le fait d'avoir confiance en ses compétences et ses habiletés face à l'accomplissement de diverses tâches contribue au développement de l'identité et du sentiment de soi. Enfin, plus d'un jeune sur deux se trouve à un niveau élevé de relations interpersonnelles et 35% au niveau moyen favorisant la proximité émotionnelle, la familiarité, l'engagement affectif et l'ouverture de soi. De plus, l'appartenance à un groupe de pairs est essentielle au développement du jeune, notamment pour explorer son identité et établir ses propres valeurs (Lemelin et al., 2012).

Étant donné que la majorité des élèves du secondaire possèdent ces aptitudes, ceci leur permet de développer leur capacité de raisonnement, d'acquérir des compétences sociales et intellectuelles les préparant graduellement à assumer des rôles et des responsabilités d'adulte (ex. : anticiper les conséquences de ses actions, contrôler ses pulsions, résoudre des conflits, communiquer, négocier, tenir compte de différents points de vue, gérer les influences sociales). De plus, ces forces individuelles viennent moduler l'estime de soi, l'anxiété et la détresse psychologique pouvant être ressentie durant cette période de la vie.

Des hausses et des baisses de certains types de la violence

La dernière version de l'EQSJS fait état de l'évolution de la violence chez les adolescents du secondaire depuis 2016-2017. D'un côté, les résultats montrent une diminution quant à la proportion des élèves ayant infligé de la violence à leur partenaire, mais aussi pour ceux qui ont subi de la violence de la part de leur partenaire lors de leurs relations amoureuses. De plus, on compte une plus faible proportion de jeunes ayant manifesté des comportements d'agressivité indirecte et des conduites imprudentes ou rebelles. En

effet, la baisse de la violence infligée est encourageante cependant, il demeure que plus du tiers des adolescents en couple subissent de la violence et que plus de 30% des filles en sont victimes. De même, plus d'un élève sur quatre adopte une conduite imprudente ou rebelle se mettant lui-même ou autrui à risque de conséquences négatives ou de danger potentiel.

À l'opposé, une hausse est observée en ce qui a trait à la proportion de jeunes victimes de violence à l'école ou sur le chemin de l'école durant l'année scolaire, de ceux qui ont manifesté des comportements d'agressivité directe et des élèves qui ont vécu une relation sexuelle forcée. Les garçons et les élèves de 1^{er} cycle sont plus souvent la cible de violence à l'école et sont par le fait même, plus souvent responsable de cette violence. Enfin, il est inacceptable que près d'une fille sur cinq soit victime d'une relation sexuelle forcée au cours de leur vie. La notion du consentement et du respect de l'autre doit être davantage enseigné.

Des environnements sociaux favorables

Les résultats liés à la famille et à la supervision parentale sont demeurés stables depuis 2016-2017 et mettent en valeur notamment l'attention parentale dont les jeunes du secondaire de la région bénéficient. Ainsi, on compte trois jeunes sur quatre qui jouissent d'un soutien social élevé dans leur environnement familial et près d'une fille sur deux a un niveau élevé de supervision parentale. De plus, les jeunes sont nombreux à s'impliquer et prendre part aux activités familiales. Également, on note qu'un bon nombre d'élèves sont entourés d'amis ayant un niveau élevé de comportements prosociaux et plus de la moitié bénéficie un soutien social élevé de leur part et ce, tant chez les garçons que chez les filles.

Enfin, l'école apparaît aussi comme un environnement sécuritaire et rassurant pour les élèves de la région puisque seulement 13% d'entre eux soulignent un faible soutien social de la part du personnel scolaire et que 93% des jeunes ont un sentiment d'appartenance envers leur école. Par ailleurs, près de trois jeunes sur quatre du secondaire ont une participation significative dans leur environnement scolaire. Ceci se reflète dans l'engagement des élèves vis-à-vis de leur école avec une proportion similaire. Toutefois, on doit se tourner vers d'autres hypothèses pour tenter d'expliquer que près d'un élève sur cinq se situe à un niveau élevé à l'indice de décrochage. La pandémie de COVID-19 pourrait en être une puisque pour 41% des jeunes du secondaire de la région, leur expérience d'apprentissage à l'école s'est détériorée.

Des élèves qui travaillent plus durant l'année scolaire

L'un des constats de l'EQSJS 2022-2023 pour les élèves du secondaire de la Mauricie et du Centre-du-Québec est que ceux-ci sont significativement plus nombreux en proportion à occuper un emploi durant l'année scolaire que les jeunes de l'ensemble de la province. En effet, environ 66% des élèves de la région travaillent pendant l'année scolaire comparativement à 51% des jeunes au Québec. On y compte davantage de filles que de garçons et près de trois jeunes sur quatre de 2^e cycle. De plus, on observe que ces adolescents travaillent plus d'heures par semaine que ceux de la province pouvant entraîner un effet négatif sur leur sommeil et leur rendement scolaire. Toutefois, le fait de travailler plus que les élèves ailleurs au Québec ne semble pas avoir d'impact sur la proportion de jeunes ayant subi des blessures au travail puisque les proportions sont comparables. Tout de même, on compte plus d'un adolescent sur quatre blessés au travail malgré que près des trois quarts d'entre eux ont reçu des consignes ou une formation sur la sécurité ou les dangers au travail afin d'éviter les blessures.

Références

American Psychiatric Association (2003). DMS-IV-TR : Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux. (4e éd. rév.; traduit par J.-D. Guelfi et M.-A. Crocq). Paris, France : Masson.

American Psychiatric Association (2015). DSM-5. Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, 5e édition, Elsevier Masson, 1 216 p.
[humanrights.ch/cms/upload/pdf/2024/240408_DSM_5.pdf].

April, N., Bégin, C. et Morin, R. (2010). La consommation d'alcool et la santé publique au Québec. Repéré sur le site de l'Institut national de santé publique du Québec :
https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1087_AlcoolEtSantePublique.pdf.

Archambault, I., Janosz, M., Morizot, J. et Pagani, L. (2009). Adolescent behavioral, affective, and cognitive engagement in school: relationship to dropout. *Journal of School Health*, 79(9), 408-415. doi: 10.1111/j.1746-1561.2009.00428.x.

Audet, N., Cardin, J.-F. et Traoré, I. (2003). Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents Québécois - Cahier technique et méthodologique : Définition et composition des indices. Repéré sur le site de l'Institut de la statistique du Québec :
http://www.bdso.gouv.qc.ca/docs-ken/multimedia/PB01671FR_enf_ados_cahier_techn22002F18.pdf.

Austin, G., Bates S. et Duerr, M. (2013). Guidebook to the California Healthy Kids Survey. Part II: Survey Content – RYDM Module. 2013-2014 Edition, San Francisco, WestEd, 15 p. [data.calschls.org/resources/chks_guidebook_2_rydm.pdf].

Ayotte, V., Fournier, M. et Riberdy, H. (2009). La détresse psychologique des enfants et des adolescents montréalais... l'expression de différentes réalités?
https://publications.santemontreal.qc.ca/uploads/tx_asssmpublications/978-2-89494-858-3.pdf.

Bédard, B., Dubois, L., Baraldi, R., Plante, N., Courtemanche, R. et Boucher, M. (2010). Les jeunes québécois à table : regard sur les repas et collations. Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – nutrition (2004).
<http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/alimentation/jeunes-repas-collations.pdf>.

Bélangier, F. (2023). Le travail des jeunes au Québec, Première lecture, [premierelecture.bibliotheque.assnat.qc.ca/2023/01/25/le-travail-des-jeunes-au-quebec/].

Berkey, C. S., Rockett, H. R., Field, A. E., Gillman, M. W. et Colditz, G. A. (2004). Sugar-added beverages and adolescent weight change. *Obesity Research*, 12(5), 778-788. doi: 10.1038/oby.2004.94.

Biron, J.-F., Fournier, M., Tremblay, P. H. et Nguyen, C. T. (2019). Les écrans et la santé de la population à Montréal. https://santemontreal.qc.ca/fileadmin/user_upload/Uploads/tx_asssmpublications/pdf/publications/Les_echans_et_la_sante_de_la_population_a_Montreal.pdf.

Boals, A., Vandellen, M. R. et Banks, J. B. (2011). The relationship between self-control and health: the mediating effect of avoidant coping. *Psychology and Health*, 26(8), 1049-1062. doi: 10.1080/08870446.2010.529139.

Boivin, M. (2023). Le b.a.-ba de l'écoanxiété [communication orale]. 26e journées annuelles de santé publique, Québec, QC, Canada. <https://www.inspq.qc.ca/jasp/ecoanxiete>.

Branden, N. (2001). *The psychology of self-esteem: a revolutionary approach to self-understanding that launched a new era in modern psychology*. New York, NY : Jossey-Bas Inc. Publishers.

Brown, S. S., Solantaus, T., Stattin, H., Hagen, I. et Paulus, P. (2009). Background document for the thematic conference: Promotion of mental health and well-being of children and young people – making it happen. https://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/mental/docs/background_young.pdf.

Bushnik, T. (2003). Étudier, travailler et décrocher : relation entre le travail pendant les études secondaires et le décrochage scolaire, produit no 81-595-MIF au catalogue de Statistique Canada, Ottawa, Statistique Canada, 39 p. [www150.statcan.gc.ca/n1/fr/pub/81-595-m/81-595-m2003004-fra.pdf?st=JgJCEG6z].

California Healthy Kids Survey (2003). Using the Resilience and Youth Development Module, San Francisco, WestEd, 45 p.
[surveydata.wested.org/resources/rydm_presentation.pdf].

California Healthy Kids Survey. (2009). Resilience and Youth Development – Module B: CHKS Report 2008-09. http://surveydata.wested.org/resources/b-text_0910.pdf.

Camirand, H. et Nanhou, V. (2008). La détresse psychologique chez les Québécois en 2005. <http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/bulletins/zoom-sante-200809.pdf>.

Canadian Institute for Health Information. (2009). Improving the Health of Canadians: Exploring positive mental health.
https://www.cihi.ca/en/improving_health_canadians_en.pdf.

Canuel, M. (2021). Portrait des allergies au pollen chez la population québécoise, Le Climatoscope. [climatoscope.ca/article/portrait-des-allergies-au-pollen-chez-la-population-quebecoise].

Canuel, M. et Lebel, G. (2012). Prévalence des symptômes et du diagnostic de la rhinite allergique chez les 15 ans et plus au Québec, 2008.
https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/1447_prevalencesymptdiagnosrhiniteallerg15ansetplusqc_2008.pdf.

Cardin, J.-F., Desrosiers, H., Belleau, L., Giguère, C. et Boivin, M. (2011). Les symptômes d'hyperactivité et d'inattention chez les enfants de la période préscolaire à la deuxième année du primaire.
<http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/bulletins/portrait-201106.pdf>.

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (2023). Sensibilisation auprès des jeunes. Former les jeunes pour prévenir les accidents du travail. www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/salle-presse/communiques/former-jeunes-prevenir-accidents-travail.

Cole, T. J., Flegal, K. M., Nicholls, D. et Jackson, A. A. (2007). Body mass index cut offs to define thinness in children and adolescents: international survey. *BMJ*, 335(7612), 194. doi: 10.1136/bmj.39238.399444.55.

Collins, M. E. (1991). Body figure perceptions and preferences among preadolescent children. *International Journal of Eating Disorders*, 10(2), 199-208. doi: 10.1002/1098-108X(199103)10:23.0.CO;2-D.

Conseil supérieur de l'éducation. (2020). Le bien-être de l'enfant à l'école : faisons nos devoirs. <https://www.cse.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/2020/06/50-0524-AV-bien-etreenfant-4.pdf>.

Currie, C., et al. (2012). Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey, Copenhagen, Organisation mondiale de la santé, bureau régional européen, 252 p. (Health Policy for Children and Adolescents, no 6). [iris.who.int/handle/10665/326406].

Davies, R. M., Davies, G. M. et Ellwood, R. P. (2003). Prevention. Part 4: Toothbrushing: what advice should be given to patients?. *British Dental Journal*, 195(3), 135-41. doi: 10.1038/sj.bdj.4810396.

DeBono, A., Shmueli, D. et Muraven, M. (2011). Rude and inappropriate: the role of self-control in following social norms. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(1), 136-146. doi: 10.1177/0146167210391478.

Demers, I., et Gosselin, P. (2019). « Aperçu – Pollens, climat et allergies : initiatives menées au Québec », *Promotion de la santé et prévention des maladies chroniques au Canada, Recherche, politiques et pratiques*, vol. 39, no 4, avril, p. 149-154. doi : 10.24095/hpcdp.39.4.05f.

Deslandes, R. et Cloutier, R. (2005). Pratiques parentales et réussite scolaire en fonction de la structure familiale et du genre des adolescents. *Revue française de pédagogie*, 151(1), 61- 74. http://www.persee.fr/doc/rfp_0556-7807_2005_num_151_1_3275.

Dubé, G., Bordeleau, M., Cazale, L., Fournier, C., Traoré, I., Plante, N., Camirand, J. (2009). Enquête québécoise sur le tabac, l'alcool, la drogue et le jeu chez les élèves du secondaire, 2008. <http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/alcool-tabac-droque-jeu/tabac-alcool-droque-jeu-2008.pdf>.

Dumont, M. (2007). Le travail à temps partiel durant les études chez les élèves du secondaire : impacts sur leur adaptation scolaire et psychosociale. *Éducation et francophonie*, XXXV(1), 161-181. http://www.acelf.ca/c/revue/pdf/XXXV_1_161.pdf.

Dupéré, V. (2017). "High School Dropout in Proximal Context: The Triggering Role of Stressful Life Events", *Child Development*, vol. 89, no 2, 28 mars 2017, p. e107-e122. doi : 10.1111/cdev.12792.

Durcan, D. et Bell, R. (2015). Local action on health inequalities. Reducing social isolation across the lifecourse. http://cdn.basw.co.uk/upload/basw_24246-7.pdf.

Ebbeling, C. B. (2014). Sugar-sweetened beverages and body weight. *Current Opinion in Lipidology*, 25(1), 1-7. doi: 10.1097/MOL.0000000000000035

Egan, M., Bond, L., Kearns, A. et Tannahill, C. (2012). Is concern about young people's anti-social behavior associated with poor health? Cross-sectional evidence from residents of deprived urban neighbourhoods. *BMC Public Health*, 12, 217. doi: 10.1186/1471-2458-12-217.

Eisenberg, M. E., Wall, M., Neumark-Sztainer, D. (2012). Muscle-enhancing behaviors among adolescent girls and boys. *Pediatrics*, 130(6), 1019-1026. doi: 10.1542/peds.2012-0095.

Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire - Résultats de la troisième édition - 2022-2023, Gouvernement du Québec, Institut de la statistique du Québec, 2024.

ÉquiLibre. (2014). Résultats du sondage « Poids et image corporelle chez les jeunes : mieux comprendre la réalité et les besoins des enseignants en éducation physique du Québec ». [http://equilibre.ca/documents/files/rapportsyntheseep-2014-web\(1\).pdf](http://equilibre.ca/documents/files/rapportsyntheseep-2014-web(1).pdf).

Extenso. (2014). Déjeuner pour mieux apprendre... <http://www.extenso.org/article/dejeuner-pour-mieux-apprendre/>

Fernet, M., Hamel, C., Rondeau, L. et Tremblay, P. H. (2003). Amour, violence et jeunes : aperçu de la situation.

http://www.dsp.santemontreal.qc.ca/fileadmin/documents/dossiers_thematiques/Jeunes/Relations_amoureuses/apercu_situation_amour_violence.pdf.

Field, A. E., Austin, S. B., Camargo, C. A., Taylor, C. B., Striegel-Moore, R. H., Loud, K. J. et Colditz, G. A. (2005). Exposure to the mass media, body shape concerns, and use of supplements to improve weight and shape among male and female adolescents. *Pediatrics*, 116(2), e214-e220. doi: 10.1542/peds.2004-2022.

Field A, E. (2006). "Epidemiology of the Health and Economic Consequences of Pediatric Obesity.", dans MICHAEL I. GORAN, M. S. S., *Handbook of Pediatric Obesity: Etiology, Pathophysiology, and Prevention*, Florida, Taylor & Francis Group, p. 1-18.

Flannery D. J., Vazsonyi, A. T. et Waldman, I. D. (2007). *The Cambridge handbook of violent behavior and aggression*. New York, NY : Cambridge University Press.

Gagnon, H. et Rochefort, L. (2010). L'usage de substances psychoactives chez les jeunes Québécois : conséquences et facteurs associés.
https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1102_UsageSubs_PsychoactivesJeunes.pdf.

Gaudreault, M., Laberge, L., Arbour, N. et Gaudreault, M. (2015). La conciliation études-travail chez les élèves francophones montréalais de 4e et de 5e années du secondaire.
https://www.reseauseussitemontreal.ca/wp-content/uploads/2015/11/PortraitCET3cs_19Nov15.pdf.

Germain, M., Guyon, L., Landry, M., Tremblay, J., Brunelle, N. et Bergeron, J. (2016). DEP-ADO : Grille de dépistage et de consommation problématique d'alcool et de drogues chez les adolescents et les adolescentes, version 3.3 – juin 2016.

Gervais, M., Massicotte, P. et Champoux, D. (2006). Conditions de travail, de santé et de sécurité des travailleurs du Québec.
<http://www.irsst.qc.ca/media/documents/pubirsst/r449.pdf>.

Giannotti, F., Cortesi, F., Sebastiani, T. et Ottaviano, S. (2002). Circadian preference, sleep and daytime behaviour in adolescence. *Journal of Sleep Research*, 11(3), 191-199. doi: 10.1046/j.1365-2869.2002.00302.x.

Gilmour, H. (2014). Santé mentale positive et maladie mentale. Rapports sur la santé, 25(9), 3-10. <http://www.statcan.gc.ca/pub/82-003-x/2014009/article/14086-fra.pdf>.

Godin, J.-F. (2009). Étude exploratoire des parcours d'emploi en lien avec l'apparition des premières lésions chez les jeunes de 16 à 24 ans, Montréal, Institut de recherche Robert-Sauvé en santé et en sécurité du travail (IRSST), vol. R-630, 74 p.

Gouvernement du Canada (2022). L'Application des lignes directrices canadiennes en matière d'alimentation. <https://guide-alimentaire.canada.ca/fr/application-lignesdirectrices/pourquoi-chaque-modification-alimentaire-necessaire/>

Gouvernement du Canada (2022). Utilisation sécuritaire des condoms, [www.canada.ca/fr/sante-publique/services/sante-sexuelle/utilisation-securitaire-condoms.html].

Gouvernement du Québec (2008). Plan d'action gouvernemental 2008-2013 en matière d'agression sexuelle. http://www.scf.gouv.qc.ca/fileadmin/publications/Violence/plan-action-agressions-sexuelles_2008-2013.pdf.

Gouvernement du Québec (2012). Relations amoureuses et violence. <http://www.securitepublique.gouv.qc.ca/police/prevention-criminalite/jeunes/relationsamoureuses-violentes.html>.

Gouvernement du Québec (2022). Anxiété généralisée. <https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-mentale/informer-sur-troublesmentaux/troubles-mentaux/troubles-anxieux/anxiete-generalisee>.

Greve, H. R. et Seidel, M.-D. L. (2014). Adolescent Experiences and Adult Work Outcomes: Connections and Causes, Bingley (Royaume-Uni), Emerald Group Publishing Limited, vol. 25, 256 p. (Research in the Sociology of Work).

Gruber, R., Carrey, N., Weiss, S. K., Frappier, J. Y., Rourke, L., Brouillette, R. T. et Wise, M. S. (2014). Position statement on pediatric sleep for psychiatrists. Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 23(3), 174-195. http://www.cacapacpea.org/uploads/documents/cacap_sept_2014_pediatric_sleep_gruber_PS_online.pdf.

Guénette-Robert, M. (2009). La violence sexuelle dans les couples adolescents : subtile mais dévastatrice. Mieux comprendre et intervenir. <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2009/09-314-01F.pdf>.

Hanson, T. L., et Kim, J.-O. (2007). Measuring resilience and youth development: the psychometric properties of the Healthy Kids Survey, Washington, Institute of Education Sciences, National Center for Education Evaluation and Regional Assistance, 175 p. [surveydata.wested.org/resources/REL_RYDM2007034.pdf].

Hawkins, J. D., Catalano, R. F. et Miller, J. Y. (1992). Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescence and early adulthood: implications for substance abuse prevention. *Psychological Bulletin*, 112(1), 64-105. doi: 10.1037/0033-2909.112.1.64.

Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S. M., Alessi, C., Bruni, O., DonCarlos, L., Hillard, P. J. A. (2015). National Sleep Foundation's sleep time duration recommendations: methodology and results summary. *Sleep Health*, 1(1), 40-43.

Ibiapina Cda, C., Sarinho, E. S., Camargos, P. A., Andrade, C. R. et Cruz Filho, A. A. (2008). Allergic rhinitis: epidemiological aspects, diagnosis and treatment. *Jornal Brasileiro de Pneumologia*, 34(4), 230-240. doi: 10.1590/S1806-37132008000400008

Imamura, F., O'Connor, L., Ye, Z., Mursu, J., Hayashino, Y., Bhupathiraju, S. N. et Forouhi, N. G. (2015). Consumption of sugar sweetened beverages, artificially sweetened beverages, and fruit juice and incidence of type 2 diabetes: systematic review, meta-analysis, and estimation of population attributable fraction. *BMJ (Clinical Research Ed.)*, 351, h3576. doi: 10.1136/bmj.h3576.

Institut canadien d'information sur la santé (2020, mis à jour en décembre 2022). État de santé perçu, [www.cihi.ca/fr/indicateurs/etat-de-sante-percu].

Institut national de santé publique du Québec. (2017). Trousse Média sur les agressions sexuelles : Conséquences. <https://www.inspq.qc.ca/agression-sexuelle/comprendre/consequences>.

Jacob, J. V., P. ; Canuel, M. ; Demers, I. (2019). « Adaptation municipale aux problèmes d'allergies liées au pollen de l'herbe à poux : portrait des actions prises à l'échelle des municipalités québécoises », Bulletin d'information en santé environnementale, [www.inspq.qc.ca/bise/adaptation-municipale-problèmes-allergies-pollen-herbe-poux].

Jalbert, Y. G., Panichelli, F. et Poorteman, H. (2020). Produits de santé naturels amaigrissants : enquête exploratoire qualitative réalisée dans des pharmacies communautaires montréalaises, Montréal, Association pour la santé publique du Québec, 32 p. [www.aspq.org/app/uploads/2020/07/2020_fevrier_aspq_enquete_pharmacies_communautaires.pdf].

Janosz, M. (1997). "Disentangling the Weight of School Dropout Predictors: A Test on Two Longitudinal Samples", Journal of Youth and Adolescence, vol. 26, no 6, décembre, p. 733-762. doi : 10.1023/A:1022300826371.

Janosz, M., Archambault, I., Lacroix, M. et Lévesque, J. (2007). Trousse d'évaluation des décrocheurs potentiels (TEDP) : Manuel d'utilisation. http://www.accrochaje.cfwb.be/index.php?eID=tx_nawsecuredl&u=0&g=0&hash=f988ba48c7183e20ae825d5871869e71127f0309&file=fileadmin/sites/ajens/upload/ajens_super_edit/or/ajens_editor/Outils/Trousse_d_evaluation_des_decrocheurs_potentiels.pdf.

Klein, B., Rajendram, R., Hrycko, S., Poynter, A., Ortiz-Alvarez, O., Saunders, N. et Andrews, D. (2022). L'anxiété chez les enfants et les adolescents – partie 1 : le diagnostic. Paediatrics and Child Health, 28, 37-44. <https://doi.org/10.1093/pch/pxac101>.

Lamontagne, P. et Hamel, D. (2009). Le poids corporel chez les enfants et adolescents du Québec : de 1978 à 2005. https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/936_PoidsEnfant1978-2005.pdf.

Lanctôt, N., Bernard, M. et Le Blanc, M. (2002). Le début de l'adolescence : une période propice à l'éclosion des différentes configurations de la conduite déviante et délinquante des adolescentes. Criminologie, 35(1), 69-88. doi: 10.7202/027514ar.

Laprise, P. (2013). Environnement social des jeunes du secondaire : la famille, les amis et l'école, dans L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011. Le visage des jeunes d'aujourd'hui : leur santé mentale et leur adaptation sociale, Québec, Institut de la statistique du Québec, Tome 2, p. 29-52.

Lasnier, B., et Tremblay, M. (2022). Le vapotage chez les Québécois : données de l'Enquête québécoise sur le tabac et les produits de vapotage 2020, Québec, Institut national de santé publique du Québec, 48 p.
[www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/3247-vapotage-quebecois-2020.pdf].

Lavoie, F., Hotton-Paquet, V., Laprise, S. et Joyal Lacerte, F. (2009). ViRAJ : Programme de prévention de la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes et de promotion des relations égalitaires (2e éd.),
https://www.viraj.ulaval.ca/sites/viraj.ulaval.ca/files/lavoie_2009.pdf.

Le Blanc, M. (2003). La conduite délinquante des adolescents : son développement et son explication. Dans M. Le Blanc, M. Ouimet et D. Szabo (dir.), *Traité de criminologie empirique* (3e éd., p. 367-420). Montréal, Québec : Les Presses de l'Université de Montréal.

Leclerc, B.-S. et Lasnier, B. (2011). Surveillance de l'usage du tabac au Québec. Repéré sur le site de l'Institut national de santé publique du Québec :
https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1286_SurvUsageTabacQuebec.pdf.

Léger-Goodes, T. (2022). "Eco-anxiety in children: A scoping review of the mental health impacts of the awareness of climate change", *Frontiers in Psychology*, vol. 13, p. 872544. doi : 10.3389/fpsyg.2022.872544.

Lemelin, J.-P., Provost, M. A., Tarabulsky, G. M., Plamondon, A. et Dufresne, C. (2012). Développement social et émotionnel chez l'enfant et l'adolescent. Québec, Québec : Presses de l'Université du Québec.

Lemétayer, F. et Papineau, É. (2021). L'utilisation des écrans et la santé des jeunes : pistes d'action pour une approche préventive.
<https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2790-utilisation-ecrans-sante-jeunes.pdf>.

Lemétayer, F. (2022). « Usages, impacts sur la santé et encadrement parental de l'utilisation des écrans chez les 6-17 ans : sondage prépandémie auprès des parents québécois », [www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2831-encadrement-parental-ecran-6-17-ans.pdf].

Levasseur, M. (2000). Perception de l'état de santé. Dans C. Daveluy, L. Pica, N. Audet, R. Courtemanche et F. Lapointe (dir.), *Enquête sociale et de santé 1998* (p. 259-271). Québec, Québec : Institut de la statistique du Québec.

Levine, M. P. et Smolak, L. (2002). Body Image Development in Adolescence. Dans T. F. Cash et T. Pruzinsky (dir.), *Body image: a handbook of theory, research, and clinical practice* (p. 74- 82). New York, NY : The Guilford Press.

Lewis, D. W. et Ismail, A. I. (1995). Periodic health examination, 1995 update: 2. Prevention of dental caries. The Canadian Task Force on the periodic health examination. *Canadian Medical Association Journal*, 152(6), 836-846.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1337757/pdf/cmaj00066-0040.pdf>.

Keyes, C. L. M. (2007). Promoting and protecting mental health as flourishing: a complementary strategy for improving national mental health. *The American Psychologist*, 62(2), 95-108. doi: 10.1037/0003-066X.62.2.95.

Madigan, S. (2022). "Assessment of Changes in Child and Adolescent Screen Time During the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review and Meta-analysis", *JAMA Pediatrics*, vol. 176, no 12, p. 1188-1198. doi : 10.1001/jamapediatrics.2022.4116.

Manuel Merck. (2020). Trouble anxieux généralisé.
<https://www.merckmanuals.com/fr/ca/professional/troubles-psychiatriques/anxiété-et-troubles-liés-au-stress/trouble-anxieuxgénéralisé>.

Marian, C. (2024). Un guide pour la prise en charge communautaire des troubles des conduites alimentaires en pédiatrie, [cps.ca/fr/documents/position/troubles-des-conduites-alimentaires].

Marinho, V. C., Higgins, J. P., Sheiham, A. et Logan, S. (2003). Fluoride toothpastes for preventing dental caries in children and adolescents. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (1), CD002278. doi: 10.1002/14651858.CD002278.

Mckay, A. (2004). Adolescent sexual and reproductive health in Canada: A report card in 2004. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 13(2), 67-81.
<https://sites.ualberta.ca/AWTY/pdf/adolescentsexualandreproductivehealth.pdf>.

Ministère de la Santé et des Services sociaux. (2003). Document de formation sur l'intervention psychosociale auprès des victimes d'agression sexuelle.
<http://ciusssmcq.ca/telechargement/220/document-de-formation-sur-l-interventionpsychosociale-aupres-de-victimes-d-agre/>.

Ministère de la Santé et des Services sociaux. (2006). Plan d'action de santé dentaire publique 2005-2012. <http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2006/06-231-01.pdf>.

Ministère de la Santé et des Services sociaux. (2006). Investir pour l'avenir – Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids 2006-2012.
<http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2012/12-289-08W.pdf>.

Ministère de la Santé et des Services sociaux. (2008). Programme national de santé publique 2003- 2012 Mise à jour 2008.
<http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2008/08-216-01.pdf>.

Ministère de la Santé et des Services sociaux en collaboration avec l'Institut national de santé publique du Québec. (2010). Quatrième rapport national sur l'état de santé de la population du Québec. Les infections transmissibles sexuellement et par le sang : l'épidémie silencieuse. <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2010/10-228-02.pdf>.

Ministère de la Santé et des Services sociaux (2020). Stratégie pour un Québec sans tabac 2020-2025, Québec, Gouvernement du Québec, 52 p. [cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/sante-services-sociaux/publications-adm/strategie/STR_19-006-04W_MSSS.pdf].

Ministère de la Santé et des Services sociaux (2022). Plan d'action interministériel en santé mentale 2022-2026. S'unir pour un mieux-être collectif, Québec, Gouvernement du Québec, 140 p. [publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2021/21-914-14W.pdf].

Ministère de la Santé et des Services sociaux (2023). Gérer le stress, l'anxiété et la déprime. <https://www.quebec.ca/sante/sante-mentale/s-informer-sur-sante-mentale-ettroubles-mentaux/favoriser-bonne-sante-mentale/gerer-stress-anxiete-et-deprime>.

Ministère de la Santé et des Services sociaux (2024). Activités et services offerts en santé dentaire publique, [www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/sante-dentaire/activites-et-services-sante-dentaire/petite-enfance-et-prescolaire/].

Mortimer, J. T., Harley, C. et Staff, J. (2002). The quality of work and youth mental health. *Work and Occupations*, 29(2), 166-197.

Murray, J. et Farrington, D. P. (2010). Risk factors for conduct disorder and delinquency: key findings from longitudinal studies. *Canadian Journal of Psychiatry*, 55(10), 633-642. doi: 10.1177/070674371005501003.

Neville, R. D. (2022). "Global Changes in Child and Adolescent Physical Activity During the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review and Meta-analysis", *JAMA Pediatrics*, vol. 176, no 9, p. 886-894. doi : 10.1001/jamapediatrics.2022.2313.

O'Malley, M. D. et Amarillas, A. (2012). What works brief #2: opportunities for meaningful participation. http://surveydata.wested.org/resources/S3_WhatWorksBrief2_MeaningfulPart_final.pdf.

Organisation mondiale de la Santé (2003). Obésité : prévention et prise en charge de l'épidémie mondiale. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/42734/1/WHO_TRS_894_fre.pdf.

Organisation mondiale de la Santé (2018). Alimentation saine, [www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet].

Organisation mondiale de la Santé (2022). Santé mentale : renforcer notre action, [www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response].

Organisation mondiale de la Santé (2023). Tabac, [www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/tobacco].

Ordre des dentistes du Québec (2024). L'ABC du brossage (Prévention et hygiène), [www.maboucheensante.com/article/le-brossage/].

Ordre des hygiénistes dentaires du Québec (2014). Bien choisir et sourire. De votre hygiéniste dentaire : Guide pratique pour tous, afin de faire de bons choix en produits d'hygiène buccodentaire personnels, [Ordre des hygiénistes dentaires du Québec, 16 p. [ohdq.com/wp-content/uploads/2020/04/msbd2014brochure28fev.pdf].

Orth, U. et Robins, R. W. (2022). Is High Self-Esteem Beneficial? Revisiting a Classic Question, *American Psychologist*, vol. 77, no 1, p. 5-17. doi : 10.1037/amp0000922.

Panagouli, E. (2021). "School Performance among Children and Adolescents during COVID-19 Pandemic: A Systematic Review", *Children (Basel)*, vol. 8, no 12. doi : 10.3390/children8121134.

Paquette, M.-C. (2008). La préoccupation excessive à l'égard du poids : la comprendre et la prévenir, [www.inspq.qc.ca/sites/default/files/jasp/archives/2008/11_30_MARIE_CLAUDE_PAQUETTE.pdf].

Patchin, J. W., et Hinduja, S. (2006). Bullies move beyond the schoolyard: a preliminary look at cyberbullying. *Youth Violence and Juvenile Justice*, 4(2), 148-169. doi: 10.1177/1541204006286288.

Pica, L. A., Traoré, I., Camirand, H., Laprise, P., Bernèche, F., Berthelot, M., ... Plante, N. (2013). L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011. Le visage des jeunes d'aujourd'hui : leur santé mentale et leur adaptation sociale. <http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfantsados/adaptation-sociale/sante-jeunes-secondaire2.pdf>.

Poirier, H. (2013). La cigarette électronique : état de situation. https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1691_CigarElectro_EtatSituation.pdf.

Poirier, K. (2024). Evolution of Sleep Duration and Screen Time Between 2018 and 2022 Among Canadian Adolescents : Evidence of Drifts Accompanying the COVID-19 Pandemic, *Journal of Adolescent Health*, [En ligne], février. doi : 10.1016/j.jadohealth.2023.12.023.

Potvin, P., Fortin, L., Marcotte, D., Royer, É. et Deslandes, R. (2007). Guide de prévention du décrochage scolaire. <http://www.ctreq.qc.ca/wp-content/uploads/2013/08/Ya-une-place-pour-toi-Leguide.pdf>.

Réseau québécois pour la réussite éducative (2023). Mémoire du Réseau québécois pour la réussite éducative sur le projet de loi no 19 - Loi sur l'encadrement du travail des enfants, Présenté à la Commission de l'économie et du travail de l'Assemblée nationale du Québec, 11 p. [reussiteeducative. quebec/data/memoire-du-reseau-quebecois-pour-la-reussite-educative-projet-de-loi-19.pdf].

Robertson, A. et Colletette, P. (2005). L'abandon scolaire au secondaire : prévention et interventions. *Revue des sciences de l'éducation*, 31(3), 687-707. doi: 10.7202/013915ar.

Robitaille, É., Bergeron, P. et Lasnier, B. (2009). Analyse géographique de l'accessibilité des restaurants-minute et des dépanneurs autour des écoles publiques québécoises. https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/964_AnalyAccessRestau_Depan.pdf.

Rondeau, L. et Tremblay, P. H. (2001). Les relations amoureuses des jeunes : ... prévenir la violence, ... favoriser les relations harmonieuses et égalitaires, ... accompagner les jeunes. https://publications.santemontreal.qc.ca/uploads/tx_asssmpublications/2-89494-293-1.pdf.

Saewyc, E. M., Konishi, C., Rose, H. A. et Homma, Y. (2014). School-based strategies to reduce suicidal ideation, suicide attempts, and discrimination among sexual minority and heterosexual adolescents in Western Canada. *International Journal of Child, Youth and Family Studies*, 5(1), 89-112. doi: 10.18357/ijcyfs.saewyce.512014.

Salmanzadeh, H. (2020). Adolescent drug exposure : A review of evidence for the development of persistent changes in brain function, *Brain Research Bulletin*, vol. 156, mars, p. 105-117. doi : 10.1016/j.brainresbull.2020.01.007.

Santé Canada. (2003). Lignes directrices canadiennes pour la classification du poids chez les adultes. http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/alt_formats/hpfb-dgpsa/pdf/nutrition/cg_quick_ref-ldc_rapide_ref-fra.pdf.

Santé Canada. (2019). Bien manger avec le Guide alimentaire canadien : Ressource à l'intention des éducateurs et communicateurs. http://www.hc-sc.gc.ca/fnan/alt_formats/hpfb-dgpsa/pdf/pubs/res-educat-fra.pdf

Santé Canada (2021). Utilisation sans danger des produits de musculation, [www.canada.ca/fr/sante-canada/sujets/achat-et-utilisation-securitaire-produits-sante/utilisation-sansdanger-produits-musculation.html].

Sambunjak, D., Nickerson, J. W., Poklepovic, T., Johnson, T. M., Imai, P., Tugwell, P. et Worthington, H. V. (2011). Flossing for the management of periodontal diseases and dental caries in adults. *Cochrane Database Systematic Review*, (12), CD008829. doi: 10.1002/14651858.CD008829.pub2

Sciences et avenir (2013). Hon Lik raconte comment il a inventé la cigarette électronique, [www.sciencesetavenir.fr/sante/chine-notre-interview-de-l-inventeur-de-la-cigaretteelectronique_18907].

Seal, C. J., Courtin, C. M., Venema, K. et de Vries, J. (2021). Health benefits of whole grain: effects on dietary carbohydrate quality, the gut microbiome, and consequences of processing. *Comprehensive Reviews in Food Science and Food Safety*, 20(3), 2742-2768. <https://doi.org/10.1111/1541-4337.12728>

Société canadienne de pédiatrie (2019). Les médias numériques : la promotion d'une saine utilisation des écrans chez les enfants d'âge scolaire et les adolescents, *Paediatrics & Child Health*, vol. 24, no 6, p. 409-417. doi : 10.1093/pch/pxz095.

Société canadienne de physiologie de l'exercice (2016). Directives canadiennes en matière de mouvement sur 24 heures pour les enfants et les jeunes : une approche intégrée regroupant l'activité physique, le comportement sédentaire et le sommeil, [2 p. csepguidelines.ca/language/fr/telecharger].

Statistique Canada. (s.d.). Enquête longitudinale nationale sur les enfants et les jeunes – Matériel d'enquête pour la collecte des données 2008-2009, Cycle 8. http://www23.statcan.gc.ca/imdb-bmdi/document/4450_D2_T9_V4-fra.pdf.

Steinfeld, M. R. et Torregrossa, M. M. (2023). Consequences of adolescent drug use, *Transl Psychiatry*, vol. 13, no 1, octobre, p. 313. doi : 10.1038/s41398-023-02590-4.

Tangney, J. P., Baumeister, R. F. et Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271-324. doi: 10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x.

Terézhalmy, G. T., Bartizek, R. D. et Biesbrock, A. R. (2008). Plaque-removal efficacy of four types of dental floss. *Journal of Periodontology*, 79(2), 245-251. doi: 10.1902/jop.2008.070345

Tokozani Sakala, S. et Rossier-Bisaillon, M.-J. (2021). Groupe de travail provincial sur les problématiques du poids. Pour des communications saines sur les problématiques reliées au poids, Montréal, Association pour la santé publique du Québec | Coalition québécoise sur la problématique du poids, 28 p. [collectifvital.ca/files/P2-Enjeux_poids/Rapport_GTPPP.pdf].

Tomé, G., de Matos, M. G., Simões, C., Diniz, J. A., Camacho, I. et AlvesDiniz, J. (2012). How can peer group influence the behavior of adolescents: explanatory model. *Global Journal of Health Science*, 4(2), 26-35. doi: 10.5539/gjhs.v4n2p26.

Touchette, E. (2024). Longitudinal study of childhood sleep trajectories and adolescent mental health problems, *Sleep Advances*, [En ligne], vol. 5, no 1, mars, p. 11. doi : 10.1093/sleepadvances/zpae013.

Traoré, I., Pica, L. A., Camirand, H., Cazale, L., Berthelot, M. et Plante, N. (2014). Enquête québécoise sur le tabac, l'alcool, la drogue et le jeu chez les élèves du secondaire, 2013. Évolution des comportements au cours des 15 dernières années. <http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/alcool-tabac-drogue-jeu/tabacalcool-drogue-jeu.html>.

Tremblay, M. S. (2016). Canadian 24-Hour Movement Guidelines for Children and Youth: An Integration of Physical Activity, Sedentary Behaviour, and Sleep, *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, vol. 41, no 6 supplément 3, juin, p. S311-327. doi : 10.1139/apnm-2016-0151.

Uppal, S. (2017). Les jeunes hommes et les jeunes femmes sans diplôme d'études secondaires, *Regards sur la société canadienne*, produit no 75-006-X au catalogue de Statistique Canada, Statistique Canada, 22 p. [www150.statcan.gc.ca/n1/pub/75-006-x/2017001/article/14824-fra.htm].

U. S. Department of Health and Human Services. (2014). The health consequences of smoking – 50 years of progress. <https://www.surgeongeneral.gov/library/reports/50-years-ofprogress/full-report.pdf>.

Vallières, E. F. et Vallerand, R. J. (1990). Traduction et validation canadienne-française de l'échelle de l'estime de soi de Rosenberg. *International Journal of Psychology*, 25(2), 305-316. doi: 10.1080/00207599008247865.

Vaughan, E. L., Kratz, L. et d'Argent, J. (2011). Academics and substance use among Latino adolescents: results from a national study. *Journal of Ethnicity in Substance Abuse*, 10(2), 147-161. doi: 10.1080/15332640.2011.573315.

Venne, M., Mongeau, L., Strecko, J., Paquette, M.-C. et Laguë, J. (2008). Bénéfices, risques et encadrement associés à l'utilisation des produits, services et moyens amaigrissants (PSMA). https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/763_rapport_psmma.pdf.

World Health Organization. (2012). Adolescent mental health. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44875/1/9789241503648_eng.pdf.

ANNEXE – DONNÉES PAR RLS

Les résultats présentés dans les tableaux suivants réfèrent tous à des pourcentages.

* Coefficient de variation entre 15 % et 25 % ; interpréter avec prudence.

** Coefficient de variation supérieur à 25 %. La valeur de la proportion n'est présentée qu'à titre indicatif.

+/- Augmentation ou diminution significative.

Santé physique et habitudes de vie

Répartition des élèves du secondaire selon la perception de sa santé (mentale et physique)										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Excellente ou très bonne	61,5	64,9	62,5	62,5	(+) 68,6	(+) 71,2	(+) 67,8	65,4	(+) 66,9	61,8
Bonne	29,3	29,2	27,4	30,2	25,7	23,3	24,4	26,5	(-) 26,0	28,5
Passable ou mauvaise	* 9,3	** 5,9	* 10,2	* 7,3	(-) * 5,7	(-) * 5,5	7,8	8,2	(-) 7,0	9,7

Proportion des élèves du secondaire consommant au moins 2 portions de lait par jour										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Au moins 2 portions de lait par jour	(+) 31,8	21,7	* 20,3	19,2	22,5	* 26,7	21,7	20,7	(+) 22,0	19,7

Proportion des élèves du secondaire consommant au moins 5 portions de légumes et de fruits par jour										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Au moins 5 portions	28,4	30,5	31,6	28,5	34,8	32,1	34,0	30,9	32,6	33,2

Proportion des élèves du secondaire consommant au moins quatre verres d'eau par jour										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Au moins quatre verres d'eau par jour	49,2	43,8	45,6	40,5	48,6	50,3	49,7	46,9	47,6	45,6

Proportion des élèves du secondaire consommant au moins une sorte de boisson sucrée régulière (excluant les boissons diètes) et/ou un jus de fruits pur à 100% une fois par jour ou plus										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Une fois par jour ou plus	24,7	* 18,6	22,6	* 18,2	22,0	18,6	17,3	23,0	20,4	19,3

Proportion des élèves du secondaire consommant des aliments à grains entiers à tous les jours										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Aliments à grains entiers à tous les jours	22,2	22,6	16,7	22,9	19,1	* 19,1	22,6	22,3	21,1	20,2

Proportion des élèves du secondaire consommant des aliments protéinés d'origine végétale à tous les jours										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Aliments protéinés d'origine végétale à tous les jours	20,4	22,3	20,5	23,9	22,2	22,5	24,1	22,8	22,9	24,0

Proportion des élèves du secondaire ayant déjeuné tous les jours d'école										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Ayant déjeuné tous les jours d'école	49,4	48,0	44,5	51,0	49,6	50,3	48,1	50,1	(+) 49,4	45,1

Répartition des élèves du secondaire selon la fréquence de consommation de malbouffe dans un restaurant ou un casse-croûte, le midi au cours de la dernière semaine d'école										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Aucune	65,2	69,4	(-) 46,6	(+) 72,7	(+) 69,7	67,3	65,8	69,0	(+) 68,1	63,3
1 fois	22,5	19,5	23,5	* 16,4	(-) 16,5	* 16,0	20,0	20,1	(-) 18,4	20,3
2 fois ou plus	* 12,3	** 11,1	(+) 29,9	** 10,9	13,8	* 16,7	* 14,2	(-) * 10,9	(-) 13,5	16,4

Proportion des élèves du secondaire ayant reçu un diagnostic médical d'un trouble de l'alimentation (anorexie, boulimie)										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Diagnostic médical d'un trouble de l'alimentation	* 7,2	* 5,8	* 4,4	** 4,6	(-) * 3,8	* 4,2	(-) * 3,6	* 5,1	(-) 4,3	5,3

Proportion des élèves du secondaire se brossant les dents au moins deux fois par jour										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Au moins deux fois par jour	(+) 83,3	76,1	68,9	(+) 82,3	78,4	74,1	76,6	78,0	(+) 77,7	74,4

Proportion des élèves du secondaire utilisant la soie dentaire tous les jours										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Tous les jours	33,2	24,5	24,7	* 21,8	22,1	26,7	23,8	20,4	(-) 22,9	26,0

Proportion des élèves du secondaire ayant eu des symptômes de rhinite allergique au cours des 12 derniers mois										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Symptômes de rhinite allergique	28,2	27,3	27,8	(-) * 19,5	(-) 23,2	(-) 22,1	(-) 23,3	25,8	(-) 23,6	28,0

Répartition des élèves du secondaire selon le niveau d'activité physique de loisir durant l'année scolaire										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Actif	(-) 12,6	(-) 13,5	(-) 11,2	* 15,3	* 20,8	(-) 13,8	(+) 29,4	17,9	20,4	18,1
Moyennement actif	(+) 27,0	22,3	23,6	(+) 29,8	22,6	25,8	22,1	22,0	23,5	22,4
Un peu actif	** 2,1	** 4,5	* 3,7	** 1,8	* 2,4	** 3,3	** 2,5	* 2,9	2,6	2,9
Très peu actif	17,1	22,3	21,0	19,9	17,9	21,7	(-) 13,9	18,9	17,9	19,0
Inactif	41,2	37,4	40,5	33,2	36,3	35,4	(-) 32,1	38,3	35,5	37,7

Répartition des élèves du secondaire selon le niveau d'activité physique de transport durant l'année scolaire										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Actif	* 5,1	** 4,1	* 4,7	* 4,8	4,4	** 4,6	* 4,2	* 4,0	4,3	4,6
Moyennement actif	* 6,0	* 5,4	* 7,5	(-) * 4,7	6,9	7,8	(-) 6,0	6,5	(-) 6,4	8,0
Un peu actif	12,9	10,2	* 9,6	* 9,5	(-) 9,3	(-) * 7,2	(-) 9,0	10,9	(-) 9,5	11,9
Très peu actif	(+) 24,8	20,3	17,3	19,1	17,0	17,4	16,8	20,0	18,1	18,8
Inactif	(-) 51,3	59,9	61,0	61,9	(+) 62,4	(+) 63,0	(+) 64,0	58,6	(+) 61,7	56,7

Répartition des élèves du secondaire selon le statut pondéral										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Poids insuffisant	* 12,7	* 7,8	13,0	* 14,2	13,0	12,0	10,7	* 11,1	11,9	12,8
Poids normal	69,7	68,7	63,2	63,3	68,0	63,3	69,7	69,5	67,7	66,6
Embonpoint	* 10,9	13,3	13,7	* 16,4	12,7	15,4	13,0	11,5	13,2	13,9
Obésité	* 6,7	** 10,2	** 10,1	* 6,1	* 6,4	* 9,3	* 6,6	7,9	7,2	6,8

Proportion des élèves du secondaire évaluant leur poids comme normal										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Poids normal	76,7	81,1	77,5	77,6	83,7	81,2	84,7	80,9	82,1	81,5

Proportion des élèves du secondaire satisfaits de leur apparence										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Satisfait	37,5	39,3	41,4	39,3	45,6	42,8	42,5	40,3	42,4	41,6

Proportion des élèves du secondaire ayant diminué le sucre ou le gras au cours des six derniers mois dans le but de perdre du poids ou de le maintenir										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Ayant diminué le sucre ou le gras	41,5	37,2	39,7	41,4	35,0	39,9	32,4	36,0	36,0	38,3

Proportion des élèves du secondaire ayant utilisé trois méthodes ou plus souvent ou quelques fois afin d'augmenter leur masse musculaire au cours des six derniers mois										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
3 méthodes ou plus	* 12,6	* 11,0	* 8,7	* 12,7	16,6	* 14,5	* 11,8	14,2	13,9	13,1

Proportion des élèves du secondaire ayant eu recours à des produits, services et moyens amaigrissants (PSMA) au cours des six derniers mois										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
PSMA	49,6	42,3	44,3	49,2	40,2	47,4	38,8	43,3	42,4	43,9

Proportion des élèves du secondaire passant 4 heures et plus devant un écran au cours d'une journée de semaine et de fin de semaine pour leurs activités scolaires										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
4 heures et plus devant un écran	23,0	21,8	23,6	* 16,3	20,2	18,0	20,4	19,2	19,6	21,0

Proportion des élèves du secondaire passant 4 heures et plus devant un écran au cours d'une journée de semaine et de fin de semaine pour leurs activités de communication et de loisirs										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
4 heures et plus devant un écran	(-) 19,8	24,2	26,3	22,1	24,5	(-) 18,9	24,2	(-) 20,5	(-) 22,9	25,2

Proportion des élèves du secondaire ayant le nombre recommandé d'heures de sommeil pendant la semaine d'école										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Nombre recommandé d'heures de sommeil	(+) 60,0	(+) 61,4	51,4	(+) 64,7	(+) 57,3	54,0	(+) 59,5	(+) 58,9	(+) 58,7	49,6

Proportion des élèves du secondaire ayant le nombre recommandé d'heures de sommeil pendant la semaine d'école										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Nombre recommandé d'heures de sommeil	(+) 60,0	(+) 61,4	51,4	(+) 64,7	(+) 57,3	54,0	(+) 59,5	(+) 58,9	(+) 58,7	49,6

Proportion des élèves du secondaire ayant moins de 6 heures de sommeil pendant la semaine d'école										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Ayant moins de 6 heures de sommeil pendant la semaine d'école	* 5,8	** 6,4	** 7,0	** 4,8	(-) * 4,1	* 4,7	* 4,5	(-) 5,0	(-) 4,7	7,1

Proportion de fumeurs actuels de cigarette chez les élèves du secondaire										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Fumeurs actuels	** 3,1	** 1,1	** 2,0	** 0,0	** 0,1	** 1,1	** 0,5	** 0,9	** 0,6	0,9
Non-Fumeurs	94,8	95,8	96,2	98,4	99,2	97,5	98,0	98,6	98,3	97,7

Proportion des élèves du secondaire de 13 ans et plus ayant fumé une première cigarette avant l'âge de 13 ans										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Ayant fumé une première cigarette avant l'âge de 13 ans	* 5,6	** 3,4	** 2,3	** 1,0	** 1,4	** 2,4	** 1,5	** 1,7	1,7	1,7

Proportion des élèves du secondaire ayant utilisé une cigarette électronique au cours des 30 derniers jours										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Cigarette électronique 30 derniers jours	(+) 37,5	20,2	(+) 26,1	(+) *21,0	13,9	(+) 21,7	* 15,4	21,0	(+) 18,1	15,9

Proportion des élèves du secondaire ayant consommé de l'alcool au cours de leur vie										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Alcool au cours de leur vie	(+) 70,2	(+) 65,1	(+) 66,5	(+) 61,5	(+) 55,7	(+) 63,1	(+) 56,8	(+) 65,0	(+) 59,9	49,7

Proportion des élèves du secondaire ayant consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Ayant consommé de l'alcool	(+) 66,4	(+) 61,9	(+) 63,7	(+) 58,2	(+) 52,6	(+) 59,8	(+) 54,2	(+) 62,7	(+) 57,1	46,6

Proportion des élèves du secondaire de 13 ans et plus ayant consommé de l'alcool pour la première fois avant l'âge de 13 ans										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Avant l'âge de 13 ans	(+) 23,9	20,4	20,4	* 17,2	(-) 14,6	19,9	20,3	(+) 24,1	19,1	17,7

Proportion des élèves du secondaire présentant une consommation excessive d'alcool dans une même occasion au cours des 12 derniers mois										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Consommation excessive d'alcool	(+) 50,0	(+) 45,3	(+) 43,7	(+) 38,9	(+) 35,1	(+) 43,9	33,2	(+) 43,2	(+) 38,2	29,4

Proportion des élèves du secondaire ayant consommé de la drogue au cours de leur vie										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Droge au cours de leur vie	(+) 32,7	23,6	* 21,3	22,7	16,6	21,5	(-) 15,1	21,2	18,9	19,5

Proportion des élèves du secondaire ayant consommé de la drogue au cours des 12 derniers mois										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Consommateurs actuels de drogues	(+) 28,5	22,6	* 19,4	21,1	15,2	19,2	(-) 13,9	18,6	17,2	17,8

Proportion des élèves du secondaire de 13 ans et plus ayant consommé de la drogue pour la première fois avant l'âge de 13 ans										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Ayant consommé de la drogue pour la première fois avant l'âge de 13 ans	* 6,2	** 2,8	** 3,1	** 2,8	* 1,7	** 1,9	** 1,6	** 2,7	2,2	2,6

Proportion des élèves du secondaire n'ayant aucune problématique de consommation d'alcool ou de drogues selon l'indice DEP-ADO										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Feu vert	(-) 90,4	(-) 89,8	92,5	94,8	96,3	93,9	95,7	93,9	94,9	94,8

Proportion des élèves du secondaire de 14 ans et plus ayant eu au moins une relation sexuelle consensuelle au cours de leur vie										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Au moins une relation sexuelle consensuelle au cours de leur vie	(+) 46,8	(+) 41,7	(+) 42,2	33,9	(+) 36,6	(+) 43,4	33,0	(+) 39,9	(+) 37,2	30,2

Proportion des élèves du secondaire de 14 ans et plus ayant eu une première relation sexuelle consensuelle avant l'âge de 14 ans										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Avant l'âge de 14 ans	(+) * 14,3	(+) * 12,0	(+) * 13,7	* 7,6	* 8,4	** 8,0	* 6,9	* 8,7	(+) 8,4	6,7

Proportion des élèves du secondaire de 14 ans et plus ayant utilisé le condom lors de la dernière relation sexuelle vaginale consensuelle, parmi ceux ayant eu au moins une relation sexuelle vaginale consensuelle au cours de leur vie										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Port du condom	55,6	54,7	66,5	(+) 72,9	63,9	60,3	(+) 69,5	65,5	(+) 65,5	60,8

Proportion des élèves du secondaire de 14 ans et plus ayant déjà eu des relations sexuelles avec 3 partenaires ou plus										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
3 partenaires ou plus	40,2	*27,8	34,9	**26,7	36,0	27,2	27,1	27,8	30,3	28,1

Adaptation sociale et santé mentale

Proportion des élèves du secondaire se situant à un niveau faible à l'échelle d'estime de soi										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Total	38,9	38,7	38,3	32,0	(-) 31,8	33,2	(-) 32,1	34,5	(-) 33,1	36,6
Gars	28,9	25,7	25,9	* 25,5	21,3	22,7	22,6	26,1	(-) 23,5	25,8
Filles	48,7	51,3	51,5	38,3	43,7	44,4	(-) 43,1	43,1	(-) 43,5	48,1

Répartition des élèves du secondaire selon le niveau à l'indice d'autocontrôle										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Faible	28,3	* 23,5	25,1	19,9	21,8	(-) 19,0	(-) 16,4	21,5	(-) 20,3	23,9
Moyen	(-) 51,8	64,4	60,9	57,2	64,1	66,8	65,4	62,8	63,3	62,8
Élevé	(+) 19,9	* 12,2	* 13,9	(+) 22,9	14,1	14,2	(+) 18,2	15,8	(+) 16,4	13,3

Proportion des élèves du secondaire se situant à un niveau élevé de résolution de problème										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Niveau élevé	21,7	* 15,4	* 19,5	23,7	17,8	24,0	18,5	17,8	(+) 19,1	17,4

Répartition des élèves du secondaire selon le niveau de relations interpersonnelles										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Faible	* 10,2	* 9,9	* 7,1	** 8,0	6,8	** 4,8	7,8	* 6,5	7,1	7,4
Moyen	33,6	39,1	33,2	* 36,2	33,2	35,2	34,7	38,8	35,4	36,9
Élevé	56,2	51,0	59,7	55,8	60,0	60,1	57,6	54,8	57,5	55,7

Répartition des élèves du secondaire selon le niveau d'efficacité personnelle globale										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Faible	28,4	34,7	27,0	28,3	(-) 28,3	(-) 25,7	(-) 27,0	28,5	(-) 28,0	32,5
Moyen	43,9	45,7	49,7	46,0	47,4	49,0	48,5	49,5	48,0	46,8
Élevé	(+) 27,7	19,6	23,3	25,7	(+) 24,3	(+) 25,3	(+) 24,5	22,0	(+) 24,0	20,7

Proportion des élèves du secondaire ayant une santé mentale florissante										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Santé mentale florissante	33,6	35,0	34,6	41,7	42,6	43,2	42,1	36,0	(+) 40,5	36,6

Proportion des élèves du secondaire ayant reçu un diagnostic médical de dépression ou d'anxiété										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Dépression	* 8,0	* 6,9	* 9,7	* 8,1	5,3	* 6,0	* 6,0	6,2	(-) 6,2	7,4
Anxiété	23,6	23,7	23,1	22,0	18,7	18,4	18,4	19,3	19,5	19,9

Proportion des élèves du secondaire ayant reçu un diagnostic médical de trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Ayant reçu un diagnostic médical	(+) 36,5	(+) 32,6	* 32,3	(+) 33,0	28,4	29,1	28,6	26,9	(+) 29,1	25,4

Répartition des élèves du secondaire selon le niveau de l'indice de détresse psychologique										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Faible	* 15,0	** 10,5	* 8,3	** 11,9	13,2	* 16,8	16,7	14,6	(+) 14,3	12,5
Moyen	40,7	52,3	52,1	49,9	47,7	53,0	46,8	48,9	48,5	46,9
Élevé	44,3	37,1	39,6	38,3	39,1	30,1	36,5	36,5	(-) 37,2	40,6

Répartition des élèves du secondaire selon les catégories du niveau de sévérité des symptômes d'anxiété										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Absence d'anxiété	43,3	44,7	36,4	36,7	(+) 46,8	(+) 48,8	(+) 47,7	43,9	(+) 45,1	40,9
Anxiété légère	22,4	* 22,7	26,1	* 28,1	23,7	21,9	22,6	25,9	24,2	25,0
Anxiété modérée	* 15,3	14,0	(+) 21,1	* 17,8	15,1	15,5	16,2	* 16,3	16,1	16,3
Anxiété sévère	* 19,1	* 18,6	16,3	17,3	14,3	* 13,8	(-) 13,4	(-) 13,9	(-) 14,6	17,8

Proportion des élèves du secondaire ressentant de l'écoanxiété										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Écoanxiété	67,9	68,3	66,5	63,4	64,5	63,9	62,7	66,0	64,5	66,1

Proportion des élèves du secondaire ayant été victimes de violence à l'école ou sur le chemin de l'école ou de cyberintimidation au cours des 12 derniers mois										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Violence	(-) 31,2	(-) 33,7	40,5	(-) 31,3	(-) 33,9	(-) 34,9	(-) 35,2	38,1	(-) 35,0	38,7
Cyberintimidation	(-) * 11,2	16,2	14,3	(-) * 9,2	(-) 11,0	(-) 10,6	14,1	(-) * 9,4	(-) 11,4	14,0

Proportion des élèves du secondaire ayant infligé de la violence à leur partenaire lors de leurs relations amoureuses au cours des 12 derniers mois, parmi ceux ayant eu des relations amoureuses au cours des 12 derniers mois										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Infligé	* 15,5	18,9	21,2	** 11,9	(-) 15,5	(-) * 13,4	(-) 14,3	18,3	(-) 15,5	19,3
Subi	34,5	35,0	42,0	33,6	33,5	(-) 28,4	33,4	30,7	(-) 32,8	36,7

Proportion des élèves du secondaire présentant au moins un comportement d'agressivité directe										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Au moins un comportement d'agressivité directe	38,2	38,1	36,7	(-) 27,6	34,8	(-) 30,4	(-) 30,4	36,5	(-) 33,2	36,9

Proportion des élèves du secondaire présentant au moins un comportement d'agressivité indirecte										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Au moins un comportement d'agressivité indirecte	56,6	60,8	61,3	56,6	59,3	58,7	58,2	60,1	(-) 58,9	60,5

Proportion des élèves du secondaire ayant eu au moins une manifestation de conduite imprudente ou rebelle au cours des 12 derniers mois										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Au moins une manifestation de conduite imprudente ou rebelle	41,1	28,6	27,3	26,6	27,2	27,3	22,8	27,1	26,4	25,9

Répartition des élèves du secondaire selon le nombre d'actes de conduite délinquante commis au cours des 12 derniers mois										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Aucun	62,9	65,2	65,8	70,1	(+) 66,5	(+) 70,3	(+) 70,6	(+) 69,3	(+) 68,6	62,9
1 acte	17,6	20,0	15,5	17,1	20,7	17,8	18,0	16,7	(-) 18,4	19,9
2 actes ou plus	19,5	14,8	* 18,7	* 12,7	(-) 12,9	(-) 11,9	(-) 11,4	14,0	(-) 13,0	17,1

Répartition des élèves du secondaire selon leur expérience de violence interpersonnelle au cours des 12 derniers mois										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Aucune expérience de violence	26,2	19,6	24,4	(+) 32,9	26,2	26,3	28,5	27,6	(+) 27,5	24,3
Victime d'intimidation sans manifestation de comportement d'agressivité	* 7,9	* 10,9	* 6,2	* 7,2	8,1	* 8,4	7,7	* 8,4	8,0	8,1
Victime d'intimidation et manifeste des comportements d'agressivité	(-) 25,9	28,3	35,3	(-) * 24,2	(-) 27,6	(-) 26,7	30,4	29,7	(-) 28,4	32,8
Manifeste des comportements d'agressivité sans être victime d'intimidation	40,0	(+) 41,2	34,0	35,6	(+) 38,1	(+) 38,6	33,4	34,3	36,1	34,8

Proportion des élèves du secondaire de 14 ans et plus ayant eu au moins une relation sexuelle forcée au cours de leur vie										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Au moins une relation sexuelle forcée	15,4	* 10,6	* 7,9	** 12,5	7,7	* 9,5	8,7	12,5	9,9	8,8

Répartition des élèves du secondaire selon le niveau d'engagement scolaire										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Nul/faible	26,2	36,3	30,9	* 26,1	25,8	28,3	26,6	31,7	27,9	26,0
Modéré	58,0	46,0	55,4	54,6	57,7	60,7	55,5	55,3	56,1	56,5
Élevé	* 15,8	17,6	** 13,7	* 19,3	16,5	* 11,0	17,9	13,1	16,0	17,5

Proportion des élèves du secondaire ayant un niveau élevé à l'indice de risque de décrochage scolaire										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Total	26,1	28,4	* 25,4	** 23,5	* 18,5	24,8	* 13,0	21,3	19,5	18,1
Garçons	* 33,2	36,9	* 30,7	** 21,8	* 21,4	* 30,8	* 12,6	27,9	22,4	20,6
Filles	* 19,5	* 20,9	** 18,7	** 25,2	* 15,4	** 17,2	* 13,3	* 14,2	16,3	15,5

Environnement social

Proportion des élèves du secondaire ayant un niveau élevé de participation significative dans leur environnement familial										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Niveau élevé de participation	45,8	41,1	41,4	42,5	42,7	45,9	45,6	42,0	(+) 43,4	41,3

Proportion des élèves du secondaire ayant un soutien social élevé dans leur environnement familial										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Soutien social élevé	72,9	69,8	70,0	80,2	75,5	73,9	76,5	72,9	75,2	73,8

Proportion des élèves du secondaire dont les parents ont un niveau élevé de supervision parentale										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Niveau élevé de supervision parentale	27,8	32,7	35,2	36,3	37,8	35,8	37,2	35,4	36,4	38,1

Proportion des élèves du secondaire ayant un soutien social élevé de leurs amis										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Soutien social élevé	61,5	62,5	64,4	63,9	62,2	67,3	62,1	59,9	(+) 62,4	59,6

Proportion des élèves du secondaire ayant des amis avec un niveau élevé du comportement prosocial										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Niveau élevé du comportement prosocial	51,4	51,0	47,2	(+) 63,8	54,5	50,0	(+) 59,2	48,9	(+) 54,8	51,6

Proportion des élèves du secondaire ayant un niveau élevé de participation significative dans leur environnement scolaire										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Niveau élevé de participation	* 14,1	* 18,3	(+) * 19,6	* 18,6	(+)19,0	(+) * 22,1	18,0	17,3	(+) 18,5	14,4

Proportion des élèves du secondaire ayant un soutien social élevé dans leur environnement scolaire										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Soutien social élevé	29,6	38,0	29,6	33,0	28,8	35,6	29,9	30,4	(+) 30,7	27,7

Proportion des élèves du secondaire ayant un sentiment d'appartenance élevé à leur école										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Sentiment d'appartenance élevé	47,0	46,0	51,4	48,8	(+) 54,3	(+) 52,3	(+) 50,4	44,6	(+) 50,2	43,0

Proportion des élèves du secondaire ayant un niveau élevé de participation significative dans leur environnement communautaire										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Niveau élevé de participation	32,6	* 30,1	* 24,5	33,5	33,3	36,1	39,8	31,1	34,3	32,1

Proportion des élèves du secondaire ayant un soutien social élevé dans leur environnement communautaire										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Soutien social élevé	(+) 53,1	(+) 53,0	(+) 52,9	51,6	(+) 50,3	47,8	46,2	48,2	(+) 49,1	44,7

Expérience de travail et blessures liées à l'emploi

Proportion des élèves du secondaire occupant un emploi durant l'année scolaire										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Occupant un emploi durant l'année scolaire	(+) 68,1	(+) 69,0	(+) 72,6	(+) 66,4	(+) 59,4	(+) 72,1	(+) 64,1	(+) 72,3	(+) 65,7	50,6

Répartition des élèves du secondaire occupant un emploi durant l'année scolaire selon le nombre d'heures travaillées par semaine										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Moins de 6 heures	32,2	(-) 28,5	(-) 22,7	33,2	37,9	(-) 27,4	32,4	(-) 25,7	(-) 31,6	38,0
De 6 à 10 heures	20,8	(+) 30,5	(+) 31,9	23,8	20,0	26,1	(+) 27,7	(+) 27,7	(+) 25,2	23,3
De 11 à 15 heures	21,7	18,3	(+) 26,1	24,8	23,3	(+) 25,7	21,0	(+) 30,1	(+) 24,5	20,4
De 16 à 20 heures	* 16,0	* 12,6	* 12,6	** 10,0	13,3	12,4	11,0	11,2	11,9	12,4
21 heures ou plus	(+) * 9,3	(+) * 10,2	** 6,7	* 8,2	* 5,5	(+) 8,4	(+) 7,9	* 5,2	(+) 6,8	5,8

Proportion des élèves du secondaire qui ont déjà été blessés au travail dans leur emploi principal, qui ont manqué au moins une journée d'école à cause d'une blessure et qui ont reçu des consignes ou de la formation sur la sécurité et les dangers										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Blessés au travail	* 23,4	* 31,2	28,7	* 24,0	27,8	* 29,3	33,2	28,9	29,1	27,2
Reçu de la formation sur la sécurité	69,9	70,5	66,4	72,7	72,5	68,4	75,9	70,7	72,2	71,1

Impact de la COVID-19

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur leur expérience d'apprentissage à l'école										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
S'est beaucoup détériorée	(+) 22,6	* 14,3	* 16,8	18,5	15,8	16,3	14,0	17,8	16,2	16,8
S'est un peu détériorée	26,9	28,4	(-) 24,3	26,8	(-) 23,8	24,5	(-) 23,8	26,8	(-) 25,0	27,7
Est demeurée stable	37,2	42,7	43,6	42,7	(+) 46,2	(+) 47,6	(+) 49,5	43,4	(+) 45,8	41,9
S'est un peu améliorée	* 8,0	8,6	8,6	** 5,0	7,9	* 8,3	6,8	7,4	7,3	7,5
S'est beaucoup améliorée	* 5,4	** 6,0	* 6,7	* 7,1	6,2	(-) * 3,4	5,9	* 4,6	5,7	6,1

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur leurs relations familiales										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet–Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Se sont beaucoup détériorées	* 7,0	7,3	* 7,0	* 6,8	7,5	* 5,5	5,2	6,4	6,5	7,0
Se sont un peu détériorées	14,0	* 14,3	17,9	* 13,0	13,1	* 13,1	14,6	14,6	13,9	14,0
Sont demeurées stables	54,6	58,6	54,0	55,8	56,5	59,8	57,5	57,1	57,0	55,9
Se sont un peu améliorées	12,4	* 11,2	10,8	14,4	11,5	10,9	11,2	9,5	11,3	11,9
Se sont beaucoup améliorées	12,0	8,5	10,3	** 10,0	11,4	* 10,7	11,6	12,3	11,3	11,1

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur leurs relations avec les amis										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet–Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Se sont beaucoup détériorées	* 5,5	* 6,8	* 6,2	** 5,3	7,3	** 3,6	6,2	6,3	(-) 6,2	7,2
Se sont un peu détériorées	19,2	17,5	17,1	16,5	16,6	15,1	16,3	17,6	16,7	17,7
Sont demeurées stables	51,2	54,1	56,0	55,6	50,3	60,3	54,9	51,2	(+) 53,3	50,8
Se sont un peu améliorées	12,7	* 12,7	* 9,7	13,7	13,3	10,6	13,3	13,5	13,0	13,0
Se sont beaucoup améliorées	* 11,4	* 8,9	10,9	* 9,0	12,6	10,5	9,2	11,5	10,8	11,3

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur leur santé mentale										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
S'est beaucoup détériorée	19,9	16,9	* 16,1	19,8	13,8	13,6	14,8	17,2	(-) 15,6	17,1
S'est un peu détériorée	21,6	20,0	23,1	20,1	23,9	22,6	22,7	25,1	23,1	24,3
Est demeurée stable	46,7	48,9	45,9	47,6	49,0	52,5	50,7	45,4	(+) 48,7	45,5
S'est un peu améliorée	* 6,0	** 6,4	* 7,2	* 5,9	6,0	* 6,8	* 4,4	5,3	5,6	6,0
S'est beaucoup améliorée	* 5,8	* 7,7	* 7,6	** 6,7	7,3	* 4,5	7,3	7,0	6,9	7,1

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur leur alimentation										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
S'est beaucoup détériorée	13,8	* 10,2	* 10,2	11,6	(-) 9,4	(-) 8,6	* 10,0	(-) 10,2	(-) 10,0	12,5
S'est un peu détériorée	17,9	18,2	17,7	19,9	19,4	18,4	20,0	(-) 16,7	(-) 18,8	20,4
Est demeurée stable	54,3	53,7	(+) 56,2	54,2	(+) 54,5	(+) 58,8	(+) 55,0	(+) 55,7	(+) 55,2	50,0
S'est un peu améliorée	* 7,4	** 11,4	* 7,3	** 4,9	8,5	* 7,4	* 6,5	7,6	(-) 7,4	8,7
S'est beaucoup améliorée	* 6,6	** 6,5	* 8,6	* 9,5	8,2	* 6,8	8,5	9,8	8,5	8,4

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur la qualité de leur sommeil										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
S'est beaucoup détériorée	17,0	* 12,1	16,4	19,6	(-) 12,5	(-) 10,8	14,3	14,3	(-) 14,1	16,5
S'est un peu détériorée	23,9	* 24,3	20,5	23,0	22,6	(-) 18,5	(-) 18,2	21,5	21,1	21,3
Est demeurée stable	42,2	47,8	44,9	39,5	(+) 46,6	(+) 53,4	(+) 49,4	46,1	(+) 46,8	42,9
S'est un peu améliorée	* 8,9	* 9,5	* 9,4	* 9,6	10,2	* 9,4	8,9	9,3	9,5	10,1
S'est beaucoup améliorée	* 8,0	(-) 6,3	* 8,9	* 8,2	8,2	* 7,9	9,3	8,8	8,5	9,2

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur leurs pratiques d'activité physique										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
Ont beaucoup diminué	16,9	(-) 16,5	19,6	16,1	17,6	16,2	17,9	(-) 14,0	(-) 16,7	19,3
Ont un peu diminué	24,9	21,0	24,9	22,1	22,6	23,5	22,0	21,8	22,3	23,7
Sont demeurés stables	31,3	31,6	(+) 34,8	28,7	(+) 32,5	(+) 33,4	(+) 33,9	(+) 35,0	(+) 33,0	28,9
Ont un peu augmenté	16,0	16,0	* 9,8	16,7	13,1	15,5	12,3	14,4	13,8	13,8
Ont beaucoup augmenté	* 10,8	14,9	(-) 10,9	16,3	14,3	* 11,3	13,9	14,8	14,2	14,3

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur le temps consacré aux écrans										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
A beaucoup diminué	** 3,5	** 1,2	** 3,3	** 2,7	* 2,3	** 0,9	* 2,3	* 2,4	2,3	2,5
A un peu diminué	* 5,1	** 4,7	** 4,9	** 3,0	4,4	(+) 7,1	* 3,7	(+) 7,0	4,9	4,3
Est demeuré stable	21,5	(+) 24,8	21,1	19,2	(+) 24,1	(+) 28,3	23,2	(+) 24,8	(+) 23,7	20,3
A un peu augmenté	40,2	38,9	38,1	39,7	38,7	37,7	40,2	39,5	(+) 39,3	37,4
A beaucoup augmenté	(-) 29,8	(-) 30,4	32,6	35,4	(-) 30,5	(-) 26,0	(-) 30,5	(-) 26,4	(-) 29,9	35,6

Répartition des élèves du secondaire selon la perception que la pandémie de COVID-19 a eu une influence sur leur consommation de substances										
	Haut-Saint-Maurice	Vallée-de-la-Batiscan	Maskinongé	Centre-de-la-Mauricie	Trois-Rivières	Bécancour–Nicolet-Yamaska	Drummond	Arthabaska-de l'Érable	Mauricie et Centre-du-Québec	Québec
A beaucoup diminué	15,6	12	12,9	* 15,6	13,3	* 13,6	12,9	13,7	13,6	13,3
A un peu diminué	** 2,8	* 2,0	** 1,6	** 2,9	* 1,9	** 2,6	* 1,7	** 2,1	2,1	1,7
Est demeurée stable	60,4	71,2	71,9	68,6	73,8	73,6	75,3	70,2	72,4	73,1
A un peu augmenté	13,1	* 8,1	* 7,4	* 6,4	7	* 6,6	5,9	8,9	7,2	6,9
A beaucoup augmenté	* 8,1	** 6,6	* 6,3	** 6,4	* 4,0	** 3,6	* 4,0	* 5,2	4,7	5,1

