

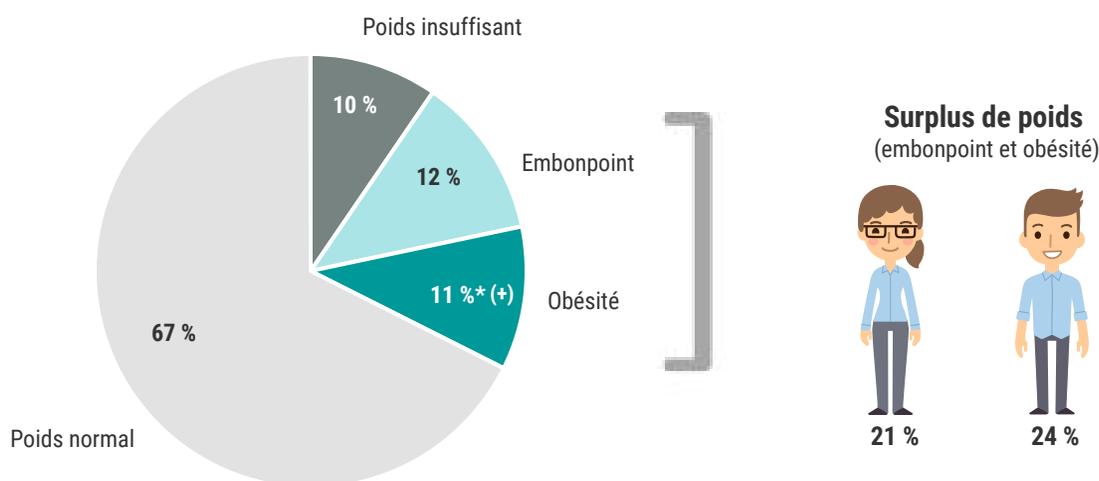


# PORTRAIT DES JEUNES DU SECONDAIRE RLS DU HAUT-RICHELIEU-ROUVILLE

Direction de santé publique de la Montérégie

Ce document est un complément au *Portrait des jeunes du secondaire de la Montérégie*.

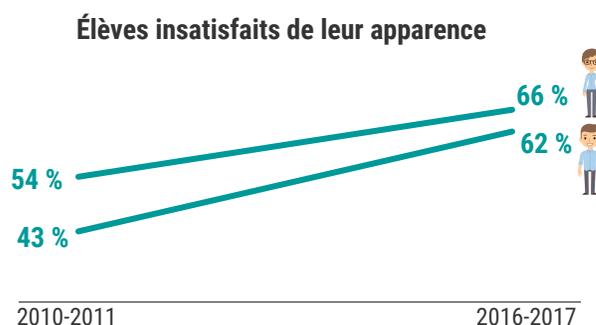
## Un regard sur le poids



Le surplus de poids est demeuré stable depuis 2010-2011

## 6 jeunes sur 10 (64 %) sont insatisfaits de leur apparence

Cette proportion a augmenté tant chez les filles (54 % contre 66 %) que les garçons (43 % contre 62 %) depuis 2010-2011.



## Les méthodes utilisées par les jeunes pour...

### ✓ PERDRE OU CONTRÔLER LEUR POIDS

La moitié (51 %) des jeunes du RLS veulent perdre ou contrôler leur poids



Parmi ceux-ci, **35 % utilisent une méthode dangereuse pour la santé** (sauter des repas, suivre une diète, ne pas manger toute une journée, etc.).

### ✓ AUGMENTER LEUR MASSE MUSCULAIRE

**7 élèves sur 10**

ont eu recours à **au moins une méthode** pour augmenter leur masse musculaire (faire plus d'exercice, changer ses habitudes alimentaires, utiliser des poudres ou boissons protéinées, etc.).





# PORTRAIT DES JEUNES DU SECONDAIRE RLS DU HAUT-RICHELIEU-ROUVILLE

Direction de santé publique de la Montérégie

\* Donnée à interpréter avec prudence.

(+)(-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible à celle de la Montérégie.

>< Valeur significativement plus élevée ou plus faible à celle présentée en comparaison.

↗↘ Hausse ou baisse significative entre 2010-2011 et 2016-2017.

## Citation suggérée :

Direction de santé publique de la Montérégie (2020). Portrait des jeunes du secondaire de la Montérégie. *Image corporelle. RLS du Haut-Richelieu-Rouville*. CISSS de la Montérégie-Centre.

**Rédaction :** Marie-Eve Simoneau.

**Production :** équipe Surveillance, DSP Montérégie.