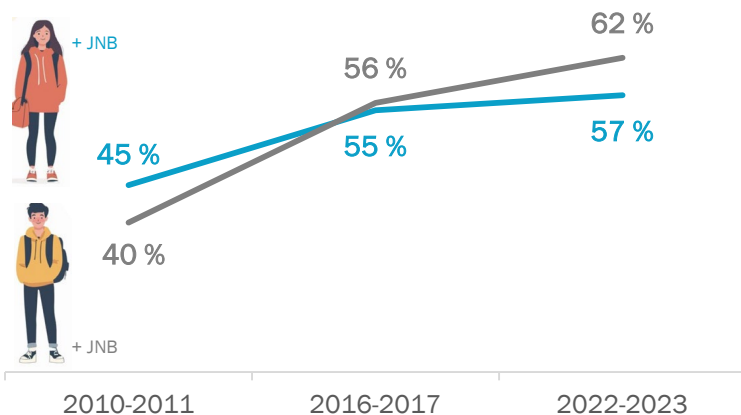
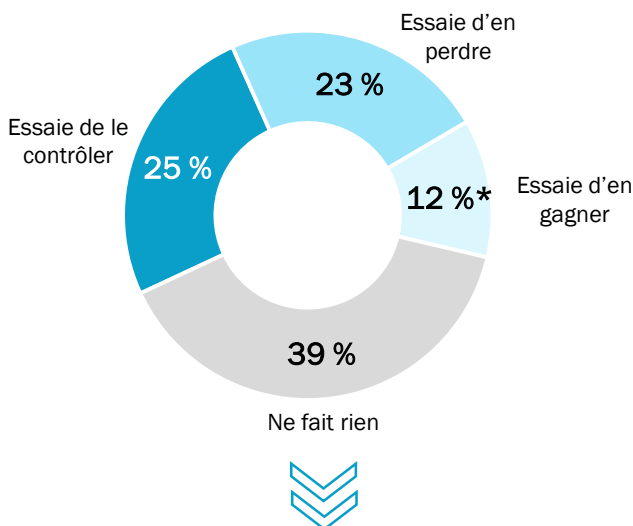


La majorité des jeunes sont insatisfaits de leur silhouette



La proportion de **jeunes** insatisfaits de leur apparence est en **hausse** depuis 2010-2011 (42 c. 59 %)

Les actions qu'ils posent concernant leur poids

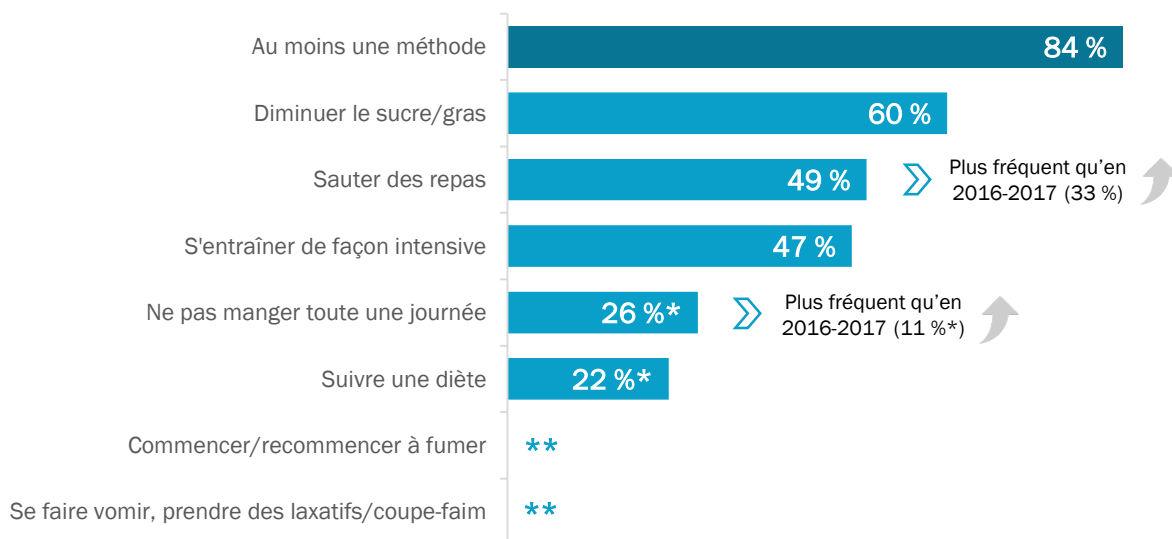


La proportion de **jeunes** qui **ne font rien** concernant leur poids est demeuré **stable**

Les filles sont **plus nombreuses** que les garçons à essayer de **perdre du poids** (30 c. 16 %)

Méthodes utilisées pour perdre ou contrôler leur poids

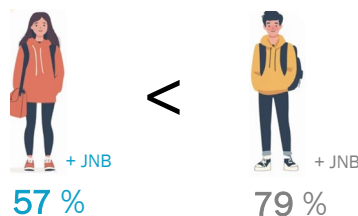
La moitié des jeunes (49 %) essaient de perdre ou contrôler leur poids : 42 % des garçons et 56 % des filles. Parmi eux, la grande majorité utilise **souvent ou quelques fois** au moins une méthode (84 %).



Méthodes utilisées pour gagner de la masse musculaire

68 %

Utilisent **souvent ou quelques fois** au moins une méthode pour augmenter leur masse musculaire



Méthodes

- Faire plus d'exercice
- Changer ses habitudes alimentaires
- Utiliser des poudres ou boissons protéinées
- Utiliser d'autres substances (créatine, hormones de croissance, etc.)
- Utiliser des stéroïdes

+ JNB - JNB Garçons (cisgenres et transgenres) et jeunes non binares. Filles (cisgenres et transgenres) et jeunes non binares.

* Donnée à interpréter avec prudence.

** Donnée trop imprécise pour être présentée.

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

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

Citation suggérée :

Direction de santé publique de la Montérégie (2025). Portrait des jeunes du secondaire de la Montérégie. *Image corporelle*. RLS Pierre-Boucher.

Rédaction : Marie-Eve Simoneau

Production : équipe Surveillance, DSPu Montérégie.

