

## Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS) Un outil de planification pour le réseau de la santé et le réseau scolaire

**Saguenay, le 3 décembre 2024** – La Direction régionale de santé publique a présenté aujourd'hui le portrait régional de l'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS) 2022-2023. Cette enquête de l'Institut de la statistique du Québec (ISQ) est représentative de l'ensemble des jeunes du secondaire inscrits dans les écoles publiques, privées, francophones et anglophones. Dans la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean, 4 401 jeunes ont participé à l'enquête. Ces derniers ont répondu aux questions sur une tablette électronique, pendant les heures de classe. La collecte des données s'est déroulée pendant l'année scolaire 2022-2023 qui a suivi la fin de l'état d'urgence sanitaire lié à la pandémie de COVID-19.

Ces informations permettront notamment de soutenir les actions du réseau de la santé et des services sociaux ainsi que celles du réseau scolaire au profit du bien-être et de la santé de tous les jeunes de la région. Parmi les thèmes analysés, on retrouve : la santé mentale, le temps d'écran, la consommation de substances psychoactives (vapotage, drogues, cigarette, alcool, etc.), l'activité physique, le sommeil, l'alimentation et les diagnostics de santé mentale. Cette enquête démontre également la pertinence de poursuivre collectivement nos efforts afin de promouvoir les saines habitudes de vie chez les jeunes. Prendre note que les données ont été rendues disponibles il y a quelques semaines seulement. Une analyse détaillée sera effectuée dans les prochains mois.

### Faits saillants :

- Depuis 2010-2011, la proportion de jeunes de la région se percevant en excellente ou très bonne santé a diminué, passant de 71 % à 65 % en 2022-2023, une tendance également observée au Québec.
- Depuis 2016-2017, la proportion de jeunes avec une santé mentale florissante a chuté, atteignant seulement 36 % en 2022-2023.
- Les diagnostics de dépression, d'anxiété ou de troubles alimentaires chez les jeunes ont augmenté, passant de 11 % en 2010-2011 à 25 % en 2022-2023. Cette tendance est également observée au Québec.
- Bien que la proportion d'élèves fumant la cigarette diminue, l'utilisation de la cigarette électronique est plus fréquente chez les jeunes.
- 28 % des jeunes de la région ont utilisé une cigarette électronique dans les 30 jours précédant l'enquête, contre 16 % au Québec.
- La consommation excessive d'alcool est stable au SLSJ (50 % en 2022-2023), mais en diminution au Québec (29 %).
- La consommation de cannabis est en baisse, mais reste plus élevée dans la région (19 %) qu'au Québec (16 %).
- 29 % des jeunes de la région sont actifs dans les loisirs et les transports, une proportion en diminution depuis 2010-2011 (34 %).
- La proportion de jeunes respectant le nombre d'heures de sommeil recommandé a diminué, passant de 68 % en 2016-2017 à 51 % en 2022-2023.
- Plus du tiers des jeunes (40 %) passent moins de 2 heures devant un écran pour les activités de communication et de loisir lors d'une journée de semaine.
- La consommation quotidienne d'au moins une boisson sucrée régulière ou diète, des grignotines et des sucreries est en diminution.
- Le quart des jeunes consomment quotidiennement des boissons sucrées en 2022-2023 (24 %).

L'EQSJS est disponible en cliquant ici : [Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire](#).

Prendre note que des infographies seront également disponibles sur notre site Web lors des prochaines semaines.

**Source :** Direction des communications et des affaires publiques  
Téléphone : 418 545-4980, poste 200352  
Courriel : 02ciuss.medias@ssss.gouv.qc.ca