

## Proportion de la population consommant moins de cinq fruits et légumes par jour

**Définition :** Proportion de la population de 12 ans ou plus dans les ménages privés consommant moins de cinq fruits et légumes par jour.

**Utilité :** Une consommation insuffisante de fruits et de légumes est associée à une augmentation du risque de développer une maladie chronique telle que les maladies cardiovasculaires et le cancer. De plus, une faible consommation de fruits et de légumes est souvent associée à une alimentation de moins bonne qualité. En prévention des maladies chroniques et en promotion des saines habitudes de vie, il est recommandé d'agir tant auprès des individus que sur les environnements. Avec cette approche, le Programme 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION favorise l'adoption de saines habitudes de vie et vise l'augmentation de la consommation de fruits et de légumes.

**Précisions :** L'enquête mesure la fréquence et non la quantité ou les portions consommées. Cet indicateur peut comporter des erreurs de précision, car il fait appel à la mémoire et à la perception des répondants. De plus, des changements survenus dans la méthodologie de l'enquête à différents cycles peuvent entraîner des difficultés dans l'interprétation des tendances. Les cycles de l'ESCC antérieurs à 2007 s'échelonnent sur 12 mois. Depuis 2007-2008, la collecte de données se déroule sur 24 mois.

### Proportion de la population de 12 ans ou plus consommant moins de cinq fruits et légumes par jour selon la région des Laurentides et le Québec

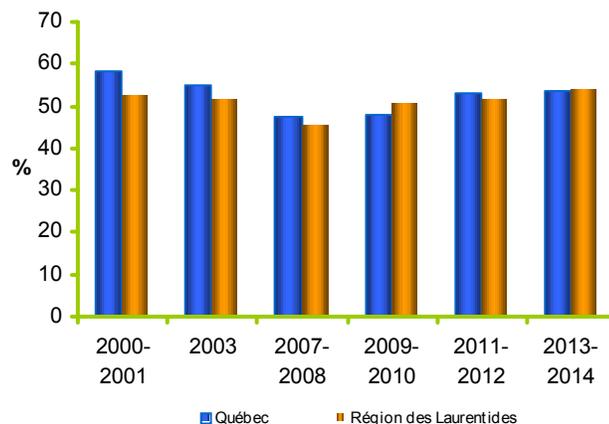
Territoire	2009-2010		2011-2012		2013-2014	
	%		%		Nombre	
Québec	48,1	53,2	53,4	3 720 500		
Région des Laurentides	50,6	51,6	53,8	270 200		

Les tests de comparaison statistiques n'ont pu confirmer d'écart significatif entre la région et le Québec ou entre un territoire de RLS et la région.

### Population ayant une consommation insuffisante de fruits et légumes à la hausse

Plus de la moitié de la population de 12 ans ou plus de la région des Laurentides consomme moins de cinq fruits et légumes par jour. Depuis 2007-2008, on observe une tendance à la hausse de ceux ayant une consommation insuffisante tant au niveau de la province que de la région. À l'échelle de la région, la proportion est passée de 45,5 % en 2007-2008 à 53,8 % en 2013-2014.

### Population 12 ans ou plus



Source(s) : Statistique Canada, Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC)

## Proportion de la population consommant moins de cinq fruits et légumes par jour

Proportion de la population de 12 ans ou plus consommant moins de cinq fruits et légumes par jour selon le sexe, la région des Laurentides et le Québec, 2013-2014

Territoire	Femmes	Hommes %	Total
Québec	44,4	62,7	53,4
<b>Région des Laurentides</b>	<b>45,9</b>	<b>61,8</b>	<b>53,8</b>

Les tests de comparaison statistiques n'ont pu confirmer d'écart significatif entre la région et le Québec ou entre un territoire de RLS et la région.

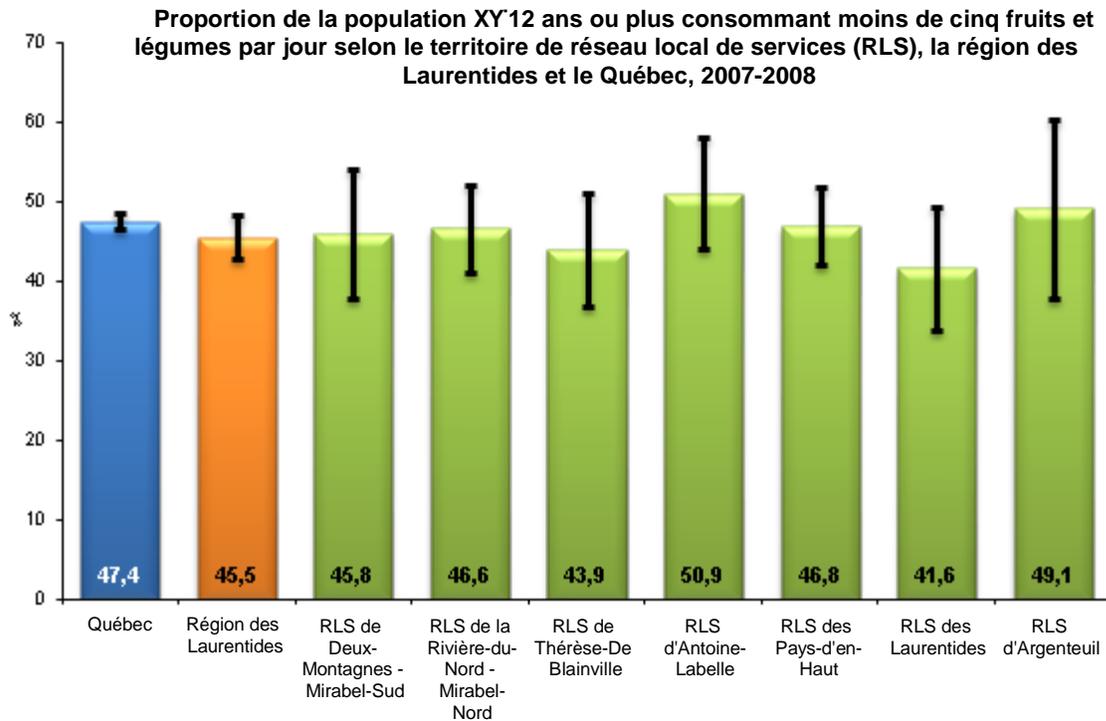
### Consommation insuffisante de fruits et de légumes plus répandue chez les hommes

Historiquement dans la région comme au Québec, on constate une proportion plus élevée d'hommes que de femmes consommant moins de cinq fruits et légumes par jour. En 2013-2014, ce sont environ 62 % des hommes et 46 % des femmes qui ont une faible consommation de fruits et de légumes.

Source(s) : Statistique Canada, Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC)

## Proportion de la population consommant moins de cinq fruits et légumes par jour

Dernières données disponibles par RLS pour cet indicateur :



I : Intervalle de confiance à 95 %

Les tests de comparaison statistiques n'ont pu confirmer d'écart significatif entre la région et le Québec ou entre un territoire de RLS et la région.

### Aucun territoire de RLS ne se démarque

En 2007-2008, aucun territoire de RLS n'est significativement différent de la région.

Les données par territoire de RLS donnent un ordre de grandeur de cette habitude de vie. Il s'agit d'estimations pouvant contenir une marge d'erreur importante. Il peut être utile de se référer à la donnée régionale, plus précise et moins sujette aux variations. Le graphique donne un aperçu de l'étendue possible des estimations.