

# Enquête québécoise sur la santé de la population 2020-2021



**Habitudes de vie et comportements à risque à Montréal :  
résultats de l'EQSP 2020-2021**

## Introduction

L'enquête québécoise sur la santé de la population (EQSP) est une enquête populationnelle qui vise à recueillir des données sur l'état de santé physique et l'état de santé mentale de la population de 15 ans et plus et de certains de ses déterminants. Les deux premières éditions de l'EQSP avaient été réalisées en 2008 et en 2014-2015. Cette troisième édition a été réalisée entre le 5 novembre 2020 et le 19 décembre 2021, dans un contexte de pandémie qui a bouleversé les habitudes de vie et les comportements de la population. Au total, 47 153 personnes ont rempli le questionnaire en ligne ou par téléphone au Québec, dont 4 830 à Montréal.

L'objectif de la présente publication est d'analyser les données de l'EQSP 2020-2021 concernant des habitudes de vie et des comportements qui peuvent avoir un impact sur la santé physique et mentale des personnes vivant à Montréal et d'offrir un portrait plus détaillé des enjeux présents et des sous-groupes de population les plus touchés. On y retrouve la pratique de l'activité physique de loisir et de transport, la consommation de boissons sucrées, le surplus de poids et l'obésité, la consommation de tabac et l'utilisation de la cigarette électronique et la consommation d'alcool et de drogues.

Les analyses de l'EQSP permettent d'établir des conclusions fiables grâce à une méthodologie rigoureuse et à un mode d'échantillonnage représentatif de l'ensemble de la population. Les analyses confirment certainement l'importance de poursuivre les interventions visant à promouvoir et à maintenir l'adoption de saines habitudes de vie de la population montréalaise en contexte de rétablissement pandémique et à long terme.

## Faits saillants

- On observe une forte baisse dans la pratique des activités physiques de loisir et de transport chez les personnes vivant à Montréal, quand on compare les données issues de l'EQSP 2014-2015 à celles des données de l'EQSP 2020-2021.
- Plus de 4 personnes vivant à Montréal sur 10 consomment des boissons sucrées au moins une fois par jour.
- On observe une hausse du surplus de poids dans la population montréalaise depuis 2008. En effet, la prévalence était de 48,0 % en 2008, 51,0 % en 2014-2015 et 53,8 % en 2020-2021. Il en est de même pour la prévalence de l'obésité (14,4 % en 2008, 17,0 % en 2014-2015 et 19,6 % en 2020-2021).
- On constate une diminution du nombre de fumeurs à Montréal depuis 2008.
- En 2020-2021, 5,0 % de la population montréalaise de 15 ans et plus a utilisé la cigarette électronique ou a vapoté, au cours des 30 derniers jours.
- Environ 1 personne sur 5 de la population des 15 ans et plus à Montréal a consommé de l'alcool de façon excessive, au cours des 12 derniers mois.
- La proportion de personnes vivant à Montréal qui consomment de la drogue est en augmentation. La proportion est passée de 14 % en 2008 à 19 % en 2014-2015 pour atteindre 22 % en 2020-2021.
- La proportion de personnes vivant à Montréal qui consomment du cannabis est aussi en augmentation.

## Note méthodologique

Les données présentées dans ce feuillet sont tirées de l'Infocentre de l'INSPQ à moins d'indication contraire.

Certaines des données présentées pour l'EQSP 2014-2015 ne correspondent pas aux estimations officielles ou aux données publiées lors de productions précédentes. En effet, le mode de collecte de l'EQSP a changé au fil des années, ce qui limite la comparabilité de certaines données. En 2008, la collecte avait été faite en mode téléphonique seulement. En 2014-2015, la collecte comportait un volet téléphonique et un volet multimode (téléphonique et Web). En 2020-2021, la collecte a été faite en mode multimode seulement. Pour certains indicateurs, les comparaisons entre 2014-2015 et 2020-2021 sont faites en utilisant seulement le volet multimode de 2014-2015. Les comparaisons avec 2008 ne sont pas recommandées.

Dans la présente publication, nous présentons les données de la population de 15 ans et plus dans la région socio-sanitaire de Montréal. Les différences significatives ont été déterminées à un seuil alpha de 0,05.

## Activité physique de loisir et de transport

Cette section brosse le portrait statistique du niveau d'activité physique de loisir et de transport des personnes vivant à Montréal de 15 ans et plus en 2020-2021. Les résultats sont analysés selon certaines caractéristiques sociodémographiques, dont le genre et l'âge, selon certaines caractéristiques individuelles et selon certaines habitudes de vie. Une analyse de l'évolution depuis 2014-2015 est aussi présentée.

L'indicateur du niveau d'activité physique de loisir et de transport est calculé en combinant l'activité physique de loisir et celle du transport. Chaque indicateur se divise en quatre catégories (niveaux) : « actif », « moyennement actif », « un peu actif » et « sédentaire ». Le niveau recommandé d'activité physique fait référence au niveau « actif ».

### Comment Montréal se compare au reste du Québec ?

Plus du tiers (36,4 %) de la population des 15 ans et plus à Montréal atteint le niveau supérieur recommandé (actif) d'activité physique de loisir et de transports. C'est légèrement plus élevé que la moyenne québécoise (34,3 %).

La pratique des activités physiques de loisir et de transport se dessine comme suit chez les personnes vivant à Montréal : plus du tiers sont actifs, le tiers est sédentaire et moins du tiers moyennement ou peu actifs.

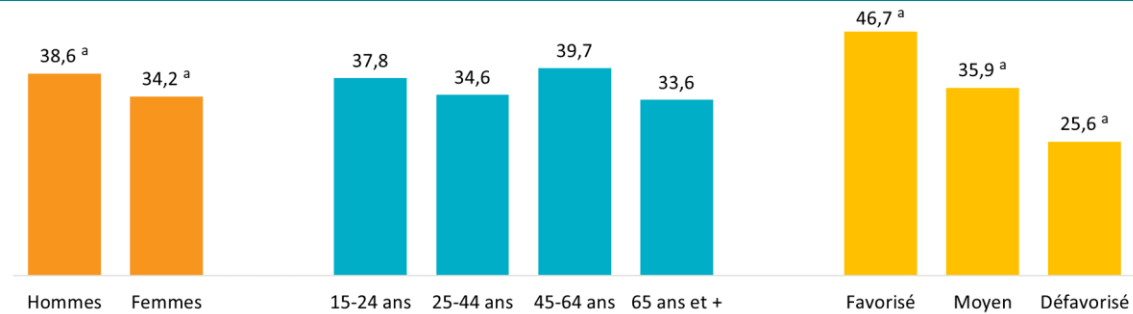
### Comment la situation a-t-elle évolué entre 2014-2015 et 2020-2021 ?

À Montréal tout comme dans le reste de la province, la proportion de personnes actives est en diminution. En effet, on constate une forte baisse (36,4 % en 2020-2021) de l'activité physique (niveau recommandé) comparativement à 2014-2015 (42,6 %).

Cette diminution est au moins en partie explicable par la pandémie de COVID-19 et les restrictions mises en place au moment de la collecte de données, comme le confinement, le couvre-feu, la fermeture des lieux d'activité physique et de sport, le télétravail et l'enseignement à distance.

## Observe-t-on des différences sociodémographiques ?

Proportion des personnes actives selon le genre, la catégorie d'âge et le niveau de défavorisation matérielle, Montréal, 2020-2021



a...z : Pour une variable donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les proportions des catégories de cette variable au seuil de 0,05.

### Différence entre les hommes et les femmes

Les hommes (38,6 %) sont proportionnellement plus nombreux à atteindre le niveau supérieur recommandé (actif) que les femmes (34,2 %).

### Différence selon les tranches d'âge

Il n'y a pas de différence statistiquement significative concernant la proportion des individus atteignant le niveau supérieur d'activité physique dans tous les groupes d'âge.

La proportion d'individus atteignant le niveau supérieur recommandé d'activité physique semble être présente à plus du tiers des individus dans chacun des groupes d'âge.

On note une diminution significative dans ces deux groupes d'âge : 15 à 24 ans (52,9 % c. 37,8 %) et 25 à 44 ans (45,7 % c. 34,6 %) depuis 2014-2015.

### Différence selon la défavorisation

On constate une hausse de la pratique de l'activité physique selon le niveau de scolarité. Les personnes ayant un diplôme universitaire (41,4 %) sont plus actives que les personnes n'ayant pas un diplôme d'études secondaires (28,4 %).

Les personnes provenant d'un milieu défavorisé matériellement sont proportionnellement moins nombreuses à atteindre le niveau recommandé d'activité que les autres. Les personnes provenant d'un milieu favorisé matériellement sont près de deux fois plus actives, en proportion, que celles d'un milieu défavorisé matériellement.

Les personnes actives proviennent plus souvent de milieux favorisés, se perçoivent en meilleure santé, ont une faible détresse psychologique et sont plus souvent satisfaites de leur vie sociale.

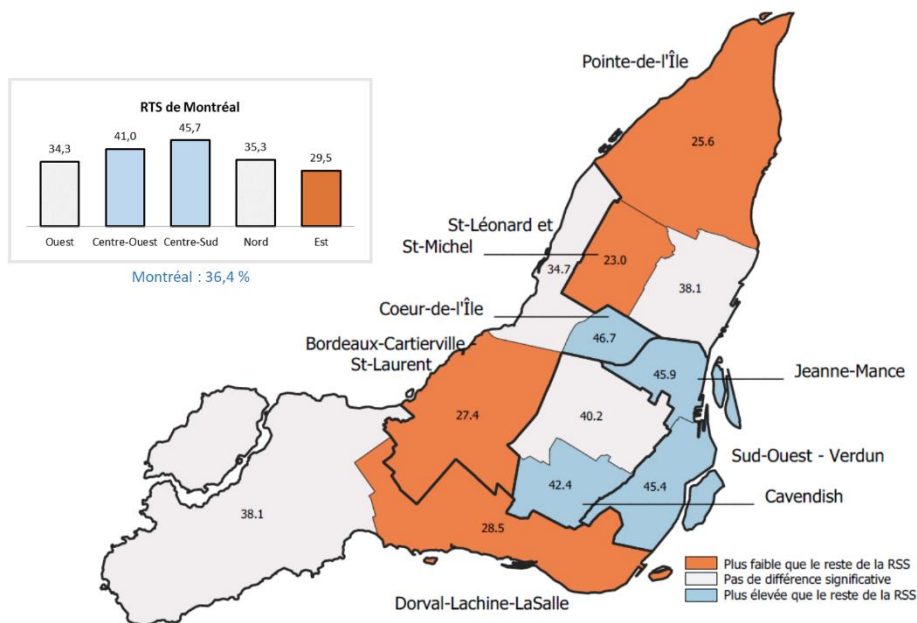
Les personnes sédentaires proviennent plus souvent de milieux défavorisés, qui se perçoivent en moins bonne santé, ont une détresse psychologique élevée et sont plutôt insatisfaites de leur vie sociale.

### Différence selon la composition du ménage

Les personnes vivant seules ou qui sont en couple sans enfant sont plus susceptibles d'être actives.

### Différences selon les RTS et RLS

Proportion de la population de 15 ans et plus ayant atteint le niveau recommandé (actif) pour l'activité physique de transport et de loisir, RLS de Montréal, 2020-2021



Le niveau d'activité physique de loisir et de transport varie selon le territoire de résidence. Depuis 2014-2015, on constate une baisse marquée du niveau d'activité dans tous les territoires et particulièrement dans le RTS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal (54,7 % c. 45,7 %). Ce RTS demeure, toutefois, le territoire où les résidents sont proportionnellement les plus actifs, tandis que ceux du RTS de l'Est sont moins actifs que la moyenne montréalaise.

Sur le plan des RLS, on retrouve la plus forte proportion de personnes actives dans le RLS Coeur-de-l'Île.

## En un clin d'œil : qui sont les personnes actives et sédentaires dans l'EQSP 2020-2021 ?

Personnes les plus souvent actives	Personnes les plus souvent sédentaires
<ul style="list-style-type: none"><li>• sont des hommes</li><li>• sont âgées de 15 à 24 ans ou de 45 à 64 ans</li><li>• sont scolarisées (diplôme universitaire)</li><li>• proviennent de ménages à revenu moyen ou élevé</li><li>• sont des étudiants ou des travailleurs dans les 12 derniers mois</li><li>• sont seules ou en couple sans enfants</li> <li>• ont un poids normal</li><li>• sont des anciens fumeurs</li><li>• ont consommé des drogues au cours des 12 derniers mois</li><li>• ont une excellente ou très bonne perception de leur santé</li><li>• ont une détresse psychologique faible ou moyenne</li><li>• sont plus souvent satisfaites par rapport à leur vie sociale</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• sont des femmes</li><li>• sont âgées de 65 ans et plus</li><li>• sont peu scolarisées</li> <li>• proviennent de ménages à faible revenu</li><li>• sont sans emploi dans les 12 derniers mois</li><li>• sont en couple avec enfants ou en famille monoparentale</li><li>• sont davantage obèses</li><li>• sont des fumeurs quotidiens</li><li>• n'ont pas consommé des drogues au cours des 12 derniers mois</li><li>• ont une perception de leur santé passable ou mauvaise</li><li>• ont une détresse psychologique élevée</li><li>• sont plutôt insatisfaites ou très insatisfaites par rapport à leur vie sociale</li></ul>



## Consommation de boissons sucrées

Cette section brosse le portrait statistique de consommation d'au moins une boisson sucrée par jour des personnes de 15 ans et plus vivant à Montréal en 2020-2021. Les résultats sont analysés selon certaines caractéristiques sociodémographiques, dont le genre et l'âge, selon certaines caractéristiques individuelles et selon certaines habitudes de vie. Toutefois, il n'y a pas d'analyse de l'évolution depuis 2014-2015, puisque l'indicateur a été modifié dans l'EQSP 2020-2021. L'indicateur de l'EQSP 2020-2021 inclut les thés et les cafés sucrés du commerce ce qui vient gonfler les résultats. Par exemple, en changeant ainsi l'indicateur, on fait tripler la proportion de consommateurs de boissons sucrées à Montréal, qui passe de 14,3 % en 2014-2015 à 42,1 % en 2020-2021.

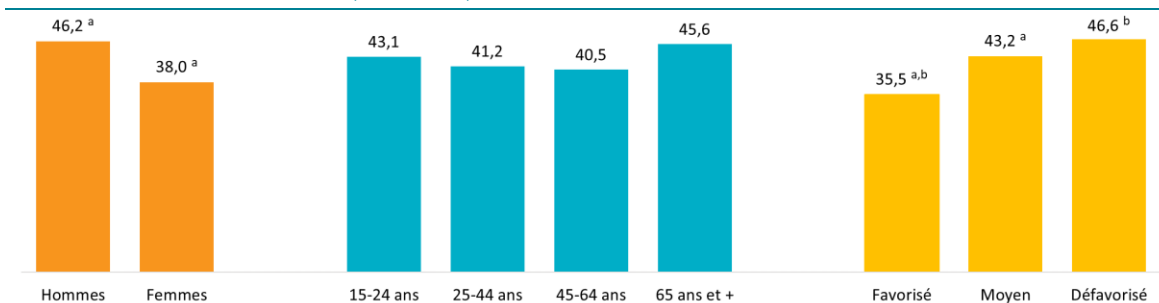
L'indicateur de la consommation quotidienne de boissons sucrées est construit à partir de la fréquence de consommation de trois types de boissons sucrées (jus de fruits pur à 100 %, de thés ou de cafés sucrés du commerce et d'autres boissons sucrées (boissons gazeuses, boissons à saveur de fruits, boissons pour sportifs, boissons énergisantes, eaux aromatisées et boissons à base de lait ou boissons végétales sucrées) – toutes les boissons diètes sont exclues)). Pour la présente analyse, la consommation quotidienne de boissons sucrées représente la consommation d'au moins un de ces trois types de boissons sucrées « 1 fois par jour » ou « 2 fois ou plus par jour ».

### Comment Montréal se compare au reste du Québec ?

À Montréal, la proportion des personnes de 15 ans et plus consommant au moins une boisson sucrée par jour est moins élevée que dans l'ensemble du Québec (42,1 % c. 51,9 %).

### Observe-t-on des différences sociodémographiques ?

Proportion des personnes qui consomment des boissons sucrées selon le genre, la catégorie d'âge et le niveau défavorisation matérielle, Montréal, 2020-2021



a...z : Pour une variable donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les proportions des catégories de cette variable au seuil de 0,05.

### Différence entre les hommes et les femmes

Les hommes sont proportionnellement plus nombreux que les femmes à consommer au moins une boisson sucrée au moins une fois par jour (46,2 % c. 38,0 %).

## Différence selon les tranches d'âge

Plus de 4 personnes sur 10 consomment une boisson sucrée au moins une fois par jour, et ce, dans les différents groupes d'âge.

Les personnes âgées de 65 ans et plus représentent les plus grands consommateurs (45,6 %) et les personnes âgées de 45 à 64 ans les moins grands consommateurs (40,5 %).

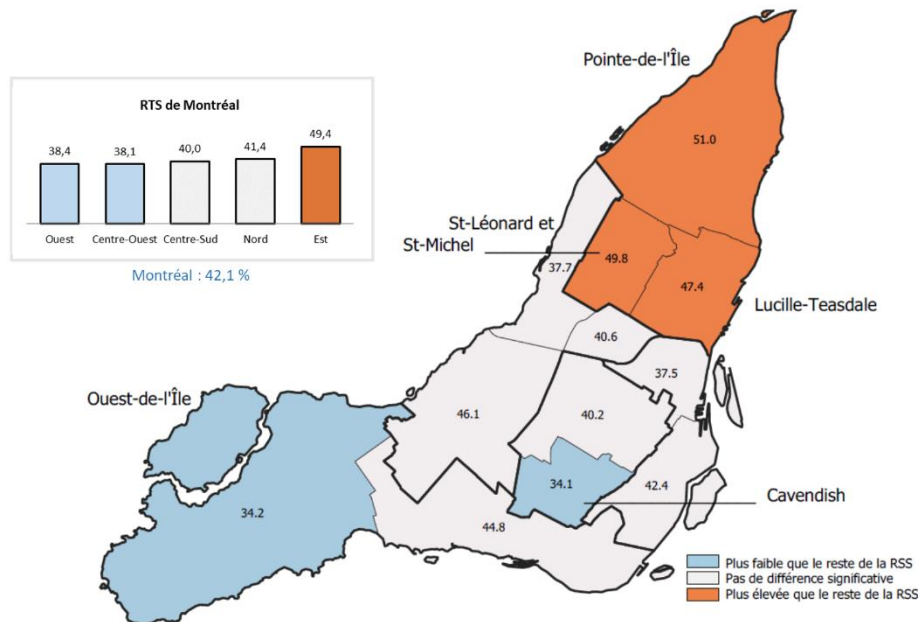
## Différence selon la défavorisation

La consommation d'au moins une boisson sucrée une fois par jour diminue selon le diplôme d'études obtenu. En effet, plus de 1 individu sur 2 n'ayant pas un diplôme d'études secondaires consomme au moins une boisson sucrée une fois par jour comparativement à près de 1 individu sur 3 ayant un diplôme d'études universitaires (53,9 % c. 35,7 %).

Les personnes provenant de milieu défavorisé matériellement sont proportionnellement les plus nombreuses à consommer au moins une boisson sucrée, au moins une fois par jour.

## Différences selon les RTS et RLS

Proportion des personnes qui consomment des boissons sucrées selon le genre, la catégorie d'âge et le niveau de défavorisation matérielle, Montréal, 2020-2021



Les résidents du RTS de l'Est-de-l'Île sont proportionnellement plus nombreux à consommer au moins une boisson sucrée, au moins une fois par jour, par rapport à la moyenne montréalaise.

Sur le plan des RLS, on retrouve la plus forte proportion de personnes à consommer au moins une boisson sucrée, au moins une fois par jour, dans le RLS Pointe-de-l'Île.

En un clin d'œil : qui sont les personnes qui consomment des boissons sucrées dans l'EQSP 2020-2021 ?

#### Personnes qui consomment plus souvent des boissons sucrées

- sont des hommes
- sont âgées de 65 ans et plus
- sont peu scolarisées (pas de diplôme d'études secondaires)
- proviennent de ménages à faible revenu
- sont retraités ou sans emploi dans les 12 derniers mois
- ont un poids insuffisant
- sont sédentaires
- sont des fumeurs
- ont une perception de leur santé passable ou mauvaise
- ont une perception de leur santé buccodentaire passable ou mauvaise

## Statut pondéral

Cette section brosse le portrait statistique du statut pondéral des personnes vivant à Montréal de 18 ans et plus en 2020-2021. Les résultats sont analysés selon certaines caractéristiques sociodémographiques, dont le genre et le sexe, selon certaines caractéristiques individuelles, selon certaines habitudes de vie et selon la perception de leur poids, la satisfaction à l'égard de leur poids et de la principale action entreprise concernant leur poids. Une analyse de l'évolution depuis 2014-2015 est aussi présentée.

L'indice de masse corporelle (IMC) est un indicateur qui fournit une indication générale du statut pondéral d'une personne, mais il ne tient pas compte de certains facteurs importants tels que la répartition de la masse musculaire, la densité osseuse et la répartition des graisses. De plus, l'IMC ne prend pas en compte les différences individuelles telles que l'âge, le sexe, la constitution physique et l'origine ethnique. L'IMC n'est pas une mesure absolue de la santé. Il est, cependant, un indicateur important de la santé des populations. Les valeurs de l'IMC sont les suivantes : poids insuffisant < 18,5, poids normal de 18,5 à 24,9, embonpoint de 25,0 à 29,9 et obèse ≥ 30,0. L'indicateur surplus de poids comprend les personnes faisant de l'embonpoint (IMC de 25 à 29,9) et les personnes obèses (IMC plus grand ou égal à 30).

La santé à tous les poids<sup>1</sup> considère que la santé est multifactorielle et ne peut être déterminée uniquement par le poids corporel ou l'indice de masse corporelle (IMC). Cette approche reconnaît que les personnes de toutes les tailles peuvent être en bonne santé ou malades, et que la santé est influencée par divers facteurs tels que l'alimentation, l'activité physique, la génétique, le bien-être émotionnel, l'accès aux soins de santé, les déterminants sociaux de la santé, etc. L'approche de la santé à tous les poids vise à promouvoir la santé et le bien-être à long terme, tout en encourageant la diversité des tailles et en remettant en question les normes sociétales et culturelles qui stigmatisent les personnes en surplus de poids ou obèses. Elle met également l'accent sur l'importance de respecter l'autonomie et la dignité des individus, et ce, indépendamment de leur poids.

### Comment Montréal se compare au reste du Québec ?

À Montréal, plus de la moitié de la population des 18 ans et plus présente un surplus de poids. C'est un peu moins que la moyenne québécoise (53,8 % c. 59,3 %).

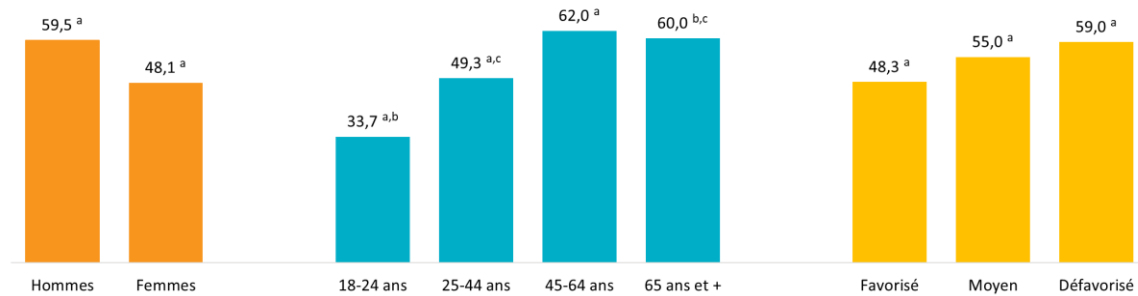
La prévalence de l'obésité est un peu moins élevée à Montréal (19,6 %) que dans l'ensemble du Québec (23,3 %). Même constat dans les enquêtes de 2014-2015 et de 2020-2021.

On observe une hausse du surplus de poids dans la population montréalaise depuis 2008. En effet, la prévalence était de 48,0 % en 2008, 51,0 % en 2014-2015 et 53,8 % en 2020-2021. Il en est de même pour la prévalence de l'obésité (14,4 % en 2008, 17,0 % en 2014-2015 et 19,6 % en 2020-2021).

Les personnes en surplus de poids ou obèses se perçoivent plus souvent en excès de poids et ont essayé de perdre du poids. De plus, la perception d'une santé passable ou mauvaise est plus fréquente autant chez les individus en surplus de poids que les individus obèses.

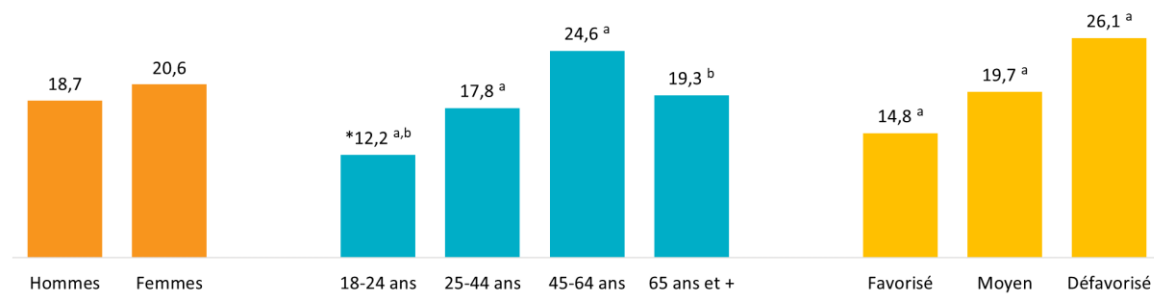
## Observe-t-on des différences sociodémographiques ?

Proportion des personnes en surplus de poids selon le genre, la catégorie d'âge et le niveau de défavorisation matérielle, Montréal, 2020-2021



a...z : Pour une variable donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les proportions des catégories de cette variable au seuil de 0,05.

Proportion des personnes obèses selon le genre, la catégorie d'âge et le niveau de défavorisation matérielle, Montréal, 2020-2021



a...z : Pour une variable donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les proportions des catégories de cette variable au seuil de 0,05.

\* : Coefficient de variation supérieur à 15 % et égal ou inférieur à 25 %, résultat à interpréter avec prudence.

### Différence entre les hommes et les femmes

Le surplus de poids touche plus les hommes et l'obésité plus les femmes :

- Les hommes sont proportionnellement plus nombreux à rapporter dans l'enquête un surplus de poids que les femmes (59,5 % c. 48,1 %). Même constat que dans l'enquête de 2014-2015.
- Bien que la différence ne soit pas statistiquement significative, les femmes rapportent un pourcentage plus élevé d'obésité dans l'enquête que les hommes (20,6 % c. 18,7 %).

On constate une légère tendance à la hausse du surplus de poids chez les femmes entre les deux enquêtes (44,0 % en 2014-2015 c. 48,1 % en 2020-2021).

Les femmes plus que les hommes ont essayé de perdre du poids dans les six derniers mois (30,4 % c. 21,0 %) et c'est légèrement plus élevé que la moyenne québécoise (30,4 % c. 28,7 %), et ce, particulièrement chez les femmes âgées de 18 à 44 ans.

## Différence selon les tranches d'âge

Le surplus de poids et l'obésité touchent davantage les individus âgés de 45 à 64 ans.

La proportion de personnes en surplus de poids parmi les personnes âgées de 45 à 64 ans est près de deux fois la proportion parmi les personnes âgées de 18 à 24 ans (62,0 % c. 33,7 %).

La proportion de personnes obèses parmi les personnes âgées de 45 à 64 ans est environ deux fois la proportion parmi les personnes âgées de 18 à 24 ans (24,6 % c. 12,2 %).

## Différence selon la défavorisation

La prévalence du surplus de poids et de l'obésité tend à diminuer à mesure que le niveau de scolarité augmente. La prévalence est la plus faible parmi les personnes ayant un diplôme universitaire.

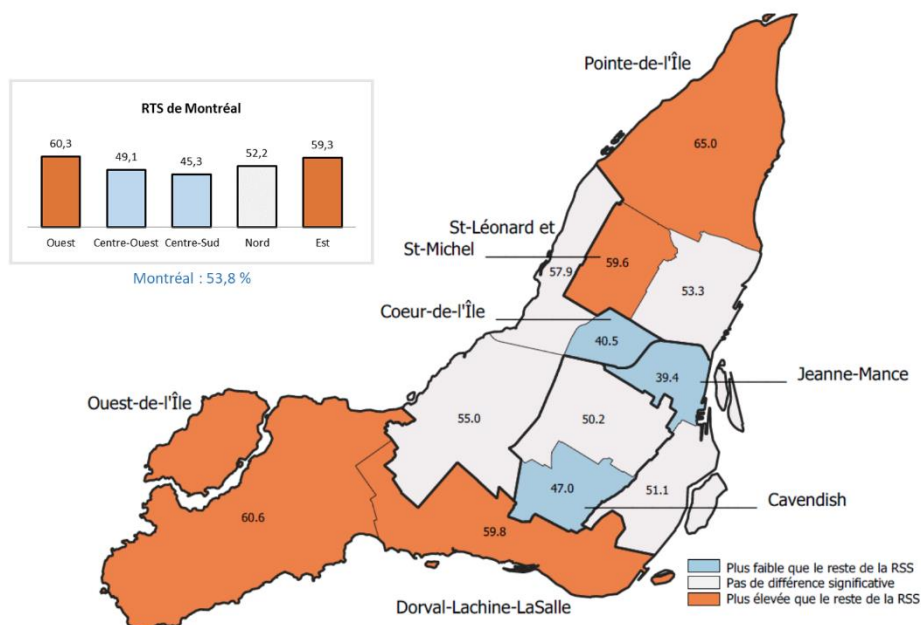
Les personnes provenant d'un milieu défavorisé matériellement sont proportionnellement plus nombreuses à rapporter un surplus de poids ou à être obèse que les personnes issues d'un milieu favorisé matériellement. On observe la même chose pour les personnes provenant d'un ménage à faible revenu par rapport à un ménage à revenu élevé.

## Différence selon la composition du ménage

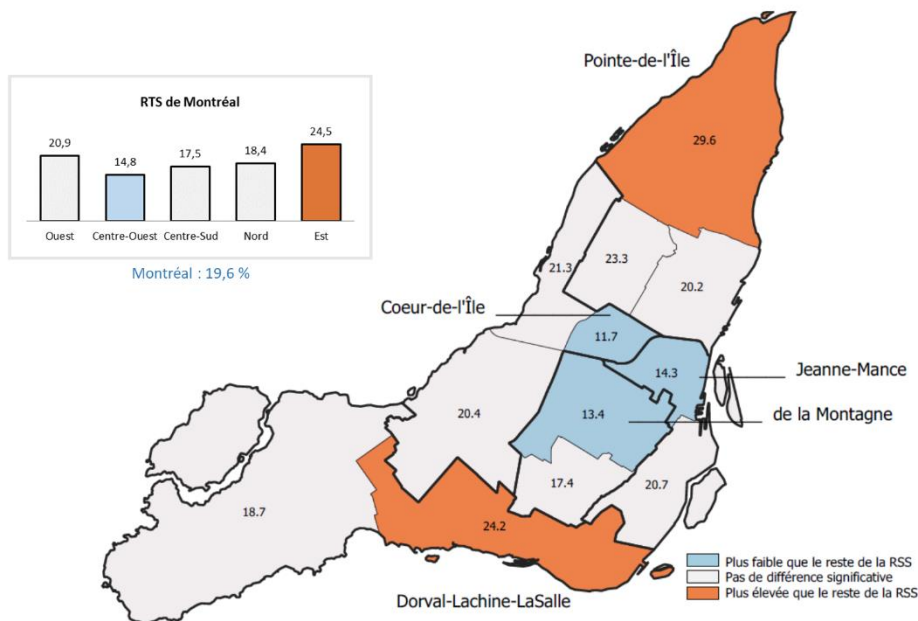
L'obésité est plus présente chez les individus qui vivent seuls ou en famille monoparentale.

## Différences selon les RTS et RLS

### Proportion de la population de 18 ans et plus présentant un surplus de poids, RLS de Montréal, 2020-2021



Proportion de la population de 18 ans et plus obèse, RLS de Montréal, 2020-2021



La prévalence du surplus de poids est plus élevée chez les résidents des RTS de l'Est et de l'Ouest. Tandis que la prévalence de l'obésité est plus élevée dans le RTS de l'Est seulement.

Depuis 2014-2015, c'est dans le RTS du Centre-Ouest que la hausse de la prévalence du surplus de poids est la plus marquée. En revanche, dans le RTS du Centre-Sud on observe une diminution de la prévalence du surplus de poids. Concernant la prévalence de l'obésité, on note depuis 2014-2015, une tendance à la hausse dans tous les RTS (particulièrement dans le RTS de l'Est-de-l'Île), sauf celui de l'Ouest-de-l'Île.

Sur le plan des RLS, on retrouve la plus forte prévalence de surplus de poids et d'obésité dans le RLS Pointe-de-l'Île.

En un clin d'œil : qui sont les personnes qui sont susceptibles d'avoir un surplus de poids ou d'être obèses dans l'EQSP 2020-2021 ?

Personnes susceptibles d'avoir un surplus de poids	Personnes susceptibles d'être obèses
<ul style="list-style-type: none"> <li>• sont plus souvent des hommes</li> <li>• sont âgées 45 ans et plus</li> <li>• sont sans diplôme d'études secondaires ou ayant un diplôme d'études collégiales</li> <li>• proviennent plus souvent de ménages à faible revenu ou de milieux défavorisés</li> <li>• sont plus souvent retraitées ou sans emploi dans les 12 derniers mois</li> <li>• sont des anciens fumeurs</li> <li>• ont une perception de leur santé passable ou mauvaise</li> <li>• se perçoivent en excès de poids</li> <li>• ont essayé de perdre du poids</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sont plus souvent des femmes</li> <li>• sont âgées de 45 à 64 ans</li> <li>• sont sans diplôme d'études secondaires</li> <li>• proviennent plus souvent de ménages à faible revenu ou de milieux défavorisés</li> <li>• sont plus souvent sans emploi au cours des 12 derniers mois</li> <li>• vivent plus souvent seules ou en famille monoparentale</li> <li>• ont une perception de leur santé passable ou mauvaise</li> <li>• se perçoivent en excès de poids</li> <li>• ont essayé de perdre du poids</li> </ul>



## Consommation de tabac

Cette section brosse le portrait statistique de l'usage de la cigarette des personnes vivant à Montréal de 15 ans et plus en 2020-2021. Les résultats sont analysés selon certaines caractéristiques sociodémographiques, dont le genre et le sexe, selon certaines caractéristiques individuelles et selon certaines habitudes de vie. Une analyse de l'évolution depuis 2014-2015 est aussi présentée.

L'indicateur de statut de fumeur de cigarette répartit les répondants en quatre catégories : fumeurs réguliers, fumeurs occasionnels, anciens fumeurs et non-fumeurs (n'ayant jamais fumé). La proportion de fumeurs actuels est obtenue en regroupant les fumeurs réguliers et occasionnels.

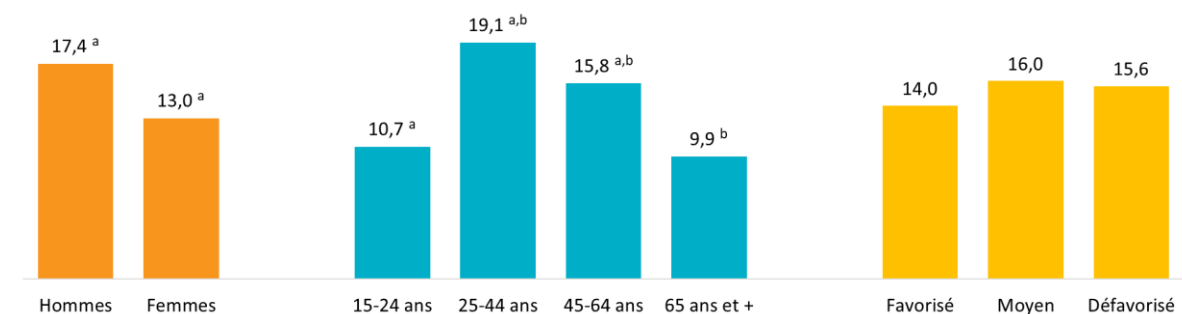
### Comment Montréal se compare au reste du Québec ?

À Montréal, près de 1 personne sur 7 âgée de 15 ans et plus fume actuellement la cigarette. La proportion est pratiquement la même dans l'ensemble du Québec (15,2 % c. 15,4 %).

On observe une diminution de la prévalence chez les fumeurs montréalais depuis 2008. En effet, on est passé de 23,5 % en 2008, à 19,4 % en 2014-2015 et à 15,2 % en 2020-2021.

### Observe-t-on des différences sociodémographiques ?

Proportion des personnes qui fument selon le genre, la catégorie d'âge et le niveau de défavorisation matérielle, Montréal, 2020-2021



a...z : Pour une variable donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les proportions des catégories de cette variable au seuil de 0,05.

## Différence entre les hommes et les femmes

Les hommes sont proportionnellement plus nombreux que les femmes à fumer (17,4 % c. 13,0 %). Depuis 2014-2015, on observe une diminution du nombre de fumeurs autant chez les hommes que chez les femmes.

## Différence selon les tranches d'âge

La proportion de fumeurs est la plus élevée dans le groupe d'âge des 25 à 44 ans.

On observe une diminution de la proportion de fumeurs actuels dans tous les groupes d'âge depuis 2014-2015, quoique non significative chez les aînés. Cependant, la diminution est plus marquée chez les 15 à 24 ans et chez les 45 à 64 ans.

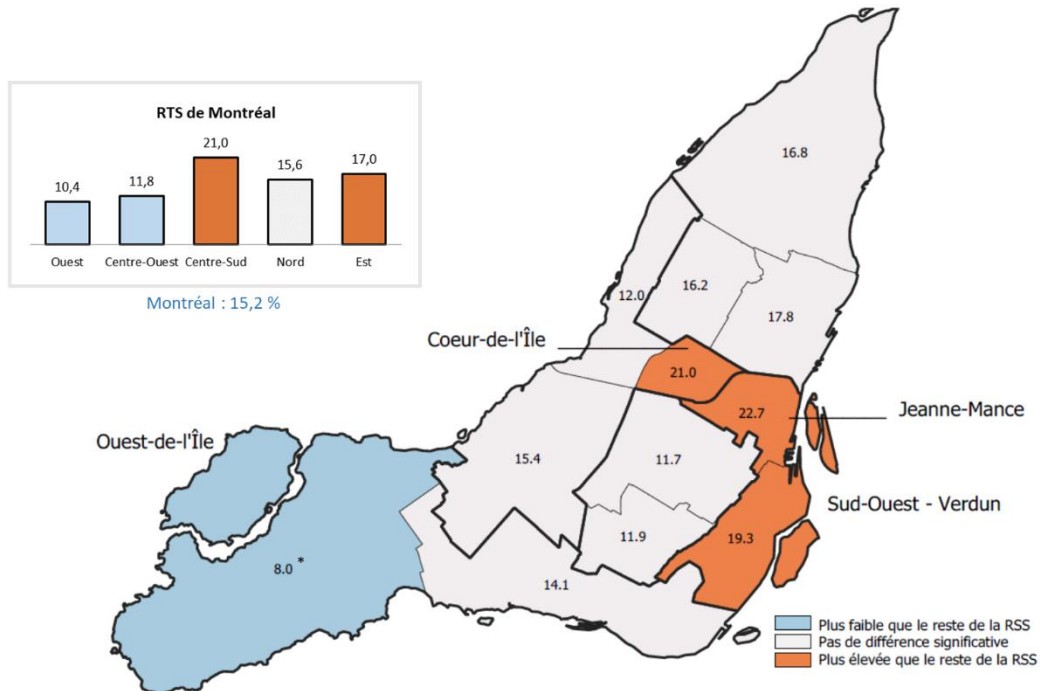
## Différence selon la défavorisation

La proportion du nombre de fumeurs est moins élevée chez les personnes ayant un diplôme d'études universitaire. En effet, 1 personne sur 8 ayant un diplôme d'études universitaires est un fumeur actuellement, comparativement à plus de 1 personne sur 6 pour les autres types de diplomation.

On note aucune différence significative selon le niveau de défavorisation matérielle.

## Différences selon les RTS et RLS

Proportion de fumeurs actuels de cigarettes parmi la population, RLS de Montréal, 2020-2021



La consommation actuelle de cigarette est plus élevée dans le RTS du Centre-Sud et plus faible dans le RTS de l'Ouest et du Centre-Ouest. Depuis 2014-2015, une baisse de la prévalence de fumeurs est observée dans tous les RTS et la baisse la plus marquée se retrouve dans le RTS de l'Ouest et la plus faible dans le RTS du Centre-Sud.

Sur le plan des RLS, on retrouve la plus forte proportion de fumeurs dans le RLS Jeanne-Mance.

En un clin d'œil : qui sont fumeurs actuels de cigarettes dans l'EQSP 2020-2021 ?

### Les fumeurs actuels de cigarettes

- sont plus souvent des hommes
- sont plus souvent âgés de 25 à 44 ans
- vivent souvent seuls
- sont souvent peu diplômés (possèdent un diplôme d'études secondaires)
- proviennent surtout de ménages à faible revenu
- sont plus souvent sans emploi dans les 12 derniers mois
- ont une détresse psychologique plus souvent élevée
- ont davantage consommé des drogues, au cours des 12 derniers mois

## Utilisation de la cigarette électronique

Cette section brosse le portrait statistique de l'usage de la cigarette électronique des personnes vivant à Montréal de 15 ans et plus en 2020-2021. Les résultats sont analysés selon certaines caractéristiques sociodémographiques, dont le genre et l'âge, selon certaines caractéristiques individuelles et selon certaines habitudes de vie. Cet indicateur n'était pas présent dans l'EQSP 2014-2015.

L'indicateur de statut d'utilisateur de cigarette électronique est défini comme suit : au cours des 30 derniers jours, avez-vous utilisé une cigarette électronique (vapoteuse avec e-liquide, e-cigarette, vape pen, tank, mod, pods) ? L'indicateur de statut d'utilisateur de cigarette électronique répartit les répondants en deux catégories : utilisateurs et non utilisateurs.

### Comment Montréal se compare au reste du Québec ?

En 2020-2021, 5,0 % de la population montréalaise de 15 ans et plus a utilisé la cigarette électronique ou a vapoté au cours des 30 derniers jours. La proportion est pratiquement la même dans l'ensemble du Québec (5,6 %).

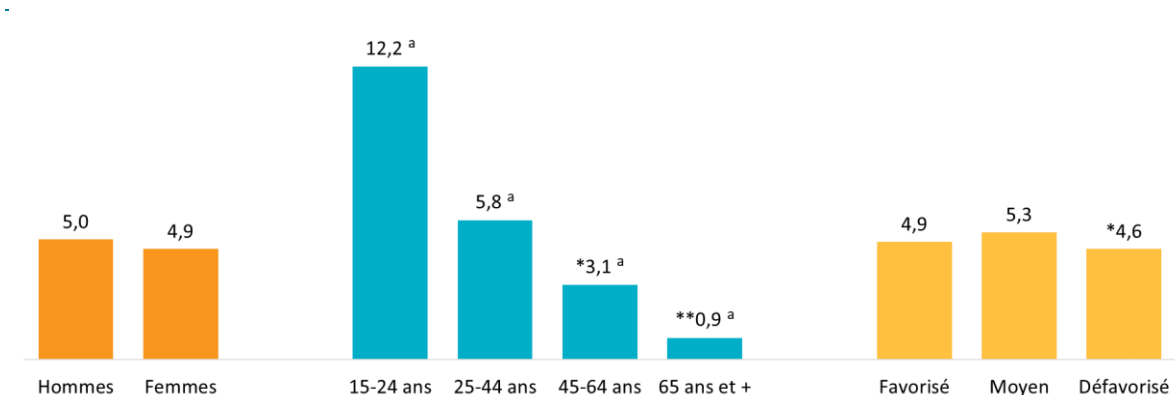
### Cigarette électronique et nicotine

Parmi tous les utilisateurs de la cigarette électronique, plus de 2 personnes sur 5 (43,5 %) l'ont toujours utilisée avec un liquide contenant de la nicotine. Environ 11 % l'ont fait souvent, 31 % parfois et 15 % jamais. Parmi tous les utilisateurs de cigarette électronique, les anciens fumeurs ont plus tendance à utiliser toujours un liquide à vapoter contenant de la nicotine que les fumeurs quotidiens (56,4 % c. 44,6 %).

On observe que 27,1 % des personnes non-fumeuses qui vapotent ont toujours utilisé une cigarette électronique contenant de la nicotine au cours des 30 derniers jours.

### Observe-t-on des différences sociodémographiques ?

Proportion des utilisateurs de cigarette électronique selon le genre, la catégorie d'âge et le niveau de défavorisation matérielle, Montréal, 2020-2021



a...z : Pour une variable donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les proportions des catégories de cette variable au seuil de 0,05.

\* : Coefficient de variation supérieur à 15 % et égal ou inférieur à 25 %, résultat à interpréter avec prudence.

### Différence entre les hommes et les femmes

Il n'y a pas de différence entre les hommes et les femmes à l'utilisation de la cigarette électronique au moins une fois au cours des 30 derniers jours (5,0 % c. 4,9 %).

### Différence selon les tranches d'âge

L'utilisation de la cigarette électronique au cours des 30 derniers jours diminue progressivement avec l'âge, passant de 12,2 % chez les 15 à 24 ans à 0,9 % chez les 65 ans et plus.

Si les utilisateurs se retrouvent davantage dans le groupe d'âge des 15 à 24 ans, ces derniers utilisent toutefois moins la cigarette électronique contenant de la nicotine.

### Différence selon la défavorisation

Les personnes ayant un diplôme d'études universitaires sont moins nombreuses à avoir vapoté au cours des 30 derniers jours (3,4 %) que celles ayant un autre type de diplomation. Les personnes n'ayant aucun diplôme d'études secondaires sont proportionnellement plus nombreuses à avoir vapoté au cours des 30 derniers jours (7,6 %).

Les personnes qui sont présentement aux études utilisent plus la cigarette électronique que les autres.

On note aucune différence significative selon le niveau de défavorisation matérielle.

### Différences selon les RTS et RLS

On observe aucune différence statistique entre les RTS et le reste de Montréal.

En un clin d'œil : qui sont utilisateurs de cigarettes électroniques dans l'EQSP 2020-2021 ?

#### Les utilisateurs de cigarettes électroniques

- sont plus souvent âgés de 15 à 24 ans
- sont principalement des étudiants

## Alcool et drogues

La consommation de substances psychoactives n'est pas sans conséquences sur la santé. En 2016, selon les estimations de l'OMS, 5,1 % des personnes âgées de 15 ans et plus dans le monde (soit 283 millions de personnes) souffrent de troubles liés à la consommation d'alcool<sup>2</sup>. Toujours selon l'OMS, en 2019, près de 583 000 décès ont été attribuables (directement ou indirectement) à la consommation de drogues<sup>3</sup>.

Ces présentes analyses font état des plus récentes données rapportées quant à la consommation d'alcool, de drogue chez les personnes vivant à Montréal. On y présente la proportion de consommateurs selon certaines caractéristiques sociodémographiques et les changements rapportés quant au niveau de consommation. On présente également, si possible, l'évolution de la consommation par rapport aux cycles précédents d'enquêtes. Par exemple, les cycles précédents de l'EQSP n'abordaient pas la consommation d'alcool.

## Consommation d'alcool

### Comment Montréal se compare au reste du Québec ?

Plus de 7 personnes sur 10 de la population des 15 ans et plus à Montréal a consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois. Cette proportion est moins élevée que pour le reste du Québec (73 % c. 81 %).

Environ 1 personne sur 5 de la population des 15 ans et plus à Montréal a consommé de l'alcool de façon excessive au cours des 12 derniers mois. Cette proportion est moins élevée que pour le reste du Québec (19 % c. 25 %).

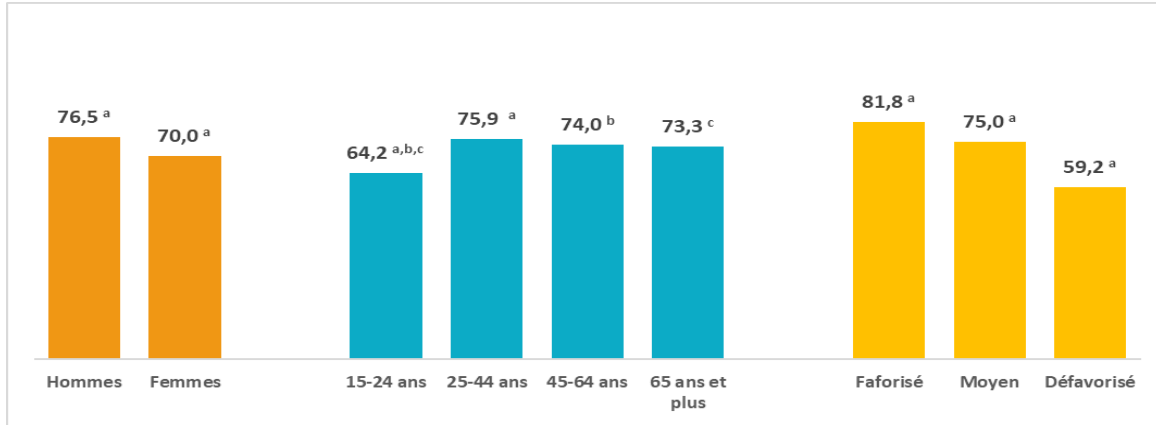
Environ 31 % des personnes vivant à Montréal ont modifié leur consommation d'alcool pendant la pandémie de COVID-19 :

- 13,9 % des personnes ont consommé de l'alcool plus souvent.
- 17,5 % des personnes ont consommé de l'alcool moins souvent.

On observe des proportions comparables pour le reste du Québec où respectivement 14,3 % des personnes ont consommé plus souvent de l'alcool et 16,7 % en ont consommé moins souvent pendant la pandémie.

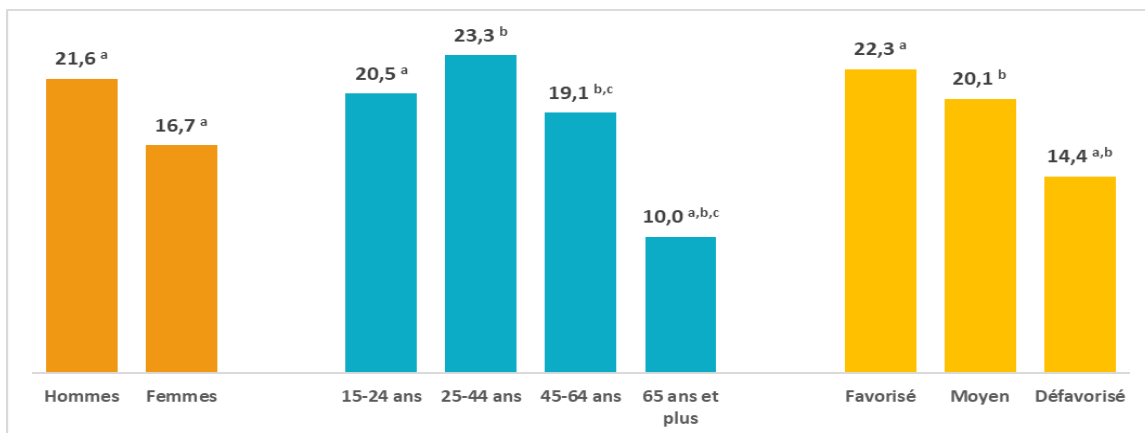
## Observe-t-on des différences sociodémographiques ?

Proportion de la population ayant consommé de l'alcool selon le genre, la catégorie d'âge et le niveau de défavorisation matérielle, Montréal, 2020-2021



a...z : Pour une variable donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les proportions des catégories de cette variable au seuil de 0,05.

Proportion de la population ayant eu une consommation excessive d'alcool selon le genre, la catégorie d'âge et le niveau de défavorisation matérielle, Montréal, 2020-2021



a...z : Pour une variable donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les proportions des catégories de cette variable au seuil de 0,05.

### Différence entre les hommes et les femmes

Les hommes sont plus nombreux en proportion que les femmes à avoir consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois (76,5 % c. 70,0 %).

Les hommes sont proportionnellement plus nombreux que les femmes à avoir consommé de l'alcool de façon excessive au cours des 12 derniers mois (21,6 % c. 16,7 %).

### Différence selon les tranches d'âge

Les personnes âgées de 15 à 24 ans sont moins nombreuses en proportion que celles des autres groupes d'âge à avoir consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois.

Les personnes âgées de 25 à 44 ans sont plus nombreuses en proportion que celles de 45 à 64 ans et de 65 ans et plus (23 % c. 19 % et 10 %) à avoir eu une consommation excessive d'alcool (au cours des 12 derniers mois).

### Différence selon la défavorisation

Les personnes qui habitent dans des milieux favorisés sont plus nombreuses en proportion (82 %) à avoir consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois. Cette proportion diminue de façon significative selon le niveau de défavorisation matérielle du milieu, pour atteindre 59 % pour les personnes qui résident dans les milieux défavorisés.

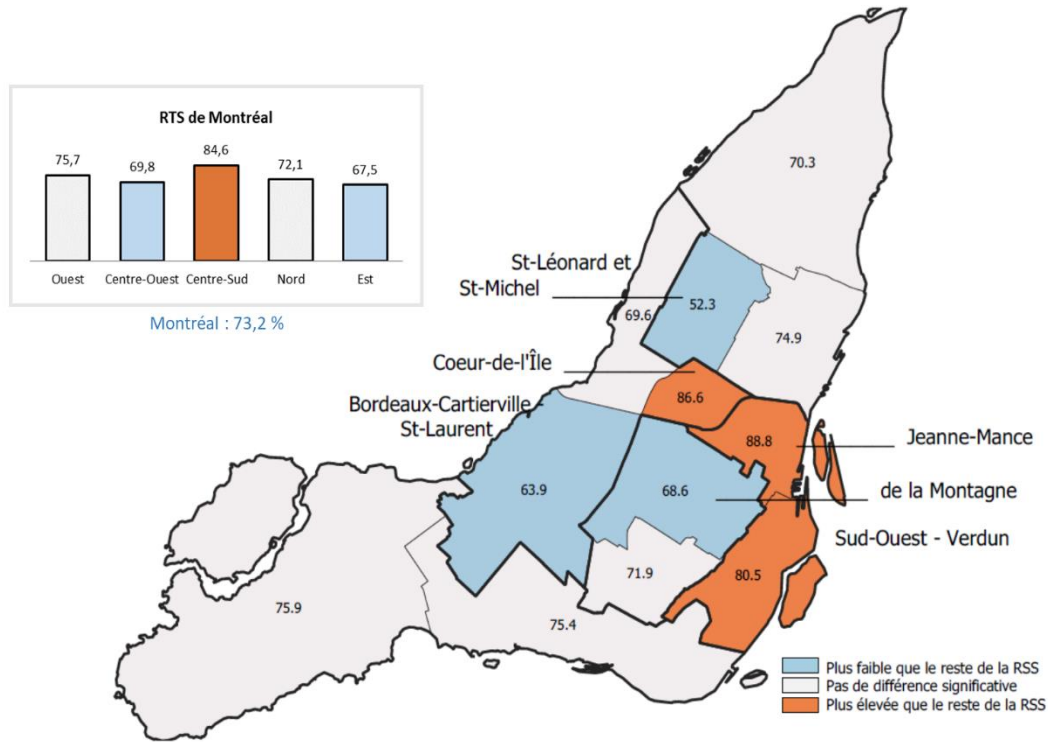
Les personnes des milieux favorisés se démarquent significativement de celles des milieux défavorisés par une proportion plus élevée de consommation excessive d'alcool au cours des 12 derniers mois (22,3 % c. 14,4 %).



## Différences selon les RTS et RLS

La consommation d'alcool varie selon les territoires de l'Île de Montréal.

Proportion de consommateurs d'alcool parmi la population, RLS de Montréal, 2020-2021

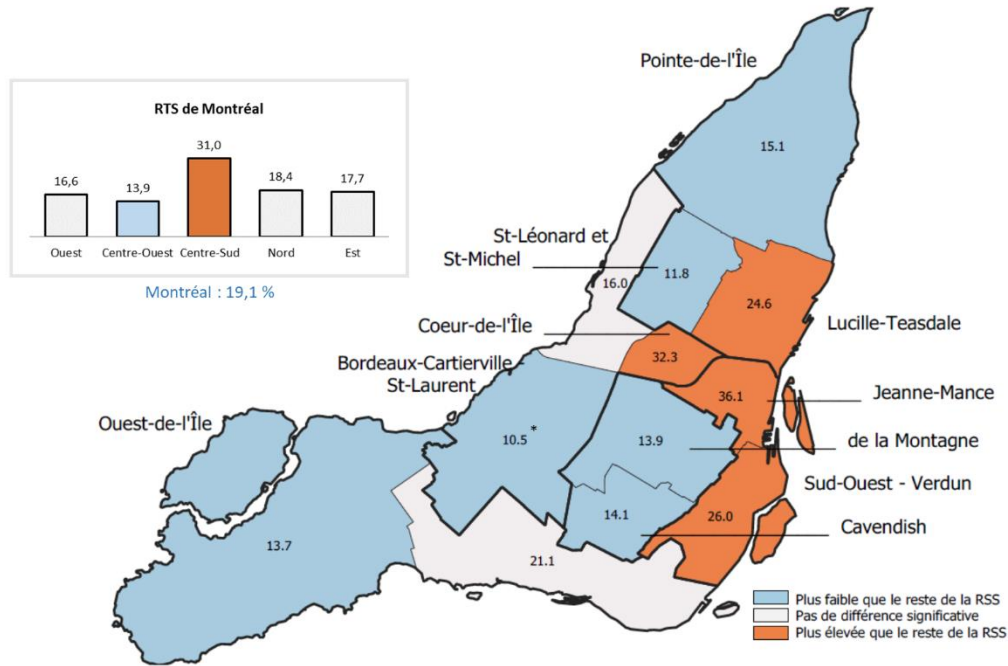


Par découpage de RLS, les territoires de RLS de Jeanne-Mance, du Cœur-de-l'Île et du Sud-Ouest – Verdun affichent une proportion de consommation d'alcool plus élevée que sur l'ensemble de l'Île. À l'inverse, c'est dans les territoires de St-Léonard et St-Michel, de Bordeaux-Cartierville – St Laurent et de la Montagne que l'on retrouve une proportion plus faible que la valeur montréalaise.

Selon le découpage par territoire de RTS, la proportion des personnes ayant consommé de l'alcool au cours des 12 derniers mois, est plus élevée que la moyenne montréalaise sur le territoire du Centre-Sud et moins élevée sur les territoires du Centre-Ouest et de l'Est.

La consommation excessive d'alcool varie selon les territoires de l'Île de Montréal.

Proportion de buveurs excessifs d'alcool parmi la population, RLS de Montréal, 2020-2021



Par découpage de RLS, les territoires de RLS de Lucille-Teasdale, de Jeanne-Mance, du Cœur-de-l'Île et du Sud-Ouest – Verdun affichent une proportion de consommation excessive d'alcool plus élevée que sur l'ensemble de l'Île. À l'inverse, c'est dans les territoires de Pointe-de-l'Île, de St-Léonard et St-Michel, de Bordeaux-Cartierville – St Laurent, de l'Ouest-de- l'Île, de Cavendish et de la Montagne que l'on retrouve une proportion plus faible que la valeur montréalaise.

Selon le découpage par territoire de RTS, la proportion des Montréalais ayant consommé de l'alcool de façon excessive au cours des 12 derniers mois, est plus élevée sur le territoire du Centre-Sud que sur l'ensemble de l'Île.

En un clin d'œil : qui sont les consommateurs excessifs d'alcool dans l'EQSP 2020-2021?

Les consommateurs excessifs d'alcool
<ul style="list-style-type: none"> <li>• sont plus souvent des hommes</li> <li>• sont plus souvent âgés de 25 à 44 ans</li> <li>• sont plus souvent des fumeurs</li> <li>• ont plus souvent un niveau élevé à l'échelle de détresse psychologique</li> <li>• ont plus souvent des symptômes (déclarés) d'anxiété généralisée</li> </ul>

## Consommation de drogues

### Comment Montréal se compare au reste du Québec ?

La consommation de drogue est plus répandue à Montréal que dans le reste de la province. Environ 22 % de la population montréalaise en a consommé au cours des 12 derniers mois, une proportion plus élevée par rapport au reste du Québec (18 %).

Le cannabis est la drogue la plus consommée par les personnes vivant à Montréal au cours des 12 derniers mois, suivie des hallucinogènes en second rang et de la cocaïne en troisième.

Proportion de la population ayant consommé de la drogue, Montréal et reste du Québec, 2020-2021

Type de drogues	Montréal	Reste du Québec
Cannabis (marijuana ou haschich)	20,4	16,7
Hallucinogènes, du PCP, du LSD ou des champignons	2,6	1,1
Cocaïne ou du crack	1,8	1,2
L'ecstasy	1,5	0,8
Médicaments non-prescrits	1,1	1,5
Amphétamines	0,4 *	0,6
Crystal meth ou des méthamphétamines	0,3 **	0,3

■ / ■ : Valeur supérieure/inférieure à la valeur du reste de la province

\* : Coefficient de variation supérieur à 15 % et inférieur ou égal à 25 %. La valeur à interpréter avec prudence

\*\* : Coefficient de variation supérieur à 25 %. La valeur présentée à titre indicatif.

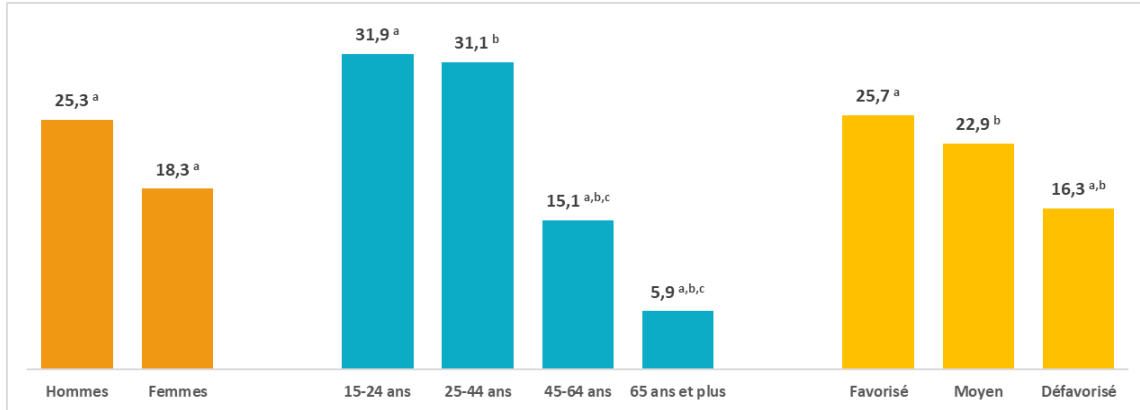
### Comment la situation a-t-elle évolué entre 2008 et 2020-2021 ?

Pour Montréal comme pour le reste du Québec, la proportion de personnes qui consomment de la drogue est en augmentation. À Montréal, la proportion de consommateurs de drogue est passée de 14 % en 2008 à 19 % en 2014-2015 pour atteindre 22 % en 2020-2021.

La proportion de personnes qui consomment du cannabis est en augmentation à Montréal. Elle est passée de 14 % en 2008 à 17 % en 2014-2015 pour atteindre 20 % en 2020-2021.

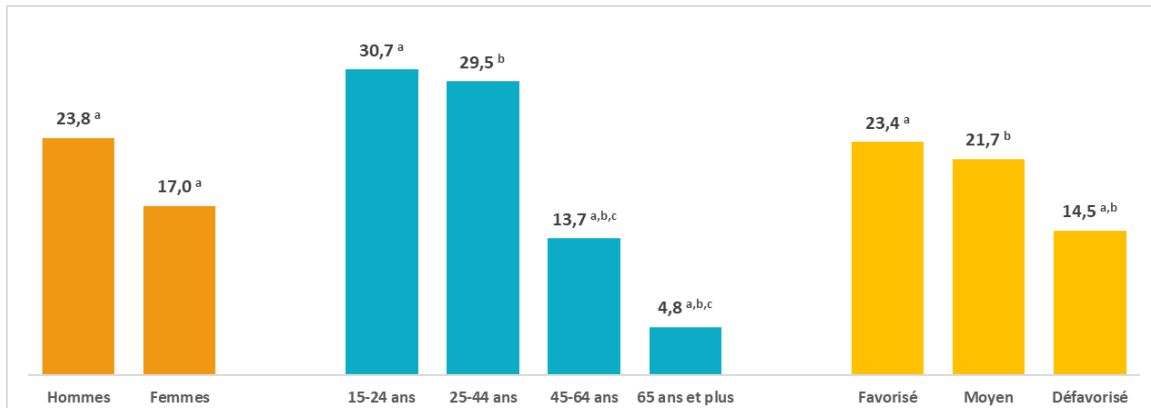
## Observe-t-on des différences sociodémographiques ?

Proportion de la population ayant consommé de la drogue selon le genre, la catégorie d'âge et le niveau de défavorisation matérielle, Montréal, 2020-2021



a...z : Pour une variable donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les proportions des catégories de cette variable au seuil de 0,05.

Proportion de la population ayant consommé du cannabis selon le genre, la catégorie d'âge et le niveau de défavorisation matérielle, Montréal, 2020-2021



a...z : Pour une variable donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les proportions des catégories de cette variable au seuil de 0,05.

### Différence entre les hommes et les femmes

Les hommes sont plus nombreux en proportion que les femmes à avoir consommé de la drogue au cours des 12 derniers mois (25,3 % c. 18,3 %). La différence entre les hommes et les femmes est similaire pour la consommation de cannabis (23,8 % c. 17,0 %).

### Différence selon les tranches d'âge

La proportion de personnes à avoir consommé de la drogue au cours des 12 derniers mois est plus élevée chez les individus âgés de 15 à 44 ans. La consommation de drogue diminue graduellement

avec les autres groupes d'âges. On observe la même chose en ce qui concerne spécifiquement la consommation de cannabis.

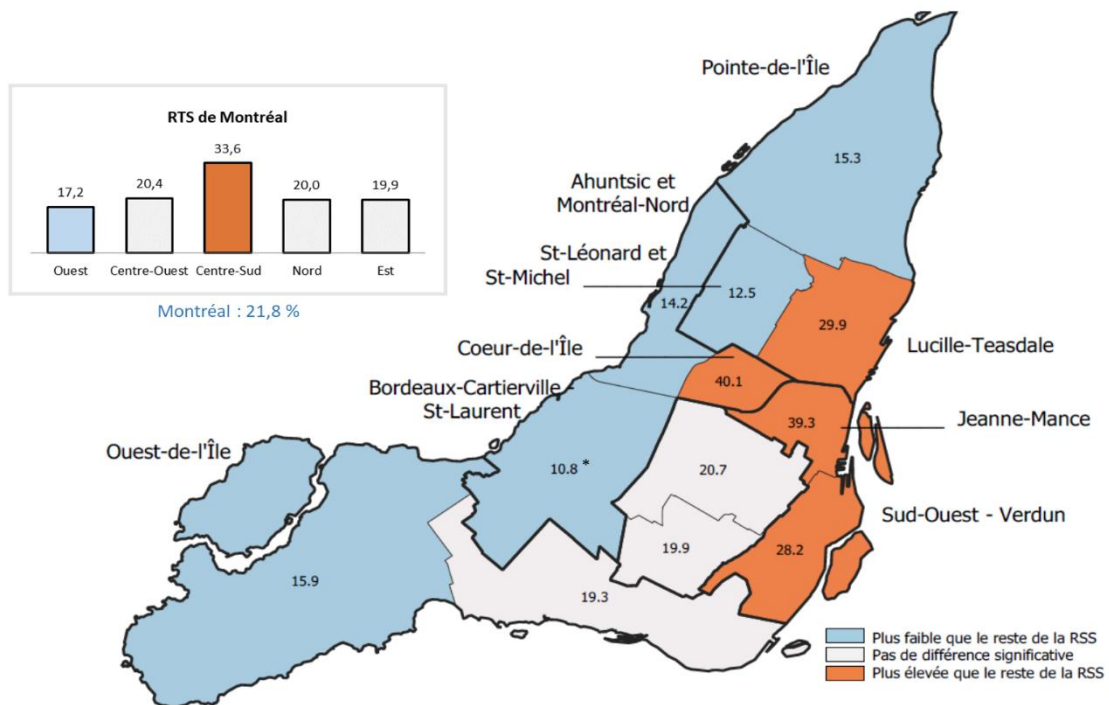
### Différence selon la défavorisation

La consommation de drogue diffère selon le milieu de défavorisation matérielle. Les personnes vivant dans des milieux favorisés se démarquent significativement de celles des milieux non favorisés en ce qui concerne la consommation de drogues au cours des 12 derniers mois (25,7 % c. 16,3 %). On observe la même chose en ce qui concerne spécifiquement la consommation de cannabis (24,3 % c. 14,5 %).

### Différences selon les RTS et RLS

La consommation de drogues varie selon les territoires de résidence.

#### Proportion de consommateurs de drogues parmi la population, RLS de Montréal, 2020-2021

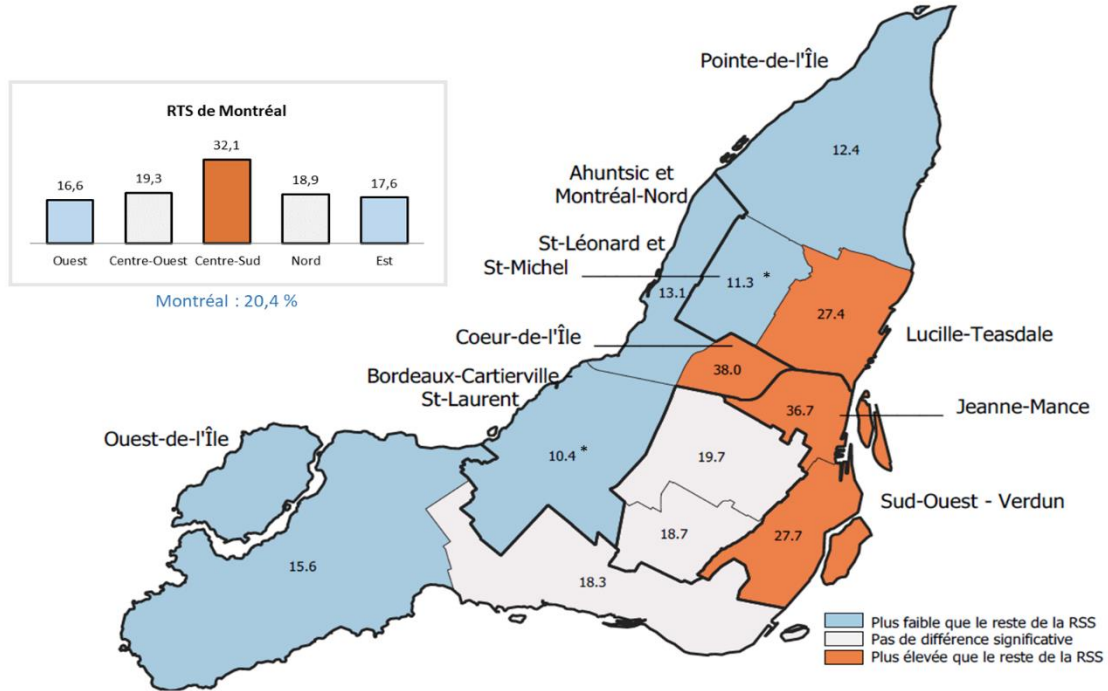


Par découpage de RLS, les résidents des territoires de RLS de Lucille-Teasdale, de Jeanne-Mance, du Cœur-de-l'Île et du Sud-Ouest – Verdun affichent une proportion de consommation de drogue plus élevée que sur l'ensemble de l'Île. À l'inverse, c'est dans les territoires de Pointe-de-l'Île, d'Ahunatic et de Montréal-Nord, de St-Léonard et St-Michel, de Bordeaux-Cartierville – St Laurent et de l'Ouest-de-l'Île que l'on retrouve une proportion plus faible que la valeur montréalaise.

Sur le plan des RTS, la proportion des personnes ayant consommé de la drogue au cours des 12 derniers mois, est plus élevée que la moyenne montréalaise sur le territoire du Centre-Sud et moins élevée sur le territoire de l'Ouest.

On observe des constats similaires en ce qui concerne spécifiquement la consommation de cannabis selon les territoires de résidence.

Proportion de consommateurs de cannabis parmi la population, RLS de Montréal, 2020-2021



En un clin d'œil : qui sont les consommateurs de drogues dans l'EQSP 2020-2021 ?

Les consommateurs de drogues
<ul style="list-style-type: none"> <li>• sont plus souvent des hommes</li> <li>• sont plus souvent âgés de 15 à 44 ans</li> <li>• sont plus souvent des fumeurs</li> <li>• ont plus souvent un niveau élevé à l'échelle de détresse psychologique</li> </ul>

## Discussion

L'EQSP 2020-2021 s'est déroulée dans un contexte de pandémie. Les personnes qui ont participé à cette enquête étaient susceptibles d'être préoccupées par l'évolution de la pandémie, les risques d'infection et les mesures sanitaires mises en place, lorsqu'elles ont répondu au questionnaire. Elles ont aussi pu changer des habitudes et des comportements face à ce contexte exceptionnel. Elles ont fait face à des interruptions et des perturbations dans l'offre de produits et services. Elles ont dû diminuer leurs contacts sociaux. Le stress, l'anxiété et d'autres problèmes de santé mentale ont émergé durant cette période affectant ainsi une partie de la population. Le contexte pandémique a peut-être aussi contribué à une prise de conscience au sein de la population de l'importance de l'hygiène (lavage des mains), de l'activité physique, des effets délétères des maladies chroniques, des problèmes de santé mentale et des problèmes de consommations de substances psychoactives (tabac, alcool et drogues) sur la santé. L'interprétation des résultats doit donc tenir compte du contexte pandémique.

### Activité physique de loisir et de transport

La diminution de la pratique de l'activité physique de loisir et de transport est expliquée, au moins en partie, par les mesures sanitaires (confinement, couvre-feu, télétravail, études à distance, fermeture des commerces, des bureaux et des installations sportives, etc.). À Montréal, on observe une chute d'environ 10 % entre les cycles de 2014-2015 et de 2020-2021. Plusieurs études canadiennes et ailleurs dans le monde montrent une réduction de la pratique d'activité physique durant le confinement de la COVID-19 et une augmentation de la sédentarité chez les adultes et les jeunes<sup>4,5</sup>. Il serait intéressant d'avoir des données sur les méthodes alternatives utilisées par les individus pour pouvoir continuer à être actif durant la fermeture des installations de loisirs et de sports, de connaître l'impact psychologique sur la santé mentale des personnes actives qui ont dû réduire ou abandonner leurs activités durant la pandémie et de connaître le statut de travailleurs essentiels parmi les individus actifs qui ont continué d'utiliser le transport collectif pour se rendre au travail durant la pandémie.

### Consommation de boissons sucrées

Le changement d'indicateur dans l'EQSP 2020-2021 rend difficile d'apprécier l'évolution de la consommation de boissons sucrées depuis le cycle précédent de l'enquête. On sait que la consommation de sucres libres chez les Québécois dépasse les recommandations de l'OMS dans les différents groupes d'âge de la population<sup>6</sup> et les évidences scientifiques montrent que la consommation de sucre, particulièrement sous forme de boissons sucrées, a un lien avec le poids et certaines maladies chroniques<sup>7,8</sup>. Il serait intéressant d'avoir des données sur la consommation hors domicile et la consommation à domicile, l'absence d'occasions sociales spéciales, l'adoption de boissons alternatives (peu sucrées ou sans sucre) et l'impact de l'achat en ligne et des livraisons à domicile sur la consommation de boissons sucrées qui ont pu avoir une incidence sur les habitudes alimentaires durant la pandémie.

## Surplus de poids et obésité

Le surplus de poids et l'obésité suivent une tendance à la hausse chez la population montréalaise tout comme dans l'ensemble du Québec<sup>9</sup> et du Canada<sup>10</sup>. À Montréal, on constate, selon les trois dernières éditions de l'EQSP, une hausse du surplus de poids ainsi que de l'obésité depuis 2008. Bancej et ses collaborateurs<sup>11</sup> rapportent dans leur synthèse portant sur les données probantes que le taux de prévalence de l'obésité chez les adultes canadiens continuera d'augmenter au cours des deux prochaines décennies. Il serait intéressant de faire des liens entre le statut pondéral et l'accès limité aux soins et services de santé durant la pandémie, et ce, particulièrement auprès des personnes en surplus de poids (particulièrement les personnes obèses) et atteintes de maladies chroniques qui avaient un risque accru de symptômes sévères, si elles contractaient la COVID-19.

## Consommation de la cigarette et utilisation de la cigarette électronique

La consommation de la cigarette est à la baisse tant à Montréal que dans l'ensemble du Québec depuis 2008, selon les trois enquêtes de l'EQSP. Au Québec en 2020, 12 % des personnes de 15 ans et plus fument la cigarette et 4 % vapotent, selon l'Enquête québécoise sur le tabac et les produits de vapotage (EQTPV) 2020<sup>12</sup>. Par ailleurs, toujours selon l'EQTPV 2020, on mentionne que plus de 80 % des fumeurs et des vapoteurs ont diminué leur consommation ou ne l'ont pas changé depuis le début de la pandémie de COVID-19 en mars 2020, tandis que 20 % des fumeurs et 18 % des vapoteurs ont augmenté leur consommation<sup>12</sup>. En comparaison, les prévalences rapportées dans l'EQSP 2020-201 sont un peu plus élevées que celles rapportées dans l'EQTPV 2020.

Au Québec, au Canada et dans le reste du monde, le marché des cigarettes électroniques dans lesquelles on emploie la nicotine liquide est en plein essor et représente une problématique de santé publique<sup>13</sup>. La cigarette électronique et les produits de vapotage sont de plus en plus populaires auprès des jeunes québécois<sup>14,15</sup>. On peut alors se demander dans quelle mesure la diminution de la consommation de cigarettes traditionnelles est une véritable diminution. La cigarette électronique est fréquemment présentée par les fabricants comme une alternative admissible, d'un point de vue sanitaire, à la consommation traditionnelle de produits de tabac<sup>16</sup>. Plusieurs fumeurs l'utilisent comme outil de cessation tabagique ou comme alternative qui serait moins risquée pour leur santé<sup>15</sup>. Cependant, les gains tout comme les risques sanitaires potentiellement engendrés par l'usage de la cigarette électronique, ne font pas consensus<sup>16</sup> et ne sont pas sans risque pour les jeunes et les non-fumeurs en matière de toxicité et de dépendance<sup>15</sup>.

## Consommation d'alcool et de drogues

La tendance à la hausse de la consommation d'alcool et de drogue observée dans l'EQSP 2020-2021 peut-elle être expliquée par la pandémie COVID-19 ? Les données issues du sondage « MaVilleÉcoute » réalisé entre les mois d'avril et de mai 2020 allaient dans le même sens : il ressortait chez les Montréalais que, respectivement 33 % de consommateurs d'alcool et 37 % des consommateurs de cannabis avaient déclaré avoir augmenté leur consommation durant la pandémie<sup>17</sup>. De même, selon les données d'une *Série d'enquêtes sur les perspectives canadiennes*



(SEPC), menée par Statistique Canada du 25 au 31 janvier 2021, près du quart (24 %) des Canadiens ayant déjà consommé de l'alcool et plus du tiers (34 %) de ceux ayant consommé du cannabis, ont mentionné avoir augmenté leur consommation durant la pandémie<sup>18</sup>. La solitude, l'ennui ainsi que le stress auraient été les raisons ayant contribué à augmenter leur consommation selon les répondants<sup>18</sup>. Allant dans le même sens, il ressort des données de l'EQSP 2020-2021, que les Montréalais ayant un niveau élevé à l'échelle de détresse psychologique sont plus nombreux en proportion à déclarer avoir changé plus souvent leur fréquence de consommation d'alcool, depuis le début de la pandémie par rapport à ceux se situant à un niveau faible (ou moyen) à l'échelle de détresse psychologique. Ceci suggère que le contexte pandémique a eu un effet sur la consommation de substances psychoactives.

## Références

1. Penney TL, Kirk SFL. The Health at Every Size paradigm and obesity: missing empirical evidence may help push the reframing obesity debate forward. *Am J Public Health*. 2015;105(5):e38-42.
2. Organisation mondiale de la Santé. *Plan d'action mondial contre l'alcool 2022-2030 pour renforcer la mise en œuvre de la Stratégie mondiale visant à réduire l'usage nocif de l'alcool*. Organisation mondiale de la Santé; 2021. [https://cdn.who.int/media/docs/default-source/alcohol/alcohol-action-plan/first-draft/global-alcohol-action\\_plan\\_first\\_draft\\_fr.pdf?sfvrsn=e490c5de\\_5](https://cdn.who.int/media/docs/default-source/alcohol/alcohol-action-plan/first-draft/global-alcohol-action_plan_first_draft_fr.pdf?sfvrsn=e490c5de_5)
3. Organisation mondiale de la Santé. Le problème mondial de la drogue sous l'angle de la santé publique: Rapport du directeur général. Dans: *75e assemblée mondiale de la santé*. Organisation mondiale de la Santé; 2022. Consulté le juin 19, 2023. [https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf\\_files/WHA75/A75\\_43-fr.pdf](https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA75/A75_43-fr.pdf)
4. Burigusa G, Gauthier A, Maheu C, Pigeon É, Robitaille É. *Mesures pour soutenir la pratique d'activités physiques en contexte de pandémie COVID-19*. Institut National de santé publique du Québec; 2020. <https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/3070-pratique-activite-physique-covid19.pdf>
5. Colley RC, Watt J. *Les répercussions inégales de la pandémie de COVID-19 sur les habitudes d'activité physique des Canadiens*. Statistique Canada; 2022. Consulté le juin 19, 2023. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/fr/pub/82-003-x/2022005/article/00003-fra.pdf?st=SOHh831s>
6. Plamondon L, Paquette MC, Comité scientifique sur la prévention de l'obésité. *La consommation de sucre et la santé – Fiche thématique*. Institut national de santé publique du Québec; 2017.

[https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2236\\_consommation\\_sucre\\_sante\\_0.pdf](https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2236_consommation_sucre_sante_0.pdf)

7. Te Morenga L, Mallard S, Mann J. Dietary sugars and body weight: systematic review and meta-analyses of randomised controlled trials and cohort studies. *BMJ*. 2012;346:e7492.
8. Keller A, Heitmann BL, Olsen N. Sugar-sweetened beverages, vascular risk factors and events: a systematic literature review. *Public Health Nutr*. 2015;18(7):1145-1154.
9. Institut national de santé publique du Québec. Obésité. Institut national de santé publique du Québec. Published mai 2023. Consulté le juin 19, 2023.  
<https://www.inspq.qc.ca/santescope/syntheses/obesite>
10. Lytvyak E, Straube S, Modi R, Lee KK. Trends in obesity across Canada from 2005 to 2018: a consecutive cross-sectional population-based study. *CMAJ Open*. 2022;10(2):E439-E449.
11. Bancej C, Jayabalasingham B, Wall RW, et al. Synthèse portant sur les données probantes Tendances et projections relatives à l'obésité chez les Canadiens. *Promotion de la santé et prévention des maladies chroniques au Canada : Recherche, politiques et pratiques*. 2015;35(7). doi:10.24095/hpcdp.35.7.02f
12. Institut de la statistique du Québec. Consommation de tabac et des produits de vapotage au Québec en 2020. Published mai 2021. Consulté le juin 19, 2023.  
<https://statistique.quebec.ca/fr/document/consommation-tabac-et-produits-vapotage-quebec-2020>
13. Jacques-Gagnon O, Ayotte V, Laliberté M. Cigarette électronique : perspectives et santé publique. *Bulletin d'information toxicologique*. 2015;31(2):5-8.
14. Institut national de santé publique du Québec. La cigarette électronique attire de plus en plus d'adeptes chez les jeunes. Institut national de santé publique du Québec. Published juillet 2022. Consulté le juin 19, 2023. <https://www.inspq.qc.ca/nouvelles/cigarette-electronique-attire-plus-en-plus-d-adeptes-chez-jeunes>
15. Gamache L, Laguë J, Marchand A, et al. *Pour un meilleur encadrement des produits de vapotage – Commentaires sur le Projet de règlement modifiant le Règlement d'application de la Loi concernant la lutte contre le tabagisme*. Institut national de santé publique du Québec; 2023. Consulté le juin 19, 2023.  
<https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/3338-meilleur-encadrement-produits-vapotage.pdf>
16. Institut national de santé publique du Québec. Brèves d'actualité: Orientations de recherche et de gestion de la cigarette électronique préconisées par l'AIHA. Institut national de santé publique du Québec. Published mars 2015. Consulté le juin 19, 2023.  
<https://www.inspq.qc.ca/bise/orientations-de-recherche-et-de-gestion-de-la-cigarette-electronique-preconisees-par-l-aiha>

17. Ibrahima M. *Alcool, cannabis et tabac. Les changements en matière de consommation d'alcool, de cannabis et de tabac durant la pandémie de COVID-19*. Direction régionale de santé publique de Montréal; 2020. Consulté le juin 19, 2023.  
<https://santemontreal.qc.ca/fileadmin/fichiers/Campagnes/coronavirus/situation-montreal/point-sante/alcool-cannabis-tabac/Alcool-cannabis-tabac-COVID19.pdf>
18. Statistique Canada. Consommation d'alcool et de cannabis pendant la pandémie : Série d'enquêtes sur les perspectives canadiennes 6. Le Quotidien.  
<https://www150.statcan.gc.ca/n1/fr/daily-quotidien/210304/dq210304a-fra.pdf?st=fRK9UM8k>. Published mars 2021. Consulté le juin 19, 2023.

---

Une réalisation de la Direction régionale de santé  
publique de Montréal  
Service « Surveillance et intelligence  
décisionnelle »  
CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal  
1560, rue Sherbrooke Est  
Pavillon JA De Sève  
Montréal (Québec) H2L 4M1  
Téléphone : 514 528-2400  
[www.emis.santemontreal.qc.ca](http://www.emis.santemontreal.qc.ca)

**Coordination** : Marie-Andrée Authier et  
Maxime Roy

**Rédaction** : Yves Jalbert et Mady Ouedraogo

**Collaboration** : Véronique Nadeau-Grenier et  
Audrey Plante

**Traitement et analyse des données** : Maude  
Couture et James Massie

**Cartes** : James Massie

**Révision** : Maxime Roy

**Révision linguistique** : Sonia Abid