

La santé des jeunes se porte... plutôt bien

Écrit par Alain Vadeboncoeur

Mercredi, 26 Février 2014 22:57 -



Photo : Izabela Habur / Getty Images

L'Institut de la statistique du Québec a déposé, lundi, un [important rapport](#) qui traite notamment de la santé des jeunes. Quand on dit «jeunes», on parle ici des 15-29 ans.

Bien d'autres points sont aussi couverts, cette section est riche d'enseignements. Il y a même des surprises, propres à nous rendre optimistes.

On leur demande avant tout comment eux-mêmes perçoivent leur santé. Et en général, ils en ont une perception positive. Même que 28 % la qualifient d'excellente.

Mais attention, en 2000 c'était plutôt 34 % (1). Petite tendance à la baisse, donc. Mais c'est déjà mieux que le 23 % de leurs aînés. Il est vrai qu'on se perçoit moins en santé quand on

vieillit. Ce qui ne surprendra personne.

Côté activité physique, parmi les déterminants fondamentaux de la santé et du bien-être, on sera surpris : on observe une nette tendance à une baisse de la sédentarité depuis 2000, autant chez les jeunes de 15 à 29 ans que chez les plus vieux.

En fait, cette tendance se retrouve dans tous les groupes étudiés. Une excellente nouvelle ! Plus précisément, 66,9 % des 15-29 ans se considéraient actifs ou moyennement actifs en 2010, contre 57,5 % en 2000, alors que la sédentarité est passée de 24,1 % à 17,3 %.

Ce qui pourrait aider la question du poids, on s'en doute. Pourtant, à ce chapitre, c'est moins réjouissant, puisque 30 % des jeunes considèrent souffrir d'embonpoint, incluant 9 % d'obésité — une tendance à la hausse. Un problème qui touche surtout les hommes (37 %), alors qu'il affecte 22 % des femmes.

Il faudra éventuellement voir si nous suivons la tendance américaine, où le surpoids semble actuellement diminuer chez les plus jeunes. Les 15-29 ans se consoleront en constatant que le problème touche davantage de plus de 30 ans, où 55 % des gens seraient en surplus de poids.

Et le sexe ?

Côté sexualité, où en sommes-nous ? 75 % des jeunes affirment avoir été actifs durant les 12 derniers mois, allant de 55 % chez les 15-19 ans jusqu'à 92 % chez les 25-29 ans.

Et ça varie beaucoup selon la région d'origine : alors que 82 % des jeunes Gaspésiens (ce qui comprend les Îles-de-la-Madeleine) sont sexuellement actifs, le pourcentage tombe à 68 % à Laval. Comme quoi ça bouge en région, mais en banlieue, c'est plus tranquille.

Une statistique autrement inquiétante pour la santé publique concerne le port du condom : seuls 32 % des jeunes sexuellement actifs l'utilisent toujours, alors que 36 % ne l'ont jamais

utilisé au cours des 12 derniers mois. Encore une fois, la sage Laval remporte la palme, avec 41 % d'utilisation. Mais 47 % des jeunes en Estrie ne l'utilisent jamais.

On le sait : depuis, notamment, que le VIH est perçu comme une maladie «contrôlable» — mais non guérissable, ne l'oublions pas —, les jeunes utilisent moins de condoms, ce qui a conduit à une remontée des infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS), comme la syphilis et la gonorrhée. Cela est vraiment triste, d'autant plus que des formes résistantes de gonorrhée commencent à faire leur apparition. Si nous avons une seule chose à améliorer...

Le tabagisme à la baisse

Et le tabac ? Les jeunes fument de plus en plus, non ? Les résultats m'ont surpris : le taux de tabagisme, qui était de 28 % en 2000, est tombé à 18 % en 2010, certainement le résultat de toutes les campagnes d'information menées.

On imagine les répercussions majeures sur la santé publique, notamment en ce qui a trait aux maladies cardiovasculaires et aux cancers. Les hommes jeunes fument davantage (21 %) que les femmes (14 %).

Et pour ceux qui s'inquiètent des plus jeunes, on remarque la même régression majeure entre 2000 et 2010 : de 25,5 % à 13 %. Même s'il y a encore du chemin à faire, c'est tout de même une autre excellente nouvelle.

Côté santé mentale, on dirait que tout ne va pas si mal, malgré les difficultés de l'époque. Moins de 4 % des répondants jugent leur santé mentale passable ou carrément mauvaise, un pourcentage retrouvé à peu près dans tous les groupes et pour les deux sexes.

Ceci est peut-être en lien avec le constat que 94 % des jeunes de 15 à 29 ans jugent recevoir un soutien social de niveau élevé, une proportion plus élevée que pour les plus de 30 ans (86 %) et qui chute à 82 % chez les 65 ans et plus. Comme quoi plus on vieillit, plus on est seul, comme chacun sait.

Mortalité

Hélas ! nos jeunes meurent aussi parfois, davantage les hommes (66 décès pour 100 000 habitants par année) que les jeunes femmes (27 décès pour la même proportion).

Pourtant, il y a aussi une bonne nouvelle : de manière générale, ce taux de décès en bas âge est en nette diminution, puisqu'il était respectivement de 85,5 et de 32,3 pour 100 000 habitants en 2000.

Et alors que le suicide chez les jeunes hommes était la première cause de mortalité (avec 31,3 pour 100 000 habitants), ce taux a reculé à 19 en 2007-2009, passant derrière ce qui est actuellement — comme il y a plusieurs décennies — la première cause de décès, soit les accidents de véhicules à moteur. Pourtant, les décès par accident ont également régressé : de 23 à 19,8 par 100 000 habitants durant cette même période.

Encore une fois, c'est bon signe : la prévention fonctionne, autant pour les suicides que pour les accidents d'auto et le tabac.

En clair, un assez bon bilan de santé, qui montre des gains réalisés pour beaucoup d'indicateurs en santé. Reste qu'il faudra travailler davantage sur la question de l'excès de poids, des accidents d'automobile et du tabagisme. Les défis de la prochaine décennie !

* * *

(1) Les analyses statistiques comparatives ne sont pas encore complétées. On ne peut donc parler que de «tendances». Notons que les données plus récentes remontent parfois à 2 ou 3 ans.

*

La santé des jeunes se porte... plutôt bien

Écrit par Alain Vadeboncoeur

Mercredi, 26 Février 2014 22:57 -

Pour me suivre sur [Twitter](#) .

Pour me suivre sur [Facebook](#) .

Cet article [La santé des jeunes se porte… plutôt bien !](#) est apparu en premier sur [L'actualité](#)

.

Consultez la source sur Lactualite.com: [La santé des jeunes se porte... plutôt bien](#)