

# LA CONSOMMATION DE BOISSONS SUCRÉES ET AUTRES BOISSONS : PORTRAIT DE LA POPULATION QUÉBÉCOISE

L'Enquête québécoise sur la santé de la population (EQSP) est une enquête réalisée par l'Institut de la statistique du Québec. L'édition de 2020-2021 traite de diverses thématiques relatives à la santé physique et mentale, aux habitudes de vie et à la santé au travail, en tenant compte du contexte de la pandémie de COVID-19. Cette enquête à portée tant provinciale, régionale que locale concerne l'ensemble des personnes âgées de 15 ans et plus vivant dans un logement non institutionnel au Québec. La collecte de données s'est déroulée entre novembre 2020 et avril 2021.

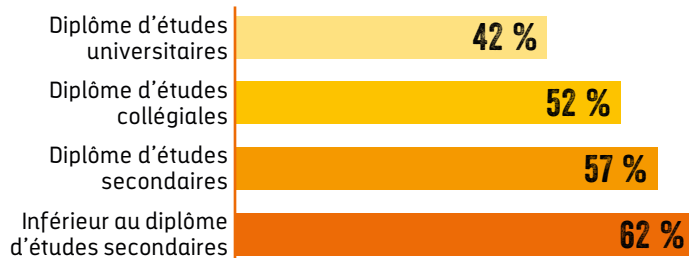
## CONSOMMATION DE BOISSONS SUCRÉES



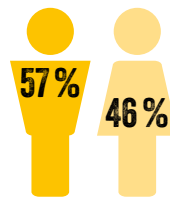
**52 %** de la population consomme des boissons sucrées **tous les jours**.



La consommation quotidienne de boissons sucrées est **moins fréquente** chez les personnes avec un **niveau de scolarité élevé**.

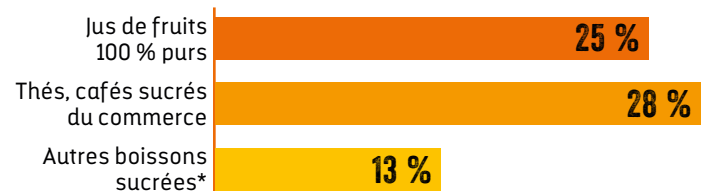


Les personnes de **65 ans et plus** sont **plus nombreuses** à consommer des boissons sucrées quotidiennement que les personnes de 15 à 44 ans.



**Davantage d'hommes que de femmes** consomment quotidiennement des boissons sucrées.

La **consommation quotidienne** de **jus de fruits 100 % purs** est retrouvée chez un quart de la population alors que celle des **thés ou cafés sucrés du commerce** l'est pour environ 28 % de la population.

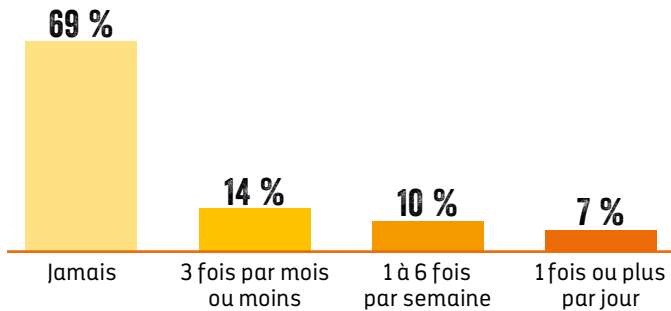


\* Inclut les boissons gazeuses, boissons à saveur de fruits, boissons pour sportifs, boissons énergisantes, eaux aromatisées et boissons à base de lait ou boissons végétales sucrées. Toutes les boissons diètes sont exclues.

## CONSUMMATION DE BOISSONS DIÈTES



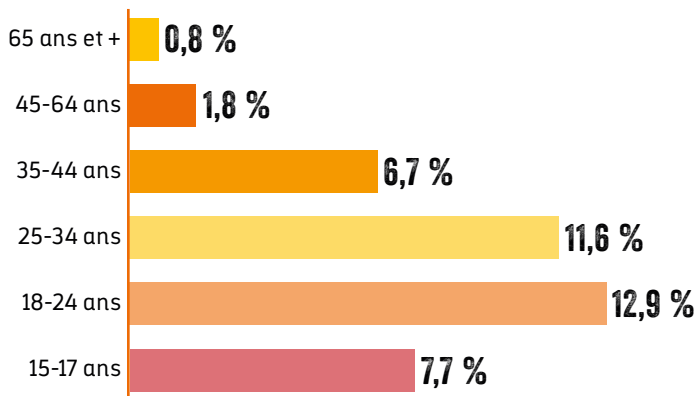
Environ **7%** de la population **consomme quotidiennement des boissons diètes.**



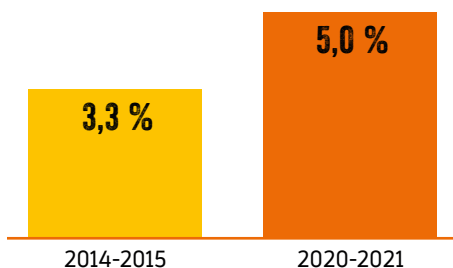
## CONSUMMATION DE BOISSONS ÉNERGISANTES RÉGULIÈRES OU SANS SUCRE



La consommation d'au moins une boisson énergisante par semaine est **plus fréquente chez les 18 à 34 ans** que chez les 15 à 17 ans et les 35 ans et plus.



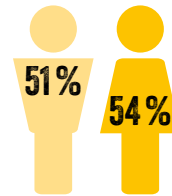
Entre 2014-2015 et 2020-2021, **la consommation de boissons énergisantes une fois ou plus par semaine a augmenté** dans l'ensemble de la population.



## CONSUMMATION QUOTIDIENNE D'EAU



**Les femmes sont plus nombreuses** que les hommes à boire **au moins 4 verres d'eau par jour.**



La **consommation d'au moins 4 verres d'eau par jour** est **plus fréquente chez les 25 à 64 ans** que chez les 15 à 24 ans et les 65 ans et plus.



1. Les boissons sucrées comprennent les boissons gazeuses sucrées, les boissons à saveur de fruits, les boissons sucrées pour sportifs, les boissons énergisantes sucrées, les eaux aromatisées, les boissons à base de lait et boissons végétales sucrées, les cafés et thés sucrés du commerce, les jus de fruits purs à 100 % et toute autre boisson sucrée chaude ou froide.

Source : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé de la population 2020-2021.