

Rapports sur la santé, mai 2022

Diffusé à 8 h 30, heure de l'Est dans *Le Quotidien*, le mercredi 18 mai 2022

Le numéro de mai 2022 de la publication *Rapports sur la santé* contient trois articles.

La pandémie de COVID-19 a eu des répercussions négatives sur l'activité physique des jeunes, mais pas sur celle des adultes. Une nouvelle étude présentée dans la publication *Rapports sur la santé*, « [Les répercussions inégales de la pandémie de COVID-19 sur les habitudes d'activité physique des Canadiens](#) », a permis de comparer les données sur les activités physiques autodéclarées recueillies avant la pandémie (automne 2018) et pendant la pandémie (automne 2020).

Les jeunes consacrent deux heures de moins à l'activité physique par semaine

Les jeunes ont déclaré avoir consacré, en moyenne, deux heures de moins à l'activité physique à l'automne 2020 par rapport à l'automne 2018. Le pourcentage de jeunes suivant la recommandation canadienne sur l'activité physique pour les enfants et les jeunes (60 minutes d'activité physique modérée à vigoureuse par jour) a diminué, passant de 51 % à l'automne 2018 à 37 % à l'automne 2020.

La réduction du temps consacré à l'activité physique a été plus prononcée chez les jeunes vivant dans les régions urbaines que chez les jeunes vivant dans les régions rurales. La réduction du temps consacré à l'activité physique a été plus marquée chez les jeunes de l'Ontario, du Québec et des Prairies que chez les jeunes des provinces de l'Atlantique et de la Colombie-Britannique.

Bien qu'une certaine variation de l'ampleur du changement de 2018 à 2020 ait été évidente entre les sous-groupes étudiés, le temps consacré à l'activité physique a diminué, peu importe le revenu et le niveau de scolarité du ménage, la structure familiale et le fait que les jeunes soient ou non immigrants, autochtones ou désignés comme étant une minorité visible.

Le temps consacré à l'activité physique s'est accru de façon marquée chez les adultes âgés de 50 ans et plus

Il n'y a eu aucun changement dans le pourcentage des adultes âgés de 18 ans et plus suivant la recommandation canadienne sur l'activité physique (150 minutes d'activité physique modérée à vigoureuse par semaine) de l'automne 2018 (53 %) à l'automne 2020 (53 %). Un examen selon le groupe d'âge a révélé que le temps consacré à l'activité physique hebdomadaire était le même de l'automne 2018 à l'automne 2020 chez les adultes de 18 à 49 ans, tandis que des augmentations importantes ont été observées chez les adultes âgés de 50 à 64 ans (+41 minutes de plus par semaine), de 65 à 79 ans (+55 minutes de plus par semaine) et de 80 ans et plus (+20 minutes de plus par semaine).

L'augmentation du temps consacré à l'activité physique était statistiquement significative chez les non-immigrants, chez les non-Autochtones, chez les personnes qui ne sont pas désignées comme étant une minorité visible, chez les personnes vivant dans des régions urbaines et chez les personnes titulaires d'un diplôme d'études postsecondaires.

La diminution du nombre de récréations et d'activités faites à l'école permet d'expliquer en grande partie la diminution du temps consacré à l'activité physique chez les jeunes. Les données de l'Enquête sur les marchandises vendues au détail indiquent que les Canadiens ont accru leurs dépenses sur les appareils d'exercice de 24 % à l'automne 2020 par rapport à l'automne 2018, ce qui laisse penser que certains adultes sont passés aux activités physiques à la maison pendant la pandémie.

La prévalence d'idées suicidaires était significativement plus élevée en 2021 qu'en 2019, avant la pandémie

L'article « [Prévalence des idées suicidaires chez les adultes au Canada : résultats de la deuxième Enquête sur la COVID-19 et la santé mentale](#) » rédigé par des chercheurs de l'Agence de la santé publique du Canada a permis d'examiner la prévalence d'idées suicidaires chez les adultes au Canada. L'article repose sur les données de



l'Enquête sur la COVID-19 et la santé mentale de 2021 (menée entre le 1er février et le 7 mai 2021) et a permis de comparer la prévalence étudiée avec la prévalence observée dans le cadre de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes de 2019.

Chez les adultes au Canada, la prévalence d'idées suicidaires depuis le début de la pandémie était de 4,2 %, un taux beaucoup plus élevé que celui de 2,7 % observé en 2019, avant la pandémie. Une augmentation statistiquement significative de la prévalence a été observée chez les hommes et les femmes, chez les groupes de personnes âgées de moins de 65 ans et parmi plusieurs autres groupes sociodémographiques, de même qu'en Colombie-Britannique, dans les provinces des Prairies et en Ontario.

Les personnes âgées de moins de 65 ans, celles nées au Canada, celles qui avaient un niveau de scolarité moins élevé et celles qui ne s'étaient jamais mariées étaient beaucoup plus susceptibles que les autres de déclarer avoir eu des idées suicidaires durant la pandémie.

Un troisième article, « [Validation du continuum de santé mentale : Questionnaire abrégé au sein du personnel des Forces armées canadiennes](#) », a également été publié aujourd'hui.

Note aux lecteurs

Pour en savoir plus sur la pratique de l'activité physique durant la pandémie de COVID-19, consultez les articles connexes suivants :

[L'exercice et le temps passé devant un écran pendant la pandémie de COVID-19;](#)

[Les jeunes — mais non les adultes — ont déclaré avoir fait moins d'activité physique pendant la pandémie de COVID-19.](#)

Les articles « [Validation du continuum de santé mentale : Questionnaire abrégé au sein du personnel des Forces armées canadiennes](#) », « [Prévalence des idées suicidaires chez les adultes au Canada : résultats de la deuxième Enquête sur la COVID-19 et la santé mentale](#) » et « [Les répercussions inégales de la pandémie de COVID-19 sur les habitudes d'activité physique des Canadiens](#) » sont maintenant accessibles dans le numéro en ligne de mai 2022 de la publication *Rapports sur la santé*, vol. 33, no 5 (**82-003-X**).

Pour obtenir plus de renseignements ou pour en savoir davantage sur les concepts, les méthodes et la qualité des données, communiquez avec nous au 514-283-8300 ou composez sans frais le 1-800-263-1136 (infostats@statcan.gc.ca), ou communiquez avec les Relations avec les médias (statcan.mediahotline-ligneinfomedias.statcan@statcan.gc.ca).