

Article

Consommation de boissons par les enfants et les adolescents

par Didier Garriguet

Novembre 2008



Consommation de boissons par les enfants et les adolescents

par *Didier Garriguet*

Résumé

Selon les résultats de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – Nutrition, menée en 2004, les enfants et les adolescents tirent environ le cinquième de leurs calories quotidiennes des boissons. Au fur et à mesure qu'ils avancent en âge, les garçons et les filles boivent moins de lait et de jus de fruits et davantage de boissons gazeuses et de boissons aux fruits. De 14 à 18 ans, la consommation quotidienne moyenne de boissons gazeuses des garçons est similaire à leur consommation de lait, et elle dépasse leur consommation de jus de fruits et de boissons aux fruits. La consommation de boissons par les enfants et les adolescents varie peu selon la province, sauf à Terre-Neuve-et-Labrador, où elle a tendance à être plus élevée en comparaison, et en Colombie-Britannique, où elle a tendance à être faible.

Mots-clés

Boissons gazeuses, apport en énergie, lait, consommation d'eau.

Auteur

Didier Garriguet (613-951-7187; didier.garriguet@statcan.ca) travaille à la Division de l'information et de la recherche sur la santé de Statistique Canada, Ottawa (Ontario) K1A 0T6.

Une proportion importante des calories consommées quotidiennement par les Canadiens proviennent non pas de ce qu'ils mangent, mais plutôt de ce qu'ils boivent. Cela est particulièrement vrai dans le cas des enfants. Selon les résultats de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) – Nutrition, menée en 2004 (voir *Les données*), les boissons représentent presque 20 % des calories consommées par les enfants et les adolescents de 4 à 18 ans (tableau 1). De 1 à 3 ans, les boissons représentent un pourcentage encore plus élevé, soit 30 %.

Les liquides, et plus particulièrement l'eau, sont essentiels pour avoir une bonne nutrition. Même si une part de l'eau consommée provient des aliments, la majeure partie est consommée sous forme de boissons. Par ailleurs, les boissons fournissent des vitamines et des minéraux. Toutefois, elles peuvent aussi être une source importante de sucre, et peuvent contribuer à un excès de calories. Les boissons sucrées comportent un lien avec le gain de poids et un indice de masse corporelle plus élevé chez les enfants et les adolescents¹. Les boissons sucrées, et même les jus

Tableau 1
Pourcentage des calories quotidiennes tirées des boissons, selon le sexe et le groupe d'âge, population à domicile de 1 à 18 ans, Canada, territoires non compris, 2004

Groupe d'âge	pourcent	
	Garçons	Filles
1 à 3 ans	28,2	27,3
4 à 8 ans	20,8 [*]	18,1 [†]
9 à 13 ans	18,1 [†]	18,0
14 à 18 ans	20,0 [†]	19,0

^{*} valeur significativement différente de l'estimation pour les filles du même âge ($p < 0,05$)

[†] valeur significativement différente de l'estimation pour le même sexe dans le groupe d'âge précédent ($p < 0,05$)

Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – Nutrition, 2004.

Tableau 2

Pourcentages qui ont consommé certaines boissons le jour précédent, selon le sexe et le groupe d'âge, population à domicile de 1 à 18 ans, Canada, territoires non compris, 2004

Groupe d'âge	Eau		Lait		Jus de fruits		Boissons gazeuses ordinaires		Boissons aux fruits	
	Garçons	Filles	Garçons	Filles	Garçons	Filles	Garçons	Filles	Garçons	Filles
	pourcent									
1 à 3 ans	71	71	87	88	62	58	8	6	29	28
4 à 8 ans	72*	79 [†]	80* [†]	71 [†]	54 [†]	49 [†]	19 [†]	17 [†]	45 [†]	41 [†]
9 à 13 ans	74	78	68 [†]	64 [†]	43 [†]	43 [†]	33 [†]	29 [†]	45	47 [†]
14 à 18 ans	77	74	60* [†]	53 [†]	39	40	53* [†]	35 [†]	35 [†]	34 [†]

* valeur significativement différente de l'estimation pour les filles du même âge ($p < 0,05$)

[†] valeur significativement différente de l'estimation pour le même sexe dans le groupe d'âge précédent ($p < 0,05$)

Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – Nutrition, 2004.

de fruits, sont liés à un risque accru de carie dentaire².

Le présent article comprend un aperçu de la consommation de boissons par les enfants et les adolescents canadiens de 1 à 18 ans. Il porte sur la quantité et le type de boissons consommés, les différences selon l'âge et le sexe, et la contribution des boissons à l'apport en calories et en nutriments.

Eau

Plus de 85 % de toutes les boissons consommées par les enfants et les adolescents se répartissent entre cinq catégories : eau, lait, jus de fruits, boissons aux fruits et boissons gazeuses ordinaires.

Au cours d'une journée typique, au moins 70 % des enfants et des adolescents boivent de l'eau (tableau 2). La quantité consommée augmente de façon constante avec l'âge (tableau 3).

De 1 à 3 ans, les enfants boivent moins d'eau que de lait, mais de 4 à 8 ans, les quantités sont égales, et de 14 à 18 ans, les adolescents boivent plus d'eau que toute autre boisson : une moyenne de 780 grammes par jour pour les garçons et de 694 grammes pour les filles. (Dans l'ESCC, toutes les quantités de boissons sont indiquées en grammes. En terme de volume, un gramme d'eau est équivalent à 1 millilitre d'eau. La plupart des boissons sont légèrement plus lourdes que l'eau, soit de 1 à 2 % de plus.)

Lait

La consommation de lait est généralement associée à l'enfance. En fait, le lait représente presque la moitié de toutes les boissons consommées par les enfants de 1 à 3 ans, soit en moyenne plus de 450 grammes par jour (tableau 3), ou environ une portion et

trois quarts du groupe des « produits laitiers » du Guide alimentaire canadien pour manger sainement³. La consommation diminue avec l'âge, et à partir de 4 ans, les garçons boivent plus de lait que les filles. La consommation quotidienne des garçons se stabilise à environ une portion et tiers de lait par jour, mais pour les filles, une deuxième baisse se produit à l'adolescence, la consommation quotidienne moyenne passant à moins d'une portion chez les 14 à 18 ans.

La baisse de la consommation de lait aux âges plus avancés est attribuable à la diminution du nombre de consommateurs, plutôt qu'à la quantité de lait consommée (tableau 2). Alors que 87 % des garçons et 88 % des filles de 1 à 3 ans avaient bu du lait le jour avant l'entrevue de l'ESCC, chez les 14 à 18 ans, les proportions étaient de 60 % pour les garçons et de 53 % pour les filles.

Tableau 3

Consommation quotidienne moyenne (en grammes) de certaines boissons, selon le sexe et le groupe d'âge, population à domicile de 1 à 18 ans, Canada, territoires non compris, 2004

Groupe d'âge	Total des boissons		Eau		Lait		Jus de fruits		Boissons gazeuses ordinaires		Boissons aux fruits	
	Garçons	Filles	Garçons	Filles	Garçons	Filles	Garçons	Filles	Garçons	Filles	Garçons	Filles
	grammes											
1 à 3 ans	1 069*	994	248	238	459	450	200*	168	18 ^E	13 ^E	96	81
4 à 8 ans	1 184* [†]	1 022	337 [†]	337 [†]	338* [†]	272 [†]	194*	157	68* [†]	47 [†]	161* [†]	134 [†]
9 à 13 ans	1 505* [†]	1 299 [†]	509 [†]	483 [†]	332*	267	171	147	152* [†]	109 [†]	211 [†]	192 [†]
14 à 18 ans	2 121* [†]	1 666 [†]	780* [†]	694 [†]	323*	222 [†]	192	165	376* [†]	179 [†]	198	175

* valeur significativement différente de l'estimation pour les filles du même âge ($p < 0,05$)

[†] valeur significativement différente de l'estimation pour le même sexe dans le groupe d'âge précédent ($p < 0,05$)

^E à utiliser avec prudence (coefficient de variation de 16,6 % à 33,3 %)

Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – Nutrition, 2004.

Tableau 4
Consommation quotidienne moyenne (en grammes) de ceux qui ont consommé certaines boissons le jour précédent, selon le sexe et le groupe d'âge, population à domicile de 1 à 18 ans, Canada, territoires non compris, 2004

Groupe d'âge	Eau		Lait		Jus de fruits		Boissons gazeuses ordinaires		Boissons aux fruits	
	Garçons	Filles	Garçons	Filles	Garçons	Filles	Garçons	Filles	Garçons	Filles
	grammes									
1 à 3 ans	349	337	528	509	325	290	237 ^E	205 ^E	327	292
4 à 8 ans	466 [†]	428 [†]	423 ^{*†}	381 [†]	360 [*]	318	358 ^{*†}	270	361	330
9 à 13 ans	692 [†]	623 [†]	485 ^{*†}	414	402 ^{*†}	343	457 ^{*†}	380 [†]	468 ^{*†}	412 [†]
14 à 18 ans	1 015 [†]	938 [†]	537 ^{*†}	421	489 ^{*†}	417 [†]	715 ^{*†}	514 [†]	574 [†]	510 [†]

* valeur significativement différente de l'estimation pour les filles du même âge (p < 0,05)

† valeur significativement différente de l'estimation pour le même sexe dans le groupe d'âge précédent (p < 0,05)

^E à utiliser avec prudence (coefficient de variation de 16,6 % à 33,3 %)

Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – Nutrition, 2004.

Jus de fruits

La consommation quotidienne moyenne de jus de fruits est relativement stable chez les enfants et les adolescents, variant entre 171 et 200 grammes pour les garçons et entre 147 et 168 grammes pour les filles (tableau 3). De 1 à 8 ans, les garçons boivent davantage de jus de fruits que les filles. Ces quantités équivalent à une portion et demie du groupe « légumes et fruits » du Guide alimentaire pour les garçons, et à une portion et quart pour les filles.

La stabilité globale de l'apport quotidien moyen masque le fait qu'à des âges plus avancés, des proportions plus faibles d'enfants et d'adolescents boivent des jus de fruits (tableau 2). Environ 60 % des 1 à 3 ans avaient bu des jus de fruits le jour avant l'entrevue de l'ESCC; chez les 14 à 18 ans, la proportion était d'environ 40 %. La stabilité de la consommation moyenne des enfants et des adolescents est due à une plus grande consommation chez ceux qui continuent de boire des jus de fruits à des âges plus avancés, particulièrement les 14 à 18 ans (tableau 4).

Boissons sucrées

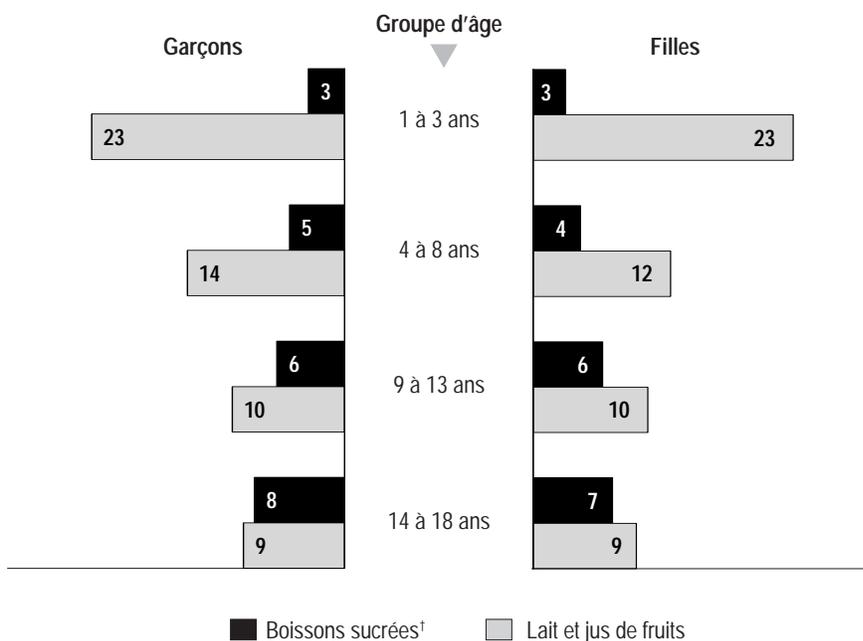
À des âges plus avancés, la consommation de boissons des enfants augmente et se diversifie. L'eau, le lait et les jus de fruits représentent environ 85 % des boissons consommées par les enfants de 1 à 3 ans, mais chez les 14 à 18 ans, la proportion est

légèrement supérieure à 60 %. Les boissons sucrées — boissons gazeuses et boissons aux fruits comportant moins de 100 % de jus — représentent la majeure partie de la différence.

La consommation des boissons sucrées augmente avec l'âge : un plus grand nombre d'enfants choisissent ces boissons, et ceux qui en consomment, en consomment plus. Cela est

particulièrement vrai dans le cas des boissons gazeuses ordinaires. Moins de 10 % des enfants de 1 à 3 ans avaient consommé une boisson gazeuse ordinaire le jour précédent l'entrevue de l'ESCC, mais chez les 14 à 18 ans, les pourcentages étaient de 53 % pour les garçons et de 35 % pour les filles (tableau 2). La consommation quotidienne moyenne de boissons

Figure 1
Pourcentage de calories quotidiennes tirées des boissons sucrées, ainsi que du lait et des jus de fruits, selon le sexe et le groupe d'âge, population à domicile de 1 à 18 ans, Canada, territoires non compris, 2004



[†] boissons gazeuses ordinaires et boissons aux fruits

Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – Nutrition, 2004.

Les données

Les données sont tirées de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) – Nutrition, menée en 2004, qui a été conçue pour recueillir des données concernant l'apport alimentaire et l'apport en nutriments de la population à domicile. L'ESCC exclut les membres des Forces canadiennes régulières, les habitants des trois territoires, des réserves indiennes et de certaines régions éloignées, les personnes vivant en établissement, ainsi que tous les habitants (militaires et civils) des bases des Forces canadiennes. Une description plus détaillée du plan d'enquête, de l'échantillon et des méthodes d'interview de l'ESCC figure dans un rapport déjà publié⁴.

Le présent article est fondé sur les données de la composante du « rappel alimentaire de 24 heures » de l'ESCC de 2004. On a demandé aux participants de dresser la liste de tous les aliments et boissons consommés au cours des 24 heures précédant le jour de l'entrevue (de minuit à minuit). Les intervieweurs ont utilisé la « méthode à passes multiples automatisée »^{5,6}, de même qu'une méthode en cinq étapes pour aider les participants à se rappeler ce qu'ils avaient mangé et bu :

- une liste rapide (les participants énuméraient, sans se soucier de l'ordre de présentation, toutes les boissons et tous les aliments consommés);
- des questions concernant des catégories d'aliments déterminées et certains aliments fréquemment oubliés;
- des questions sur l'heure des occasions de consommation et le type de repas (p. ex., dîner, souper);
- des questions visant à recueillir des renseignements plus détaillés sur les aliments et les boissons, de même que sur les quantités consommées;
- une révision finale.

Un sous-ensemble de la population a répondu à deux rappels de 24 heures à quelques jours d'intervalle, afin de pouvoir mesurer la variation de jour en jour dans la consommation d'aliments et de boissons. Les données relatives aux enfants de moins de 6 ans ont été recueillies auprès de leurs parents, et les entrevues pour les enfants âgés de 6 à 11 ans ont été menées avec l'aide des parents. Lorsque les parents étaient incapables de fournir des détails (p. ex., sur les aliments et/ou les boissons consommés à la garderie ou à l'école), on leur a demandé d'obtenir le plus de renseignements possibles des personnes responsables de leurs enfants. La teneur en énergie et en nutriments des aliments et des boissons a été établie à partir du Fichier canadien sur les éléments nutritifs (supplément 2001b) de Santé Canada⁷.

Au total, 35 107 personnes ont rempli le premier rappel alimentaire de 24 heures, et un sous-échantillon de 10 786 personnes ont rempli le deuxième rappel, de trois à dix jours plus tard. Les taux de réponse ont été de 76,5 % et de 72,8 % respectivement. Au total, 128 rappels ont été exclus pour diverses raisons : apport invalide ou « nul », enfants allaités et enfants de moins de 1 an. Le premier rappel alimentaire de 24 heures de 14 493 enfants et adolescents de 1 à 18 ans a servi à la présente étude. La méthode du *bootstrap*, qui tient compte du plan d'enquête complexe, a été utilisée pour estimer les erreurs-types, les coefficients de variation et les intervalles de confiance^{8,9}. Le niveau de signification a été établi à $p < 0,05$.

Les catégories de boissons sont fondées sur des groupes créés par le Bureau des sciences de la nutrition de Santé Canada. Les recettes et les aliments de base comportent des catégories différentes. Les catégories ont été révisées pour éliminer le dénombrement en double. Les boissons utilisées dans des recettes n'appartenant pas à la catégorie des boissons (lait dans une recette de gâteau, par exemple) sont exclues des catégories de boissons.

La catégorie *eau* se rapporte à l'eau municipale, embouteillée, de puits et distillée consommée telle quelle. Elle exclut l'eau utilisée pour préparer une autre boisson (p. ex., l'eau dans le café est incluse dans la catégorie du café).

La catégorie *lait* comprend tous les types de lait, peu importe leur teneur en gras, ainsi que le lait évaporé et le lait ajouté dans le thé ou le café. Elle comprend en outre le lait de chèvre et les préparations pour nourrissons. Le lait condensé et le lait ajouté aux céréales prêtes à manger ou aux céréales chaudes cuites (en moyenne 45 grammes de lait quotidiennement) sont exclus.

La catégorie *jus de fruits* comprend les jus de fruits purs à 100 %, ainsi que les jus inclus dans les boissons alcoolisées et les recettes à base de jus (concentré et eau). Les *jus de fruits et de légumes* représentent une catégorie différente, distincte des *jus de fruits*, et aussi des *jus de légumes*.

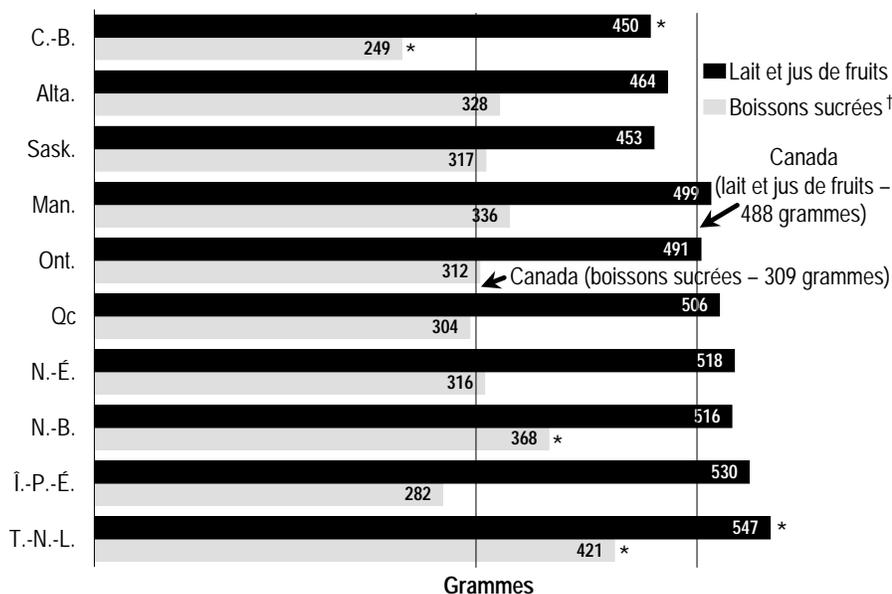
La catégorie des *boissons aux fruits* comprend les boissons qui contiennent moins de 100 % de jus de fruits. Ensemble, les *boissons aux fruits* et les *boissons gazeuses ordinaires* représentent la catégorie des *boissons sucrées*.

Le *total des boissons* comprend toutes les catégories qui précèdent, ainsi que le *thé* et le *café* (sauf les ingrédients ajoutés, comme la crème), les *boissons à base de lait* (mélange de lait et d'une poudre, lait de poule et laits frappés), les *autres types de lait* (boissons au soya et au riz, babeurre), les *boissons-diète*, la *bière* (alcoolisée et non alcoolisée), les *spiritueux*, les *liqueurs*, le *vin* et les *boissons rafraîchissantes au vin*.

Les méthodes utilisées pour recueillir les données concernant la consommation d'aliments et de boissons sont généralement liées à une certaine sous-déclaration. Le rappel alimentaire de 24 heures ne fait pas exception à cette règle, même lorsque l'on utilise la méthode à passes multiples automatisée, qui maximise le rappel par les participants. Dans un autre rapport¹⁰, on a estimé la sous-déclaration des calories à près de 10 % pour les participants de l'ESCC âgés de 12 ans et plus. La sous-déclaration des boissons comporte une corrélation importante avec celle de l'apport en énergie.

Il est possible que des traces de la catégorie des boissons se retrouvent dans une autre catégorie, dans les cas où il est impossible de séparer certains ingrédients d'un mélange.

Figure 2
Consommation quotidienne moyenne (en grammes), selon le type de boissons et la province, population à domicile âgée de 1 à 18 ans, Canada, territoires non compris, 2004



* valeur significativement différente de l'estimation pour le Canada ($p < 0,05$)

† boissons gazeuses ordinaires et boissons aux fruits

Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – Nutrition, 2004.

gazeuses ordinaires par les garçons passe de 68 grammes de 4 à 8 ans à 376 grammes de 14 à 18 ans; chez les filles, la quantité passe de 47 à 179 grammes (tableau 3). Par ailleurs, chez les consommateurs de boissons gazeuses, la consommation quotidienne moyenne est légèrement supérieure à 200 grammes, de 1 à 3 ans, mais de 14 à 18 ans, elle se situe à 715 grammes pour les garçons et à 514 grammes pour les filles (tableau 4).

La consommation de boissons aux fruits atteint un sommet de 9 à 13 ans, la consommation moyenne des garçons se situant à 211 grammes par jour, et celle des filles, à 192 grammes (tableau 3). Toutefois, chez ceux qui consomment des boissons aux fruits, l'apport quotidien est le plus élevé de 14 à 18 ans, se situant en moyenne à plus de 500 grammes (tableau 4).

Outre l'eau, le lait, les jus de fruits et les boissons sucrées, les enfants et les adolescents canadiens boivent d'autres boissons, comme des jus de

légumes, du thé et du café. Toutefois, les quantités consommées ont tendance à être relativement faibles (tableau A en annexe).

Calories, sucre et nutriments

Les boissons sont une source importante d'énergie pour les enfants et les adolescents, pouvant fournir à ceux-ci jusqu'à 30 % de leurs calories quotidiennes. Le sucre des jus de fruits (fructose) et du lait (lactose) fournit des calories. Par ailleurs, le lait contient des lipides sous forme de gras saturés. Les calories tirées des boissons aux fruits et des boissons gazeuses proviennent principalement des sucres ajoutés.

Pendant la petite enfance, le lait et les jus de fruits représentent beaucoup plus de calories au quotidien que les boissons sucrées. L'écart se rétrécit au fur et à mesure que les enfants avancent en âge, et les quantités sont à peu près équivalentes de 14 à 18 ans (figure 1). Même si ce changement ne

se reflète pas dans les calories totales tirées des boissons, il a des répercussions sur la contribution des boissons à l'apport en vitamines et en minéraux.

Les jus de fruits à eux seuls répondent dans une large mesure aux besoins en vitamine C des enfants. Selon leur âge, les enfants tirent de 50 à 72 mg de vitamine C par jour des jus de fruits, ce qui est bien supérieur aux besoins estimés de 13 à 63 mg¹¹. Toutefois, on estime à 7 % le pourcentage d'adolescents canadiens qui ont une carence en vitamine C¹².

Le lait représente une part considérable de l'apport quotidien en vitamines et en minéraux des enfants et des adolescents : vitamine D (45 % à 69 %), calcium (29 % à 51 %), vitamine B₁₂ (21 % à 48 %), vitamine A (21 % à 35 %), riboflavine (19 % à 40 %), phosphore (17 % à 37 %), potassium (13 % à 30 %), magnésium (11 % à 27 %), et zinc (9 % à 25 %) (données non présentées). La baisse constante de la consommation de lait par les filles dans les groupes d'âge plus avancés pose un problème, une proportion importante des adolescentes ayant un apport insuffisant en vitamine A, en magnésium et en zinc, et de faibles apports en potassium et en calcium^{3,13}.

Différences interprovinciales

La consommation de boissons par les enfants et les adolescents varie peu d'une province à l'autre. Toutefois, comparativement à la moyenne canadienne, la consommation de boissons est très élevée à Terre-Neuve-et-Labrador (figure 2), particulièrement celle de jus de fruits chez les enfants de moins de 9 ans et de boissons gazeuses ordinaires chez les 9 à 18 ans (données non présentées). Par ailleurs, la consommation de boissons en Colombie-Britannique est de beaucoup inférieure à la moyenne canadienne. ■

Références

1. V.S. Malik, M.B. Schulze et F.B. Hu, « Intake of sugar-sweetened beverages and weight gain: a systematic review », *American Journal of Clinical Nutrition*, 84, 2006, p. 274-288.
2. T.A. Marshall, S.M. Levy, B. Broffitt et al., « Dental caries and beverage consumption in young children », *Pediatrics*, 112, 2003, p. e184-e191.
3. Santé Canada, *Le guide alimentaire canadien pour manger sainement à l'intention des quatre ans et plus*, 1997 (Santé Canada, n°H39-2521 / 1992F au catalogue), Ottawa, Ministère des travaux publics et des Services gouvernementaux Canada.
4. Y. Béland, « Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes — aperçu de la méthodologie », *Rapports sur la santé*, 13(3), 2002, p. 9-15 (Statistique Canada, n° 82-003 au catalogue).
5. A.J. Moshfegh, N. Raper, L. Ingwersen et al., « An improved approach to 24-hour dietary recall methodology », *Annals of Nutrition and Metabolism*, 45(supplément), 2001, p. 156 (résumé).
6. A.J. Moshfegh, L. Borrud, B. Perloff et al., « Improved method for the 24-hour dietary recall for use in national surveys », *The FASEB Journal: Official Publication of The Federation of American Societies for Experimental Biology*, 13, 1999, p. A603 (résumé).
7. Santé Canada, *Fichier canadien sur les éléments nutritifs, version 2005*, disponible à l'adresse : http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/nutrition/fiche-nutri-data/index_f.html (document consulté le 29 septembre 2006).
8. J.N.K. Rao, C.F.J. Wu et K. Yue, « Quelques travaux récents sur les méthodes de rééchantillonnage applicables aux enquêtes complexes », *Techniques d'enquête*, 18(2), 1992, p. 225-234 (Statistique Canada, n° 12-001 au catalogue).
9. K.F. Rust et J.N.K. Rao, « Variance estimation for complex surveys using replication techniques », *Statistical Methods in Medical Research*, 5(3), 1996, p. 281-310.
10. D. Garriguet, « Sous-déclaration de l'apport énergétique dans l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes », *Rapports sur la santé*, 19(4), 2008, p. x-xx (à paraître) (Statistique Canada, n° 82-003 au catalogue).
11. Institute of Medicine, *Dietary Reference Intakes for Vitamin C, Vitamin E, Selenium and Carotenoids*, Washington DC, The National Academies Press, 2000.
12. Santé Canada, *Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, cycle 2.2, Nutrition (2004), Apports nutritionnels provenant des aliments : tableaux sommaires provinciaux, régionaux et nationaux, Volume 1*, Ottawa, Santé Canada, 2007, disponible à l'adresse : www.hc-sc.gc.ca/fn-an/pubs/cchs-nutri-esc/index-fra.php.
13. Santé Canada, *Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, cycle 2.2, Nutrition (2004), Apports nutritionnels provenant des aliments : tableaux sommaires provinciaux, régionaux et nationaux, Volume 2*, Ottawa, Santé Canada, 2008 (à paraître), disponible à l'adresse : www.hc-sc.gc.ca/fn-an/pubs/cchs-nutri-esc/index-fra.php.

Tableau A en annexe

Consommation quotidienne moyenne (en grammes) de certaines boissons, selon le groupe d'âge et le sexe, population à domicile de 1 à 18 ans, Canada, territoires non compris, 2004

Boissons	1 à 3 ans		4 à 8 ans		9 à 13 ans		14 à 18 ans	
	Garçons	Filles	Garçons	Filles	Garçons	Filles	Garçons	Filles
	grammes							
Consommation totale de boissons	1 069	994	1 184	1 022	1 505	1 299	2 121	1 666
Eau	248	238	337	337	509	483	780	694
Lait	459	450	338	272	332	267	323	222
Boissons à base de lait	18	13 ^E	39	40	42	34	44	36
Autres types de lait	18 ^E	10 ^E	F	F	6 ^E	F	F	3 ^E
Jus de fruits	200	168	194	157	171	147	192	165
Boissons aux fruits	96	81	161	134	211	192	198	175
Boissons gazeuses ordinaires	18 ^E	13 ^E	68	47	152	109	376	179
Boissons-diète	F	F	4 ^E	6 ^E	24 ^E	17	16	37
Jus de légumes	F	F	F	F	8 ^E	F	F	8 ^E
Thé	7 ^E	F	31 ^E	15	44	39	80	80
Café	F	F	F	F	4 ^E	3 ^E	37	48

^E à utiliser avec prudence (coefficient de variation de 16,6 % à 33,3 %)

F trop peu fiable pour être publié

Nota : Les jus de fruits et de légumes et les boissons alcoolisées (bière, spiritueux, vin, boissons rafraichissantes au vin) sont inclus dans la consommation totale de boissons.

Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – Nutrition, 2004.