

ANNEXES

ANNEXE A : L'OBÉSITÉ JUVÉNILE AU QUÉBEC

La prévalence de l'obésité et de l'embonpoint chez les jeunes Québécois atteint actuellement des proportions alarmantes. Alors que l'embonpoint a doublé au cours des 20 dernières années, l'obésité infantile a plus que triplé, atteignant au delà de 10 % des jeunes de 6 à 17 ans. La progression, qui poursuit son escalade d'environ 1 % par année, prend des allures d'épidémie. L'obésité est une affection grave car elle est un facteur de risques de plusieurs maladies comme les maladies cardiovasculaires, le diabète, l'hypertension et les dyslipidémies. De plus en plus de cas de diabète de type II, normalement apparenté aux adultes, sont diagnostiqués chez les adolescents. L'obésité a aussi des conséquences néfastes sur le développement psychosocial (dépression, faible estime de soi, discrimination, rejet) des jeunes aux prises avec un problème de poids. [...]

L'augmentation rapide de la prévalence de l'embonpoint chez les jeunes est causée principalement par un environnement qui favorise la surconsommation d'aliments riches en énergie et la sédentarité. À ce chapitre, les jeunes Québécois sont les champions de la sédentarité au Canada. 70 % des jeunes Québécois ne respectent pas les critères minimaux de pratique d'activité physique et, avec moins d'une heure de cours par semaine en moyenne, les écoles du Québec accordent moins de temps aux cours d'éducation physique que partout ailleurs au Canada et à travers le monde, où on retrouve généralement plus de deux heures par semaine.

Source : « Augmentation de l'obésité et de l'embonpoint chez les jeunes – L'école doit en faire davantage pour contrer la sédentarité », *Le Devoir*, 18 juillet 2002 <http://www.ledevoir.com/non-classe/5513/augmentation-de-l-obesite-et-de-l-embonpoint-chez-les-jeunes-l-ecole-doit-en-faire-davantage-pour-contrer-la-sedentarite> (consultée le 15-3-2010)