



## Projet : *NutriQuébec : Un projet de société sur les habitudes de vie des Québécois*

### CHERCHEUR PRINCIPAL

**Benoît Lamarche**, Professeur titulaire, Faculté des sciences de l'agriculture et de l'alimentation, École de nutrition, Université Laval

### COLLABORATEURS

**Ariane Bélanger-Gravel**, Professeure adjointe, Département d'information et de communication, Faculté des lettres et des sciences humaines, Université Laval

**Sophie Desroches**, Professeure titulaire, Faculté des sciences de l'agriculture et de l'alimentation, École de nutrition, Université Laval

**Simone Lemieux**, Professeure titulaire, Faculté des sciences de l'agriculture et de l'alimentation, École de nutrition, Université Laval

**David Buckeridge**, Professeur agrégé, Département d'épidémiologie, de biostatistiques et de santé au travail, Faculté de médecine, Université McGill

**Didier Garriguet**, Chercheur, Statistique Canada

**Lise Gauvin**, Professeure titulaire, École de santé publique - Département de médecine sociale et préventive, Université de Montréal

**Céline Plante**, Conseillère scientifique, Bureau d'information et d'études en santé des populations, Institut national de santé publique du Québec

### RÉSUMÉ DU PROJET

**Contexte du projet :** Au Québec, parmi les problèmes de santé évitables et prioritaires se retrouvent les maladies chroniques dont le fardeau ne cesse de s'alourdir, particulièrement chez les populations vulnérables. Afin de prévenir leur incidence, l'adoption de saines habitudes de vie, dont une saine alimentation, est essentielle. Une récente enquête a toutefois montré que moins du quart de la population adulte québécoise consomme les cinq portions recommandées de légumes et fruits par jour. Dans le but d'agir sur un ensemble de facteurs en vue d'améliorer l'état de santé et la qualité de vie de la population et de réduire les inégalités sociales de santé, le Québec s'est doté d'une Politique gouvernementale de prévention en santé (PGPS). L'une des 9 grandes cibles de la PGPS est que, d'ici 2025, la moitié de la population atteigne une consommation minimale de cinq portions de fruits et légumes chaque jour. Le Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) a également élaboré un plan d'action interministériel proposant des actions concrètes pour atteindre les objectifs de la PGPS. Parmi ces actions, il est prévu de suivre et d'analyser l'évolution des habitudes alimentaires de la population québécoise. Toutefois, il n'existe pas de données détaillées ni de données longitudinales sur les habitudes de vie des Québécois.

**But du projet :** Considérant le besoin d'évaluer les impacts de la PGPS ainsi que de suivre et d'analyser l'évolution des habitudes alimentaires de la population, le gouvernement du Québec, en partenariat avec une équipe interdisciplinaire de chercheurs, a développé le projet NutriQuébec. Entièrement réalisée sur Internet, NutriQuébec vise à recruter 30 000 adultes québécois dans le cadre d'une vaste campagne multimédia visant

*Projets de marque en santé durable, Alliance santé Québec : Lamarche, Benoît et al., NutriQuébec : Un projet de société sur les habitudes de vie des Québécois*

à rejoindre différents segments de la population. Les participants de NutriQuébec seront invités à remplir annuellement des questionnaires électroniques portant sur les habitudes de vie, dont les habitudes alimentaires, le niveau d'activité physique et l'état de santé global (physique, mental, qualité de vie). Des efforts importants seront consacrés au recrutement et à l'inclusion des populations vulnérables, qui sont généralement difficiles à recruter dans ce type d'étude.

**Résultats escomptés et impact probable :** Au-delà de la mesure des impacts de la PGPS sur les habitudes alimentaires de la population, NutriQuébec permettra de déployer une cohorte suivie sur de nombreuses années qui permettra non seulement d'identifier les déterminants des habitudes alimentaires dans la population, mais aussi de mieux comprendre la relation entre alimentation et santé.

**Échange et dissémination des connaissances :** Le transfert et l'application des résultats découlant de cette proposition de recherche constituent un élément fort de par sa nature même. En effet, le premier objectif de ce projet est de fournir à l'utilisateur de connaissances qu'est le MSSS des données lui permettant la mesure des impacts de la PGPS sur les habitudes alimentaires de la population. Il faut également souligner que des membres du comité scientifique de NutriQuébec sont affiliés à l'Institut national de santé publique du Québec ainsi qu'à Statistiques Canada. Ces deux organisations sont des utilisateurs des connaissances potentiels de premier plan des résultats de NutriQuébec. Elles auront donc un accès privilégié aux retombées des travaux. L'expertise des membres de l'équipe en termes de publications et présentations scientifiques, de même que leur expérience dans la vulgarisation scientifique et la préparation de conférences et de journées de formation continue, assureront le succès des activités de transfert de connaissances.

**Messages clés :** NutriQuébec constituera une cohorte prospective permettant l'étude de la relation entre les habitudes alimentaires et autres comportements associés aux habitudes de vie comme l'activité physique et la santé globale. NutriQuébec contribuera également au suivi et à l'analyse de l'évolution des habitudes alimentaires des Québécois et Québécoises suite au déploiement de la PGPS. Des efforts particuliers seront consacrés au recrutement et à l'inclusion des populations vulnérables, qui sont généralement difficiles à recruter dans ce type d'étude.