

Bilan de la mise en œuvre
de la Politique-cadre pour une saine
alimentation et un mode de vie physiquement actif

Pour un virage santé à l'école

Thème 1 : Environnement scolaire Volet Saine alimentation

Au Québec, plusieurs ministères et organismes gouvernementaux s'engagent dans la promotion des saines habitudes de vie et la prévention de l'obésité. Pour sa part, le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS) a publié à l'automne 2007 la Politique-cadre *Pour un virage santé à l'école*, qui découle du Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids 2006-2012, *Investir pour l'avenir*¹ et de la Stratégie d'action jeunesse 2006-2009². La Politique-cadre traduit l'engagement du Ministère à agir de concert avec le réseau scolaire québécois en vue d'offrir aux jeunes un environnement favorable à l'adoption et au maintien d'une saine alimentation et d'un mode de vie physiquement actif. Pour ce faire, les milieux scolaires sont appelés à se mobiliser et à mettre en œuvre les orientations de la Politique-cadre.

Afin de tracer un bilan complet de cette mise en œuvre, le MELS a effectué, entre mai et octobre 2009, une collecte de données en ligne auprès de 1 300 établissements d'enseignement. Cet échantillon, représentatif de l'ensemble des établissements d'enseignement visés par la Politique-cadre, comptait des écoles primaires et secondaires des secteurs public et privé, des centres de formation professionnelle (CFP) et des centres d'éducation des adultes (CEA).

Ce fascicule présente les résultats obtenus au regard du volet Saine alimentation de la Politique-cadre, qui comprend trois orientations et seize composantes prioritaires. Au total, 720 établissements ont rempli la section du questionnaire portant sur ce volet. Cet échantillon a été pondéré selon le type d'établissement, le réseau et la région pour fournir un portrait représentatif de l'ensemble des établissements d'enseignement du Québec. Les données qui suivent tiennent compte de cette pondération.

Types de services alimentaires présents dans les établissements

Le tableau 1 indique le pourcentage d'établissements qui possèdent des services alimentaires. Plus de la moitié d'entre eux (57 %) ont un service alimentaire principal, c'est-à-dire une cafétéria, un service de traiteur ou encore un casse-croûte; 12 % ont un service d'appoint, comme un café étudiant, un comptoir ou un chariot; et 18 % disposent de machines distributrices (boissons, aliments réfrigérés, aliments non réfrigérés). Un certain nombre d'établissements n'offrent aucun service alimentaire à leurs élèves (32 %). On constate que très peu d'écoles primaires possèdent des machines distributrices (2 %)³ et que davantage d'établissements du réseau privé en possèdent (33 %), comparativement au réseau public (16 %). On remarque également une plus grande proportion d'établissements possédant un service alimentaire principal dans les régions moyennement et très peuplées, comparativement aux régions peu peuplées.

¹ Ministère de la Santé et des Services sociaux, 2006.

² Secrétariat à la jeunesse, Ministère du Conseil Exécutif, 2006.

³ Les données obtenues pour ce type de service ne sont pas présentées compte tenu de la trop faible proportion.

Tableau 1
Services alimentaires présents par type d'établissement, réseau et région

	Types d'établissements			Réseaux		Régions			
	Tous %	Écoles primaires %	Écoles secondaires %	Centres [†] %	Public %	Privé %	Peu peuplées [‡] %	Moyenn. peuplées [‡] %	Très peuplées [‡] %
Service principal	57	53	84	33	55	71	37	56	61
Service d'appoint	12	7	24	17	10	20	15	12	11
Machines distributrices	18	2	40	69	16	33	21	19	17
Aucun service alimentaire	32	42	8	16	33	19	34	32	29

[†] Centres de formation professionnelle (CFP) et centres d'éducation des adultes (CEA)

[‡] Régions peu peuplées : Bas-Saint-Laurent, Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine, Nord-du-Québec, Côte-Nord

Régions moyennement peuplées : Mauricie, Centre-du-Québec, Saguenay—Lac-Saint-Jean, Chaudière-Appalaches, Estrie, Lanaudière, Laurentides, Outaouais, Abitibi-Témiscamingue

Régions très peuplées : Montréal, Capitale-Nationale, Montérégie, Laval

Orientation 1

Offrir une alimentation variée et privilégier les aliments de bonne valeur nutritive

Un menu équilibré et varié

La figure 1 illustre dans quelle mesure les composantes prioritaires de l'orientation 1 ont été appliquées pour les trois types de services alimentaires offerts dans les établissements d'enseignement. On constate que, dans leur service principal, la presque totalité des établissements offre des repas composés d'aliments des quatre groupes du *Guide alimentaire canadien* (98 %), compose une assiette principale comprenant au moins un légume d'accompagnement (96 %), offre une variété de fruits et légumes (95 %) et privilégie les types de cuisson n'utilisant pas ou que très peu de matières grasses (94 %). Par contre, une proportion plus faible d'établissements privilégie les produits céréaliers à grains entiers (21 %), offre des desserts et des collations à base de fruits, de produits laitiers et de produits céréaliers à grains entiers (33 %) ou une variété de jus de fruits purs à 100 % (non sucrés) et de jus de légumes, en plus du lait et de l'eau (43 %).

Plus difficile d'éviter les gras saturés et les gras trans

En général, un grand nombre d'établissements applique les composantes prioritaires ayant trait au contenu en gras de la viande et aux types de cuisson permettant de réduire la quantité de matières grasses des aliments offerts. Toutefois, un plus faible pourcentage d'établissements évite les produits contenant des gras saturés ou des gras trans. Cette composante prioritaire est difficile à appliquer lorsque sont offerts de nombreux produits transformés, ce qui est souvent le cas dans les machines distributrices.



Quatre fiches thématiques en lien avec la saine alimentation sont mises à la disposition des milieux scolaires pour les aider à appliquer les orientations énoncées dans la Politique-cadre :

- Menus santé en milieu scolaire
- Machines distributrices et saine alimentation
- Collations santé
- Boîtes à lunch santé

Ces fiches sont disponibles sur le site Web du MELS, à l'adresse www.mels.gouv.qc.ca/sections/viragesante.

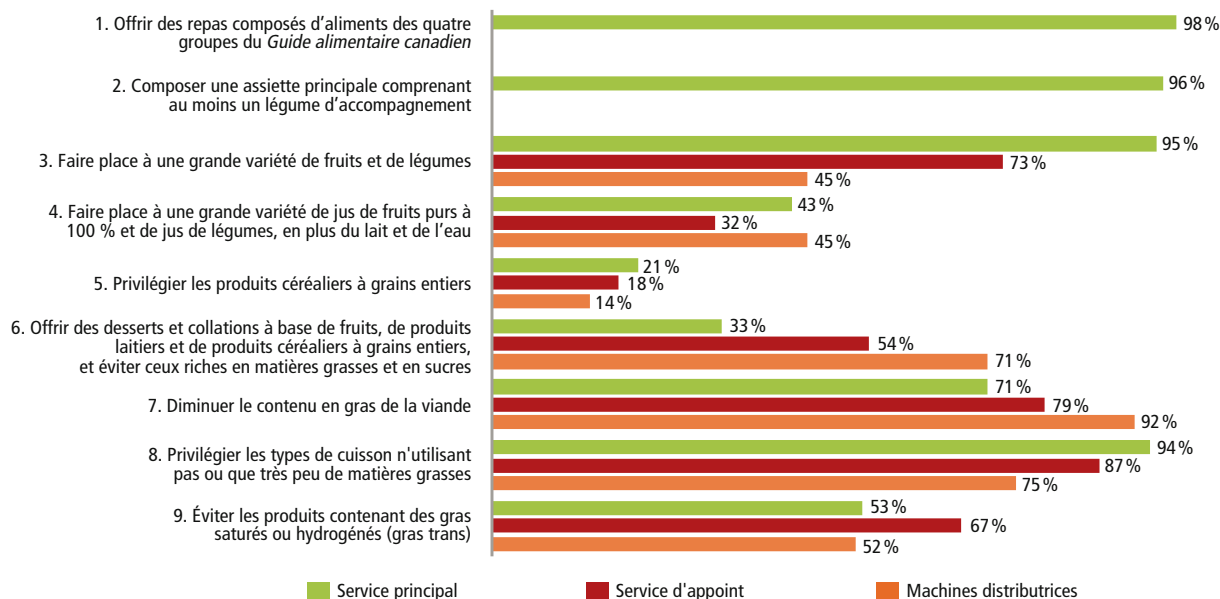


L'industrie alimentaire a fait beaucoup d'efforts au cours des dernières années pour réduire ou éliminer les gras saturés et trans dans les produits. Les écoles et les centres peuvent donc privilégier ces produits dans leur service alimentaire et leurs machines distributrices, et demander aux fournisseurs de leur présenter de nouveaux produits qui pourraient y être intégrés.

De la place pour plus d'aliments sains dans les machines distributrices

Pour ce qui est des machines distributrices, on observe entre autres que 45 % des établissements proposent une variété de jus de fruits purs à 100 % (non sucrés) et de jus de légumes, en plus du lait et de l'eau. Le pourcentage d'établissements qui privilégient les produits céréaliers à grains entiers est faible (14 %); en contrepartie, plusieurs offrent une variété de collations et de desserts nutritifs (71 %).

Figure 1
Application des composantes prioritaires de l'orientation 1 par type de service alimentaire



Du lait à la cafétéria, des jus de fruits purs dans les machines distributrices

Lorsqu'on isole les différents éléments de la composante prioritaire 4, on constate qu'une forte majorité d'établissements offre de l'eau et du lait nature dans leur service alimentaire principal (96 % et 94 %). Une variété de jus de fruits purs à 100 % et de jus de légumes est également disponible, mais dans une moins grande proportion d'établissements (61 % et 50 %). Le lait nature est peu présent dans les machines distributrices (28 %), mais cela dépend grandement du type de machine dont disposent les établissements. En contrepartie, l'eau et les jus de fruits purs à 100 % sont offerts dans les machines distributrices de nombreux milieux (79 % et 91 %).

Les produits céréaliers à grains entiers bien représentés dans le tiers des cafétérias

Les résultats obtenus en lien avec la composante prioritaire 5 démontrent que 35 % des établissements possédant un service alimentaire principal privilégient⁴ les produits céréaliers à grains entiers dans les mets principaux, 42 % dans les mets d'accompagnement, et 36 % dans les desserts et collations. Toutefois, les établissements qui privilégient ces types de produits dans les machines distributrices sont moins nombreux (16 %, 13 % et 24 %, respectivement). Ceci peut s'expliquer en partie par le fait que l'éventail de produits faits de grains entiers pouvant être offerts dans les machines distributrices est plus limité.



La fiche thématique 1 de la Politique-cadre intitulée *Menus santé en milieu scolaire* propose des choix à privilégier afin d'augmenter la proportion de grains entiers dans les mets, les compléments de repas et les collations.

⁴ Les produits céréaliers à grains entiers sont présents dans plus de la moitié des mets.

Des collations et desserts nutritifs

Une majorité d'établissements ne proposent jamais ou que rarement des desserts et collations riches en matières grasses ou en sucres ajoutés (ex. : crème glacée, pâtisseries, gâteaux et muffins commerciaux) dans leur service alimentaire (67 %), leur service d'appoint (58 %) et leurs machines distributrices (64 %). Environ la moitié des établissements possédant un service alimentaire principal ou d'appoint offre quotidiennement des collations ou des desserts faits à base de fruits, de produits laitiers ou de produits céréaliers à grains entiers (54 % et 47 %, respectivement), tandis que ces produits sont offerts dans 71 % des établissements possédant des machines distributrices.

Quelques différences entre les types d'établissements, aucune entre les régions

Le tableau 2 indique dans quelle mesure les composantes prioritaires de l'orientation 1 ont été appliquées selon le type d'établissement, le réseau d'enseignement et la région. Les principales différences observées concernent les écoles secondaires, qui se démarquent des écoles primaires et des centres pour les composantes prioritaires 2, 3 et 8. On constate également que les écoles primaires sont moins nombreuses que les écoles secondaires et les centres à offrir une variété de jus de fruits purs à 100 % et de jus de légumes, en plus du lait et de l'eau, dans leur service principal. Elles sont toutefois plus nombreuses à diminuer le contenu en gras de la viande. Les établissements du réseau privé se distinguent quant à eux des établissements publics pour les composantes 2, 4 et 8.

Finalement, les résultats obtenus dans les trois catégories de régions sont homogènes pour l'ensemble des composantes prioritaires de l'orientation 1.

Tableau 2
Application des composantes prioritaires de l'orientation 1 par type d'établissement, réseau et région

		Types d'établissements				Réseaux		Régions		
		Tous %	Écoles primaires %	Écoles secondaires %	Centres %	Public %	Privé %	Peu Populeuses %	Moyenn. Populeuses %	Très Populeuses %
1. Offrir des repas composés d'aliments des quatre groupes du <i>Guide alimentaire canadien</i>	Service principal	98	98	98	98	99	97	100	97	99
	Service d'appoint	---	---	---	---	---	---	---	---	---
	Machines	---	---	---	---	---	---	---	---	---
2. Composer une assiette principale comprenant au moins un légume d'accompagnement	Service principal	96	93	99 +	98	95	100 +	100	93	97
	Service d'appoint	---	---	---	---	---	---	---	---	---
	Machines	---	---	---	---	---	---	---	---	---
3. Faire place à une variété de fruits et de légumes	Service principal	95	93	98 +	100	95	97	100	94	95
	Service d'appoint	73	85	64	66	70	83	55	64	83
	Machines	45	*	38	49	46	45	41	49	43
4. Faire place à une variété de jus de fruits purs à 100 % (non sucrés) et de jus de légumes, en plus du lait et de l'eau	Service principal	43	24 -	71 +	85 +	43	46	31	44	43
	Service d'appoint	32	10	47 +	40	26	53 +	17	31	36
	Machines	45	*	38	49	46	45	41	49	43
5. Privilégier les produits céréaliers à grains entiers	Service principal	21	20	22	21	22	17	11	22	21
	Service d'appoint	18	15	24	10	18	16	31	21	13
	Machines	14	*	13	10	14	12	12	20	9

		Types d'établissements				Réseaux		Régions		
		Tous %	Écoles primaires %	Écoles secondaires %	Centres %	Public %	Privé %	Peu Populeuses %	Moyenn. Populeuses %	Très Populeuses %
6. Offrir des desserts et collations à base de fruits, de produits laitiers et de produits céréaliers à grains entiers, et éviter ceux riches en matières grasses et en sucres	Service principal	33	29	40	43	33	31	25	28	38
	Service d'appoint	33	23	46	24	31	44	40	42	23
	Machines	54	*	65	46	57	42	34	63	51
7. Diminuer le contenu en gras de la viande	Service principal	71	80 +	59 -	53 -	72	70	74	75	69
	Service d'appoint	79	78	78	83	78	83	96	82	72
	Machines	92	*	93	91	90	100	81	92	94
8. Privilégier les types de cuisson n'utilisant pas ou que très peu de matières grasses	Service principal	94	93	98 +	93	94	98 +	97	93	95
	Service d'appoint	87	92	87	74	83	100	*	87	90
	Machines	75	*	*	71	77	*	*	*	80
9. Éviter les produits contenant des gras saturés ou hydrogénés (gras trans)	Service principal	53	53	54	46	52	58	50	54	52
	Service d'appoint	67	68	70	59	65	76	88	56	72
	Machines	52	*	58	53	50	57	74	52	48

Note : Le signe « + » indique un pourcentage significativement plus élevé que la moyenne globale, et le signe « - » indique un pourcentage significativement moins élevé.

* L'échantillon étant de moins de 10 établissements, les résultats ne sont pas présentés.

Orientation 2

Éliminer les aliments à faible valeur nutritive de l'offre alimentaire

Les boissons sucrées se font rares

La figure 2 indique qu'une majorité d'établissements a éliminé de son service alimentaire principal les boissons gazeuses sucrées, celles avec substitut de sucre ainsi que les boissons avec sucre ajouté (79 %). On constate toutefois que peu d'établissements ont éliminé ces boissons de leurs machines distributrices (43 %). En observant les résultats séparément pour les différents éléments de la composante prioritaire, on constate que 82 % des établissements ont éliminé les boissons gazeuses (régulières ou diètes) de leurs machines distributrices; 70 %, les boissons avec sucre ajouté; et 60 %, les boissons avec substituts de sucre. Finalement, en comparant les types d'établissements (tableau 3), on remarque que la proportion d'écoles primaires ayant éliminé les boissons sucrées (94 %) est significativement supérieure à celle des écoles secondaires (59 %) et des centres (38 %).



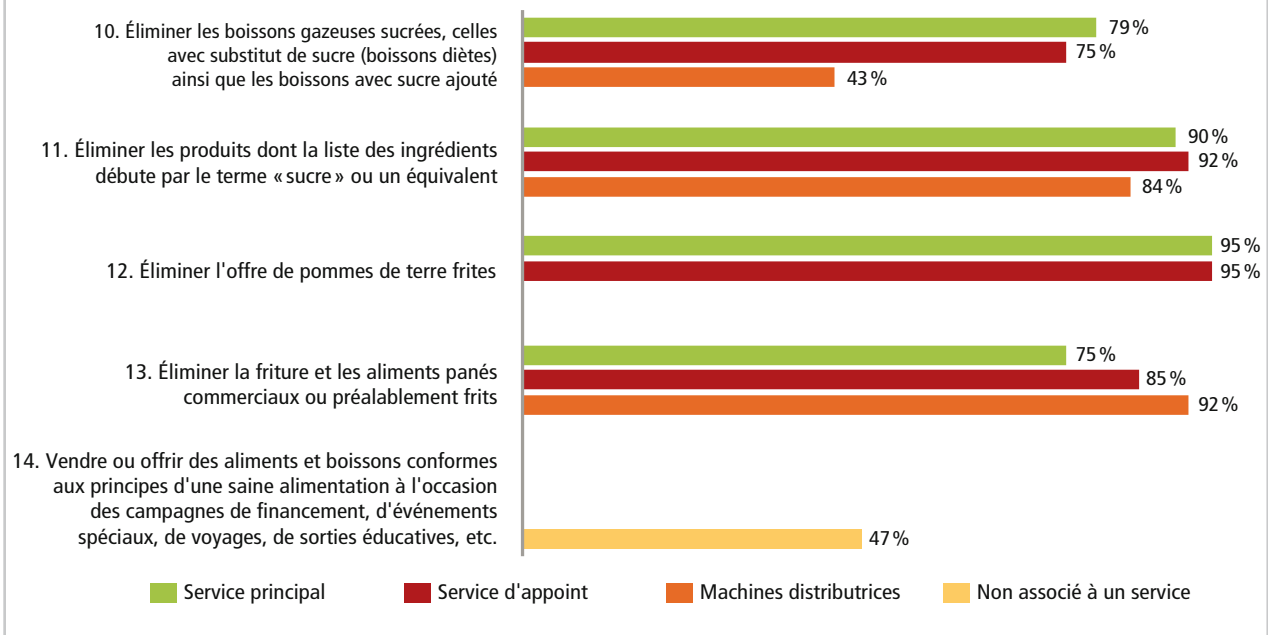
Les boissons énergisantes et les boissons pour sportifs doivent aussi être éliminées. On peut remplacer ces dernières par du lait au chocolat, qui est tout aussi efficace après l'exercice et qui contient une quantité raisonnable de sucre, en plus de fournir des éléments nutritifs (protéines, calcium, etc.).

Les aliments sucrés et la friture éliminés dans la plupart des cas

Dans l'ensemble des services offerts, la majorité des établissements a éliminé les produits dont la liste des ingrédients débute par le terme « sucre » ou un équivalent. On note toutefois que, dans le cas des machines distributrices, moins de centres (72 %) et d'établissements du réseau privé (69 %) appliquent cette composante prioritaire, comparativement aux écoles secondaires (95 %) et aux établissements du réseau public (88 %) (tableau 3).

Un grand nombre d'établissements ont cessé d'offrir des pommes de terre frites, des aliments frits et des aliments panés commerciaux ou préalablement frits, et ce, dans l'ensemble des services alimentaires. On note que la proportion d'établissements du réseau public ayant éliminé l'offre de pommes de terre frites est significativement supérieure à celle des établissements privés (96 % vs 87 %). De plus, la proportion d'écoles primaires et d'écoles secondaires ayant cessé d'offrir des pommes de terre frites (98 % et 92 %) est significativement supérieure à celle des centres (80 %).

Figure 2
Application des composantes prioritaires de l'orientation 2 par type de service alimentaire



Campagnes de financement et événements spéciaux : des efforts qui méritent d'être soulignés

Finalement, près de la moitié des établissements vendent ou offrent des aliments et boissons conformes aux principes d'une saine alimentation à l'occasion des campagnes de financement, d'événements spéciaux, de voyages, de sorties éducatives, etc. Cette proportion demeure semblable si on considère uniquement les résultats obtenus pour les campagnes de financement (52 %). Dans le réseau public, la proportion pour cet élément atteint 55 %, tandis qu'elle est de 33 % dans les établissements du réseau privé. Des différences sont aussi présentes entre les régions peu peuplées (66 %), moyennement peuplées (57 %) et très peuplées (46 %) en ce qui a trait spécifiquement aux campagnes de financement. Lors d'événements spéciaux, de sorties ou de voyages, on observe qu'un plus grand nombre d'établissements respecte les principes d'une saine alimentation (80 %).



Des fiches d'information précisent certains éléments de la Politique-cadre. On peut les consulter à l'adresse www.mels.gouv.qc.ca/sections/virageSante/index.asp?page=complement_info.



Actuellement, plusieurs compagnies offrent un éventail de produits alimentaires qui respectent les orientations de la Politique-cadre, en plus de nombreux produits non alimentaires. Les établissements peuvent en faire la demande auprès de leurs fournisseurs habituels, ou encore chercher de nouveaux produits auprès d'autres fournisseurs.

Tableau 3
Application des composantes prioritaires de l'orientation 2 par type d'établissement, réseau et région

		Types d'établissements			Réseaux		Régions			
		Tous %	Écoles primaires %	Écoles secondaires %	Centres %	Public %	Privé %	Peu Populeuses %	Moyenn. Populeuses %	Très Populeuses %
10. Éliminer les boissons gazeuses sucrées, celles avec substitut de sucre ainsi que les boissons avec sucre ajouté	Service principal	79	94 +	59 -	38 -	81	66 -	89	81	76
	Service d'appoint	75	86	70	60	74	76	88	79	68
	Machines	43	*	47	40	48	25 -	52	52	33
11. Éliminer les produits dont la liste des ingrédients débute par le terme « sucre » ou un équivalent	Service principal	90	91	91	75 -	90	87	92	90	89
	Service d'appoint	92	94	94	84	92	94	88	93	92
	Machines	84	*	95 +	72 -	88	69 -	93	88	78
12. Éliminer l'offre de pommes de terre frites	Service principal	95	98	92	80 -	96	87 -	98	96	93
	Service d'appoint	95	92	96	100	95	96	96	95	96
	Machines	---	---	---	---	---	---	---	---	---
13. Éliminer la friture et les aliments panés commerciaux préalablement frits	Service principal	75	75	76	72	75	73	81	76	73
	Service d'appoint	85	68	100 +	87	86	85	100	86	81
	Machines	92	*	97	85	92	90	94	97	86
14. Vendre ou offrir des aliments et boissons conformes aux principes d'une saine alimentation à l'occasion des campagnes de financement, d'événements spéciaux, de voyages, de sorties éducatives, etc.		47	48	42	50	49	33 -	52	52	42

Note : Le signe « + » indique un pourcentage significativement plus élevé que la moyenne globale, et le signe « - » indique un pourcentage significativement moins élevé.

* L'échantillon étant de moins de 10 établissements, les résultats ne sont pas présentés.

Orientation 3

Offrir des lieux adéquats et des conditions favorables lors des repas

Des locaux plus sécuritaires qu'accueillants

Plusieurs établissements (67 %) s'assurent que les lieux utilisés lors des repas sont sécuritaires en tout temps, alors que seulement 38 % font des repas un moment agréable de la journée scolaire, notamment en s'assurant que les endroits où les jeunes mangent sont accueillants et conviviaux. Le tableau 4 indique que les établissements d'enseignement secondaire ont une petite longueur d'avance sur ce point, de même que les établissements du réseau privé. De plus, cet aspect est davantage présent dans les régions peu peuplées.



La participation des élèves à l'aménagement et à la décoration des lieux peut s'avérer une solution gagnante.

Tableau 4**Application des composantes prioritaires de l'orientation 3 par type d'établissement, réseau et région**

	Types d'établissements			Réseaux		Régions			
	Tous %	Écoles primaires %	Écoles secondaires %	Centres %	Public %	Privé %	Peu Populeuses %	Moyenn. Populeuses %	Très Populeuses %
15. S'assurer que les lieux utilisés pour les repas sont sécuritaires en tout temps	67	63	72	77 +	67	70	70	63	70
16. Faire du repas un moment agréable de la journée scolaire, notamment en s'assurant que les endroits où les jeunes mangent sont accueillants et conviviaux	38	32	52 +	41	36	49 +	49 +	36 -	38

Note : Le signe « + » indique un pourcentage significativement plus élevé que la moyenne globale, et le signe « - » indique un pourcentage significativement moins élevé.

Principaux éléments facilitant ou freinant la mise en œuvre du volet Saine alimentation

La section du questionnaire portant sur ces aspects étant facultative, le taux de réponse a été d'environ 50 % pour tous les types d'établissements. Puisque les questions étaient ouvertes, les réponses ont été classées en grandes catégories, ce qui a permis de cibler les principaux éléments qui facilitent ou freinent l'application des composantes prioritaires de la Politique-cadre.

Éléments facilitant l'application

- Pour l'**ensemble des établissements**, la collaboration du personnel et des fournisseurs;
- Pour les **écoles primaires et secondaires**, la sensibilisation des intervenants engagés dans la mise en œuvre de la Politique-cadre.

Éléments freinant l'application

- Pour les **écoles primaires et secondaires**,
 - le manque de ressources financières;
 - le manque de collaboration, principalement de la part des parents;
- Pour les **écoles secondaires et les centres**, la proximité des restaurants et des dépanneurs.

Les établissements ont énuméré les solutions qu'ils ont utilisées pour atteindre les objectifs visés :

- Mettre sur pied un comité de suivi et d'évaluation de la Politique-cadre;
- Élaborer un plan d'action annuel détaillé;
- Créer un climat adéquat;
- Collaborer étroitement avec les fournisseurs et les professionnels du réseau de la santé;
- Sensibiliser et faire participer les élèves, les parents et le personnel de l'école.