

Feuillets d'information de la santé

**Consommation de fruits et de légumes,  
2015**



Statistique  
Canada

Statistics  
Canada

Canada

---

## Comment obtenir d'autres renseignements

Pour toute demande de renseignements au sujet de ce produit ou sur l'ensemble des données et des services de Statistique Canada, visiter notre site Web à [www.statcan.gc.ca](http://www.statcan.gc.ca).

Vous pouvez également communiquer avec nous par :

**Courriel** à [STATCAN.infostats-infostats.STATCAN@canada.ca](mailto:STATCAN.infostats-infostats.STATCAN@canada.ca)

**Téléphone** entre 8 h 30 et 16 h 30 du lundi au vendredi aux numéros suivants :

- Service de renseignements statistiques 1-800-263-1136
- Service national d'appareils de télécommunications pour les malentendants 1-800-363-7629
- Télécopieur 1-514-283-9350

**Programme des services de dépôt**

- Service de renseignements 1-800-635-7943
- Télécopieur 1-800-565-7757

## Normes de service à la clientèle

Statistique Canada s'engage à fournir à ses clients des services rapides, fiables et courtois. À cet égard, notre organisme s'est doté de normes de service à la clientèle que les employés observent. Pour obtenir une copie de ces normes de service, veuillez communiquer avec Statistique Canada au numéro sans frais 1-800-263-1136. Les normes de service sont aussi publiées sur le site [www.statcan.gc.ca](http://www.statcan.gc.ca) sous « Contactez-nous » > « Normes de service à la clientèle ».

## Note de reconnaissance

Le succès du système statistique du Canada repose sur un partenariat bien établi entre Statistique Canada et la population du Canada, les entreprises, les administrations et les autres organismes. Sans cette collaboration et cette bonne volonté, il serait impossible de produire des statistiques exactes et actuelles.

## Signes conventionnels dans les tableaux

Les signes conventionnels suivants sont employés dans les publications de Statistique Canada :

- . indisponible pour toute période de référence
- .. indisponible pour une période de référence précise
- ... n'ayant pas lieu de figurer
- 0 zéro absolu ou valeur arrondie à zéro
- 0<sup>s</sup> valeur arrondie à 0 (zéro) là où il y a une distinction importante entre le zéro absolu et la valeur arrondie
- <sup>p</sup> provisoire
- <sup>r</sup> révisé
- x confidentiel en vertu des dispositions de la *Loi sur la statistique*
- <sup>E</sup> à utiliser avec prudence
- F trop peu fiable pour être publié
- \* valeur significativement différente de l'estimation pour la catégorie de référence ( $p < 0,05$ )

Publication autorisée par le ministre responsable de Statistique Canada

© Ministre de l'Industrie, 2017

Tous droits réservés. L'utilisation de la présente publication est assujettie aux modalités de l'[entente de licence ouverte](#) de Statistique Canada.

Une [version HTML](#) est aussi disponible.

*This publication is also available in English.*

---



## Feuillets d'information de la santé Consommation de fruits et de légumes, 2015



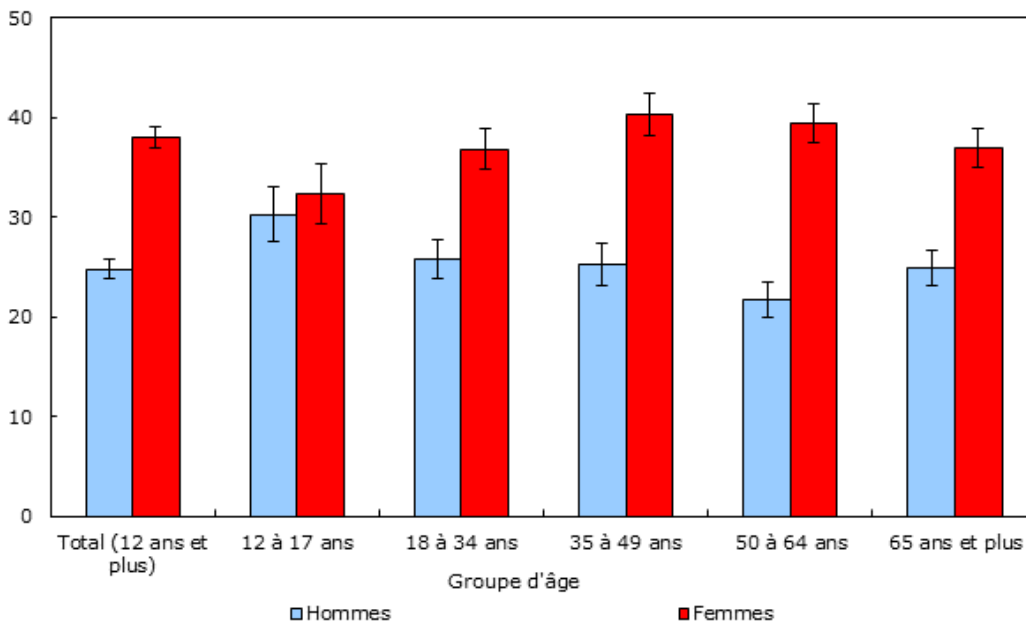
En 2015, 31,5 % des Canadiens âgés de 12 ans et plus, soit environ 9 millions de personnes, ont déclaré avoir mangé des fruits et des légumes cinq fois ou plus par jour<sup>1,2</sup>. Les femmes étaient plus susceptibles que les hommes d'indiquer avoir mangé des fruits et des légumes cinq fois ou plus par jour. En 2015, 38,0 % des femmes et 24,8 % des hommes ont fait état d'une telle consommation<sup>3</sup>.

La consommation de fruits et de légumes représente une source importante de vitamines, de minéraux et de fibre, ce qui peut réduire le risque de maladies du cœur et de certains types de cancer<sup>4</sup>.

En 2015, la consommation de fruits et de légumes a été supérieure chez les hommes âgés de 12 à 17 ans (30,3 %) par rapport aux hommes plus âgés (environ 24 % pour tous les autres groupes d'âge), tandis que les femmes âgées de 12 à 17 ans (32,3 %) ont indiqué une consommation inférieure de fruits et de légumes par rapport aux femmes plus âgées (environ 38 % pour les autres groupes d'âge).

**Graphique 1**  
**Consommation de fruits et de légumes, 5 fois ou plus par jour, selon le groupe d'âge et le sexe, population à domicile de 12 ans et plus, Canada, 2015**

pourcentage



**Note :** Indique le nombre de fois (fréquence) habituel par jour qu'une personne a déclaré manger des fruits et des légumes. Cette mesure ne tient pas compte de la quantité consommée.

**Source :** Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, 2015.

La proportion de répondants ayant déclaré manger des fruits et des légumes au moins cinq fois par jour a été **inférieure** à la moyenne nationale (31,5 %) dans les provinces suivantes :

- Terre-Neuve-et-Labrador (22,5 %)
- Île-du-Prince-Édouard (27,2 %)

- Nouvelle-Écosse (25,3 %)
- Ontario (28,7 %)
- Colombie-Britannique (29,9 %)

La proportion de répondants ayant déclaré manger des fruits et des légumes au moins cinq fois par jour a été **supérieure** à la moyenne nationale au Québec (38,8 %).

La proportion de répondants ayant déclaré manger des fruits et des légumes au moins cinq fois par jour a été environ la même que la moyenne nationale dans les autres provinces.

En 2015, les habitudes de consommation de fruits et de légumes ont différé en fonction du plus haut niveau de scolarité<sup>5</sup> atteint par les membres du ménage. Lorsque le plus haut niveau de scolarité était inférieur aux études postsecondaires, 24,3 % des Canadiens âgés de 12 ans et plus mangeaient des fruits et des légumes cinq fois ou plus par jour. La proportion de personnes qui mangeaient des fruits et légumes au moins cinq fois par jour était la plus élevée lorsqu'un membre du ménage avait un diplôme d'études postsecondaires (33,4 %). Le revenu du ménage avait aussi une incidence sur la consommation de fruits et de légumes<sup>6</sup>. Le pourcentage de Canadiens âgés de 12 ans et plus qui mangeaient des fruits et des légumes au moins cinq fois par jour était le plus bas chez les ménages du quintile de revenu le plus faible (27,4 %). La consommation de fruits et de légumes dans les autres quintiles de revenu ne différait pas d'un quintile à un autre.

## Références

Garriguet, D. 2007. «Les habitudes alimentaires des Canadiens ([www.statcan.gc.ca/pub/82-003-x/2006004/article/9609-fra.htm](http://www.statcan.gc.ca/pub/82-003-x/2006004/article/9609-fra.htm)) » *Rapports sur la santé*, vol. 18 no 2, produit no 82-003 du catalogue de Statistique Canada. (site consulté le 17 Janvier 2017)

Pérez, C.E. 2002. «Consommation de fruits et de légumes ([www.statcan.gc.ca/pub/82-003-x/2001003/article/6103-fra.pdf](http://www.statcan.gc.ca/pub/82-003-x/2001003/article/6103-fra.pdf)) » *Rapports sur la santé*, vol. 13 no 3, produit no 82-003 du catalogue de Statistique Canada. (site consulté le 17 Janvier 2017)

## Données

D'autres données sur l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes sont disponibles dans les tableaux CANSIM 105–0508 ([www.statcan.gc.ca/cansim/a26?lang=fra&retrLang=fra&id=1050508](http://www.statcan.gc.ca/cansim/a26?lang=fra&retrLang=fra&id=1050508)) .

## Notes

- 1 Dans le présent article, les estimations qui renvoient à la moyenne nationale ou au taux canadien excluent les territoires. Il en est ainsi parce qu'une partie de la population des territoires était exclue de la couverture de l'ESCC en 2015. Seule la moitié des collectivités des territoires ont été visitées en 2015, l'autre moitié l'ayant été en 2016; les analyses fondées sur les données recueillies dans les territoires sont donc disponibles uniquement pour les cycles de deux ans de l'ESCC (p. ex., 2015-2016).
- 2 Les données sur la consommation de fruits et de légumes sont basées sur une question d'enquête mesurant la fréquence de consommation déclarée par les répondants plutôt que la quantité de fruits et de légumes consommée.
- 3 Dans le présent article, si deux estimations sont présentées comme étant différentes, cela signifie que la différence était statistiquement significative à un niveau de confiance de 95 % (valeur de p inférieure à 5 %).
- 4 Pérez, C.E. 2002. «Consommation de fruits et de légumes ([www.statcan.gc.ca/pub/82-003-x/2001003/article/6103-fra.pdf](http://www.statcan.gc.ca/pub/82-003-x/2001003/article/6103-fra.pdf)) » *Rapports sur la santé*, vol. 13 no 3, produit no 82-003 du catalogue de Statistique Canada. (site consulté le 17 Janvier 2017)

- 5 Dans le cadre de ce feuillet d'information, la scolarité est séparée en trois catégories : moins qu'un diplôme d'études secondaires, diplôme d'études secondaires, et diplôme/certificat d'études postsecondaires ou diplôme universitaire.
- 6 En fonction du revenu du ménage, ajusté selon les seuils de faible revenu (SFR) avant impôt en ce qui concerne la taille du ménage et de la collectivité. Le seuil de faible revenu est le niveau en deçà duquel une famille est susceptible de consacrer une part plus importante de son revenu à l'achat de nécessités, comme la nourriture, le logement et l'habillement, qu'une famille moyenne. Cela tient compte du pouvoir d'achat en fonction de la taille de la famille et de la collectivité.