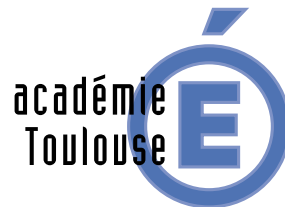


# Comportements de santé et activité physique des collégiens de France métropolitaine : l'éclairage de l'enquête internationale *Health behaviour in School-aged children* (HBSC/OMS) 2014

Dr Emmanuelle Godeau, médecin conseiller, académie de Toulouse,  
coordonnatrice de l'enquête HBSC pour la France  
chercheur UMR 1027 Inserm-Université Toulouse III



# Pourquoi s'intéresser à la santé des adolescents?

## ■ Adolescence

- représente un 6<sup>e</sup> de la population mondiale
- période où maladies sont relativement faibles comparées à avant et après, mais mortalité mondiale repassée devant celle des enfants
- Surmortalité par accidents et suicides
- Période où s'installent des comportements & habitudes 😊 ou ☹️ pour la santé à court, moyen & long terme
- inégalités de santé existent déjà

## ■ Indicateurs objectifs pas assez discriminants

## ■ Intérêt d'indicateurs subjectifs de santé

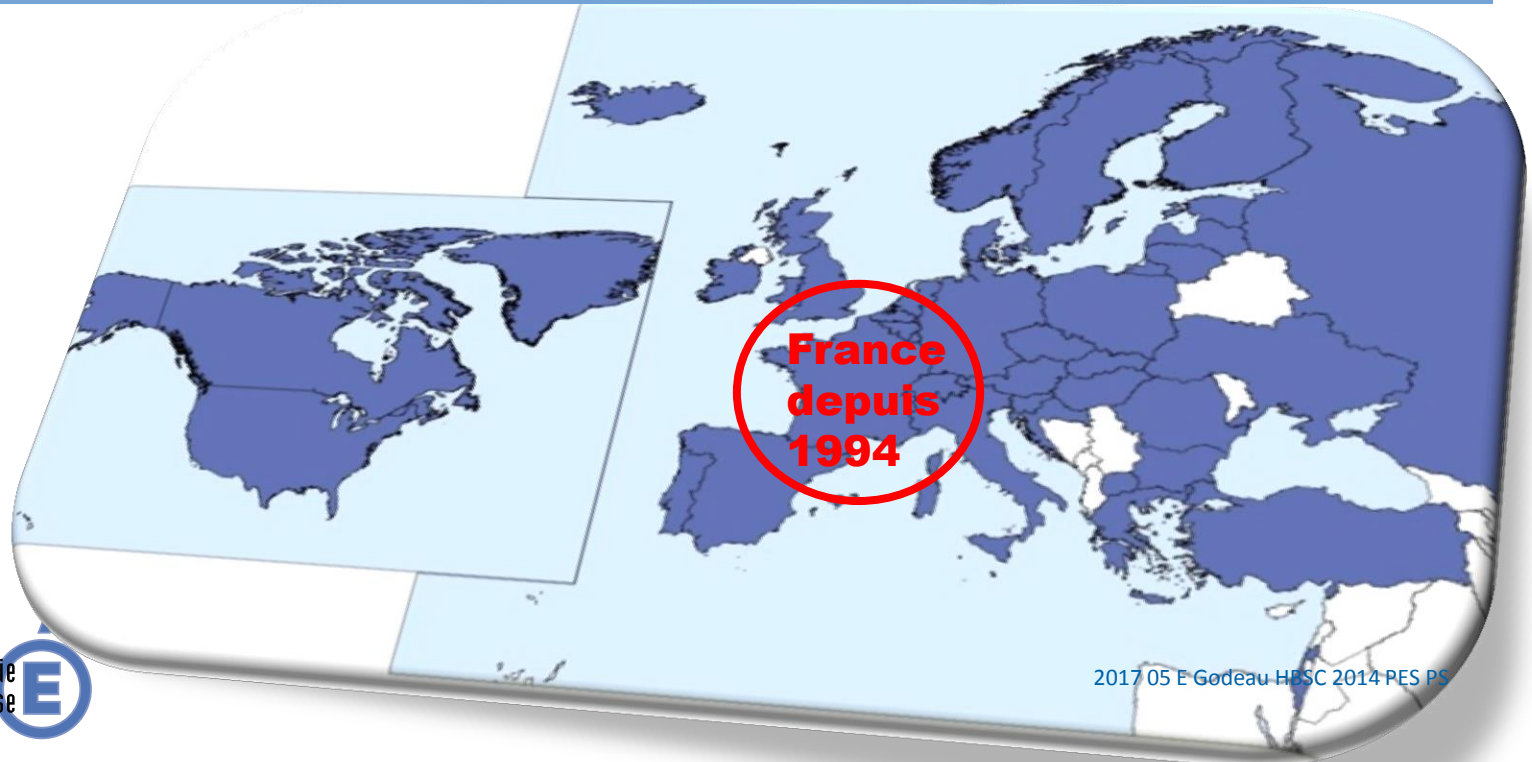
## ■ Importance d'interroger les jeunes directement

# Health Behaviour in School-aged children (HBSC / OMS Europe)

Coordination France : Rectorat de Toulouse, service médical

- 2014 : 43 pays ou régions impliqués
- 200 000 élèves de 11-15 ans ; plus de 350 chercheurs

Partenaires France : *UMR U1027 Inserm, Éducation nationale (DGESCO, DEPP), Santé publique France, OFDT, MILDECA, AD-HBSC*



# HBSC, une enquête unique sur la vie des collégiens

- **Recueil direct** (autoquestionnaire) auprès des élèves
  - **Vision large** des déterminants, états et comportements de santé des élèves
  - Échantillons représentatifs nationaux : élèves de **11, 13, 15 ans** (collège)
  - Observation fine de la **dynamique de l'adolescence** par classe, par sexe
  - Mesures **d'évolutions** dans le temps (enquête tous les 4 ans)
  - **Comparaisons internationales** (outils validés & standardisés)
- 
- **France 2014 : 286** établissements publics & privés (**481** classes), mars-juin
  - **10 434** élèves du CM2 à la seconde – **7 023** collégiens dans 169 collèges

# Santé perçue



académie  
Toulouse

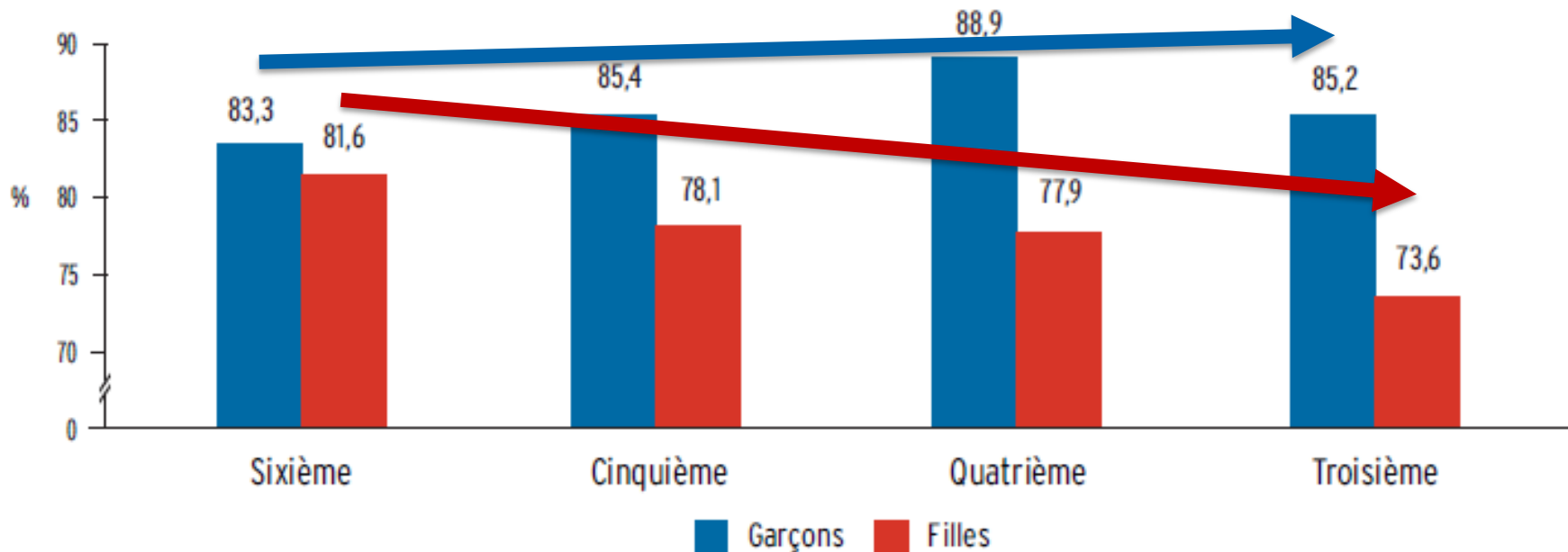


# Les indicateurs de santé mesurés

- **Santé perçue** (excellente, bonne, assez bonne, mauvaise),
- **Plaintes psychiques et somatiques récurrentes**  
( $\geq 2$  symptômes  $\geq 1$  fois/semaine parmi mal à la tête, au ventre, au dos, difficultés à s'endormir, étourdissements, déprime, irritabilité ou mauvaise humeur, nervosité)
- **Echelle de Cantril**, un score  $< 6$  indiquant une satisfaction médiocre de sa vie,
- **Dépressivité** (4<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> uniquement), échelle *Adolescent Depression Rating Scale* (ADRS, Inserm), score en 3 catégories (absence de symptômes, risque modéré de dépressivité, risque élevé de dépressivité)
- **Santé de la bouche**, un score  $< 6$  indiquant une santé de la bouche médiocre

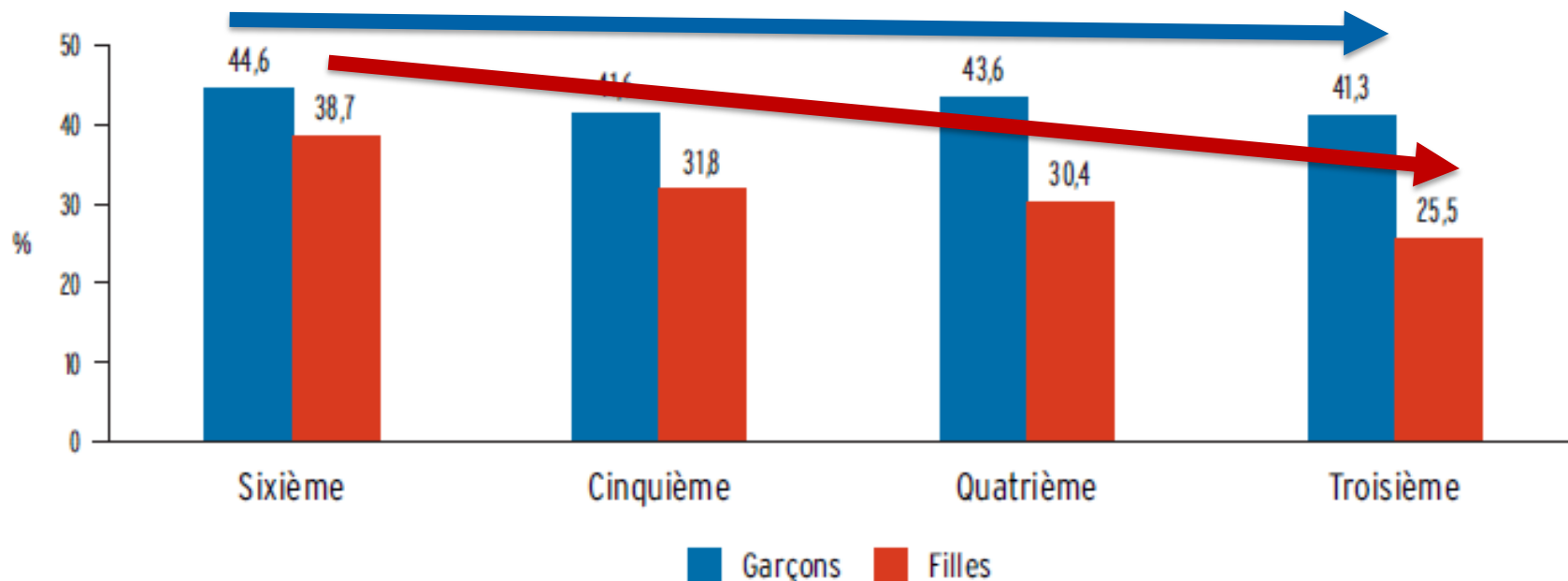
Une majorité de collégiens plutôt satisfaits de leur vie (Score Cantril > 6), mais des différences G-F qui ↗ entre la 6<sup>e</sup> & la 3<sup>e</sup> car ↘ chez les filles

**FIGURE 3** Perception positive de sa vie chez les collégiens selon le sexe et la classe (en pourcentage)



Une majorité de collégiens perçoit sa santé comme très bonne ou excellente, mais des différences G-F qui ↗ entre la 6<sup>e</sup> & la 3<sup>e</sup> car ↘ chez les filles

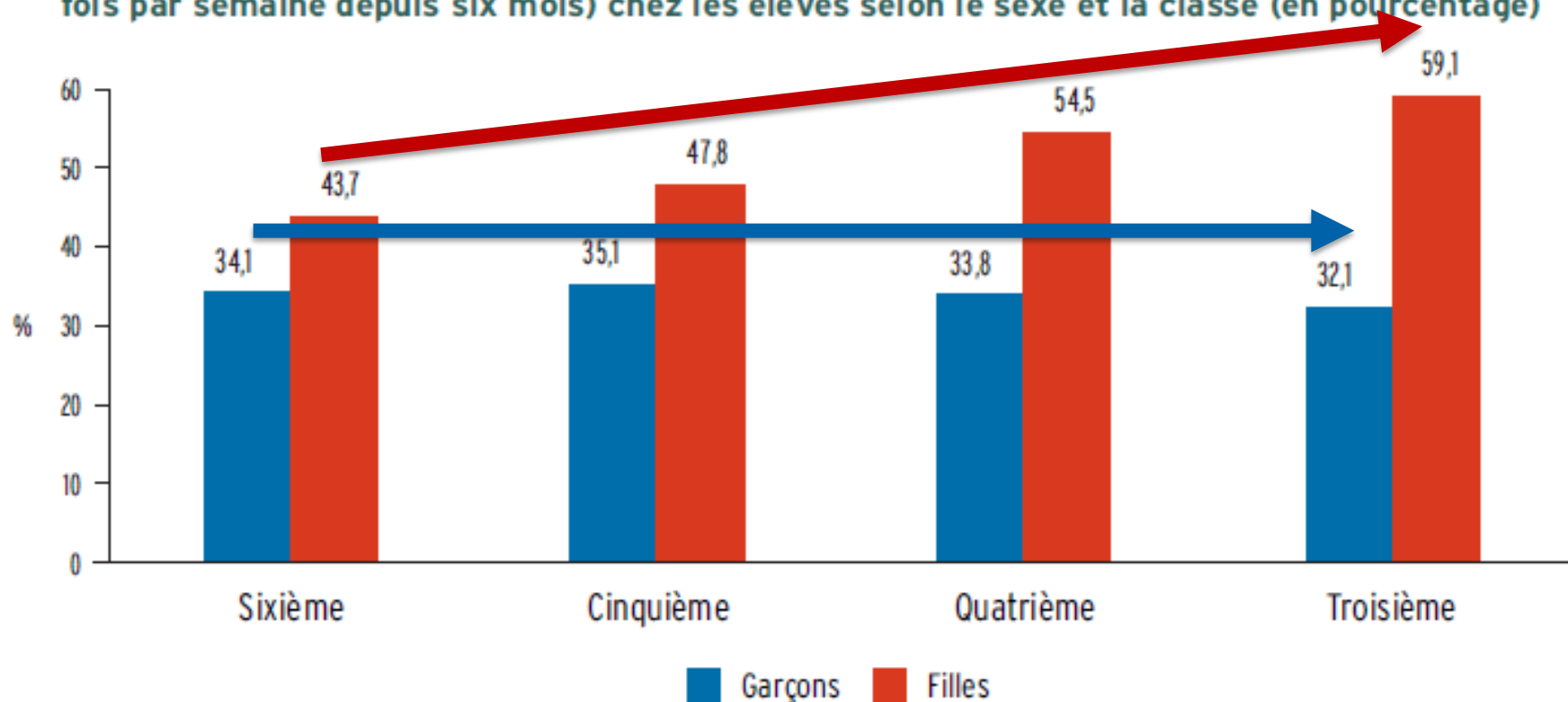
**FIGURE 2** Santé perçue comme «excellente» chez les collégiens selon le sexe et la classe (en pourcentage)



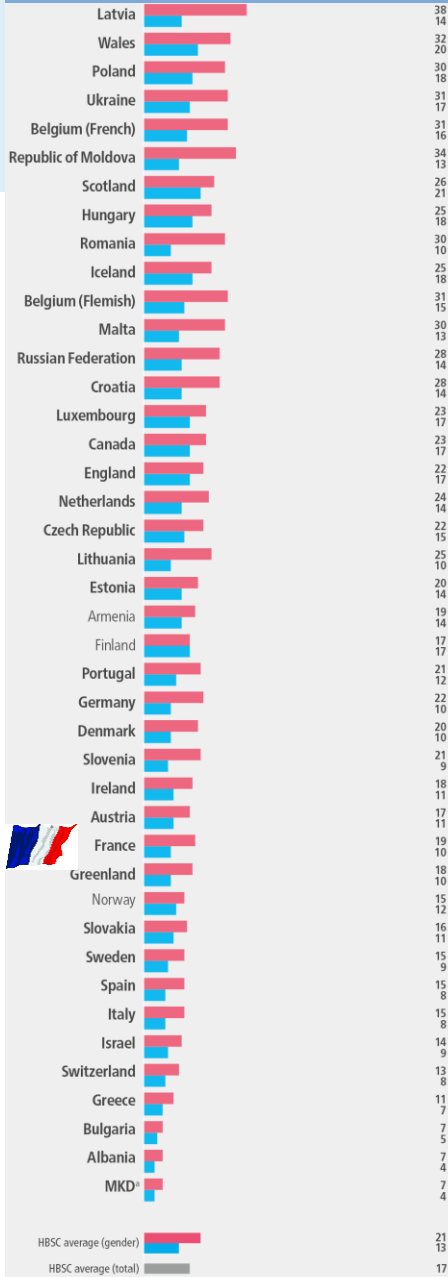


# Les plaintes psychiques & somatiques récurrentes ne sont pas rares, les différences G-F ↗ entre la 6<sup>e</sup> & la 3<sup>e</sup> car ↗ chez les filles

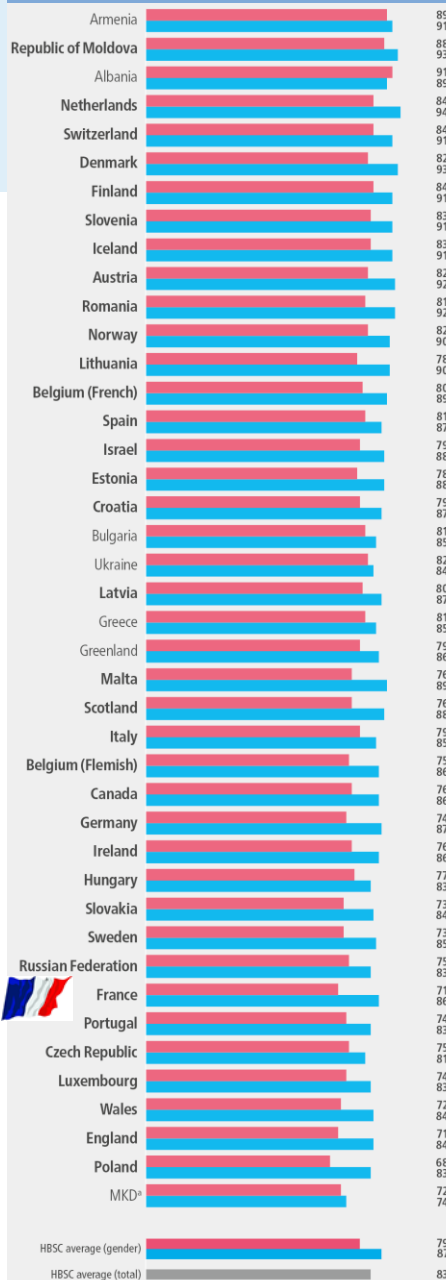
**FIGURE 5** Plaintes somatiques et/ou psychologiques récurrentes (au moins deux symptômes plus d'une fois par semaine depuis six mois) chez les élèves selon le sexe et la classe (en pourcentage)



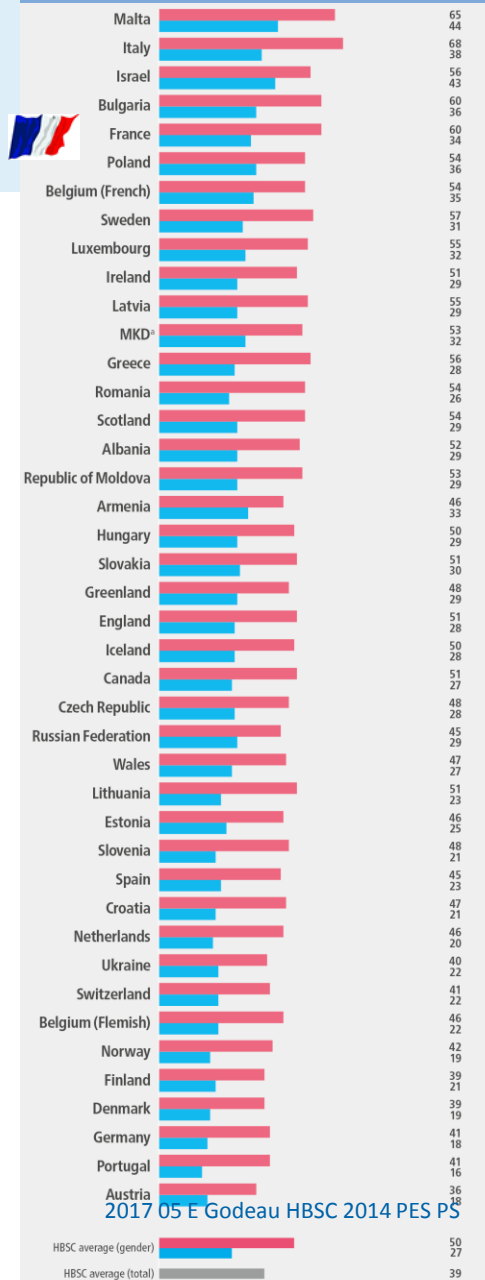
## Santé perçue plutôt mauvaise et mauvaise, 15 ans



## Score échelle de Cantril >6, 15 ans



## Symptômes psychiques & somatiques récurrents, 15 ans



# Activité physique, sportive & sédentarité



académie  
Toulouse



90) En dehors des heures d'école, combien de FOIS par semaine fais-tu habituellement du sport pendant ton temps libre au point de transpirer ou d'être essoufflé(e) ?

*Une activité augmente la vie essoufflé(e) par*

*On peut pratiquer en jouant avec allant à l'école*

*Quelques exemples faire du roller, faire du foot, d*

- 1  Chaque jour
- 2  4 à 6 fois par semaine
- 3  2 à 3 fois par semaine
- 4  Une fois par semaine
- 5  Une fois par mois
- 6  Moins d'une fois par mois
- 7  Jamais

9) Pendant les :  
as-tu pratiqué :  
d'au moins 60 m

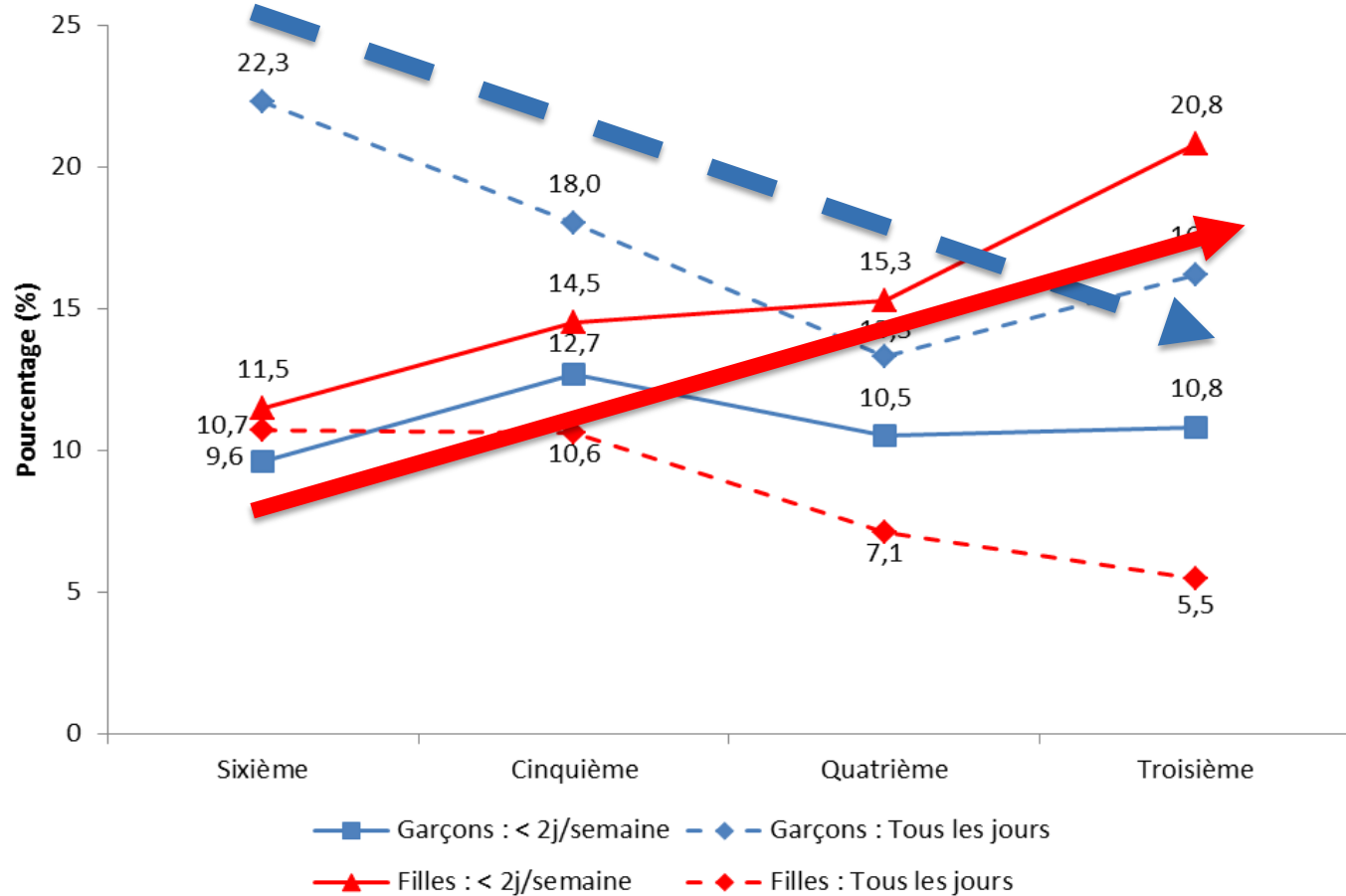
Additionne tout le temps que tu as passé à faire une activité physique au cours de chaque jour.

vidéo

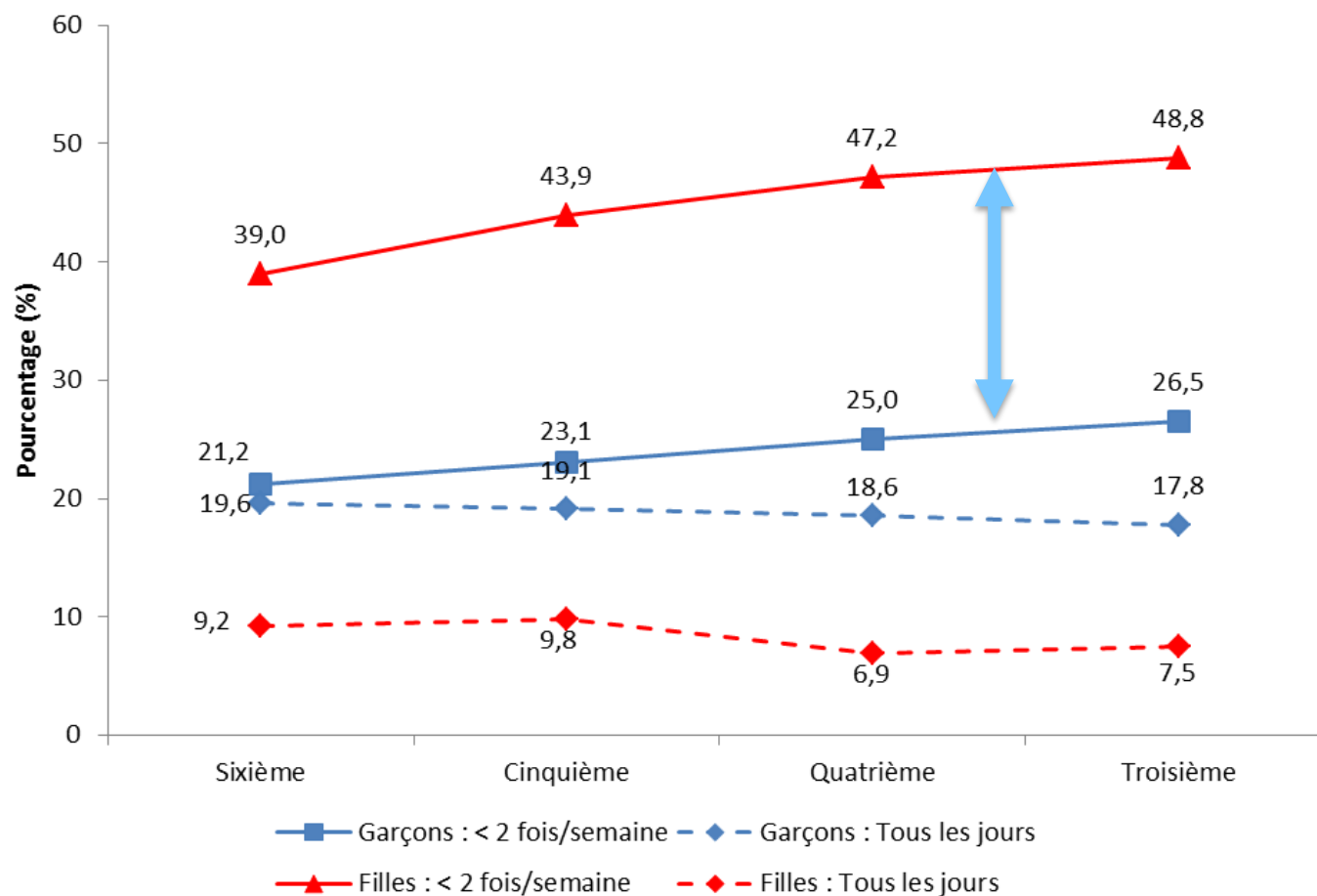
our autre chose

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7
jour	jour	jours	jours	jours	jours	jours	jours

# Une activité physique insuffisante, en diminution au long du collège, notamment chez les filles

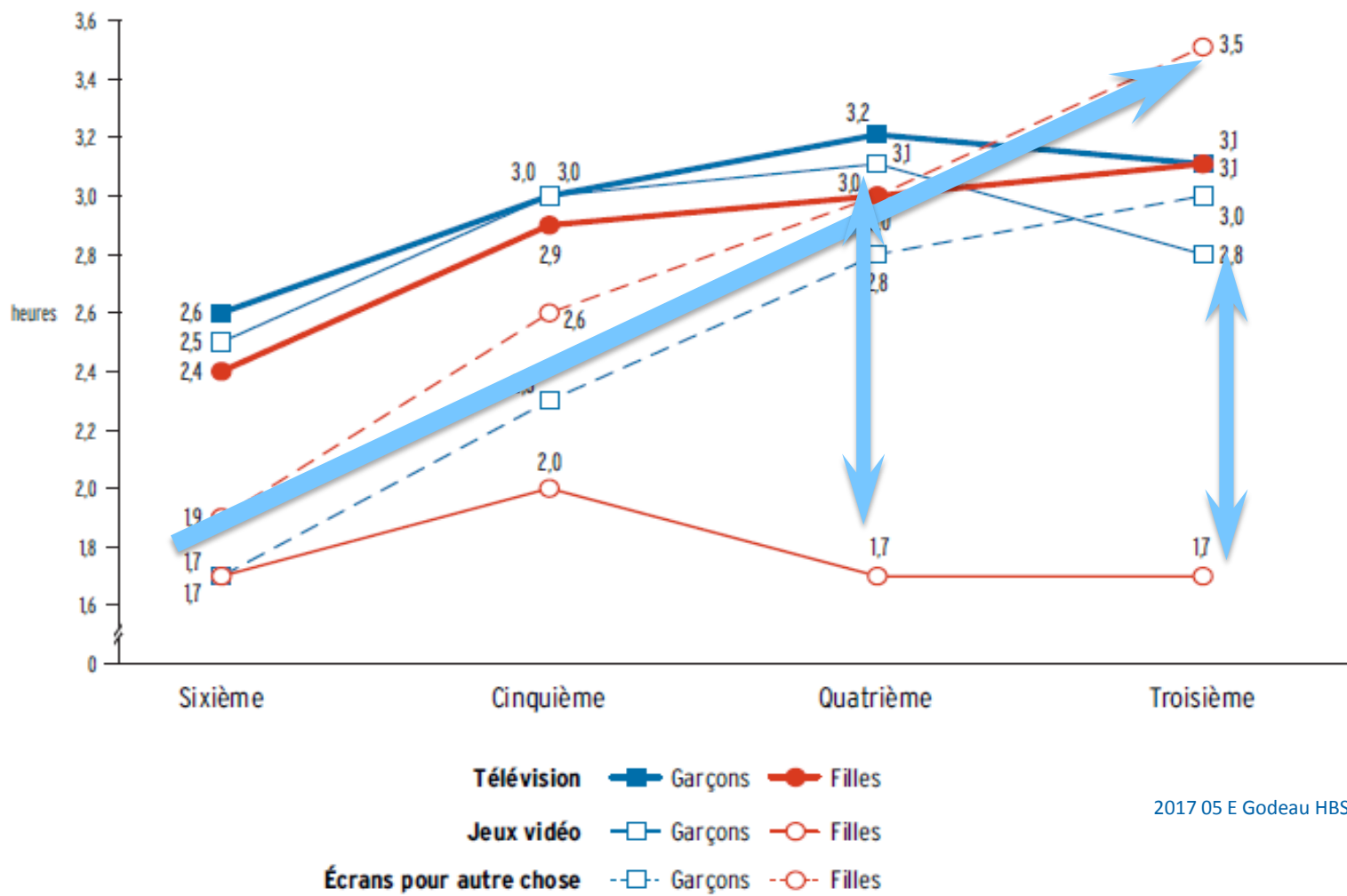


# Une pratique sportive pas assez fréquente, particulièrement chez les filles, sans évolution au cours du collège

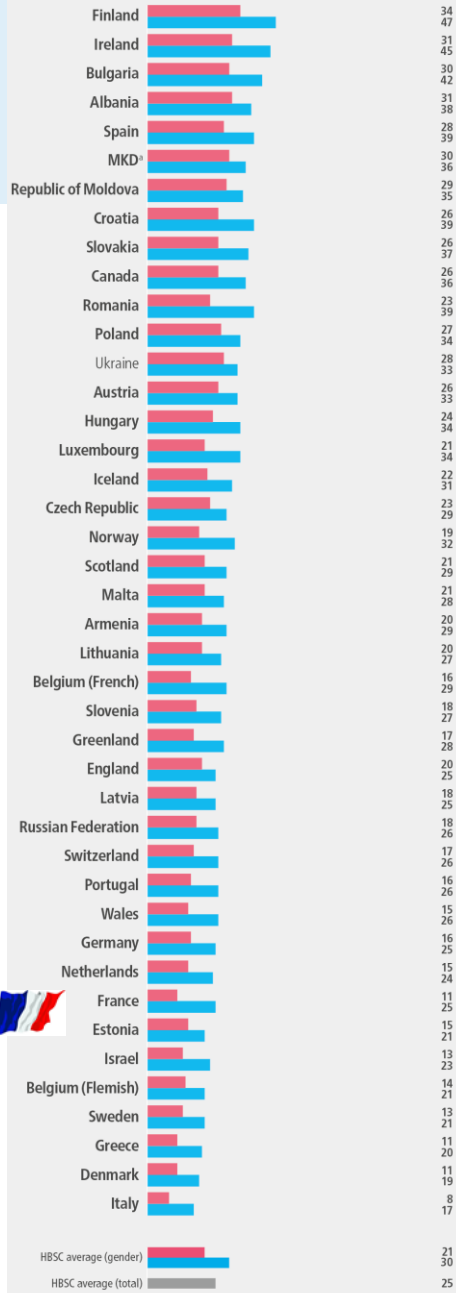


# Une augmentation du nb d'heures/jour devant écran au long du collège sauf jeux vidéos chez les filles, plafonnement de la télé en 3<sup>e</sup> chez les 2 sexes

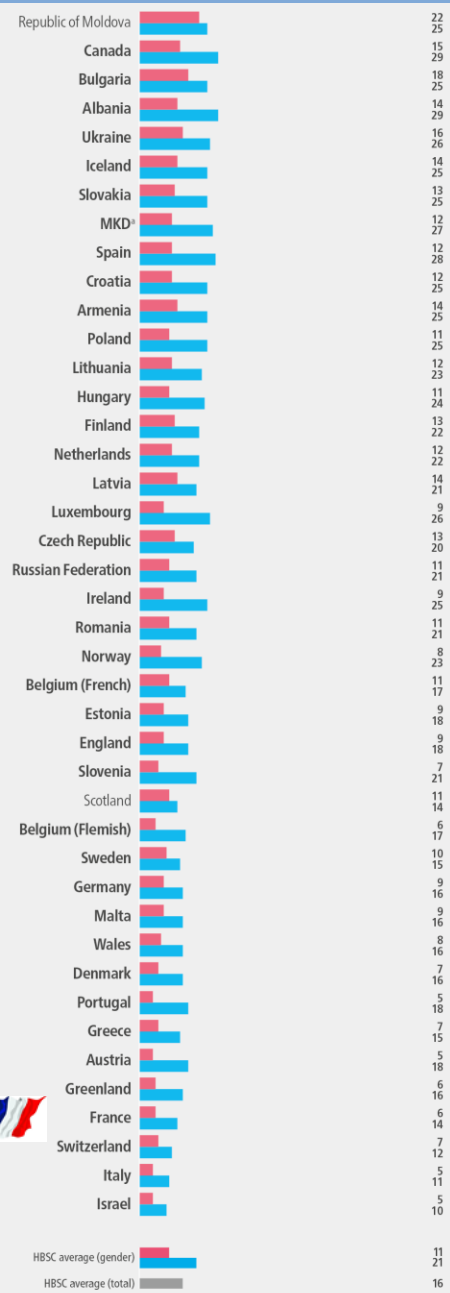
**FIGURE 5** Nombres d'heures passées en moyenne (semaine et week-end) devant un écran selon le sexe et la classe



## Activité physique >60 minutes/jour, 11 ans

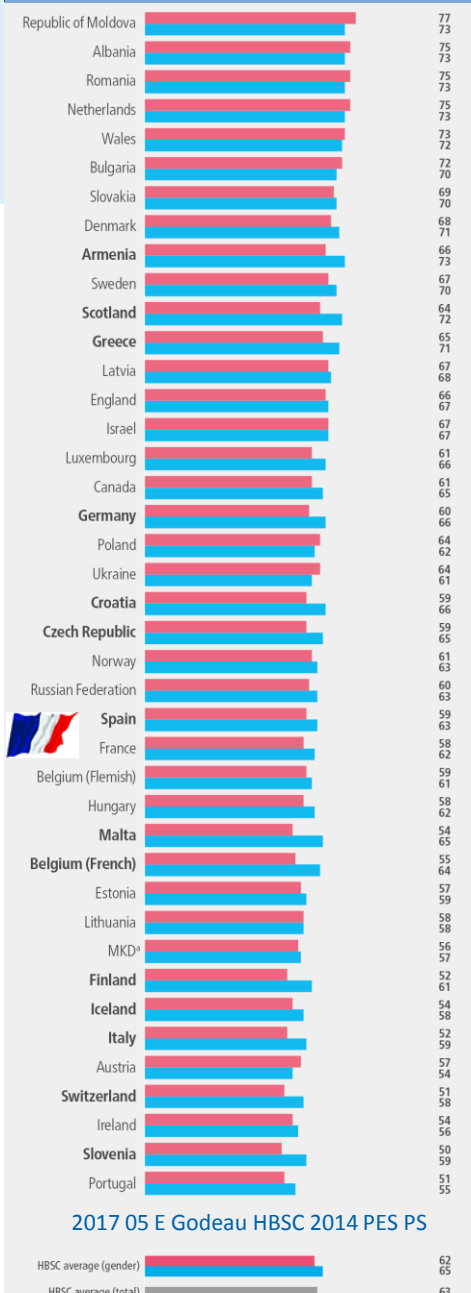


## Activité physique >60 minutes/jour, 15 ans



## Télévision > 2h/jour, 15 ans

15





# Activité physique modérée à vigoureuse 60 min/jour chez les élèves de 15 ans

**Filles: 11%**



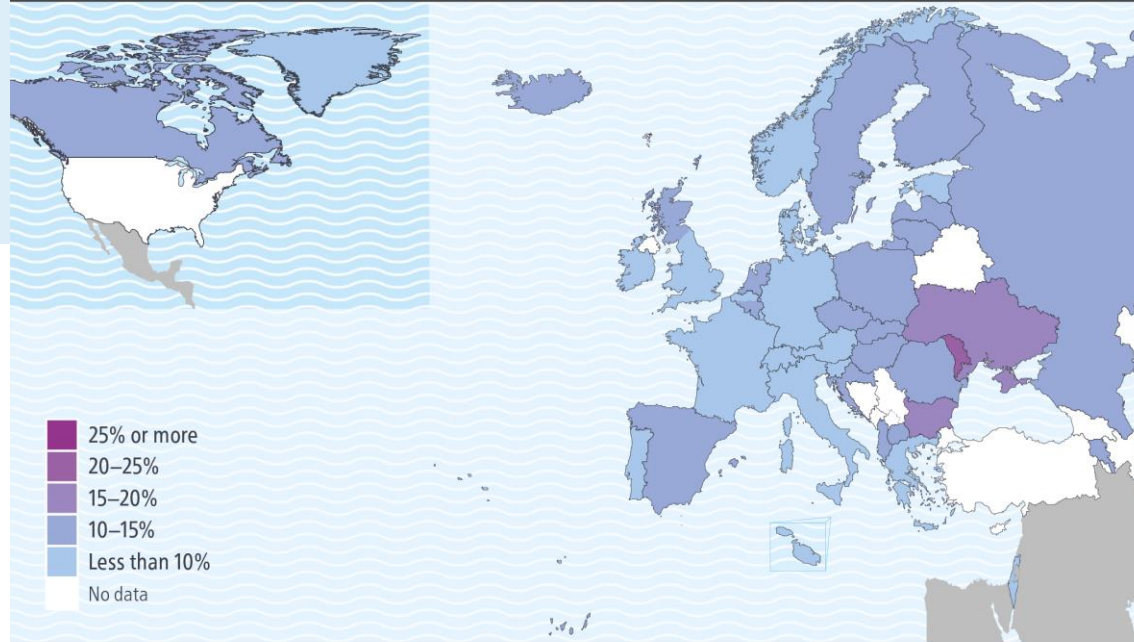
5% en Israël & Italie à 22% en Moldavie & 18% en Bulgarie (France 6%)

**Garçons: 21%**

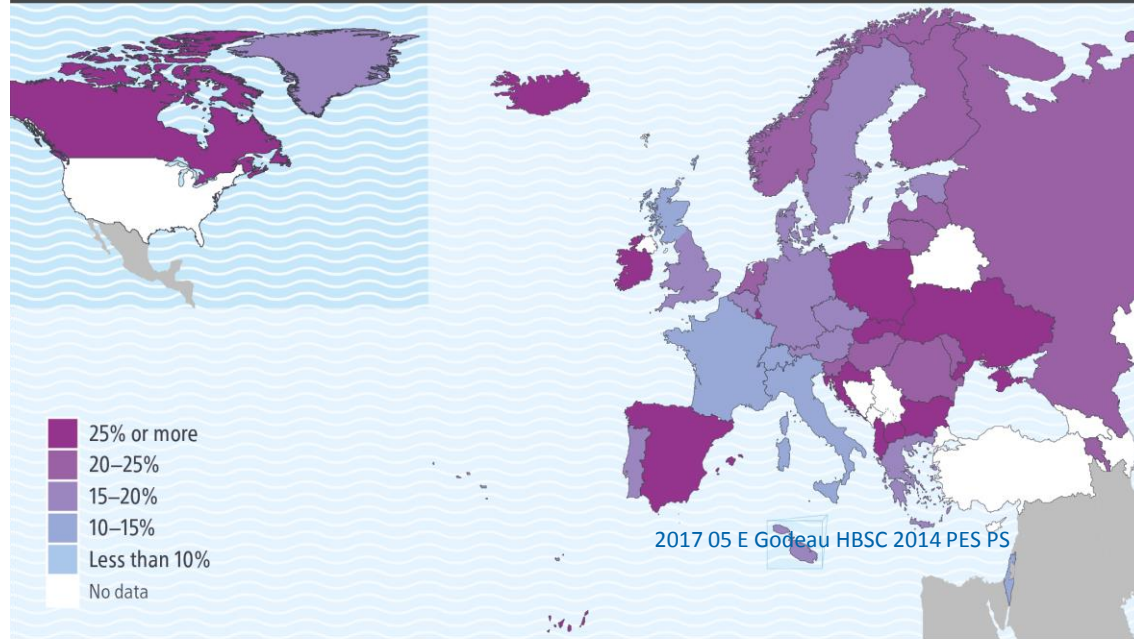


10% en Israël & 11% à 29% au Canada & en Albanie (France 14%)

15-year-old girls who report at least 60 minutes of MVPA daily



15-year-old boys who report at least 60 minutes of MVPA daily



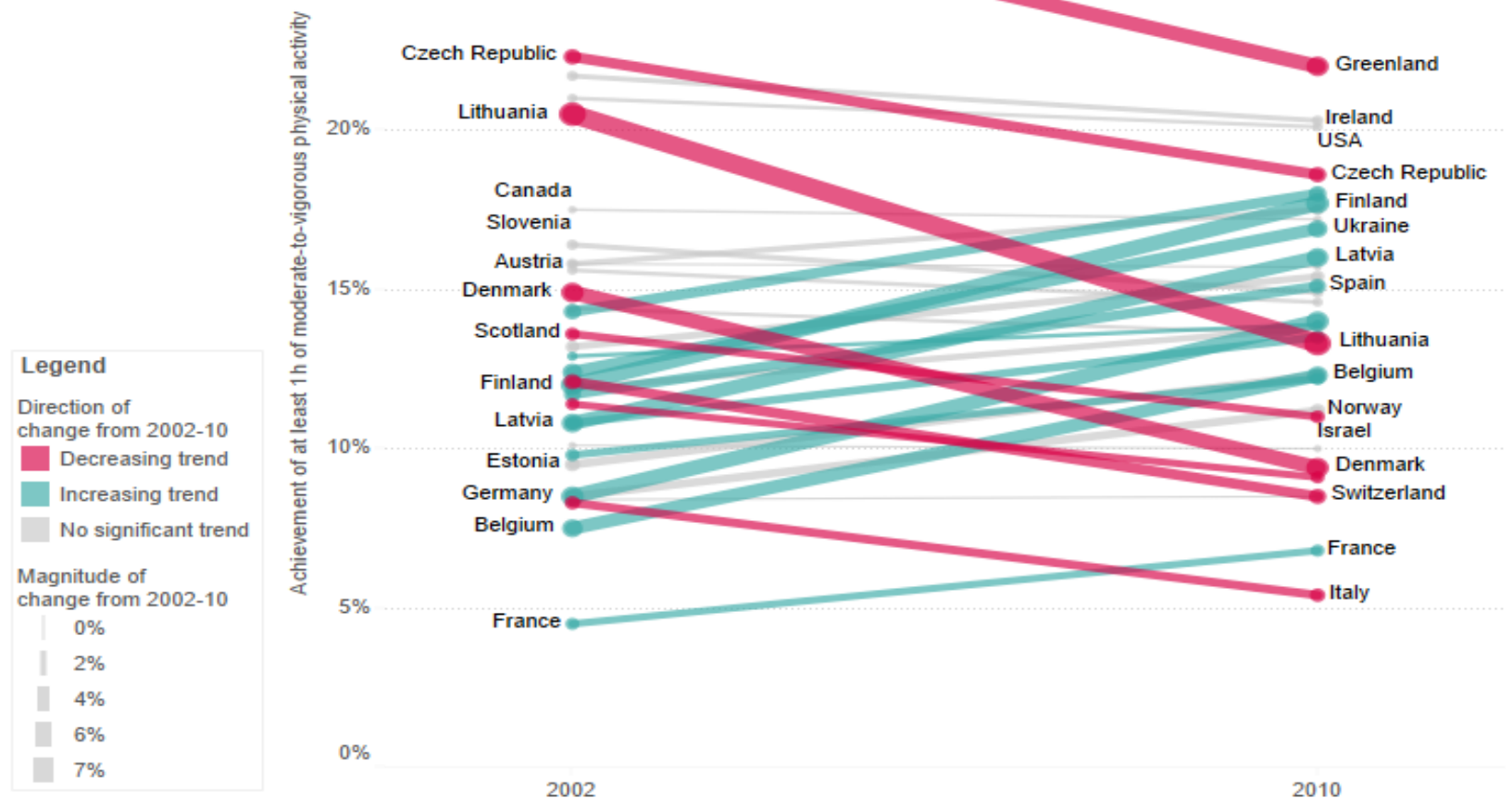
# International trends in physical activity among adolescents (2002-10)

Achievement of at least 1 hour of moderate-to-vigorous intensity physical activity per day; HBSC study 2002-10 (controlled for age and SES)

Overview	Diverging gender trends	Increasing trend - boys	Increasing trend - girls	Decreasing trend - boys
----------	-------------------------	-------------------------	--------------------------	-------------------------

Gender  
Girls

Country  
Tout



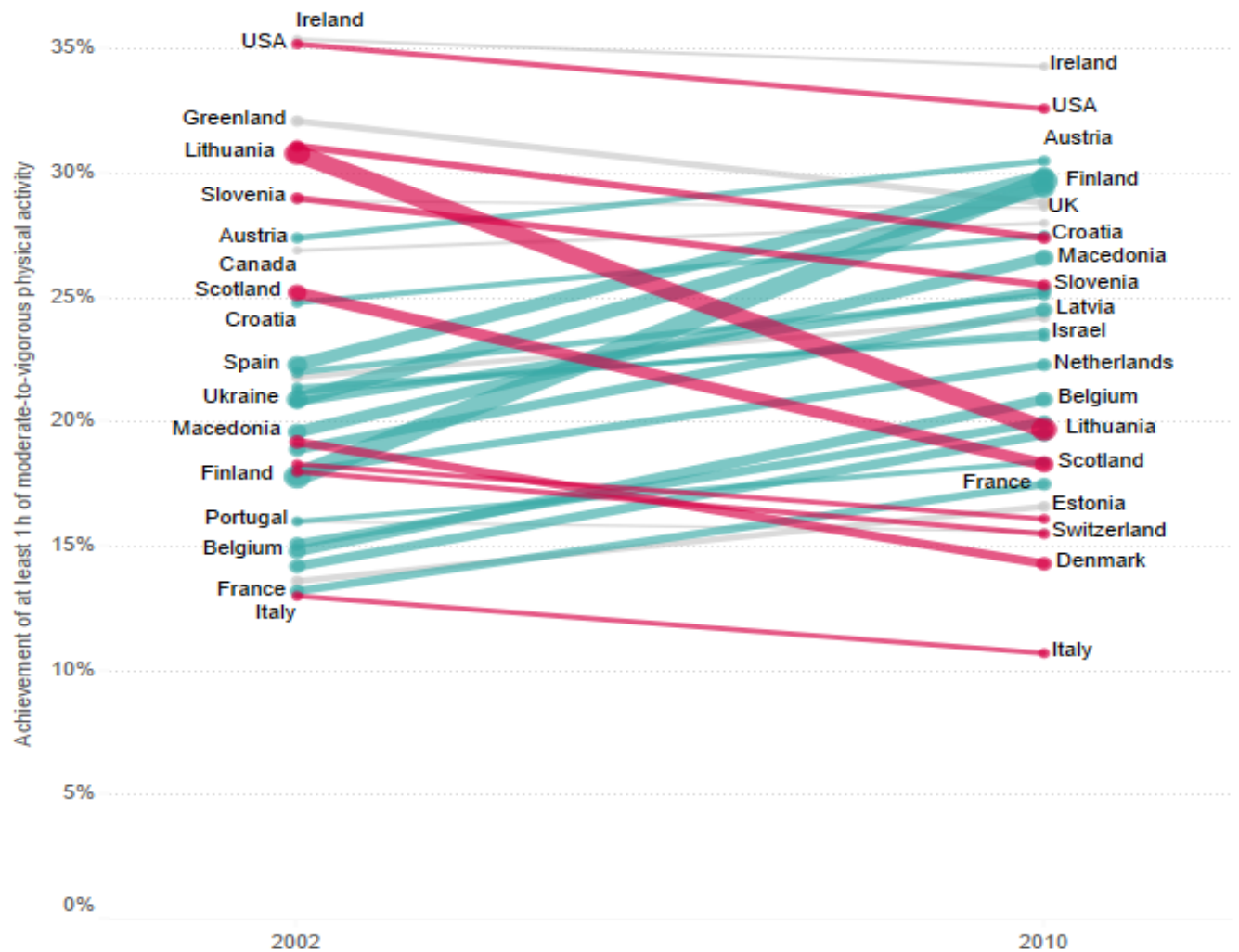
# International trends in physical activity among adolescents (2002-10)

Achievement of at least 1 hour of moderate-to-vigorous intensity physical activity per day; HBSC study 2002–10 (controlled for age and SES)

Overview	Diverging gender trends	Increasing trend - boys	Increasing trend - girls	Decreasing trend - boys
----------	-------------------------	-------------------------	--------------------------	-------------------------

Gender  
Boys

Country  
Tout



**Legend**

Direction of change from 2002-10

- Decreasing trend (Red line)
- Increasing trend (Teal line)
- No significant trend (Grey line)

Magnitude of change from 2002-10

- 0% (Thinest line)
- 2%
- 4%
- 6%
- 8%
- 10%
- 12% (Thickest line)

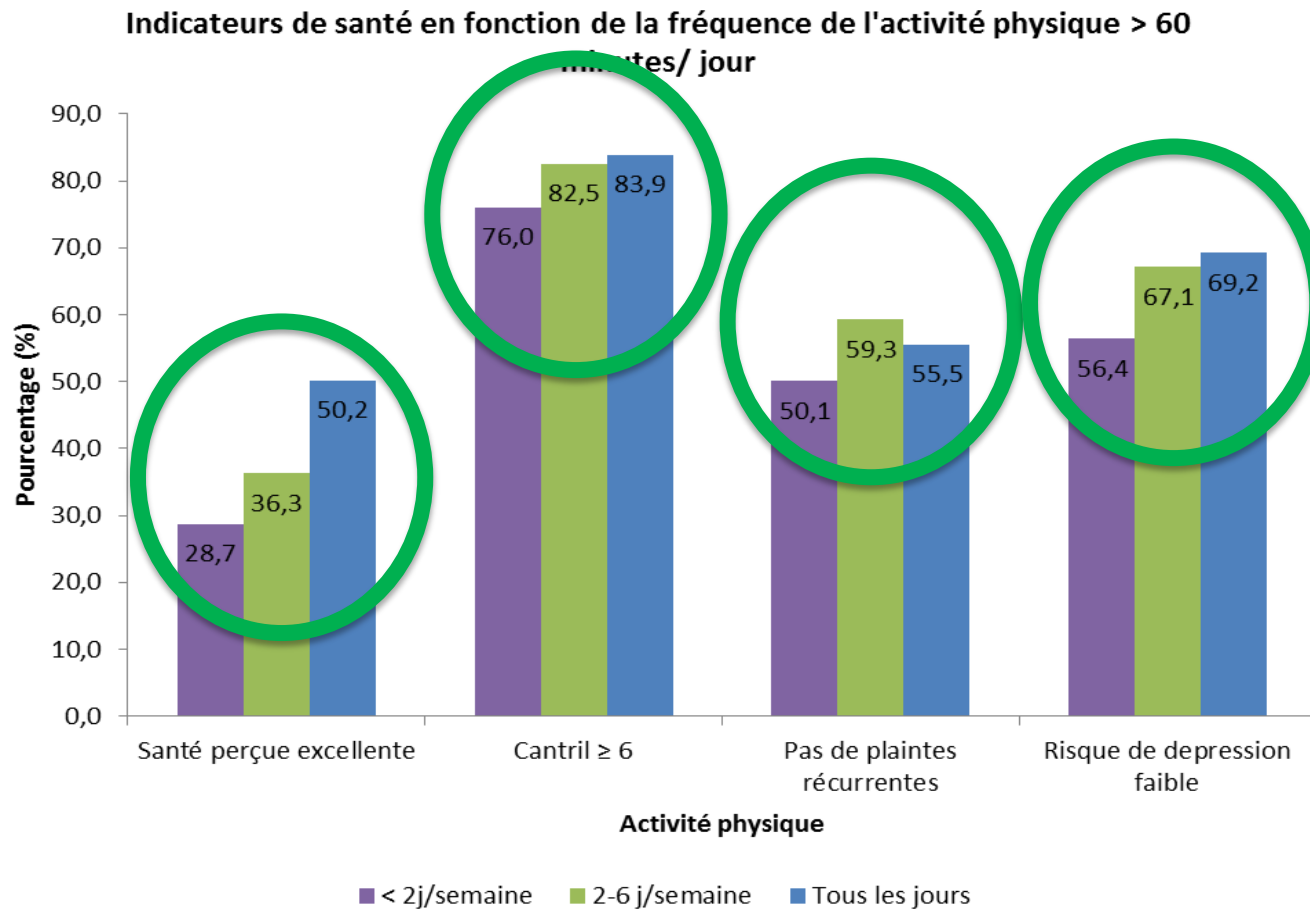
# Croisements activité physique, santé et comportements de santé



académie  
Toulouse

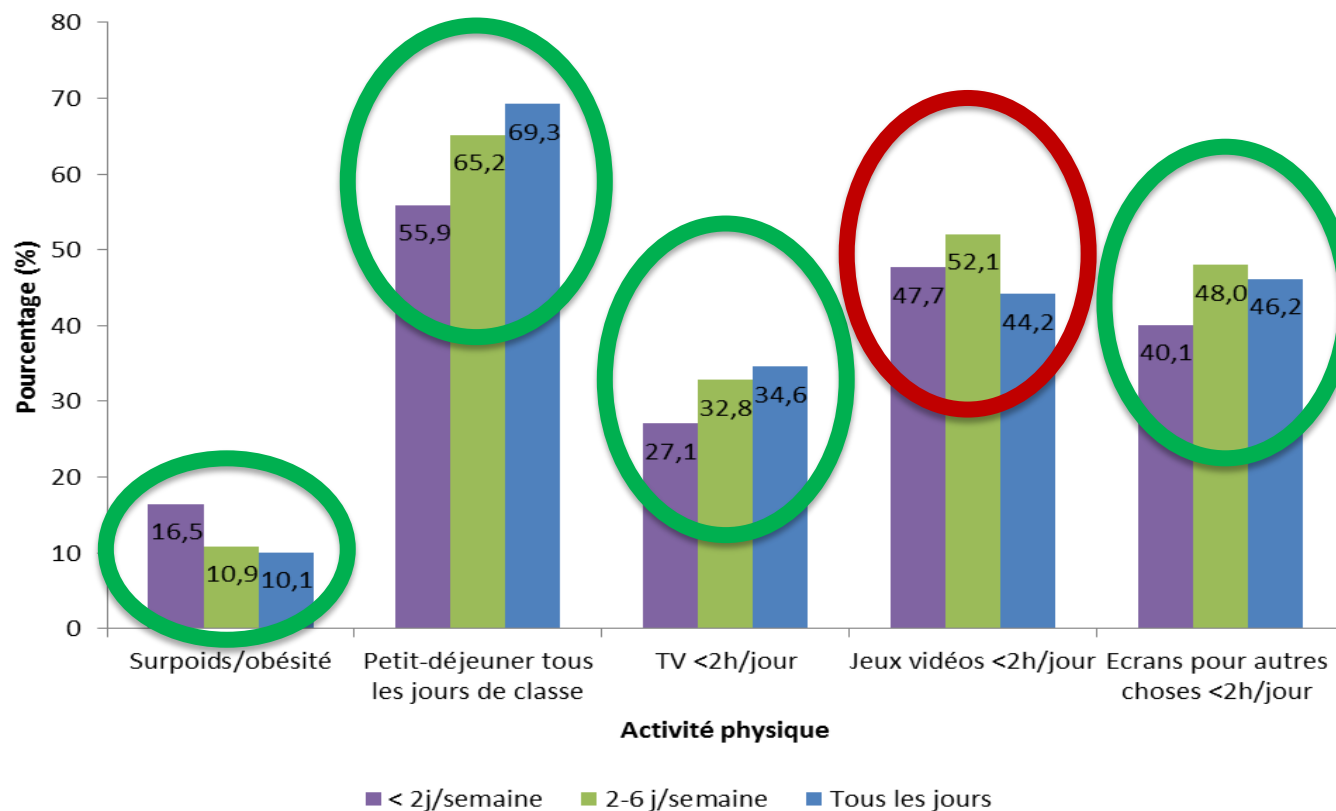


# Les indicateurs de santé sont plus favorables chez les collégiens physiquement actifs

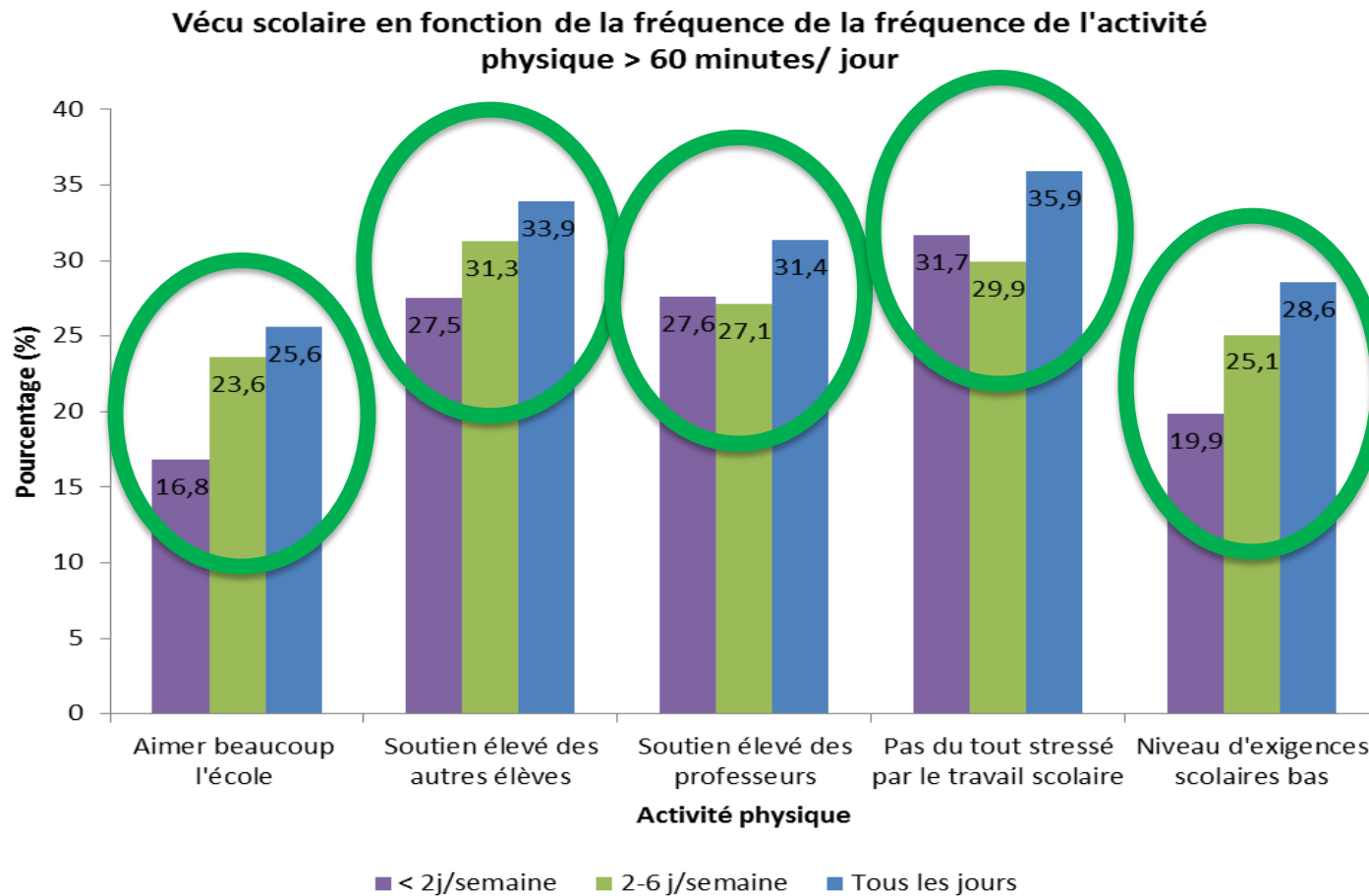


# Globalement chez les collégiens, l'activité physique est protectrice

Surpoids, prise de petit-déjeuner et sédentarité en fonction de la fréquence de l'activité physique > 60 minutes/ jour

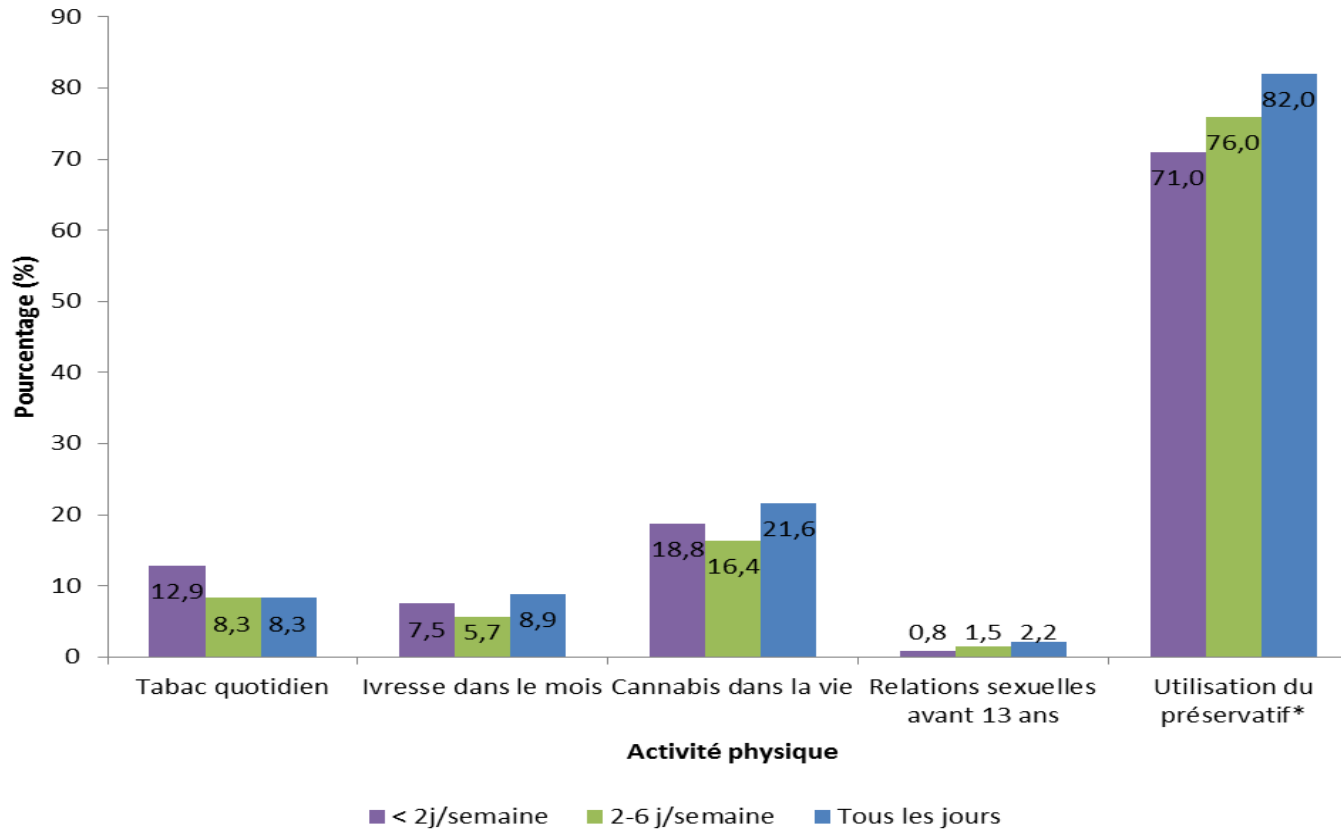


# Vécu scolaire est plus favorable chez les élèves physiquement actifs



# L'impact de l'activité physique sur les comportements à risque est moins significatif

Comportements à risque en fonction de la fréquence de l'activité physique > 60 minutes/ jour



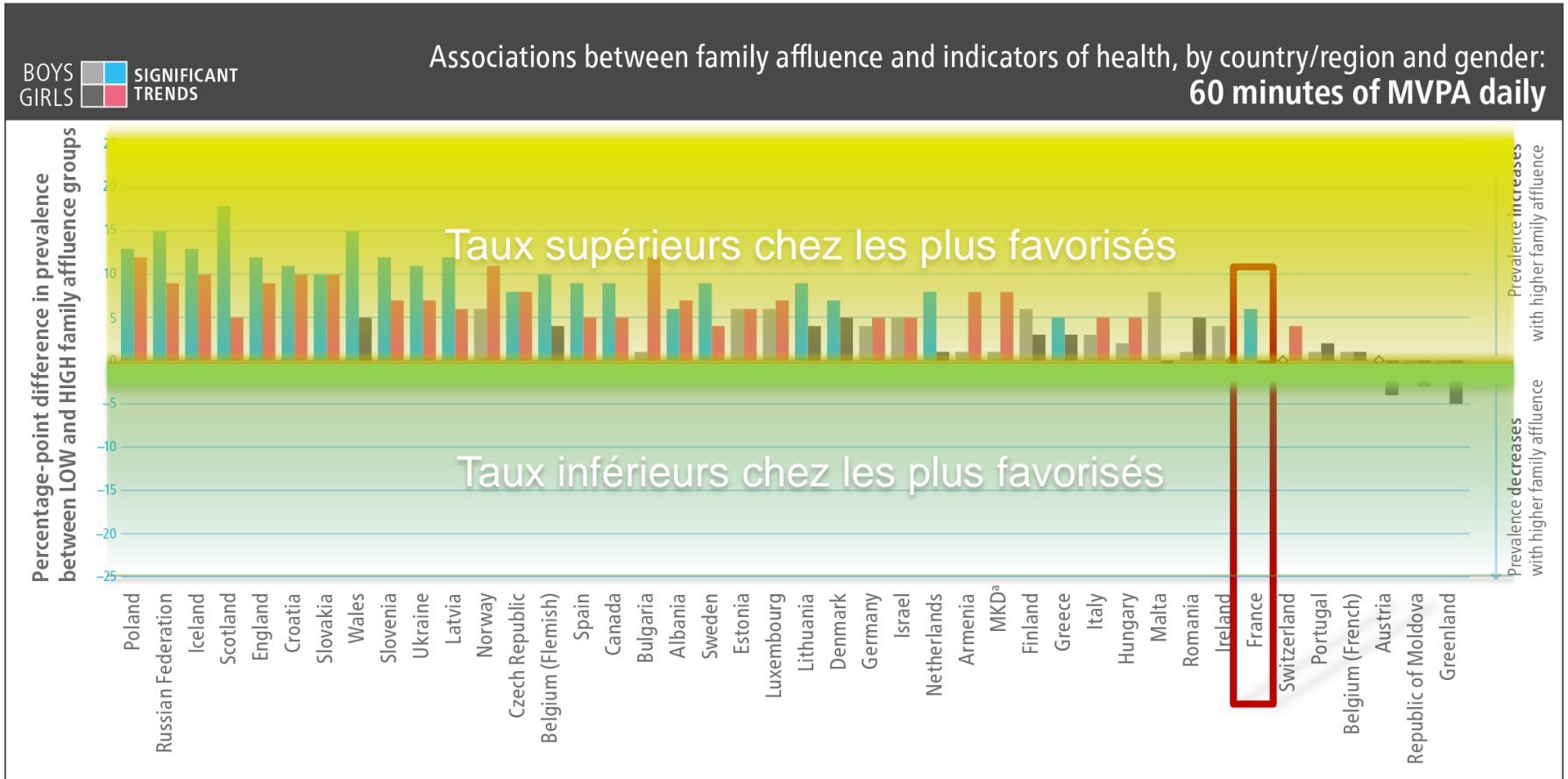


# En synthèse

- ☹️ Globalement les **collégiens occidentaux ne sont pas assez physiquement actifs** (moins du quart au seuil recommandé de 1 heure par jour d'activité modérée à vigoureuse), particulièrement les **filles**
- ☹️ Les **jeunes de notre pays sont parmi les moins actifs** de depuis de nombreuses années, en légère progression depuis les années 2000
- 😊 Paradoxalement, ils sont dans la moyenne concernant leurs déclarations de pratique sportive
- 😊 Chez les collégiens **l'activité physique est associée de nombreux indicateurs positifs** en termes de santé et de comportements de santé
- ☹️ Attention aux **inégalités sociales particulièrement marquées pour la pratique sportive**

# Liens entre richesse familiale et activité physique modérée à vigoureuse 1 heure/jour, à 15 ans

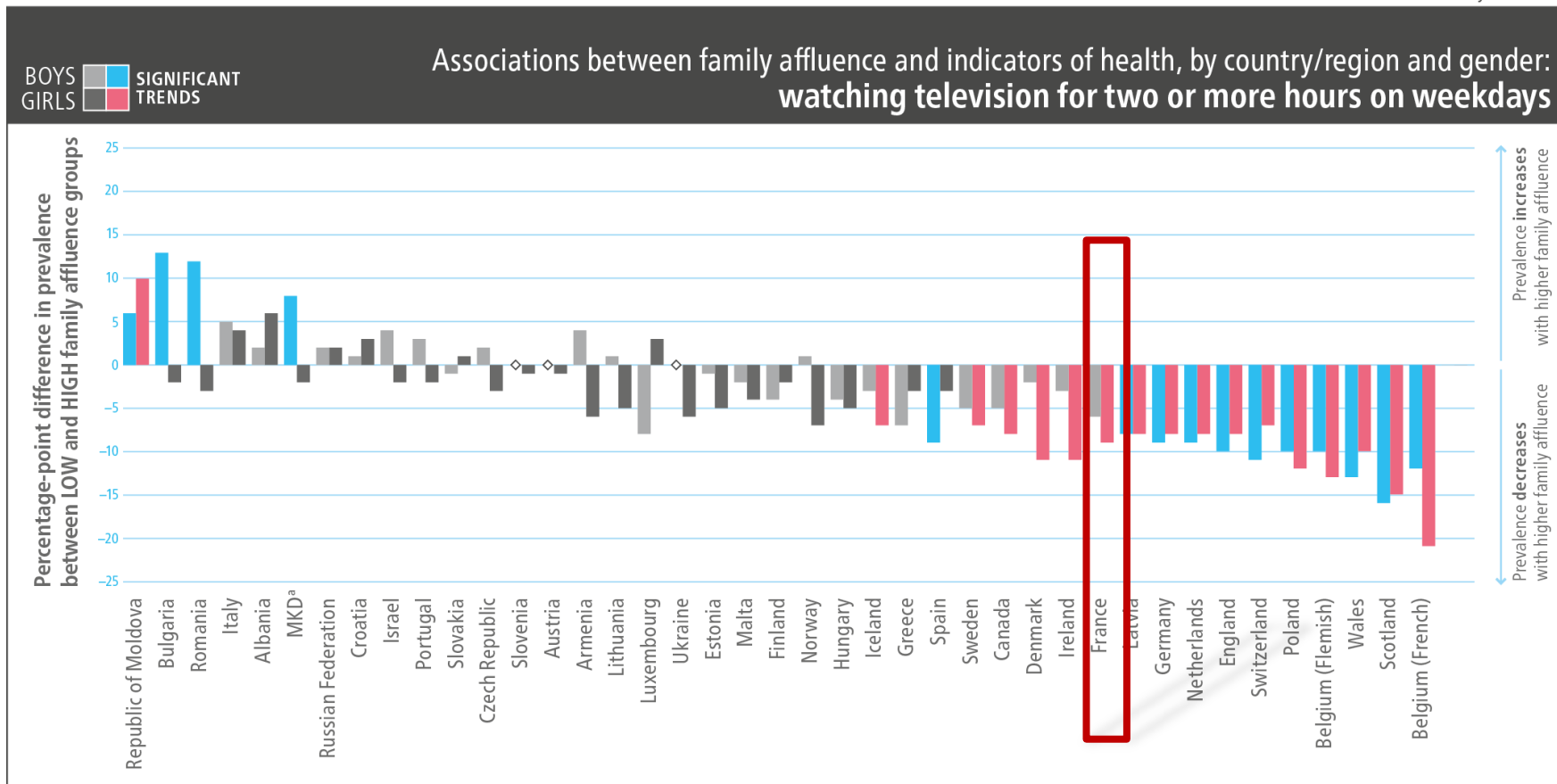
HBCS survey 2013/2014



<sup>a</sup> The former Yugoslav Republic of Macedonia. Note: low- and high-affluence groups represent the lowest 20% and highest 20% in each country. ◇ means less than +/-0.5%.

# Liens entre richesse familiale et le fait de regarder la télé 2h ou plus/jour, à 15 ans

HBSC survey 2013/2014



<sup>a</sup> The former Yugoslav Republic of Macedonia. Note: low- and high-affluence groups represent the lowest 20% and highest 20% in each country. ◇ means less than +/-0.5%. No data were received from Greenland.

## La santé des collégiens en France /2014

Données françaises de l'enquête internationale Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)

### Habitudes alimentaires, activité physique et sédentarité

## SYNTHÈSE

- Plus de la moitié des collégiens déclarent prendre un petit-déjeuner les jours de classe, les garçons plus que les filles, les 6<sup>e</sup> et les 5<sup>e</sup> plus que les 4<sup>e</sup> et les 3<sup>e</sup>.
- Les deux tiers des collégiens déclarent consommer quotidiennement des fruits ou des légumes, proportion légèrement en baisse entre 2010 et 2014.
- Selon leurs déclarations, plus de neuf collégiens sur dix passent plus de deux heures par jour devant un écran, au-delà des seuils maximums conseillés à cet âge. Ces pratiques sont en augmentation significative depuis 2010, quel que soit le sexe.
- Seuls 13,1 % des collégiens déclarent pratiquer quotidiennement une heure d'activité physique modérée, durée correspondant au seuil minimum internationalement recommandé pour les adolescents. La proportion d'élèves pratiquant très régulièrement un sport (de quatre à sept fois par semaine) a globalement augmenté entre 2010 et 2014, mais elle reste bien plus forte pour les garçons (42,6 % vs 17,1 % en 2010 et 44,6 % vs 23,2 % en 2014).

La politique nutritionnelle engagée depuis les années 2000 en France a conduit à la mise en œuvre de trois éditions du Programme National Nutrition Santé (PNNS) : PNNS1 2001-2005 ; PNNS2 2006-2010 ; PNNS3 2011-2015). Toutes trois visent à promouvoir l'équilibre alimentaire et la pratique d'une activité physique par le biais d'actions d'éducation pouvant se référer à des repères nutritionnels et de valorisation d'environnements favorables à la santé. Les collégiens sont particulièrement incités, au sein des établissements scolaires, à suivre les recommandations relatives à l'alimentation et à l'activité physique.

Ils ont été ici interrogés sur leurs consommations hebdomadaires de fruits, de légumes, de sucreries et de boissons

sucrées, leur prise d'un petit-déjeuner, leurs activités physiques et sportives ainsi que leurs activités sédentaires. Les questions permettent d'identifier la fréquence et la régularité des consommations et des activités physiques et sportives ainsi que les usages de la télévision, de l'ordinateur et des jeux vidéo. Elles sont identiques à celles posées dans l'enquête de 2010 et permettent de dresser le profil des comportements alimentaires et physiques face aux recommandations d'usages (consommation quotidienne de fruits et légumes, régularité d'une activité physique modérée, temps passé devant des écrans)<sup>1</sup>.

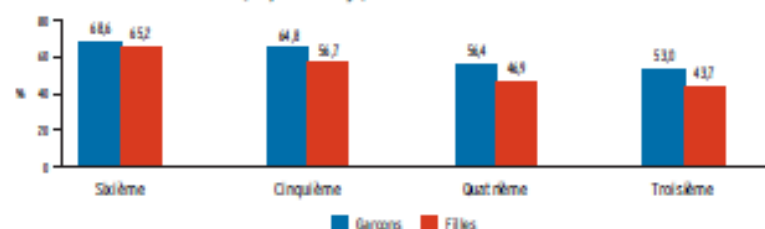
1. La version complète des questions est consultable dans le Questionnaire CM4, 4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> de la section 2 du questionnaire 2, 3, 4<sup>e</sup>.

## LA PRISE DU PETIT-DÉJEUNER

Globalement, 57,0 % des collégiens déjeunent le matin tous les jours de la semaine et ils ne sont que 4,3 % à ne jamais le faire. La prise de petit-déjeuner sept jours par semaine est plus fréquente chez les garçons (60,7 % vs 53,1 %) et décroît largement de la 6<sup>e</sup> à la 3<sup>e</sup> (66,9 % vs 48,3 %) (figure 1). Les

jours de classe, 16,1 % des élèves ne déjeunent jamais le matin. Cette conduite est significativement plus fréquente chez les filles (19,7 % vs 12,8 %), qui, à l'inverse, sont un peu plus nombreuses que les garçons à prendre un petit-déjeuner les deux jours du week-end (79,6 % vs 76,1 %).

FIGURE 1 Proportion de collégiens qui prennent un petit-déjeuner 7 jours par semaine selon le sexe et la classe (en pourcentage)



# Merci de votre attention!

Emmanuelle.godeau@ac-toulouse.fr

<http://hbsg.org>

