

# Habitudes Alimentaires et Activité Physique des Elèves en Guadeloupe en 2023

Résultat de L'Enquête Nationale en Collège et en Lycée chez les Adolescents sur la Santé et les Substances  
EnCLASS 2023

## Contexte

L'Enquête Nationale en Collège et en Lycée chez les Adolescents sur la Santé et les Substances (EnCLASS) est une étude scientifique internationale menée en France (y compris dans les Départements et Régions d'Outre-mer) sous la responsabilité conjointe de l'Ecole des Hautes Etudes en Santé Publique (EHESP) et l'Observatoire Français des Drogues et des Tendances addictives (OFDT) avec le soutien de la Direction Générale de l'Enseignement Scolaire (DGESCO), la Direction de l'Evaluation, de la Prospective et de la Performance

(DEPP) du Ministère de l'Education nationale, Santé publique France et l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm).

Ce dispositif innovant et unique en Europe permet de suivre, tous les deux ans en France hexagonale, l'évolution du bien-être et des comportements de santé des adolescents, tout au long de l'enseignement secondaire. En 2023, se fut la 1<sup>ère</sup> édition d'EnCLASS en Guadeloupe.

## Méthodologie

L'échantillon de classes sélectionnées a été constitué par l'OFDT sur la base de sondage fournie par la DEPP du Ministère de l'Education Nationale. Sont inclus dans cette enquête, les élèves scolarisés au collège, de la classe de 6<sup>ème</sup> à la classe de 3<sup>ème</sup> et les élèves scolarisés au lycée, de

la classe de Seconde à la Terminale. Afin de renforcer sa représentativité, cet échantillon a fait l'objet d'un redressement et d'une pondération statistique par sexe et par niveau scolaire par l'OFDT.

## Principaux résultats

### 🎯 Une prise de petit-déjeuner plus marquée le week-end et davantage chez les garçons

Au collège, 39% des élèves déclarent prendre quotidiennement un petit-déjeuner en semaine contre 68 % le week-end. Les collégiens sont plus nombreux que les collégiennes à indiquer ce comportement, que ça soit les jours d'école (respectivement 47,3% vs. 30,9%) ou non.

Au lycée, 28 % des adolescents déclarent prendre tous les jours un petit-déjeuner en semaine contre 57 % le week-end. Les lycéens sont plus nombreux que les lycéennes à indiquer cette habitude, que ça soit les jours de cours ou (respectivement 33,8% vs. 21,6%) non.

### 🎯 Une consommation de fruits et de légumes similaire chez les adolescents scolarisés

Au collège, 30% des élèves déclarent consommer quotidiennement des fruits au moins une fois par jour et 28 % des légumes.

Au lycée, 22% des adolescents déclarent consommer tous les jours au moins une fois par jour des fruits et 20 % des légumes.

Merci à l'ensemble des chefs d'établissements et personnels de l'Education Nationale qui ont accepté de mener ces projets et contribuer à sa réussite. Un grand merci également aux élèves qui ont participé à l'enquête EnCLASS 2023 et à leurs parents qui les y ont autorisés.

**Pour aller plus loin :** <https://orsag.fr/>

## ☉ Une forte consommation hebdomadaire d'aliments gras et sucrés

**Nota bene** : Une consommation hebdomadaire d'un type d'aliment correspond à une consommation de cet aliment d'au moins 1 fois par semaine (y compris tous les jours).

Au collège, 72% des élèves déclarent une consommation hebdomadaire de sucreries et 77% de boissons sucrées.

Au lycée, 67% des adolescents déclarent une consommation hebdomadaire de sucreries et 84% de boissons sucrées.

## ☉ Une consommation hebdomadaire de boissons énergisantes plus importante au lycée

Au collège, 19% des élèves déclarent une consommation hebdomadaire de boissons énergisantes. Les collégiens sont plus nombreux que les collégiennes à indiquer cette habitude (respectivement 21,7% vs. 15,1%).

Au lycée, 25% des adolescents déclarent une consommation hebdomadaire de boissons énergisantes. Les lycéens sont globalement plus nombreux que les lycéennes à indiquer cette habitude (respectivement 33,9% vs. 16%).

## ☿ Une pratique d'activité physique plus fréquente chez les garçons

**Nota bene** : La pratique d'une activité physique modérée correspond à une activité physique d'au moins 60 minutes par jour (conforme aux recommandations de l'OMS\*).

Au collège, 14% des élèves déclarent avoir pratiqué une activité physique d'au moins 60 minutes par jour au cours des 7 derniers jours. Les collégiens sont significativement plus nombreux que les collégiennes à indiquer cette tendance (respectivement 16,6% vs. 11,2%).

Au lycée, 9 % des adolescents déclarent avoir pratiqué une activité physique modérée au cours des 7 derniers jours. Les lycéens sont significativement plus nombreux que les lycéennes à indiquer cette habitude (respectivement 15,4% vs. 2,3%).

\*Organisation Mondiale de la Santé

## ☿ Une fréquence d'activité sportive plus marquée chez les garçons

Au collège, 15% des élèves déclarent pratiquer au quotidien du sport en dehors des heures d'école. Les collégiens sont significativement plus nombreux que les collégiennes à indiquer cette habitude (respectivement 22,2% vs. 8,3%).

Au lycée, 12% des adolescents déclarent pratiquer de façon quotidienne du sport durant leur temps libre. Les lycéens sont significativement plus nombreux que les lycéennes à indiquer cette tendance (respectivement 21,5% vs. 3,1%).

## Conclusion

Les résultats de cette enquête montrent qu'il faut davantage inciter cette population de jeunes scolarisés à réduire la consommation quotidienne de certains aliments à forte valeur énergétique (sucreries, boissons sucrées, boissons énergisantes, etc.). Les résultats montrent également que les jeunes scolarisés, notamment les filles, ne suivent pas suffisamment les recommandations de pratique d'activité physique et que ces habitudes tendent à décroître avec l'avancée vers l'âge adulte.

Il est donc nécessaire d'alerter les pouvoirs publics sur les dispositifs et actions de prévention à mettre en place afin de faciliter l'identification d'aliments de bonne qualité nutritionnelle, de réduire les déséquilibres alimentaires chez les adolescents. Il semble également nécessaire de développer des actions en faveur de la pratique d'activité physique et sportive afin de limiter les effets néfastes à court ou long terme de la sédentarité sur la santé des jeunes guadeloupéens.