

PLUS DE 40% DES LYCEENNES PRÉSENTENT DES CONDUITES ALIMENTAIRES PERTURBÉES

ET 20% DÉCLARENT SUIVRE UN RÉGIME ALIMENTAIRE DONT 13% DANS LE BUT DE MAIGRIR

ENQUÊTE SANTÉ DES LYCÉENS
DE NOUVELLE-AQUITAINE - 2022



Réalisée fin 2022 auprès d'un échantillon de près de 6 000 lycéens de la région Nouvelle-Aquitaine, cette enquête contribue à approfondir les connaissances sur leur état de santé et leurs perceptions. Cette fiche décline les résultats recueillis sur la nutrition, (...), les types de produits alimentaires consommés, les conduites et les régimes alimentaires spécifiques (pour maigrir, pour grossir ou pour raisons médicales).

Préambule

Le contenu présenté ci-dessous constitue une sélection d'éléments issus d'une étude plus complète réalisée par l'Observatoire régional de la santé (ORS) de Nouvelle-Aquitaine.

Dans le cadre de cette rubrique, nous avons choisi de ne reprendre que certains éléments relatifs à deux thématiques : 1) les conduites alimentaires et 2) les régimes alimentaires. Cette sélection n'a donc pas vocation à restituer l'intégralité des résultats, analyses et enseignements de l'étude.

Nous invitons le lecteur à consulter la publication originale pour en prendre connaissance dans son intégralité :

<https://www.ors-na.org/publications/enquete-sante-des-lyceens-la-nutrition/>

Partie 4 - Les conduites alimentaires

Plus d'un tiers des lycéens concernés par une conduite alimentaire perturbée.

L'item contribuant le plus fortement aux conduites alimentaires perturbées est le fait de «manger en cachette» qui concerne 21,2 % des élèves, devant «manger énormément avec de la peine à arrêter» (18,9 %).

Les filles déclarent plus souvent une conduite alimentaire perturbée que les garçons.

References :

ROBIN S., GARNIER C.

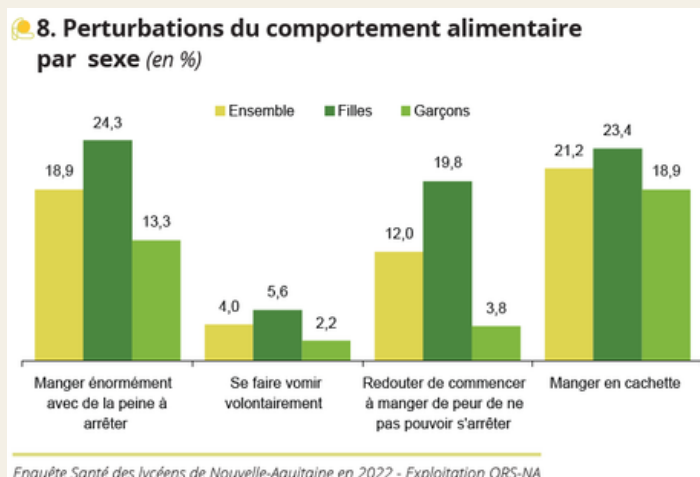
ORS Nouvelle-Aquitaine | Septembre 2024

Enquête : 2022 - Santé des lycéens | La nutrition.

Activité physique et alimentation

Des écarts significatifs sont mis en évidence selon le sexe quel que soit l'item, mais c'est la crainte de commencer à manger de peur de ne pas arriver à s'arrêter qui enregistre la plus grosse différence en défaveur des filles : 19,8 % sont souvent dans ce cas contre 3,8 % des garçons.

La proportion d'élèves présentant une conduite alimentaire perturbée est comparable quels que soient la filière et le niveau. Il en est de même, quel que soit le département d'implantation.

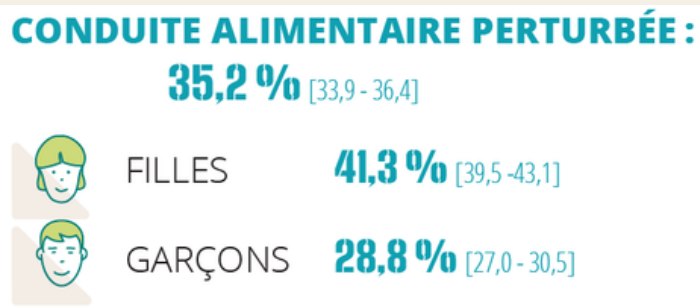


Les conduites alimentaires perturbées

Les élèves concernés ont répondu «assez souvent» ou «très souvent» à au moins un item de la question :

Au cours des douze derniers mois, vous est-il arrivé, Jamais / Rarement / Assez souvent / Très souvent, de :

- Manger énormément avec de la peine à arrêter
- Vous faire vomir volontairement
- Redouter de commencer à manger de peur de ne pas arriver à vous arrêter
- Manger en cachette

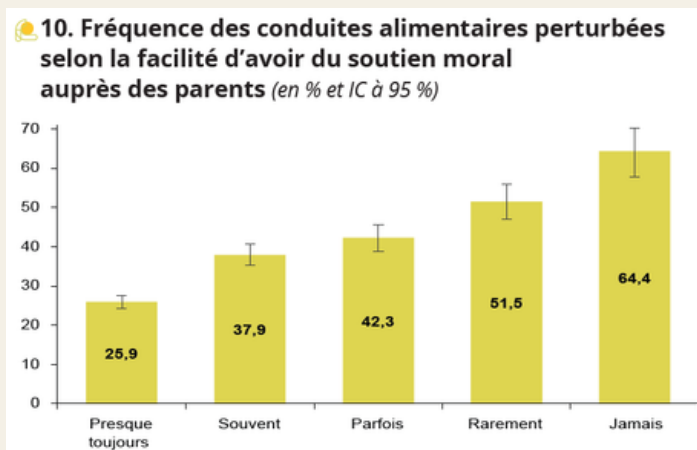


Une fréquence des conduites alimentaires perturbées moindre lorsque la situation financière familiale est perçue favorablement

Les élèves jugeant positivement la situation financière de la famille sont un tiers à déclarer une conduite alimentaire perturbée, contre la moitié des élèves la jugeant difficile.

Cette proportion est également moins importante lorsque le père travaille (34,4 %) que lorsqu'il est à la recherche d'un emploi (41,8 %).

Cette proportion augmente au fur et à mesure que le soutien perçu diminue. Le même schéma est observé par rapport à la possibilité d'être réconforté par ses parents. Les élèves dont les parents exercent un plus fort contrôle (savoir avec qui et où est l'élève le soir) sont moins fréquemment confrontés à une conduite alimentaire perturbée : 33 % pour les élèves dont les parents savent presque toujours où ils sont le soir contre 50 % quand ils le savent rarement.



Eléments de comparaison

Selon les données du Baromètre santé 2010 en France

- 13,3 % des jeunes de 15 à 19 ans déclaraient souvent manger énormément avec de la peine à arrêter (filles : 16 %, garçons : 10,8 %),
- moins de 1 %, souvent se faire vomir volontairement (filles : 1 %, garçons : 0,1 %),
- 5,7 % souvent redouter de commencer à manger de peur de ne pas pouvoir s'arrêter (filles : 10,8 %, garçons : 0,9 %), et,
- 7,1 % souvent manger en cachette (filles : 8,5 %, garçons : 5,8 %).

Source : Beck F., Richard J.-B., dir. [Les Comportements de santé des jeunes. Analyses du Baromètre santé 2010](#). Saint-Denis : Inpes, coll. Baromètres santé, 2013 : 344 p.

References :

ROBIN S., GARNIER C.

ORS Nouvelle-Aquitaine | Septembre 2024

Enquête : 2022 - Santé des lycéens | La nutrition.

Activité physique et alimentation

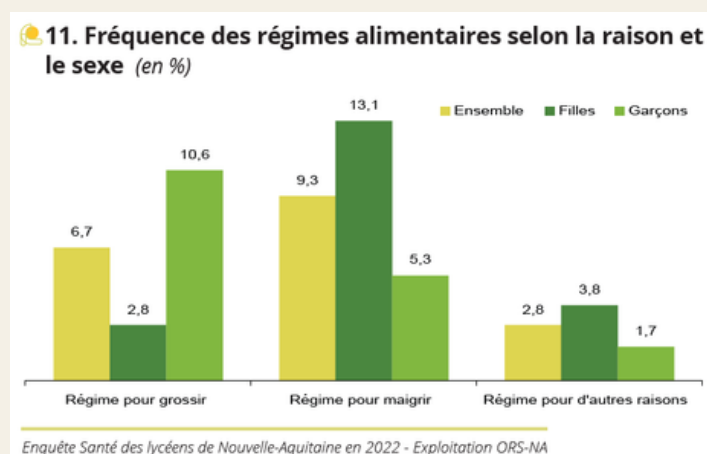
Extrait "Partie 5 - Les régimes alimentaires"

Près d'un élève sur cinq concerné par un régime alimentaire, mais pour des raisons différentes selon le sexe

Les filles suivent un peu plus fréquemment un régime alimentaire spécifique que les garçons : 19,8 % contre 17,6 %. Les raisons évoquées sont différentes selon le sexe : ainsi, 10,6 % des garçons suivent un régime pour grossir (2,8 % des filles), tandis que 13,1 % des filles suivent un régime pour maigrir (5,3 % des garçons). Moins de 3 % suivent un régime pour d'autres raisons : médicales, convictions.

Bien que significatives, les différences selon la filière et le niveau sont peu marquées. C'est en CAP que la proportion d'élèves suivant un régime alimentaire est un peu plus importante, dans des proportions comparables aux élèves de première et de terminale générale et technologique.

La proportion d'élèves suivant un régime alimentaire est plus importante que la moyenne régionale dans le département de la Charente-Maritime (22,6 %). A l'inverse la proportion est plus faible dans les départements de la Creuse (13,3 %) et des Deux-Sèvres (11,4 %).



Les régimes alimentaires :

Les élèves ont répondu à la question suivante : En ce moment, faites-vous un régime alimentaire ?

- Non, vous ne faites pas de régime alimentaire
- Oui, pour grossir
- Oui, pour maigrir
- Oui, mais pour d'autres raisons (régime médical, sans viande, sans gluten...)

RÉGIME ALIMENTAIRE : 18,7 % [17,7 - 19,8]

	FILLES	19,8 % [18,3 - 21,3]
	GARÇONS	17,6 % [16,2 - 19,2]

Une proportion moindre d'élèves suivant un régime alimentaire si l'environnement familial est favorable et réconfortant

Les élèves externes déclarent plus souvent faire un régime alimentaire (22 %) que les élèves demi-pensionnaires (18 %) ou internes (17 %).

Les élèves jugeant que la situation financière de la famille est difficile sont 24 % à suivre un régime contre 20 % lorsqu'elle est juste et 18 % lorsqu'elle est facile. Ces différences sont mises en évidence pour les régimes destinés à maigrir (13 à 15 % lorsque la situation financière est difficile contre 9 % lorsqu'elle est facile) ou à grossir (20 % lorsque la famille doit faire des dettes contre 6 à 7 % lorsqu'elle est facile).

Les élèves bénéficiant d'un fort soutien des parents ont moins souvent déclaré suivre un régime alimentaire : ils sont 16 % dans ce cas lorsqu'ils peuvent souvent ou toujours avoir du soutien moral, contre 22,9 % lorsqu'ils le peuvent parfois, et 28,9 % lorsqu'ils le peuvent rarement ou jamais. Ces différences sont mises en évidence pour les régimes destinés à maigrir (7 à 8 % en cas de soutien important contre 15 à 17 % quand le soutien est rare ou inexistant) ou à grossir (5 à 7 % contre 9 à 11 %). De même, lorsque les élèves ont un contrôle parental important, la proportion d'élèves suivant un régime pour grossir est moindre : 6 à 9 % lorsque les parents savent souvent ou toujours où l'élève est le soir, contre 12 à 13 % lorsqu'ils le savent parfois, rarement ou jamais. Cette différence n'est pas mise en évidence pour les élèves qui suivent un régime pour maigrir.

References :

ROBIN S., GARNIER C.

ORS Nouvelle-Aquitaine | Septembre 2024

Enquête : 2022 - Santé des lycéens | La nutrition.

Activité physique et alimentation