



# La santé des jeunes scolarisés en Bretagne

Comportements alimentaires

octobre 2008



Liberté • Égalité • Fraternité  
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE



## SOMMAIRE

3 Schéma alimentaire

4 Le petit déjeuner

5 Le déjeuner

6 Le dîner

7 Régime alimentaire

8 Consommations alimentaires

10 Typologie des consommateurs

L'étude réalisée par l'Observatoire Régional de Santé de Bretagne à l'initiative de la Direction des Affaires Sanitaires et Sociales et du Conseil Régional de Bretagne, en partenariat avec le rectorat d'Académie de Rennes et la Direction Régionale de la Jeunesse et des Sports, a été suivie par un comité de pilotage rassemblant les différents acteurs concernés au niveau de la région. Le protocole utilisé en 2001 a été reconduit à l'identique en 2007, ainsi les conditions de conception et de passation garantissent la comparabilité des données entre ces deux périodes. L'enrichissement du questionnaire par l'ajout de nouvelles thématiques en lien avec les priorités de santé actuelles a été envisagé dans le cadre d'un comité technique restreint et validé par le comité de pilotage.

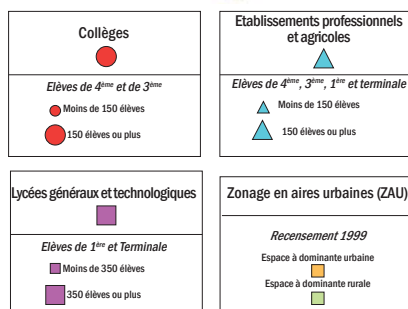
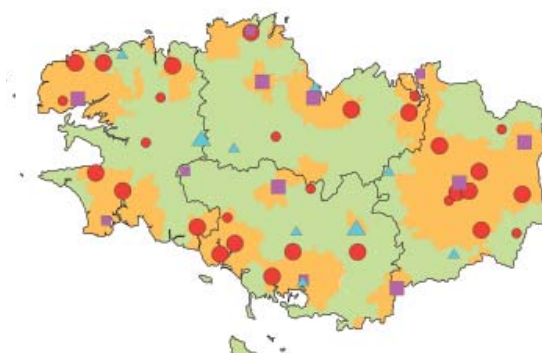
L'enquête a été réalisée du 23 au 27 avril 2007 auprès de 51 établissements tirés au sort : 30 collèges, 12 lycées généraux et technologiques, 5 lycées professionnels et 4 établissements de l'enseignement agricole.

85 classes ont été sélectionnées : 46 classes en collège, 27 classes en lycée général et technologique, 6 classes en lycée professionnel, 6 classes en établissements de l'enseignement agricole.

Cette enquête de type déclarative s'est appuyée sur un questionnaire comportant 103 questions regroupées en 9 thèmes.

Le taux de participation de 93%, soit 1951 élèves participants à l'étude, traduit le bon déroulement de l'enquête au sein des établissements tirés au sort. Par ailleurs, la représentativité de l'échantillon est très satisfaisante. En effet, la structure de l'échantillon obtenu par type d'établissement et par niveau d'enseignement est sensiblement identique à celle de l'ensemble de la région.

### Répartition des établissements scolaires participant à l'enquête en Bretagne



Source : INSEE, RECTORAT, DRAF

Ainsi, il est parfaitement licite d'extrapoler les résultats analysés à l'ensemble des jeunes bretons scolarisés. Au final, ce sont 1941 questionnaires qui ont pu être exploités après exclusion des questionnaires incomplets.

Une modification du champ statistique entre les deux enquêtes est à noter : depuis 2007, les jeunes de 4<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> technologique sont comptabilisés avec les collégiens et non plus avec les lycéens de l'enseignement professionnel. Ainsi, les évolutions observées selon le type d'établissement seront à interpréter avec prudence.

Les résultats de l'enquête Bretagne 2007 ont été comparés à ceux obtenus par l'enquête Bretagne 2001 et, dans la mesure du possible, à ceux issus d'autres enquêtes nationales ou régionales.

### Taux de participation selon le niveau d'étude

Niveau de la classe	Taux de participation	Taux d'absentéisme	Taux de refus des élèves	Taux de refus parental
Quatrième	92,9%	6,0%	0,2%	0,9%
Troisième	94,4%	4,9%	0,5%	0,2%
Première	90,8%	8,0%	1,0%	0,2%
Terminale	93,0%	6,3%	0,7%	0,0%
Total	92,8%	6,3%	0,6%	0,3%

Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

### Structure par type d'établissement de la population enquêtée et de l'échantillon

Type d'établissement	Population régionale		Echantillon tiré au sort		Echantillon des répondants	
	Effectif	%	Effectif	%	Effectif	%
Collèges	74 119	52%	1 101	52%	1 028	53%
Lycées G et T	49 137	34%	718	34%	631	33%
Lycées profess.	8 757	6%	156	7%	135	7%
Etab. agricoles	10 752	8%	156	7%	147	8%
Total	142 765	100%	2 131	100%	1 941	100%

Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

### COMITÉ DE PILOTAGE ENQUÊTE SANTÉ JEUNES

Académie de Rennes	Dr Claire MAITROT*
	Mme Dominique SAVINEL*
Conseil Régional de Bretagne	Mr Mathieu RAULT*
	Mme Maria VADILLO
Direction Régionale des Affaires Sanitaires et Sociales de Bretagne	Dr Jean-Pierre NICOLAS*
Direction Régionale Jeunesse et Sports	Dr Michel TREGARO*
Direction Régionale Agriculture et Forêt	Mme Françoise DU-TEILLEUL
Direction de l'Enseignement Catholique	Mme Claire KHAN
Mutualité	Mr Yannick BARBANÇON*
Observatoire Régional de Santé de Bretagne	Dr Isabelle TRON*
	Mme Léna PENNOGNON*

\* Membres du comité technique

CETTE ENQUÊTE A FAIT L'OBJET D'UNE AUTORISATION DE LA COMMISSION NATIONALE DE L'INFORMATIQUE ET DES LIBERTÉS.

MISE EN OEUVRE PAR L'ORS BRETAGNE sous la direction du Dr Isabelle TRON

ONT PARTICIPÉ À CETTE ÉTUDE  
 Léna PENNOGNON  
 Elisabeth QUEGUINER  
 Dans le cadre d'un stage : Sophie MOREL et Boris CAMPILLO

IMPRESSION  
 MÉDIA GRAPHIC

## Schéma alimentaire

À l'instar de l'enquête HBSC 2002, les comportements alimentaires des jeunes ont été étudiés à travers plusieurs types de questions concernant la fréquence des repas et leur régularité (petit-déjeuner, déjeuner, dîner) en privilégiant l'étude des schémas d'alimentation pendant la semaine (hors week-end) à l'exception du petit-déjeuner.

## À retenir

72% des jeunes ont un schéma alimentaire régulier, les garçons davantage que les filles (78% vs 67%)

Avec l'avancée en âge, l'irrégularité du schéma alimentaire s'installe

Le petit-déjeuner est le repas suivi avec le moins de régularité : seuls 77% des jeunes le prennent tous les jours contre 96% pour le déjeuner et 94% pour le dîner

### Schéma alimentaire traditionnel et régulier pour 72% des jeunes

Le schéma alimentaire régulier est respecté par la majorité des jeunes puisque 72% d'entre eux déclarent prendre systématiquement les 3 repas de la journée, les garçons plus souvent que les filles (78% vs 67%). Très ancrés dans les habitudes alimentaires, le repas du midi est pris par 96% des jeunes (dans 77% des cas à la cantine), celui du soir par 94% (pris en famille à 87%). En revanche, la prise du petit-déjeuner est plus fluctuante : seuls 77% des jeunes prennent un petit-déjeuner tous les jours de la semaine, les garçons davantage que les filles (82% vs 73%).

### Avec l'avancée en âge, l'irrégularité des habitudes alimentaires s'installe ...

82% des moins de 14 ans (85% des garçons et 79% des filles) affirment prendre quotidiennement 3 repas par jour, ils ne sont plus que 66% à 18 ans et plus (68% des garçons et 62% des filles).

### ... surtout dans les lycées professionnels

Les élèves des lycées professionnels sont les moins nombreux à respecter un schéma alimentaire traditionnel (62%), en revanche, les autres élèves ont des comportements proches (69% des élèves des établissements agricoles, 73% de ceux des lycées généraux et technologiques et 74% des collégiens adoptent un schéma alimentaire régulier).

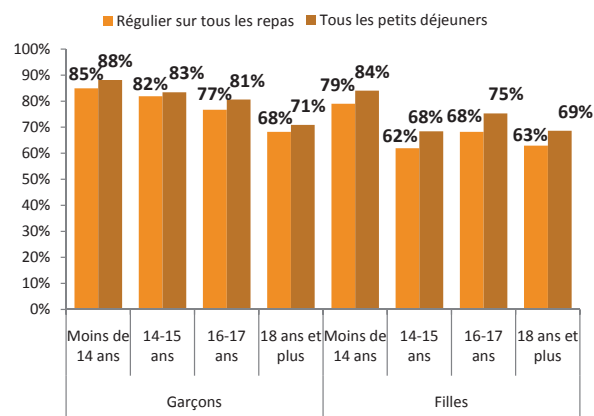
### ... Le schéma alimentaire traditionnel repose essentiellement sur la régularité dans la prise du petit-déjeuner...

Ainsi, les élèves des établissements professionnels sont également les moins nombreux à prendre tous les jours un petit déjeuner : 65% d'entre eux contre 78% des élèves de collège ou de lycée général et technologique et 74% des élèves de l'enseignement agricole. Les comportements alimentaires concernant le petit déjeuner diffèrent selon le sexe. Ainsi, au collège, les filles sont deux fois plus nombreuses que les garçons à ne prendre aucun petit-déjeuner dans la semaine (15% vs 7%), et pareillement dans les lycées généraux et technologiques (12% vs 7%). Dans l'enseignement agricole et professionnel, le fait de ne jamais prendre de petit-déjeuner est à l'inverse un comportement plus souvent masculin, particulièrement dans la filière professionnelle où 4 fois plus de garçons que de filles ne prennent jamais de petit-déjeuner (24% vs 6% des filles).

### ... comportement moins fréquent chez les boursiers

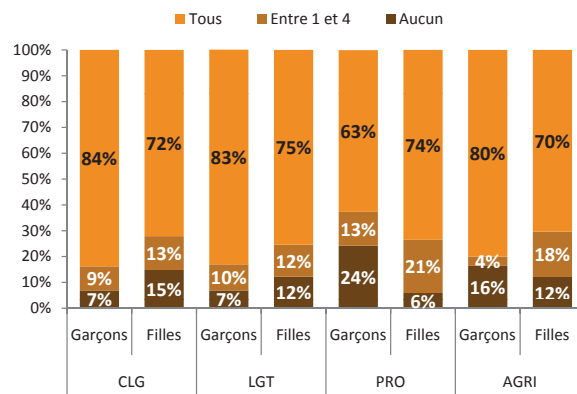
Les élèves boursiers font davantage l'impasse que les autres élèves (33% vs 21%), au moins une fois par semaine, sur le petit déjeuner. Ils sont notamment près d'1 sur 5 (19%) à n'en prendre aucun contre 1 sur 10 pour les élèves non boursiers.

### Schéma alimentaire régulier et prise du petit-déjeuner tous les jours de la semaine scolaire (du lundi au vendredi) selon le sexe et l'âge



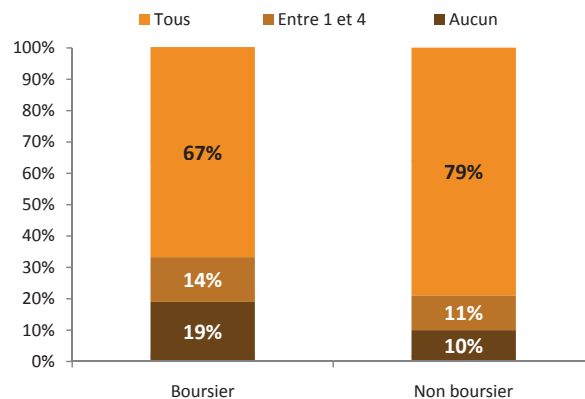
Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

### Prise du petit déjeuner dans la semaine selon le sexe et la filière d'enseignement



Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

### Prise du petit déjeuner dans la semaine selon le statut boursier



Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

# LE PETIT DÉJEUNER

## À retenir

1 jeune sur 10 ne prend aucun petit-déjeuner le week-end.

L'impasse du petit-déjeuner le week-end s'accroît avec l'avancée en âge.

Près d'1 jeune sur 2 (49%) prend son petit-déjeuner seul.

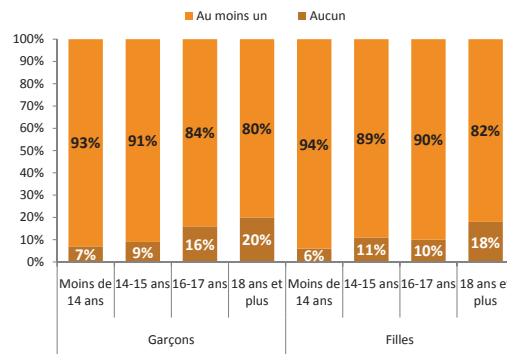
Après 16 ans, ce comportement progresse, 56% des 18 ans et plus sont concernés.

C'est aussi après 16 ans que le petit-déjeuner avec les copains devient plus fréquent (22% à 18 ans et plus contre 2% à 14-15 ans).

## Près d'1 jeune sur 10 (12%) ne prend aucun petit-déjeuner le week-end, sans distinction selon le sexe

Si 77% des jeunes prennent un petit-déjeuner tous les jours de la semaine scolaire (du lundi au vendredi), ce repas est d'autant plus respecté pendant le week-end puisque seul 1 jeune sur 10 (12%) déclare ne prendre aucun petit-déjeuner le week-end (samedi ou dimanche) sans distinction selon le sexe. En revanche, cette habitude de consommation se dégrade avec l'âge : 6% des moins de 14 ans affirment n'en prendre aucun, ils sont 19% à 18 ans et plus. Cette tendance s'observe chez les garçons comme chez les filles. Globalement, sur une semaine entière (7 jours), très peu de jeunes (4%) déclarent ne jamais prendre de petit-déjeuner, sans différence selon le sexe.

## Prise du petit-déjeuner le week-end selon le sexe et l'âge

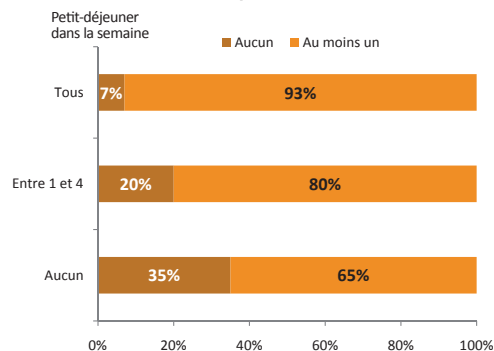


Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

## Les habitudes de consommation du petit-déjeuner le week-end sont liées à celles de la semaine

Les habitudes de consommation observées en semaine, concernant le petit-déjeuner, se maintiennent le week-end. 35% des jeunes affirmant ne prendre aucun petit-déjeuner en semaine conservent ce comportement le week-end alors que seulement 7% des jeunes qui prennent tous leurs petit-déjeuners du lundi au vendredi en font l'impasse le week-end.

## Prise du petit-déjeuner le week-end selon la prise en semaine



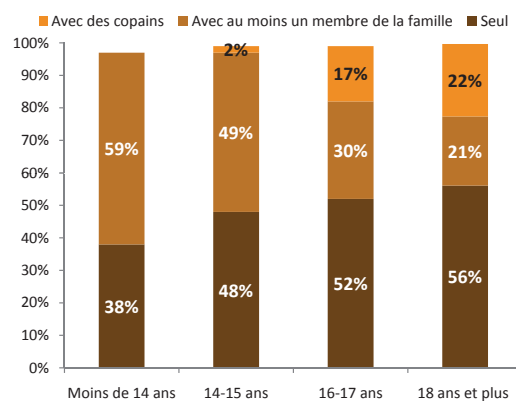
Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

## Le petit-déjeuner : un repas plutôt solitaire

Globalement, parmi les jeunes qui prennent un petit-déjeuner, près de la moitié (49%) le consomment seul, 40% avec un membre de la famille et 10% avec des copains, quel que soit le sexe.

Les plus jeunes le prennent plus volontiers avec un membre de la famille (59% chez les moins de 14 ans vs 21% chez les 18 ans et plus). Après 16 ans, les jeunes prennent ce repas le plus souvent seul (52% à 16-17 ans et 56% à 18 ans et plus vs 38% à moins de 14 ans). C'est aussi après 16 ans que la prise du petit-déjeuner avec les copains, rarissime avant cet âge (2% des 14-15 ans) s'intensifie (17% des 16-17 ans et 22% des 18 ans et plus). Logiquement, 78% des internes prennent ce repas avec des copains, contre 2% des externes et 1% des demi-pensionnaires.

## Environnement du petit-déjeuner selon l'âge\*



\* La différence par rapport à 100% correspond à d'autres situations  
Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

# LE DÉJEUNER (HORS WEEK END)

## Le déjeuner : un repas très suivi ...

96% des jeunes déjeunent tous les midis (hors week-end), sans distinction selon le sexe. Seuls 4 élèves interrogés ont déclaré ne jamais prendre ce repas.

Ce constat atteste que le déjeuner est un repas très ancré dans les habitudes alimentaires des jeunes quel que soit leur âge, leur lieu de résidence (ville ou campagne), le type d'établissement qu'ils fréquentent ou encore leur indice de masse corporelle (IMC)<sup>1</sup>.

## ... principalement entre copains

79% des jeunes qui déjeunent au moins une fois le midi, le font entre copains, 17% avec au moins un membre de la famille. Dans les autres cas (4%), ce repas est le plus souvent pris seul (3%). Logiquement, la quasi-totalité des demi-pensionnaires (93%) et des internes (86%) mangent avec leurs copains le midi.

Lorsqu'il est consommé seul, le repas du midi est plus souvent sacrifié : en effet, dans ce cas de figure, il sont 5 fois plus nombreux à le sauter au moins une fois dans la semaine que ceux qui le prennent en famille (15% vs 3%).

## La cantine : principal lieu du déjeuner

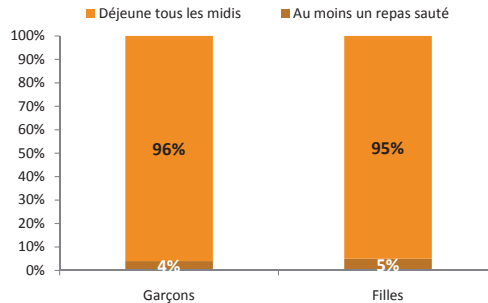
77% des jeunes déclarent déjeuner à la cantine et 19% au domicile, sans distinction selon le sexe. Logiquement, le lieu cité est lié à la qualité de l'élève, rappelons que 78% d'entre eux sont demi-pensionnaires.

Avant 16 ans, le domicile est cité par plus d'1 jeune sur 5 (22% chez les moins de 14 ans et 21% chez les 14-15 ans). Ils ne sont plus que 15% à 16-17 ans et 17% à 18 ans et plus à y déjeuner. Bien que la cantine reste le lieu de restauration privilégié, après 16 ans, les jeunes sont un peu plus nombreux à déjeuner à l'extérieur au café ou restaurant (3% chez les 16-17 ans, 5% chez les 18 ans et plus vs moins de 1% chez les moins de 16 ans).

## La majorité des jeunes (57%) apprécie les repas servis à la cantine

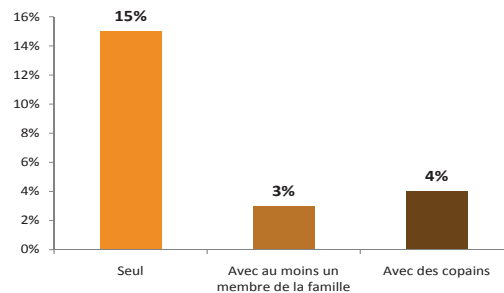
Près de 6 jeunes sur 10 (57%) considèrent que les repas servis à la cantine sont bons (très ou plutôt), les filles davantage que les garçons (61% vs 53%). À l'inverse, 1 jeune sur 3 (34%) les juge plutôt mauvais et près d'1 jeune sur 10 très mauvais (9%). Les garçons se montrent plus sévères que les filles puisqu'ils sont deux fois plus nombreux à émettre un avis très négatif (12% vs 6%).

### Le déjeuner selon le sexe



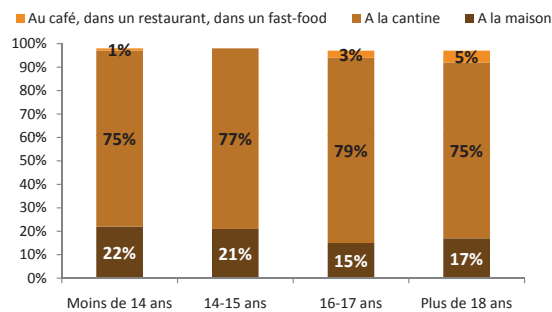
Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

### Impasse du déjeuner au moins une fois dans la semaine du lundi au vendredi (pas pas tous) selon l'environnement du déjeuner



Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

### Lieu du déjeuner selon l'âge



\* La différence par rapport à 100% correspond à d'autres situations.

Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

## À retenir

Le déjeuner est un repas très ancré dans les habitudes alimentaires des jeunes, suivi chaque jour de la semaine par 96% d'entre eux.

Le plus souvent, le déjeuner est pris entre copains (79% des jeunes déjeunant au moins une fois le midi en semaine).

Dans 77% des cas, le déjeuner est pris à la cantine, dans 19% des cas, au domicile.

57% des jeunes apprécient les repas servis à la cantine, les filles davantage que les garçons (61% vs 53%).

L'impasse du déjeuner est plus fréquente chez les jeunes qui le consomment habituellement seul : 15% des jeunes qui déjeunent seul sautent au moins un repas du midi contre 3% de ceux qui déjeunent en famille et 4% entre copains.

<sup>1</sup>L'indice de masse corporelle (IMC) est une mesure simple du poids par rapport à la taille, couramment utilisée pour estimer le surpoids et l'obésité chez les populations et les individus adolescents. Il correspond au poids divisé par le carré de la taille, le résultat s'exprime en kg/m<sup>2</sup>.

## LE DÎNER (HORS WEEK END)

### À retenir

94% des jeunes dînent tous les soirs, les filles sautent plus facilement que les garçons au moins un dîner dans la semaine (8% vs 3%).

Dans près de 9 cas sur 10 le dîner est pris en famille.

L'environnement familial favorise la régularité du schéma alimentaire.

### Comme le déjeuner, le repas du soir est très ancré dans les habitudes alimentaires

La grande majorité des jeunes (94%) dîne tous les soirs, seuls sept élèves (moins de 1%) déclarent ne prendre aucun repas le soir. Quel que soit l'âge, le type d'établissement fréquenté, le lieu de vie (ville ou campagne) ou encore le statut boursier, le fait de prendre un dîner fait consensus chez les jeunes. L'indice de masse corporelle n'influence pas non plus la prise de ce repas. Toutefois, les filles sautent plus facilement que les garçons au moins un dîner dans la semaine (8% vs 3%).

### La famille : principal contexte du dîner

Près de 9 jeunes sur 10 (87%) dînent en famille, sans différence significative selon le sexe. Ils sont 10% à se restaurer entre copains tandis que 3% mangent seuls. Avec l'avancée en âge, il semble que la prise du repas du soir entre copains devienne pratique plus courante (16% chez les 16-17 ans et 22% chez les 18 ans et plus vs 1% chez les moins de 14 ans et 3% chez les 14-15 ans), principalement aux dépens de l'environnement familial (74% chez les 18 ans et plus vs 98% chez les moins de 14 ans) tandis que le dîner en solitaire demeure un usage nettement minoritaire (4% chez les 18 ans et plus).

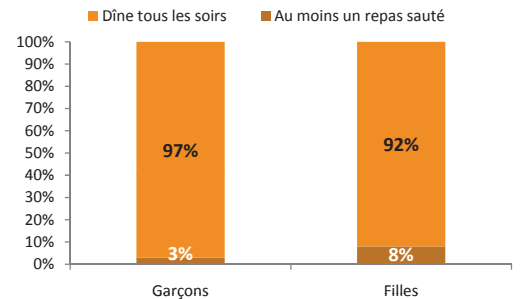
### L'environnement familial contribue à la régularité dans la prise d'un dîner

Les jeunes qui dînent tous les soirs sont significativement plus nombreux à prendre ce repas avec au moins un membre de la famille que ceux qui en font l'impasse au moins une fois dans la semaine (87% vs 77%). Ces derniers dînent plus souvent que les autres entre copains (14% vs 10%) ou seuls (8% vs 3%). La famille s'inscrit donc dans la régularité de la prise du dîner.

### Les repas de famille : un bon moment

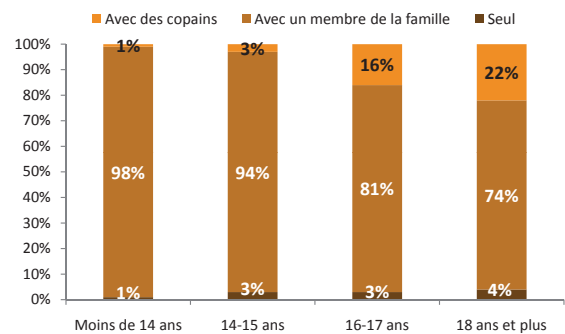
1 jeune sur 3 considère l'ambiance des repas de famille « très bonne », les garçons davantage que les filles (37% vs 28%). À l'inverse, ces dernières sont 3 fois plus nombreuses que les garçons à la juger « très mauvaise » (3% vs 1%). La perception de l'ambiance des repas de famille s'accompagne, en général, d'une perception positive de l'ambiance familiale : 98% des jeunes qui jugent l'ambiance familiale « bonne », considèrent l'ambiance des repas comme (très ou plutôt) « bonne ».

### Le dîner selon le sexe



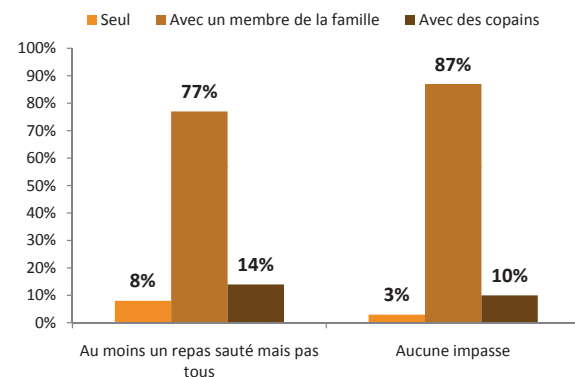
Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

### Environnement du dîner selon l'âge



\* La différence par rapport à 100% correspond à d'autres situations.  
Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

### Environnement du dîner selon la prise du repas dans la semaine



Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

# RÉGIME ALIMENTAIRE

## 1 jeune sur 10 en surcharge pondérale (surpoids et obésité) mais la maigreur est aussi préoccupante que l'obésité

8 jeunes sur 10 (83%) présentent un IMC<sup>1</sup> de « poids normal » tandis que 10% affichent une surcharge pondérale (surpoids ou obésité). Si l'obésité apparaît marginale quel que soit le sexe (1% des garçons comme des filles), le surpoids est plus prononcé et semble un peu plus fréquent chez les garçons que chez les filles (11% vs 8%).

Parallèlement, 7% des jeunes révèlent une insuffisance pondérale (poids insuffisant ou maigreur), les filles présentent plus souvent cette caractéristique que les garçons (8% vs 6%). Celles-ci sont notamment deux fois plus nombreuses à présenter un poids insuffisant que les garçons (6% vs 3%). Plus fréquente que l'obésité (1% des jeunes concernés quel que soit le sexe), la maigreur se rencontre un peu plus souvent puisqu'elle concerne 3% des garçons et 2% des filles.

## Le régime alimentaire pour maigrir, plus répandu en cas de surcharge pondérale, concerne tous les jeunes quel que soit leur IMC

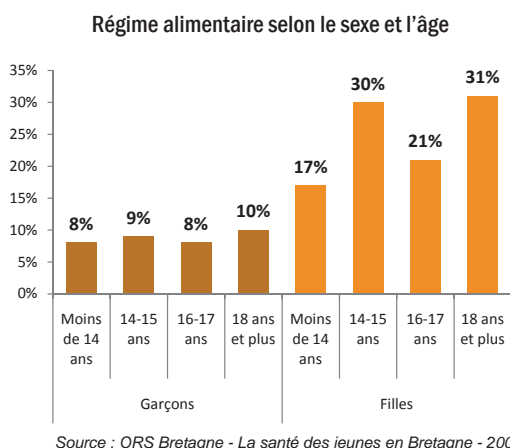
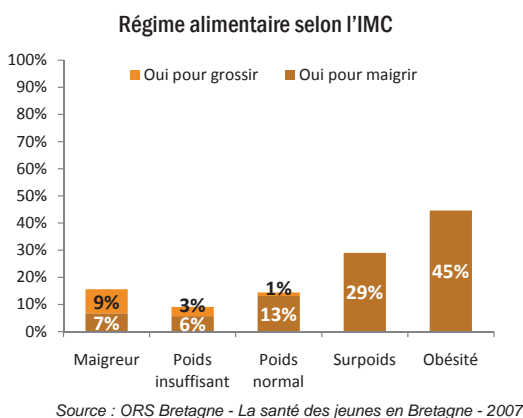
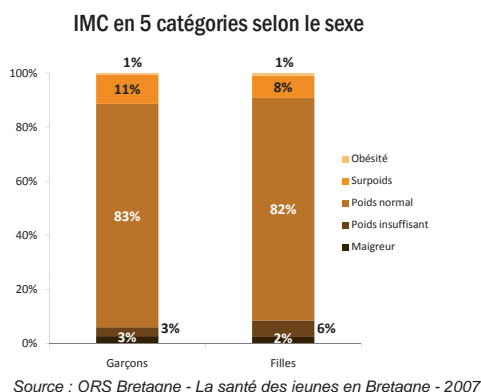
Le suivi de régime est une pratique répandue en cas de surcharge pondérale et concerne notamment 45% des jeunes en situation d'obésité et 29% des jeunes en situation de surpoids. Néanmoins, même en situation de « poids normal », 13% des jeunes suivent un régime pour maigrir. Plus remarquable encore, parmi les jeunes en insuffisance pondérale qui confient suivre un régime (15 individus sur 133), plus de la moitié d'entre eux (8) le font encore pour maigrir.

## Le régime alimentaire : une conduite nettement plus fréquente chez les filles

1 fille sur 4 suit un régime pour maigrir contre 7% des garçons. Bien que rares, les régimes pour grossir concernent 2 fois plus de garçons que de filles (2% vs 1%).

## Le régime alimentaire : une pratique qui diffère selon l'âge chez les filles

Sans différence chez les garçons, le suivi d'un régime varie significativement selon l'âge chez les filles. L'évolution est particulièrement remarquable entre les moins de 14 ans et les 14-15 ans, puisqu'elles sont alors presque deux fois plus nombreuses à suivre un régime (17% vs 30%). Aussi, si le suivi d'un régime est moins marqué à 16-17 ans (21% de filles concernées), il s'accroît nettement chez les 18 ans et plus (31%).



## À retenir

10% des jeunes en surcharge pondérale (surpoids ou obésité), les garçons davantage que les filles (12% vs 9%).

7% des jeunes en insuffisance pondérale (poids insuffisant ou maigreur), les filles davantage que les garçons (8% vs 6%).

45% des jeunes obèses suivent un régime, ils sont 29% en cas de surcharge pondérale.

Même en situation de poids normal, plus d'1 jeune sur 10 suit un régime pour maigrir.

Globalement, près d'1 jeune sur 5 (17%) suit un régime alimentaire, le plus souvent pour maigrir, les filles (1 sur 4) davantage que les garçons (7%).

<sup>1</sup>L'indice de masse corporelle (IMC) est une mesure simple du poids par rapport à la taille, couramment utilisée pour estimer le surpoids et l'obésité chez les populations et les individus adolescents. Il correspond au poids divisé par le carré de la taille, le résultat s'exprime en kg/m<sup>2</sup>.

# CONSUMMATIONS ALIMENTAIRES

## Les aliments

Les types d'aliments consommés par les jeunes et explorés dans l'enquête sont de 6 ordres : fruits, légumes, laitages, sucreries, boissons sucrées de type cola, soda ou autre et aliments de grignotage (chips ou biscuits apéritifs salés et/ou viennoiseries ou biscuits sucrés). Les consommations des jeunes ont été mises en perspective avec la liste des consommations s'écartant des recommandations du Plan national nutrition santé (PNNS) à savoir :

- Ne pas manger de fruits tous les jours ou presque.
- Ne pas manger de légumes tous les jours ou presque.
- Ne pas consommer de produits laitiers tous les jours ou presque.
- Manger des chips plus de deux fois par semaine.

## À retenir

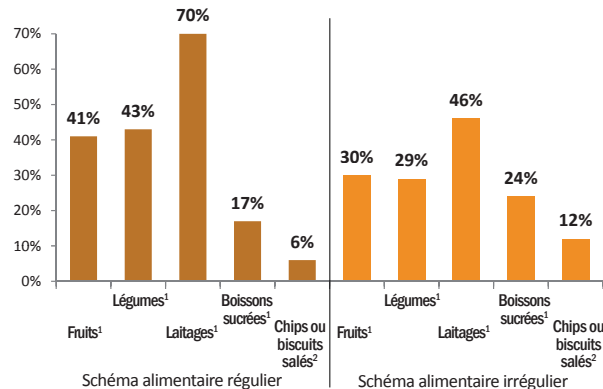
La consommation quotidienne de fruits et légumes est insuffisante : 6 jeunes sur 10 n'en consomment pas tous les jours, les garçons encore moins que les filles.

Près de 4 jeunes sur 10 ne consomment pas quotidiennement des produits laitiers.

## Un schéma alimentaire régulier est plus souvent synonyme de meilleures habitudes de consommation

Les habitudes de consommation déclarées par les jeunes sont meilleures lorsqu'ils suivent un schéma alimentaire régulier plutôt qu'irrégulier. En particulier, la consommation quotidienne<sup>1</sup> de fruits, légumes et laitages est plus élevée chez les premiers que chez les seconds (respectivement 41% vs 30%, 43% vs 29% et 70% vs 46%). À l'inverse, les consommations quotidiennes de boissons sucrées ainsi que de chips ou biscuits apéritifs salés trois ou quatre fois par semaine sont plus élevées chez les seconds (resp. 24% vs 17% et 12% vs 6%). En revanche, il n'existe pas de différence selon le schéma alimentaire pour les sucreries et viennoiseries.

## Consommations alimentaires selon le schéma alimentaire



<sup>1</sup>Tous les jours ou presque.

<sup>2</sup>3 à 4 fois par semaine.

Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

## Une consommation insuffisante<sup>2</sup> de fruits et légumes ...

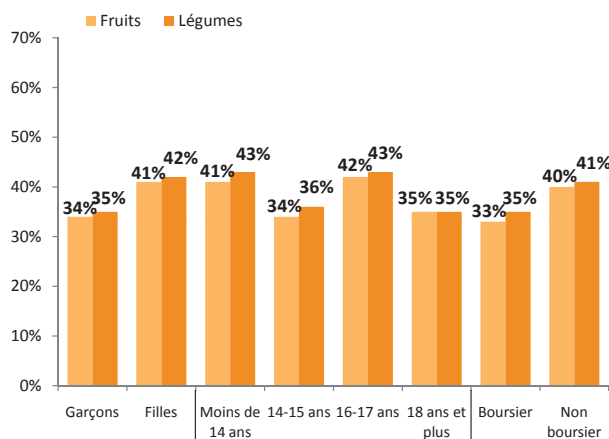
62% des jeunes déclarent ne pas consommer quotidiennement de fruits et 61% ne pas consommer quotidiennement de légumes. Les filles sont un peu moins concernées que les garçons par ces mauvaises habitudes alimentaires et déclarent manger davantage de fruits et légumes tous les jours ou presque (respectivement 41% vs 34% et 42% vs 35%).

## ... et ceci à tous les âges

La consommation de légumes ne varie pas selon l'âge. En revanche, la consommation de fruits est, quant à elle, soumise à des baisses significatives à 14-15 ans (34% vs 41% chez les moins de 14 ans) ainsi qu'à 18 ans et plus (35% vs 42% à 16-17 ans).

Par ailleurs, les élèves boursiers sont significativement moins nombreux que les élèves non-boursiers à consommer quotidiennement des fruits et légumes (respectivement 33% vs 40% et 35% vs 41%).

## Consommation de fruits et légumes tous les jours ou presque selon le sexe, l'âge et le statut boursier

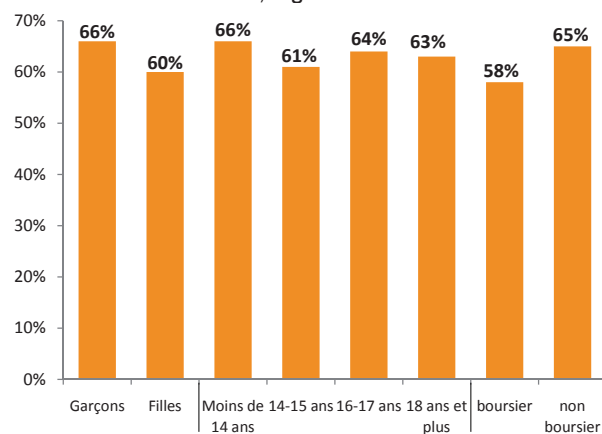


Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

## Une consommation insuffisante<sup>2</sup> de produits laitiers

37% des jeunes affirment ne pas consommer de produits laitiers tous les jours ou presque, les filles davantage que les garçons (40% vs 34%). Ces produits sont consommés indifféremment selon l'âge, le statut boursier, le lieu de résidence ou l'indice de masse corporelle.

## Consommation de produits laitiers tous les jours ou presque selon le sexe, l'âge et le statut boursier



Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

<sup>1</sup>Tous les jours ou presque.

<sup>2</sup>Par rapport aux recommandations du PNNS.



## Consommation excessive<sup>1</sup> de sucreries et de boissons sucrées

1 jeune sur 5 consomme de façon quotidienne des sucreries (20%) ou des boissons sucrées (19%), les garçons davantage que les filles (resp. 24% vs 17% et 24% vs 14%).

Concernant les sucreries, la consommation varie significativement selon l'âge et s'accroît nettement à 14-15 ans (24% vs 14% chez les moins de 14 ans) puis se stabilise à 20% à partir de 16 ans. Les jeunes qui résident en ville sont significativement plus nombreux que ceux qui habitent à la campagne à en consommer quotidiennement (23% vs 19%). Aussi, les élèves de poids normal en sont plus friands que ceux en surcharge pondérale (21% vs 13% de consommation quotidienne).

Concernant les boissons sucrées, comme pour les sucreries, la consommation quotidienne progresse sensiblement à 14-15 ans (23% vs 17% chez les moins de 14 ans) puis se stabilise (16% chez les 16-17 ans et 17% chez les 18 ans et plus). Les élèves boursiers sont significativement plus nombreux que les non-boursiers à boire des boissons sucrées tous les jours ou presque (28% vs 15%).

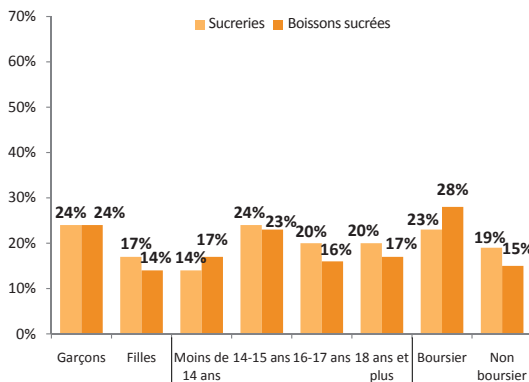
## Consommation excessive<sup>1</sup> de chips et biscuits apéritifs salés

4% des jeunes consomment quotidiennement des chips ou des biscuits apéritifs salés, les garçons deux fois plus que les filles (6% vs 3%). Cette consommation varie significativement avec l'âge, elle est triplée à 14-15 ans (6% vs 2% chez les moins de 14 ans) puis recule chez les 16-17 ans (3%) pour progresser de nouveau chez les 18 ans et plus (5%). Les élèves boursiers sont 4 fois plus nombreux que les non-boursiers à en consommer quotidiennement (8% vs 2%).

## Consommation excessive<sup>1</sup> de viennoiseries et biscuits sucrés

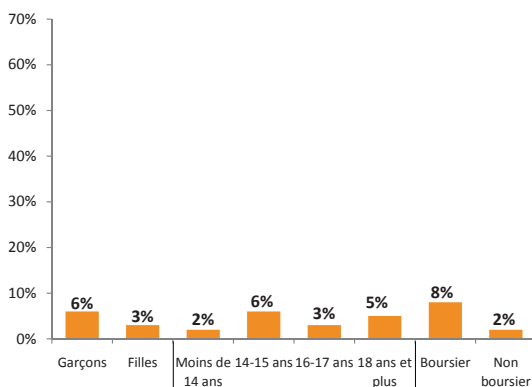
15% des jeunes affirment consommer tous les jours ou presque des viennoiseries ou biscuits sucrés, sans différence selon le sexe, l'âge, le lieu de résidence ou encore le statut boursier. En revanche, les jeunes de poids normal consomment plus fréquemment ce type d'aliments que ceux en surcharge pondérale (16% vs 9%).

## Consommation de sucreries et boissons sucrées tous les jours ou presque selon le sexe, l'âge et le statut boursier



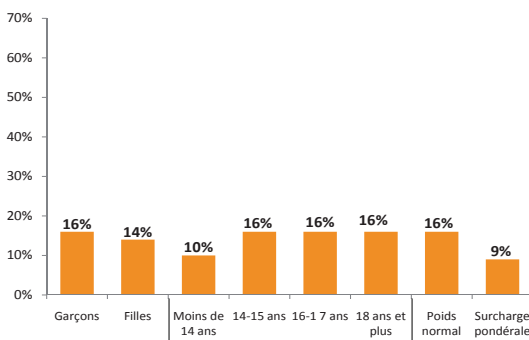
Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

## Consommation de chips et biscuits apéritifs salés tous les jours ou presque selon le sexe, l'âge et le statut boursier



Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

## Consommation de viennoiseries et biscuits sucrés tous les jours ou presque selon le sexe, l'âge et le statut boursier



Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

### À retenir

La consommation de sucres se révèle excessive : 1 jeune sur 5 consomme quotidiennement des sucreries et 1 jeune sur 5 boit tous les jours des boissons sucrées.

La consommation quotidienne de chips et biscuits apéritifs salés concerne 4% des jeunes, deux fois plus les garçons que les filles, davantage les élèves boursiers.

La consommation de viennoiseries et biscuits sucrés est également élevée : 15% des jeunes en consomment tous les jours ou presque.

<sup>1</sup> Par rapport aux recommandations du PNNS.

# TYPOLOGIE DES CONSOMMATEURS

## Méthodologie

Afin de caractériser des profils de consommateurs aux habitudes alimentaires distinctes, une partie du questionnaire adressé aux jeunes était consacrée à cette thématique abordant les lieux de restauration, la régularité dans la structuration des repas et la fréquence de consommation d'aliments et de boissons.

Sur cette base, le recours à une analyse multivariée a permis de visualiser, de manière synthétique, la diversité des comportements alimentaires et de fournir une typologie distinguant les grands types de consommateurs selon leurs habitudes alimentaires et/ou leurs caractéristiques socio-démographiques.

L'analyse a fait ressortir 6 classes d'adolescents, aux caractéristiques qui se distinguent significativement de celles de la population totale présentées ci-contre.

### La première classe (57%) : « les poids normaux ayant un schéma alimentaire régulier »

La totalité des individus de cette classe présentent un poids normal (100% vs 79% dans la population totale) et prennent tous les jours ou presque un petit-déjeuner (100% vs 76%). La quasi-totalité adopte un schéma alimentaire régulier (96% vs 72%). Aussi, ils sont plus nombreux à se percevoir « bien comme ils sont » (73% vs 63%), et à ne pas suivre de régime alimentaire (88% vs 82%).

Cette classe à prépondérance masculine (51% vs 47%) rassemble des individus pratiquant un peu plus fréquemment une activité sportive régulière ou de compétition (respectivement 35% vs 22% et 26% vs 23%). Ces individus consomment plus souvent des laitages et des fruits tous les jours ou presque (respectivement 69% vs 63% et 40% vs 37%) et ils boivent occasionnellement des sodas sucrés (1 ou 2 fois par semaine : 46% vs 43%).

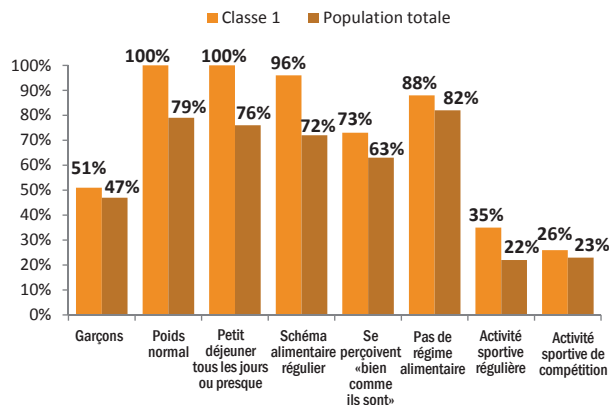
### La deuxième classe (7%) : « les maigres »

La totalité des individus de cette classe présentent une insuffisance pondérale (100% vs 7%), par conséquent ils se perçoivent plus souvent maigres (44% vs 12%). Ces individus plus fréquemment scolarisés en collège sont donc un peu plus jeunes, les 14-15 ans y sont plus nombreux (44% vs 35%). L'ambiance des repas en famille leur apparaît plus souvent mauvaise (20% vs 12%).

### La troisième classe (5%) : « les sans IMC »

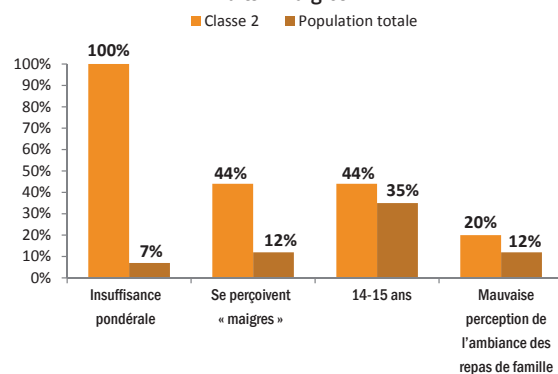
Pour la totalité des individus de cette classe, il n'a pas été possible de calculer leur IMC. Ce sont plutôt des collégiens (71% vs 53%) qui par conséquent sont plus jeunes, les moins de 14 ans et les 14-15 ans y sont plus nombreux (respectivement 26% vs 17% et 49% vs 35%). Aussi, ces individus ont une perception corporelle négative puisqu'ils se considèrent plus souvent gros (36% vs 24%).

### Caractéristiques des élèves de la classe 1 de poids normaux et au schéma alimentaire régulier



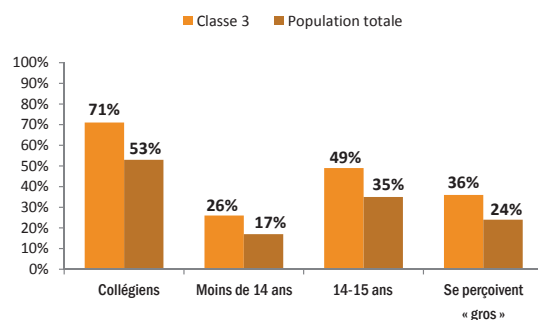
Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

### Caractéristiques des élèves de la classe 2 dits « maigres »



Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

### Caractéristiques des élèves de la classe 3 dits sans IMC



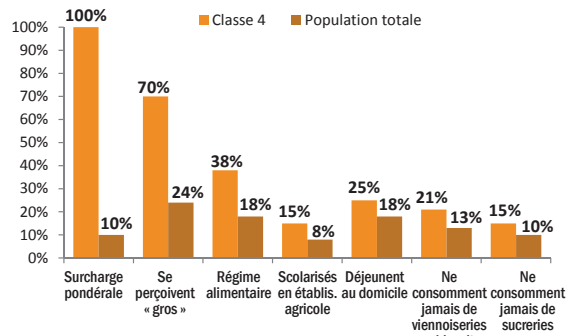
Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

# TYPOLOGIE DES CONSOMMATEURS

## La quatrième classe (9%) : « les gros »

La totalité des individus de cette classe présentent une surcharge pondérale (100% vs 10%), aussi ils sont plus nombreux à se percevoir gros (70% vs 24%) et font plus fréquemment un régime alimentaire (38% vs 18%). Ces individus fréquentent un peu plus souvent un établissement agricole (15% vs 8%). Ils mangent davantage chez eux le midi (25% vs 18%). Ils déclarent plus souvent ne jamais consommer de viennoiseries ou biscuits sucrés ni de sucreries (respectivement 21% vs 13% et 15% vs 10%).

Caractéristiques des élèves de la classe 4 dits « gros »

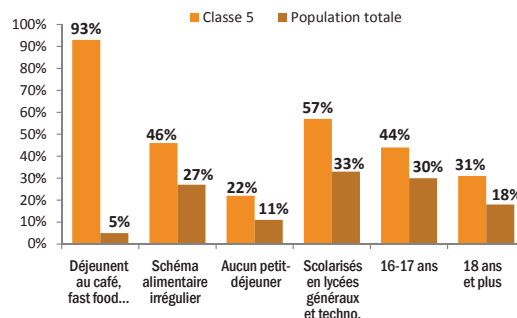


Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

## La cinquième classe (5%) : « ne déjeunant ni à la cantine ni à la maison avec un schéma irrégulier »

La quasi-totalité des individus de cette classe ne déjeunent le plus souvent ni à la cantine ni chez eux et ont une préférence pour les autres lieux (café, fast-food, rue, restaurant, ... : 93% vs 5%). Ils se caractérisent également davantage par un schéma alimentaire irrégulier (46% vs 27%), et par conséquent ne prennent aucun petit-déjeuner (22% vs 11%). Ces individus sont plus souvent au lycée général et technologique (57% vs 33%) et donc plus âgés, les 16-17 ans et les 18 ans et plus y sont plus représentés (respectivement 44% vs 30% et 31% vs 18%).

Caractéristiques des élèves de la classe 5 ne déjeunant ni à la cantine, ni au domicile

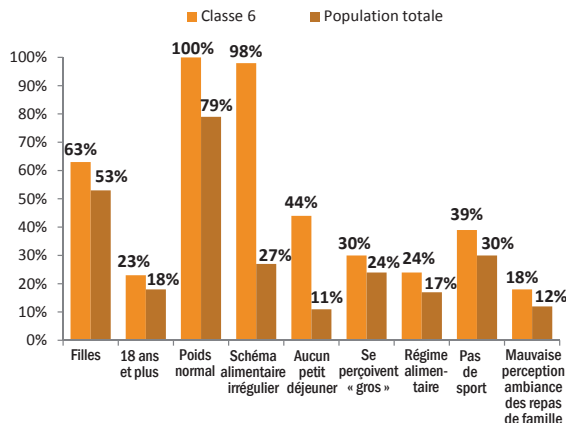


Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

## La sixième classe (18%) : « les poids normaux avec un schéma irrégulier »

Bien que la totalité de ces individus présente un poids normal (100% vs 79%), ils adoptent presque tous un schéma alimentaire irrégulier (98% vs 27%). Par conséquent, ce sont des individus qui sautent plus souvent le petit-déjeuner (44% ne prennent aucun petit-déjeuner vs 11% et 48% en sautent au moins 1 (mais pas tous) vs 12%). Par ailleurs, ils ont un peu plus tendance à se percevoir gros (30% vs 24%) et à faire un régime (24% vs 17%).

Caractéristiques des élèves de la classe 6 dits de poids normal ayant un schéma alimentaire irrégulier



Source : ORS Bretagne - La santé des jeunes en Bretagne - 2007

### À retenir

Plus de la moitié des jeunes (57%) peuvent être regroupés selon des comportements plutôt équilibrés : schéma alimentaire régulier, bonnes habitudes de consommation associées à une pratique sportive régulière ou de compétition. Ces jeunes qui sont plus souvent des garçons présentent un poids normal

L'autre classe qui se distingue, (près d'1 jeune sur 5 concerné) est celle qui regroupe des individus, plus souvent des filles, de poids normal mais au schéma alimentaire irrégulier : mauvaise perception de l'ambiance des repas de famille, mauvaise perception du corps, ces individus sautent plus facilement les repas, suivent plus volontiers un régime et présentent de mauvaises habitudes alimentaires.



### Une étude inscrite dans une continuité ...

L'enquête « santé des jeunes scolarisés en Bretagne en 2007 » poursuit une démarche engagée en 2001 et visant à élaborer un diagnostic sur la santé des jeunes bretons qui soit partagé par les acteurs institutionnels. Cette démarche s'est organisée en 2 étapes :

- un état des lieux, réalisé en 2001, a mis en exergue les problématiques et spécificités de la santé des jeunes bretons ;
- l'enquête a été reconduite en 2007 sur le même public, afin d'analyser l'évolution de la situation en parallèle avec les actions mises en œuvre.

### ... en cohérence avec les politiques régionales

Les politiques régionales de santé relèvent de différentes institutions qui travaillent en concertation au sein du Groupement Régional de Santé Publique (GRSP). Le GRSP a pour mission de mettre en œuvre le Plan Régional de Santé Publique (PRSP) qui comporte notamment un volet sur l'observation de la santé.

La présente enquête s'inscrit dans plusieurs programmes et orientations du PRSP : conduites addictives, suicide, nutrition santé, programme régional d'éducation pour la santé, approche populationnelle « jeunes ». À ce titre, elle est en elle-même un outil d'évaluation du PRSP.

Elle rejoint également l'objectif de la Direction régionale de la jeunesse et des sports qui est de sensibiliser au bienfaits de la pratique sportive pour la santé.

Elle s'inscrit également dans les préoccupations du Conseil régional de Bretagne qui, au titre du programme « Participer à la promotion de la santé publique », porte une attention particulière aux évolutions des comportements des publics jeunes, en terme de prévention des conduites addictives et du suicide.

Elle est une référence essentielle pour la construction et l'animation du projet académique de prévention en milieu scolaire : l'exploitation des résultats de 2001 comme ceux de 2007 permet d'identifier des objectifs prioritaires de travail dans le souci de leur pertinence au regard des besoins de santé des élèves.

### Pour répondre aux besoins d'information des acteurs locaux

La diffusion des résultats par le biais d'une plaquette générale et de plaquettes thématiques a pour objectif de favoriser la réappropriation du diagnostic et la construction d'actions adaptées.

#### Publications parues

Conditions de vie

#### Publications à paraître

Consommation de tabac

Consommation d'alcool

Consommation de drogues illicites

Sexualité

Santé physique et psychique

Qualité de vie

