

Baromètre santé jeunes

Pays de la Loire 2005



Activités physiques et sportives, activités sédentaires, poids et image du corps chez les jeunes de 12-25 ans

L'enquête Baromètre santé jeunes Pays de la Loire 2005 a été réalisée par l'Observatoire régional de la santé à la demande des responsables de santé publique régionaux, pour mettre à la disposition des acteurs concernés des données récentes sur les besoins de santé des jeunes de la région, mais également sur les ressources sociales et individuelles sur lesquelles ces professionnels peuvent s'appuyer.

Comme le Baromètre santé jeunes Pays de la Loire 2000, qu'elle actualise, cette enquête a été conduite en partenariat avec l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES), selon un protocole et un calendrier identiques à ceux du Baromètre santé national, institué par cet organisme. Des comparaisons rigoureuses entre la situation régionale et la moyenne nationale peuvent ainsi être effectuées, afin de souligner les éventuelles spécificités des Pays de la Loire.

Cette brochure, la troisième issue de l'exploitation du Baromètre santé jeunes régional 2005, étudie les activités physiques et sportives et les activités sédentaires des jeunes, leurs connaissances et comportements en matière de consommation de fruits et légumes, leur statut pondéral et la perception qu'ils en ont.

Ces éléments constituent des déterminants importants de la santé. L'activité physique est, en effet, un facteur de protection pour de nombreuses pathologies, notamment les maladies cardio-vasculaires, le diabète, l'obésité, l'ostéoporose, les cancers du sein et du côlon. La consommation de fruits et de légumes joue elle aussi un rôle préventif pour certaines de ces affections. A l'inverse, les situations de surpoids et d'obésité représentent des facteurs de risque.

1 - Eléments de méthodologie	2
2 - Activités physiques et sportives	3
3 - Activités sédentaires	6
4 - Consommation de fruits et de légumes	9
5 - Poids et image du corps	10
6 - Facteurs associés	13
➔ Synthèse	16

Mais ces différents déterminants ont également des liens beaucoup plus étroits avec la santé, si l'on considère les relations entre activités physiques et sportives et socialisation, ou entre excès pondéral et santé psychosociale. Enfin, l'étude des activités sédentaires apporte des éléments aujourd'hui indispensables à de nombreux acteurs sur la place de l'écran (télévision, ordinateur, console de jeux notamment) dans la vie des jeunes.

Le Baromètre santé jeunes 2005 apporte une photographie de la situation actuelle des jeunes des Pays de la Loire, et offre aussi un éclairage sur les évolutions les plus importantes observées au cours des années récentes. Il contribue ainsi à l'évaluation des politiques de santé publique et notamment du Programme national nutrition santé, dont le premier volet a été développé sur la période 2001-2005 et le second concerne les années 2006-2010.

1

Eléments de méthodologie

Le Baromètre santé jeunes Pays de la Loire 2005 (12-25 ans) a été réalisé parallèlement au Baromètre santé France 2005 (12-75 ans) selon un questionnaire et un protocole identiques.

L'enquête téléphonique a été menée par l'institut de sondage Atoo.

L'échantillon se compose de 1 517 jeunes résidant dans la région.

Structure par âge et sexe de l'échantillon des Pays de la Loire

	12-14 ans	15-17 ans	18-19 ans	20-22 ans	23-25 ans	Total
Garçons	201	194	108	152	106	761
Filles	197	198	122	124	115	756

La méthode de sondage

Les numéros de téléphone appelés ont été tirés au sort selon une méthode de sondage aléatoire permettant de prendre en compte les numéros sur liste rouge. Ensuite, à l'intérieur de chaque foyer sélectionné, un seul individu âgé entre 12 et 25 ans, choisi également de façon aléatoire, a été interrogé.

Les ménages uniquement équipés d'un téléphone portable sont exclus du champ de l'enquête régionale. Ils ont, par contre, été pris en compte dans l'enquête Baromètre santé France, sur une partie du questionnaire (partie consacrée aux conduites addictives), afin notamment de comparer les comportements des personnes possédant uniquement un téléphone portable (et pas de ligne fixe) à ceux des personnes joignables sur un téléphone fixe.

Avant tout appel téléphonique, une lettre de présentation de l'enquête a été adressée aux ménages sélectionnés, l'adresse ayant été obtenue à partir de l'annuaire inversé. Lorsque le numéro de téléphone était inscrit sur liste rouge, cette lettre pouvait être adressée à la suite du premier contact téléphonique.

Les entretiens

Les entretiens téléphoniques, d'une durée moyenne de 37 minutes, ont été effectués entre décembre 2004 et avril 2005 dans les Pays de la Loire et entre octobre 2004 et février 2005 au plan national.

L'anonymat et le respect de la confidentialité ont été garantis, conformément aux recommandations de la Cnil.

Dans les Pays de la Loire, le taux de refus global a été de 8 % (ménages + individus) et le taux d'abandon de 6 %.

Les résultats

Les données ont été pondérées par le nombre de personnes éligibles au sein du ménage contacté, et redressées selon les résultats du dernier recensement de la population (Insee, 1999).

Les comparaisons

Les conditions

Les contextes de conception et de passation des différentes enquêtes réalisées dans les Pays de la Loire et en France, en 2000 et en 2005, garantissent la comparabilité des données entre ces deux niveaux géographiques et entre ces deux années.

La standardisation

Lorsqu'on compare les valeurs d'un indicateur entre les Pays de la Loire et l'ensemble de la France, entre 2000 et 2005 ou entre deux groupes de jeunes (par exemple entre les jeunes résidant dans une commune urbaine et ceux résidant dans une commune rurale), les différences observées peuvent résulter pour partie d'une répartition différente de certains facteurs (âge, sexe...). Les comparaisons ont donc été effectuées après calcul de nouvelles valeurs à âge et sexe comparables en utilisant la technique de standardisation par rapport à une population de référence. La valeur calculée après standardisation peut être différente de celle calculée sur la population enquêtée.

Les standardisations présentées dans ce document sont réalisées par sexe et par âge par rapport à la population française (RP 99), sauf indication contraire.

La significativité

La significativité des différences a été testée par la méthode du Chi2. Toutes les différences statistiquement significatives au seuil de 5 % ont été mentionnées.

Lorsqu'on compare les valeurs d'un indicateur entre deux périodes ou entre deux groupes de jeunes, une différence de même ampleur observée au niveau national et au niveau régional peut être statistiquement significative au niveau national et ne pas l'être au niveau régional, en raison de la taille quatre fois plus importante de l'échantillon national. On peut alors considérer qu'une différence nationale significative conforte une différence de même ampleur observée au plan régional, statistiquement non significative. Cette situation a été mentionnée de façon systématique dans l'étude.

La causalité

Lorsqu'on compare les valeurs d'un indicateur entre deux groupes de jeunes (par exemple, la pratique habituelle d'un sport en club selon que le jeune vit dans une famille monoparentale ou avec ses deux parents), une différence significative ne signifie pas qu'il existe un lien de causalité entre l'indicateur et le facteur étudié.

Effet âge, effet génération

Une association avec l'âge peut traduire

- un "effet âge", c'est-à-dire une évolution du comportement au fil du vieillissement des individus,
- un "effet génération", c'est-à-dire une différence durable de comportement selon la cohorte de naissance,
- ou les deux.

Lorsque la question posée concerne une conduite au cours de la vie, on observe également un "effet stock", c'est-à-dire une progression de la fréquence, à mesure que l'âge augmente, pour une même cohorte de naissance.

2 Activités physiques et sportives chez les jeunes des Pays de la Loire

L'activité physique ne se réduit pas à la seule pratique sportive, à laquelle on l'assimile souvent, puisque la vie professionnelle comme la vie courante (ménage, transport) sont également sources d'une activité physique plus ou moins importante. Dans l'enquête Baromètre santé jeunes, deux types d'activités physiques ont été explorés : la marche et les activités sportives. Le Programme national nutrition santé recommande de pratiquer l'équivalent d'au moins trente minutes de marche rapide par jour.

La marche

La marche : une activité physique peu développée chez les jeunes

29 % des 12-25 ans déclarent avoir marché¹ plus d'une demi-heure la veille de l'enquête (trajet vers l'école ou le lieu de travail, courses, promenade...), 15 % déclarent avoir marché plus d'une heure.

Ces proportions sont proches chez les garçons et les filles mais augmentent sensiblement avec l'âge². Les 18-25 ans consacrent ainsi relativement plus de temps à cette activité. Ainsi, 35 % d'entre eux déclarent avoir marché plus de trente minutes la veille vs 18 % chez les 12-14 ans et 21 % chez les 15-17 ans (fig1).

Activités sportives

La moitié des 12-17 ans font du sport en club

L'activité sportive est particulièrement présente dans la vie des jeunes, puisque parmi les 12-17 ans, 84 % des garçons et 78 % des filles déclarent avoir pratiqué un sport au cours des sept derniers jours.

Des questions complémentaires ont permis de distinguer la pratique sportive dans un club (y compris associations scolaires) et la pratique d'un sport *seul ou avec des amis*, en dehors d'un cadre organisé (club, école, université, travail). Dans la semaine précédant l'enquête, 56 % des garçons de 12-17 ans et 47 % des filles déclarent avoir fait du sport en club, et respectivement 59 % et 38 % du sport *seul ou avec des amis* (fig2).

Une fréquence de la pratique sportive qui diminue sensiblement après 18 ans, notamment chez les filles

Après 18 ans, la pratique sportive globale diminue très nettement, chez les garçons (60 % des 18-25 ans déclarent avoir pratiqué un sport au cours des sept jours précédant l'enquête), comme chez les filles (51 %).

Cette évolution résulte surtout d'une baisse sensible de la pratique en club, chez les garçons (33 % des 18-25 ans vs 56 % des 12-17 ans) et les filles (26 % vs 47 %).

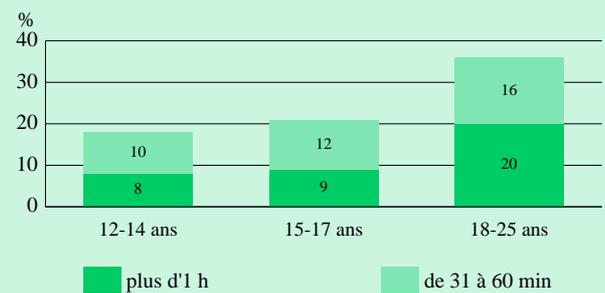
On constate également une diminution de la pratique du sport *seul ou avec des amis*, chez les garçons (42 % des 18-25 ans vs 59 % des 12-17 ans) et chez les filles (32 % vs 38 %).

La pratique sportive est plus fréquente chez les garçons

Chez les 12-17 ans, comme chez les 18-25 ans, les garçons sont plus nombreux que les filles à pratiquer un sport, que ce soit en club ou à titre individuel.

Fig1. Marcher plus de 30 minutes selon l'âge

Proportion de jeunes déclarant avoir marché pendant plus de 30 minutes la veille de l'enquête (1)



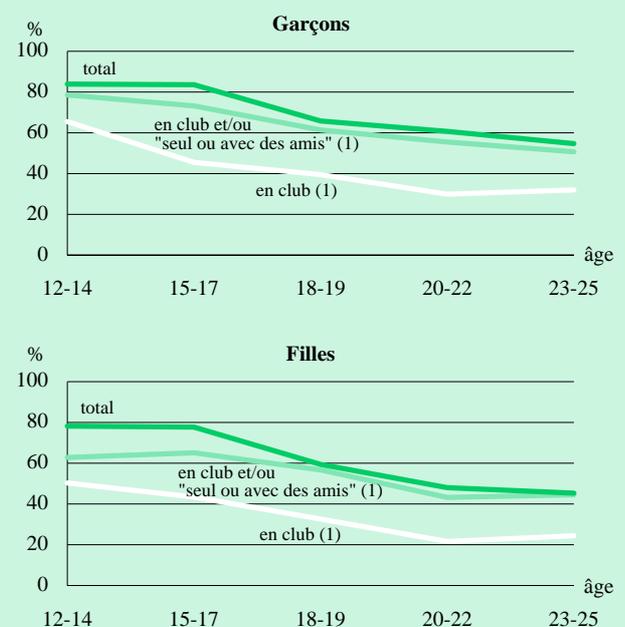
(1) dont au moins 10 minutes d'affilée (voir définitions fig5)

Lecture : 8 % des 12-14 ans déclarent avoir marché plus d'1 heure (dont au moins 10 minutes d'affilée) la veille de l'enquête

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Fig2. Pratique d'un sport selon l'âge et le sexe

Proportion de jeunes déclarant avoir pratiqué un sport au cours des 7 derniers jours (1)



(1) voir définitions fig5

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

1. dont au moins dix minutes d'affilée

2. voir méthodologie p. 2 (effet âge, effet génération)

Activités physiques et sportives

chez les jeunes des Pays de la Loire

15 % des garçons de 12-25 ans pratiquent un sport en club pendant plus de quatre heures par semaine

Les garçons ont, plus fréquemment que les filles, pratiqué un sport au cours des sept derniers jours, et l'écart entre les deux sexes s'accroît lorsqu'on considère le nombre d'heures consacrées à cette activité.

La pratique intensive d'un sport (ici définie comme une activité de plus de quatre heures au cours des sept derniers jours) *seul ou avec des amis* est ainsi deux fois plus fréquente chez les garçons (11 %) que chez les filles (5 %).

L'écart est encore plus marqué si l'on considère isolément le sport en club. Les garçons sont deux fois et demi plus nombreux que les filles à en avoir fait pendant plus de quatre heures (15 % vs 6 %), et quatre fois plus nombreux à en avoir fait pendant plus de six heures (7 % vs 2 %) (fig3).

La nature des sports pratiqués, qui diffère chez les garçons et chez les filles, peut expliquer en partie ces écarts en matière de pratique intensive d'un sport.

Le "manque de temps", raison la plus souvent avancée par les 18-25 ans qui ne font pas de sport

Les jeunes ayant déclaré *ne pas avoir fait de sport au cours des sept derniers jours et ne pas en faire habituellement* ont été interrogés sur les raisons de cette situation.

Les motifs cités ne sont pas différents entre les garçons et les filles mais varient avec l'âge. Ainsi, parmi les jeunes de 12-17 ans concernés, 48 % déclarent ne pas pratiquer d'activité sportive parce qu'ils *n'aiment pas cela*, et 27 % par *manque de temps*.

Les jeunes de 18-25 ans concernés citent principalement le *manque de temps* (58 %), puis le fait qu'ils *n'aiment pas cela* (27 %) (fig4).

Fig3. Pratique d'un sport selon la durée, l'âge et le sexe

	12-14 ans		15-17 ans		18-25 ans	
	Garçons	Filles	Garçons	Filles	Garçons	Filles
Proportion de jeunes déclarant avoir pratiqué dans les 7 derniers jours						
un sport en club (1)						
ensemble (2)	66%	50%	46%	43%	33%	26%
plus de 2 h	45%	25%	34%	22%	24%	11%
plus de 4 h	22%	8%	16%	6%	13%	4%
plus de 6 h	9%	4%	8%	1%	6%	1%
un sport "seul ou avec des amis" (1)						
ensemble (3)	60%	36%	58%	40%	42%	32%
plus de 2 h	34%	16%	30%	20%	22%	10%
plus de 4 h	16%	5%	9%	6%	10%	4%

(1) voir définitions fig5

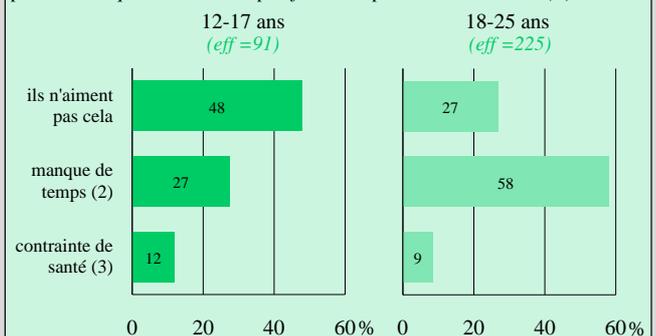
(2) ensemble des jeunes ayant déclaré avoir pratiqué un sport en club au cours des 7 derniers jours

(3) ensemble des jeunes ayant déclaré avoir pratiqué un sport "seul ou avec des amis" au cours des 7 derniers jours

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Fig4. Raisons pour lesquelles les jeunes ne font pas de sport selon l'âge

Proportion de jeunes donnant les raisons suivantes de non-pratique parmi ceux qui déclarent ne pas faire de sport habituellement (1)



(1) les jeunes concernés ont pu donner plusieurs réponses

(2) ou contrainte professionnelle

(3) dont les blessures sportives

Lecture : 48 % des 12-17 ans déclarent ne pas faire de sport pour la raison suivante "ils n'aiment pas cela"

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Fig5. Définitions

La marche à pied

Dans l'enquête Baromètre santé, le temps de marche comprend la marche au travail, à la maison, pour se rendre d'un lieu à un autre, et tout autre type de marche que l'interviewé a pu faire pendant son temps libre pour la détente, le sport ou les loisirs.

Il a été apprécié à partir de deux questions :

- (Q1) "Hier, avez-vous marché pendant au moins 10 minutes d'affilée?",
- si oui, (Q2) "Combien de temps avez-vous marché hier ?".

La pratique sportive

L'enquête Baromètre santé permet d'apprécier la pratique sportive des jeunes au cours des 7 derniers jours précédant l'enquête selon quatre dimensions :

- La pratique "**générale**" d'un sport évaluée par la question "Au cours des 7 derniers jours, avez-vous pratiqué un sport ?"
- La pratique d'un sport **en club** déterminée par la question "Au cours des 7 derniers jours, combien d'heures de sport avez-vous pratiquées en club (ou associative sportive scolaire) ?"
- La pratique d'un sport "**seul ou avec des amis**" appréciée par la question "Au cours des 7 derniers jours, combien d'heures de sport avez-vous pratiquées seul ou avec des amis (en dehors d'un club ou d'une association sportive scolaire, en dehors de l'école, de l'université ou du travail) ?"

- La combinaison des deux dernières questions permet d'étudier l'activité sportive des jeunes en dehors des enseignements scolaires obligatoires, c'est-à-dire au sein d'un club sportif (ou d'association scolaire sportive) et/ou à "seul ou avec des amis".

Ces questions se rapportent à une période courte et récente (la semaine précédant l'enquête), minimisant ainsi les biais de mémorisation.

La pratique habituelle d'un sport, d'un sport en club (ou association sportive scolaire) et "seul ou avec des amis" ont également été recueillies lors de l'interview.

Bornes temporelles

De façon générale, les bornes sont définies en excluant la borne minimale et en incluant la borne maximale, afin de rester homogène avec les indicateurs établis par l'Inpes pour le baromètre santé national.

Par exemple :

- "de 31 à 60 min" : de 31 à 60 minutes, 31 minutes comprises, 60 minutes comprises
- "plus d'1 h" : au-delà de 1 heure, 1 heure exclue.

Les réponses ayant tendance à se concentrer autour des heures "rondes", le choix de ces bornes peut conduire le lecteur à sous-estimer le temps passé aux différentes activités.

Activités physiques et sportives

chez les jeunes des Pays de la Loire

Comparaison à la situation nationale

Les jeunes des Pays de la Loire sont moins nombreux qu'en France à marcher régulièrement...

La proportion des 12-25 ans déclarant *avoir marché plus de trente minutes*¹ la veille de l'enquête (trajet vers l'école ou le lieu de travail, course, promenade...) est plus faible dans la région (29 %) qu'au plan national (36 %, à structure par âge et sexe identique). Cet écart se retrouve chez les 12-17 ans et chez les 18-25 ans (fig6).

... et les filles de la région pratiquent plus fréquemment un sport en club

La proportion de jeunes déclarant *avoir pratiqué un sport au cours des sept derniers jours* est dans les Pays de la Loire globalement proche de la moyenne nationale, chez les 12-17 ans mais aussi chez les 18-25 ans.

Mais dans la région, les jeunes de 12-25 ans sont un peu plus nombreux à déclarer *faire habituellement du sport en club* (47 % vs 42 % en France). Cet écart s'explique par une pratique plus fréquente chez les filles de la région, pour la tranche d'âge des 12-17 ans (56 % vs 48 %) comme pour celle des 18-25 ans (35 % vs 24 %). Par contre, aucun écart ne se retrouve chez les garçons.

Evolution entre 2000 et 2005

Les conditions de la pratique sportive semblent évoluer

Dans les Pays de la Loire, la proportion de jeunes de 12-25 ans ayant pratiqué un sport au cours des sept derniers jours a globalement peu varié entre 2000 et 2005 (fig7). Mais au cours de cette période, les conditions de cette pratique sportive semblent s'être modifiées.

La fréquence de la pratique du sport en club (ou dans le cadre d'associations sportives scolaires) a diminué, et cette baisse a été compensée par une augmentation de la pratique du sport *seul ou avec des amis*.

La baisse du sport en club concerne surtout les 12-17 ans (58 % d'entre eux sont concernés en 2000 ; 51 % en 2005, à structure par âge et sexe identique). A l'inverse, la fréquence de la pratique du sport *seul ou avec des amis* a augmenté chez les jeunes de cette tranche d'âge (36 % en 2000, 49 % en 2005).

Une hausse sensible de la pratique sportive *seul ou avec des amis* est également observée chez les 18-25 ans (27 % en 2000, 37 % en 2005).

Fig6. Comparaison à la situation nationale

	12-17 ans		18-25 ans		12-25 ans (1)	
	PdL	France	PdL	France	PdL	France
Proportion de jeunes déclarant						
avoir marché pendant plus de 30 minutes la veille de l'enquête (2) (3)						
	20%	32% *	35%	40% *	29%	36% *
<i>Effectifs</i>	790	694	727	822	1 517	1 516
Proportion de jeunes déclarant						
avoir pratiqué un sport au cours des 7 derniers jours (3)						
	81%	83%	55%	55%	66%	66%
faire habituellement un sport en club (4)						
	60%	56%	37%	31% *	47%	42% *
<i>Effectifs</i>	790	1 404	727	1 662	1 517	3 066

* différence entre les Pays de la Loire et la France statistiquement significative (p<0,05)

(1) chez les 12-25 ans, les proportions présentées sont standardisées

(2) dont au moins 10 minutes d'affilée

(3) voir définitions fig5

(4) cet indicateur a été retenu pour la comparaison à la situation nationale car la pratique sportive en club au cours des 7 derniers jours n'a pas interrogée lors de l'enquête nationale

Lecture : 20 % des 12-17 ans des Pays de la Loire déclarent avoir marché pendant plus de 30 minutes (dont au moins 10 minutes d'affilée) la veille de l'enquête

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Fig7. Evolution entre 2000 et 2005 dans les Pays de la Loire

	12-17 ans		18-25 ans		12-25 ans (1)	
	2000	2005	2000	2005	2000	2005
Proportion de jeunes déclarant avoir, au cours des 7 derniers jours						
pratiqué un sport (2)						
	83%	81%	51%	55%	64%	66%
fait du sport en club et/ou "seul ou avec des amis" (2)						
	68%	70%	46%	52% *	55%	59% *
fait du sport en club (2)						
	58%	51% *	32%	30%	43%	39% *
fait du sport "seul ou avec des amis" (2)						
	36%	49% *	27%	37% *	31%	42% *
<i>Effectifs</i>	588	790	682	727	1 270	1 517

* différence entre 2000 et 2005 statistiquement significative (p<0,05)

(1) chez les 12-25 ans, les proportions présentées sont standardisées

(2) voir définitions fig5

Lecture : En 2000, 83 % des 12-17 ans des Pays de la Loire déclarent avoir pratiqué un sport au cours des 7 derniers jours

Source : Barom. santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2000 et 2005

1. dont au moins dix minutes d'affilée

3

Activités sédentaires chez les jeunes des Pays de la Loire

Les activités sédentaires sont les activités pour lesquelles les mouvements corporels et donc la dépense énergétique sont réduits au minimum. Dans le Baromètre santé jeunes, la sédentarité a été appréciée à travers la fréquence d'activités telles que regarder la télévision, travailler sur un ordinateur, jouer avec des jeux vidéos, lire, en distinguant les habitudes de vie en semaine (du lundi au vendredi) et celles adoptées un jour de week-end (le dimanche). L'enquête ne permet pas de distinguer les pratiques à domicile ou les activités en milieu scolaire ou professionnel, tant pour l'ordinateur que pour la lecture.

Télévision, ordinateur ou console de jeux en semaine

En semaine, 37 % des 12-17 ans passent en moyenne plus de deux heures par jour devant un écran

82 % des 12-17 ans déclarent regarder la télévision dans la semaine : 35 % y consacrent plus d'une heure en moyenne par jour et 11 % plus de deux heures (fig8, fig9).

Ces habitudes varient peu entre les garçons et les filles.

61 % des 12-17 ans déclarent *passer du temps devant un ordinateur, y compris sur internet ou sur une console de jeux (chez eux, sur leur lieu d'études ou de travail)* les jours de semaine : 22 % y consacrent plus d'une heure en moyenne par jour et 8 % plus de deux.

Dans la région, il y a peu de différence entre les deux sexes.

Au total, dans la semaine, 93 % des 12-17 ans passent du temps devant un écran (de télévision, d'ordinateur ou de console de jeux) : 63 % y consacrent en moyenne plus d'une heure par jour, 37 % plus de deux, et 17 % plus de trois.

Des habitudes différentes chez les 18-25 ans

La proportion des 18-25 ans qui regardent la télévision dans la semaine est équivalente à celle des 12-17 ans, mais le temps qu'ils y consacrent est plus important : 46 % des 18-25 ans la regardent en moyenne plus d'une heure par jour vs 35 % chez les 12-17 ans.

Le constat est identique pour l'ordinateur ou la console de jeux : chez les 18-25 ans, la proportion d'utilisateurs est proche de celle des 12-17 ans mais le temps qu'ils y consacrent est plus important. Cette différence s'explique sans doute au moins en partie par le fait que l'enquête prend en compte l'usage de l'ordinateur dans le cadre des études et du travail qui est vraisemblablement plus fréquent chez les 18-25 ans.

Lecture en semaine

En semaine, 19% des 12-17 ans consacrent plus d'une heure par jour à la lecture

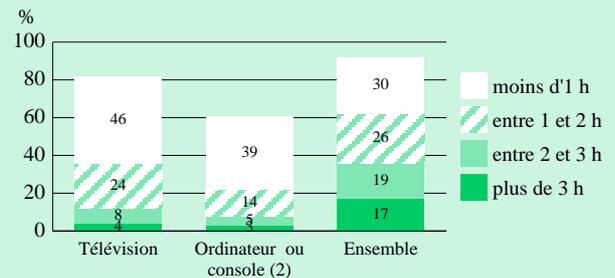
71 % des jeunes de 12-17 ans déclarent lire les jours de semaine : 40 % lisent en moyenne plus de trente minutes par jour, et 19 % plus d'une heure (fig10).

Ces proportions sont peu différentes chez les 18-25 ans.

Dans la région, les filles consacrent plus de temps à la lecture que les garçons, cet écart est observé chez les 12-17 ans comme chez les 18-25 ans.

Fig8. Temps passé devant un écran en semaine

Proportion des 12-17 ans déclarant avoir passé du temps devant un écran (télévision, ordinateur ou console de jeux) un jour de semaine (1) (2)



(1) du lundi au vendredi
(2) chez eux, sur leur lieu d'études ou de travail

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Fig9. Temps passé devant un écran en semaine selon l'âge et le sexe

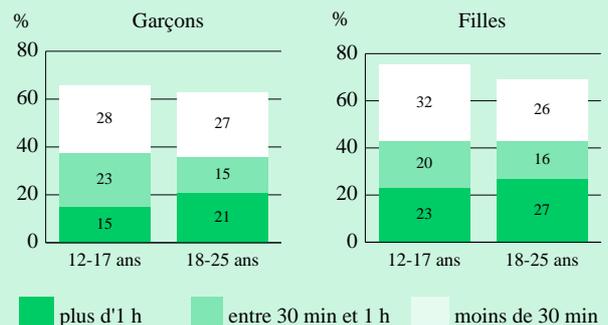
	12-17 ans			18-25 ans		
	Garçons	Filles	Total	Garçons	Filles	Total
Proportion de jeunes déclarant avoir, un jour de semaine (1) regardé la télévision						
ensemble (2)	85%	78%	82%	83%	75%	79%
plus d'1 h	37%	34%	35%	48%	44%	46%
plus de 2 h	13%	10%	11%	19%	13%	16%
utilisé un ordinateur ou une console de jeux (3)						
ensemble (2)	64%	58%	61%	70%	55%	63%
plus d'1 h	24%	21%	22%	39%	29%	34%
plus de 2 h	7%	8%	8%	23%	17%	20%
passé du temps devant un écran (télévision, ordinateur ou console de jeux) (3)						
ensemble (2)	95%	91%	93%	96%	90%	93%
plus d'1 h	66%	60%	63%	76%	67%	71%
plus de 2 h	40%	33%	37%	56%	40%	48%
plus de 3 h	18%	16%	17%	37%	24%	30%

(1) du lundi au vendredi
(2) au moins une minute
(3) chez eux, sur leur lieu d'études ou de travail

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Fig10. La lecture en semaine selon l'âge et le sexe

Proportion de jeunes déclarant avoir passé du temps à lire un jour de semaine (1) (2)



(1) du lundi au vendredi
(2) chez eux, sur leur lieu d'études ou de travail

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Activités sédentaires

chez les jeunes des Pays de la Loire

Le dimanche

Le dimanche, les 12-17 ans passent plus de temps qu'en semaine devant un écran...

Le temps passé devant un écran (télévision, ordinateur ou console de jeux) augmente le dimanche chez les 12-17 ans. Ce jour-là, la proportion des 12-17 ans qui y consacrent plus de deux heures atteint 44 % (vs 37 % les jours de semaine), et la proportion de ceux qui y consacrent plus de trois heures, 24 % (vs 17 %) (fig11).

Cette situation s'explique par le fait que ce jour-là, les jeunes consacrent plus de temps à la télévision : 45 % des 12-17 ans regardent la télévision pendant plus d'une heure le dimanche (vs 35 % en semaine) et 14 % pendant plus de deux heures (vs 11 %) (fig12).

... mais pas les 18-25 ans...

Globalement le dimanche, la part des 18-25 ans qui passent plus de deux heures devant un écran (de télévision, d'ordinateur ou de console de jeux), comme la part de ceux qui y consacrent plus de trois heures sont proches de celles observées en semaine.

Mais ce temps se répartit de façon différente : le temps passé devant un ordinateur ou sur une console de jeux est moins important, ce qui est sans doute à rapprocher d'un moindre usage scolaire ou professionnel de l'ordinateur.

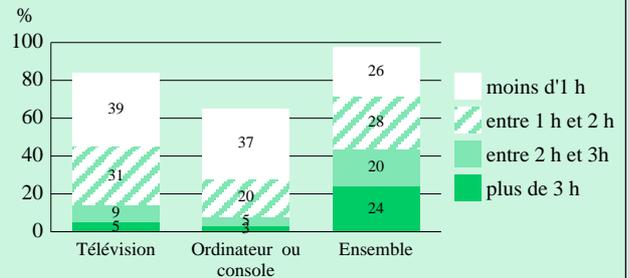
A l'inverse, le temps passé devant la télévision est plus élevé et l'écart est plus marqué que chez les 12-17 ans : 54 % des 18-25 ans la regardent pendant plus d'une heure le dimanche (vs 46 % en semaine) et 27 % pendant plus de deux heures (vs 16 %).

... et le temps consacré par les jeunes à la lecture est moins important

La proportion de jeunes qui déclarent lire le dimanche est plus faible qu'en semaine, chez les 12-17 ans comme chez les 18-25 ans.

Fig11. Temps passé devant un écran le dimanche

Proportion des 12-17 ans déclarant avoir passé du temps devant un écran (télévision, ordinateur ou console de jeux) le dimanche



Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Fig12. Comparaison du temps consacré aux activités sédentaires le dimanche et en semaine selon l'âge

	12-17 ans		18-25 ans	
	Dimanche	Semaine (1)	Dimanche	Semaine
Proportion de jeunes déclarant, avoir				
regardé la télévision				
ensemble	84%	82%	86%	79%
plus d'1 h	45%	35%	54%	46%
plus de 2 h	14%	11%	27%	16%
utilisé un ordinateur ou une console de jeux (2)				
ensemble	64%	61%	48%	63%
plus d'1 h	28%	22%	26%	34%
plus de 2 h	7%	8%	13%	20%
passé du temps devant un écran (télévision, ordinateur ou console de jeux) (2)				
ensemble	97%	93%	90%	93%
plus d'1 h	72%	63%	69%	71%
plus de 2 h	44%	37%	47%	48%
plus de 3 h	24%	17%	29%	30%
lu (2)				
ensemble	59%	71%	50%	68%
plus de 30 minutes	35%	40%	30%	40%
plus d'1 h	16%	19%	16%	22%
Effectifs	126	664	121	606

(1) du lundi au vendredi

(2) chez eux, sur leur lieu d'études ou de travail

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Fig13. Définitions

Temps passé devant un ordinateur ou une console de jeux

Le temps passé devant un ordinateur ou une console de jeux a été étudié à partir de la question (Q1) "Hier, combien de temps avez-vous passé devant un ordinateur, y compris sur internet ou sur une console de jeux, en comptant le temps passé chez vous et sur votre lieu d'études ou sur votre lieu de travail ?"

Bornes temporelles

De façon générale, les bornes sont définies en excluant la borne minimale et en incluant la borne maximale, afin de rester homogène avec les indicateurs établis par l'Inpes pour le baromètre santé national.

Par exemple :

- "moins d'1 h" : entre 1 minute et 1 heure, 1 heure comprise

- "entre 1 et 2 h" : entre 1 heure et 2 heures, 1 heure exclue, 2 heures comprises

- "plus d'1 h" : au-delà d'1 heure, 1 heure exclue.

Les réponses ayant tendance à se concentrer autour des heures "rondes", le choix de ces bornes peut conduire le lecteur à sous-estimer le temps passé aux différentes activités.

Activités sédentaires

chez les jeunes des Pays de la Loire

Comparaison à la situation nationale

Les ligériens sont un peu moins nombreux qu'en France à passer beaucoup de temps devant un écran...

Les jours de semaine, la proportion de jeunes qui passent plus de trois heures par jour devant un écran (télévision, ordinateur ou console de jeux) est un peu plus faible dans les Pays de la Loire qu'en France. Cela concerne les 12-17 ans (17 % vs 22 %), comme les 18-25 ans (30 % vs 37 %) (fig14).

Cette différence s'explique surtout par un temps passé devant un ordinateur ou une console de jeux, plus faible dans la région, chez les 12-17 ans, comme chez les 18-25 ans.

Pour la lecture, la situation est analogue dans la région et en France

La proportion de jeunes qui déclarent lire les jours de semaine est proche dans les Pays de la Loire et en France, chez les 12-17 ans comme chez les 18-25 ans.

Fig14. Comparaison à la situation nationale : les activités sédentaires

	12-17 ans		18-25 ans	
	PdL	France	PdL	France
Proportion de jeunes déclarant, un jour moyen de semaine (1), avoir regardé la télévision				
plus d'1 h	35%	38%	46%	44%
plus de 2 h	11%	14%	16%	18%
utilisé un ordinateur ou une console de jeux (2)				
plus d'1 h	22%	28% *	34%	42% *
plus de 2 h	8%	11% *	20%	25% *
passé du temps devant un écran (télévision, ordinateur ou console de jeux) (2)				
plus d'1 h	63%	66%	71%	76% *
plus de 2 h	37%	41%	48%	53% *
plus de 3 h	17%	22% *	30%	37% *
lu (2)				
ensemble	71%	68%	68%	62% *
plus de 30 min	40%	39%	40%	38%
plus d'1 h	19%	17%	22%	21%
Effectifs	664 1 219		606 1 418	

* différence entre les Pays de la Loire et la France statistiquement significative (p<0,05)

(1) du lundi au vendredi

(2) chez eux et sur leur lieu d'études ou de travail

Lecture : 35% des jeunes de 12-17 ans des Pays de la Loire déclarent avoir regardé la télévision pendant plus d'une heure un jour moyen de semaine

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Evolution entre 2000 et 2005

En 2005, les 12-17 ans regardent moins la télévision qu'en 2000

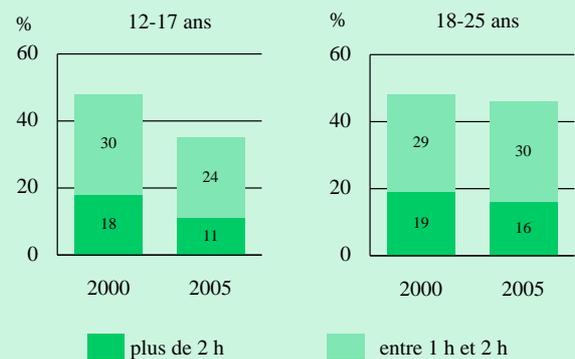
Entre 2000 et 2005, la proportion des 12-17 ans déclarant avoir regardé la télévision pendant plus d'une heure un jour moyen de semaine a fortement diminué dans les Pays de la Loire (48 % en 2000, 35 % en 2005).

En revanche, cette proportion est restée stable chez les 18-25 ans (48 % en 2000, 46 % en 2005¹) (fig15).

Il n'est pas possible d'apprécier l'évolution du temps passé devant un ordinateur ou une console de jeux, car les questions posées dans l'enquête de 2000 concernaient seulement l'usage au domicile, alors qu'en 2005, elles portent à la fois sur l'usage à domicile, et au lieu d'études ou de travail.

Fig15. Evolution entre 2000 et 2005 dans les Pays de la Loire

Proportion de jeunes déclarant avoir regardé la télévision un jour de semaine



Lecture : En 2000, 18 % des 12-17 ans des Pays de la Loire déclarent avoir regardé la télévision pendant plus de 2 heures un jour moyen de semaine

Source : Barom. santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2000 et 2005

1. voir méthodologie p. 2 (effet âge, effet génération)

4

Consommation de fruits et de légumes

chez les jeunes des Pays de la Loire

De nombreux travaux scientifiques suggèrent qu'un apport suffisant en fruits et légumes est associé à un moindre risque de maladies chroniques et favorise un bon état de santé. C'est pourquoi le Programme national nutrition santé recommande la consommation quotidienne d'au moins cinq fruits ou légumes.

L'approche réalisée dans le Baromètre santé jeunes porte sur les connaissances des repères de consommation pour ces aliments, la perception des jeunes de leur propre consommation et les obstacles à une consommation suffisante. Elle ne permet pas une étude précise des quantités consommées, ce qui nécessiterait une approche très détaillée de l'ensemble des apports alimentaires.

Connaissance des repères de consommation

Seulement 20 % des 12-25 ans connaissent le nombre recommandé de fruits ou de légumes à consommer par jour...

20 % des 12-25 ans fixent à cinq ou plus, le nombre de fruits ou de légumes à consommer chaque jour pour être en bonne santé, c'est-à-dire au niveau recommandé par le Programme national nutrition santé. Cette borne est très sous-estimée puisque 53 % des jeunes répondent *un ou deux* (fig16).

La proportion de jeunes connaissant le niveau de consommation recommandé est plus faible chez les garçons que chez les filles, en raison d'une moins bonne connaissance de ce repère par les garçons de 18-25 ans (13 %) (fig17).

Consommation perçue

... mais 53 % pensent en manger suffisamment

53 % des 12-25 ans pensent que *de manière générale, ils mangent suffisamment de fruits ou de légumes*. Les garçons de 18-25 ans sont moins nombreux dans ce cas (fig17).

Par ailleurs, cette proportion est équivalente parmi les 12-25 ans qui connaissent le niveau de consommation recommandé et parmi ceux qui ne le connaissent pas.

Le temps de préparation et le prix : principaux obstacles à la consommation de fruits ou de légumes mis en avant par les 18-25 ans

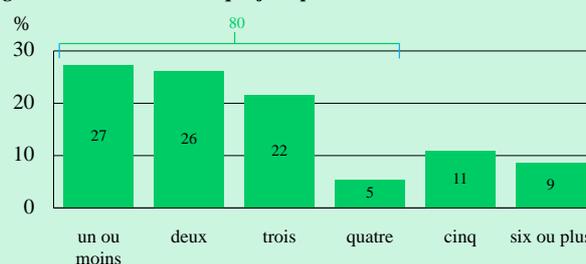
Les jeunes qui pensent que *de manière générale, ils ne mangent pas suffisamment de fruits ou de légumes* ont ensuite été interrogés sur les raisons de cette situation.

Parmi les 18-25 ans, qui n'habitent plus chez leurs parents et qui pensent *ne pas manger suffisamment de fruits ou de légumes*, le principal obstacle mis en avant est le temps de préparation (52 % d'entre eux partagent *tout à fait* ou *plutôt* cette idée), puis le prix (32 %). Le goût est moins souvent cité (fig18).

Chez les 12-17 ans, le problème du goût est mentionné par 33 % des jeunes concernés.

Fig16. Connaissance du nombre recommandé de fruits ou légumes à consommer par jour chez les 12-25 ans

Proportion de jeunes de 12-25 ans fixant le nombre de fruits et légumes à consommer chaque jour pour être en bonne santé à :



Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

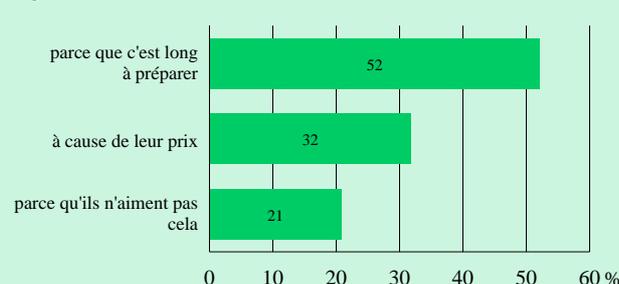
Fig17. Connaissance des 12-25 ans du nombre recommandé de fruits ou légumes à consommer par jour et perception de leur consommation selon l'âge et le sexe

	12-17 ans		18-25 ans	
	Garçons	Filles	Garçons	Filles
Proportion de jeunes qui fixent à 5 ou plus le nombre de fruits ou de légumes à consommer chaque jour pour être en bonne santé				
	23%	24%	13%	21%
pensent que de manière générale, ils mangent suffisamment de fruits ou de légumes				
	60%	54%	45%	54%

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Fig18. Raisons pour lesquelles les 18-25 ans pensent qu'ils ne mangent pas suffisamment de fruits ou de légumes (1)

parmi les jeunes, n'habitant plus chez leurs parents, et ayant déclaré que de manière générale, ils ne mangent pas suffisamment de fruits ou de légumes (*eff=138*)



(1) jeunes ayant répondu "oui, tout à fait" ou "oui, plutôt" aux modalités proposées
Lecture : les jeunes concernés ont pu donner plusieurs réponses

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

5

Poids et image du corps chez les jeunes des Pays de la Loire

La réduction de la prévalence du surpoids et de l'obésité fait partie des objectifs du Programme national nutrition santé. L'interview réalisé dans le cadre du Baromètre santé jeunes permet de recueillir le poids et la taille et donc de calculer à partir de ces données l'IMC (Indice de masse corporelle) de chacun des jeunes interviewés.

Les jeunes en situation de surpoids ou d'obésité sont ceux dont l'IMC est supérieur à un certain seuil, ce seuil étant variable avec l'âge (fig21).

L'enquête explore également l'image qu'ont les jeunes de leur propre corpulence.

Indice de masse corporelle

Le poids et la taille étant recueillis lors de l'interview téléphonique, il s'agit d'un IMC "déclaré". Il ne permet pas d'évaluer avec précision la prévalence du surpoids, car on peut craindre une sous-estimation du poids et/ou une surestimation de la taille déclarés, en particulier chez les filles.

L'utilisation de l'IMC "déclaré" reste toutefois pertinente pour la comparaison entre la situation des Pays de la Loire et celle observée en France, et entre la situation de 2000 et celle de 2005.

11% des garçons de 12-25 ans et 8 % des filles présentent un surpoids ou une obésité

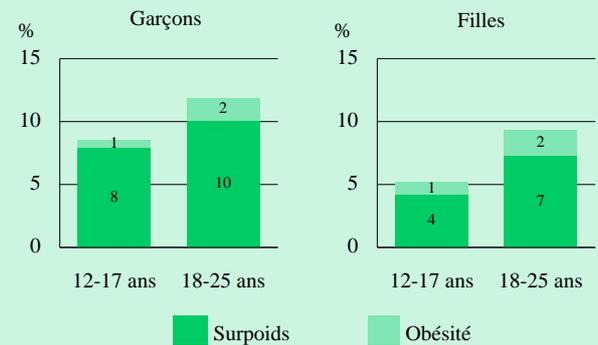
11 % des garçons de 12-25 ans et 8 % des filles présentent un indice de masse corporelle excessif, c'est-à-dire un surpoids ou une obésité.

L'obésité concerne 1 % des garçons de 12-25 ans et 2 % des filles (fig19, fig20).

La différence entre les deux sexes pour le surpoids est à considérer avec précaution dans la mesure où la confrontation des résultats de différentes enquêtes nationales montre que lorsqu'il est calculé à partir d'un poids et d'une taille déclarés (et non mesurés), l'IMC des filles a tendance à être sous-estimé. Ces éléments de comparaison sont présentés sur le site "www.santepaysdelaloire.com".

Fig19. Excès pondéral déclaré selon l'âge et le sexe

Proportion de jeunes présentant un excès pondéral déclaré



Lecture : 8 % des garçons de 12-17 ans déclarent un surpoids (obésité non comprise)
Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Fig20. Statut pondéral déclaré selon l'âge et le sexe

	Garçons			Filles		
	12-17	18-25	12-25	12-17	18-25	12-25
Proportion de jeunes dont l'IMC correspond à une situation de						
insuffisance pondérale	3%	3%	3%	2%	13%	8%
statut pondéral normal	89%	85%	86%	93%	78%	84%
surpoids (obésité incluse)	9%	12%	11%	5%	9%	8%
- surpoids	8%	10%	9%	4%	7%	6%
- obésité	1%	2%	1%	1%	2%	2%

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Fig21. Définitions épidémiologiques de l'obésité, du surpoids et de l'insuffisance pondérale chez les jeunes

L'indicateur utilisé pour évaluer la corpulence est l'indice de masse corporelle (IMC = poids (en kg) / (taille (en m))²). Les seuils retenus dans cette étude pour établir le statut pondéral des jeunes sont différents selon l'âge :

Chez les 18 ans et plus

les seuils retenus sont ceux proposés par l'OMS :

- population "obèse" : IMC ≥ 30
- population en "surpoids" : IMC = [25 ; 30 [
- population en "insuffisance pondérale" : IMC < 18,5
- les autres cas (IMC = [18,5 - 25 [) correspondent à un statut pondéral "normal".

Chez les 12-17 ans

- Pour le surpoids et l'obésité, les seuils retenus sont ceux des tables de références, établies pour les enfants par un groupe de travail réuni sous l'égide de l'OMS : l'International Obesity Task Force (IOTF).
- Ces seuils sont définis pour chaque sexe et à chaque âge, ils se situent sur des courbes (dites IOTF C-25 et IOTF C-30) qui rejoignent à 18 ans les valeurs 25 et 30 des seuils respectifs du surpoids et de l'obésité chez l'adulte.
- Pour l'insuffisance pondérale, du fait de l'absence de norme internationale, les seuils de références françaises (Rolland-Cachera et al. 1991) ont été utilisés (IMC < 3^{ème} percentile de la population de référence).
- Les autres cas correspondent à un statut pondéral "normal".

Poids et image du corps

chez les jeunes des Pays de la Loire

Image du corps

Dans l'ensemble, les jeunes ont une bonne perception de leur corpulence. Ainsi,

- 66 % des jeunes ayant un statut pondéral "normal" se trouvent à *peu près du bon poids*,
- 71 % des jeunes présentant un surpoids (obésité exclue) se trouvent *trop gros* (63 % *un peu*, 8 % *beaucoup*),
- et l'ensemble des jeunes présentant une obésité se trouvent *trop gros* (57 % *un peu*, 43 % *beaucoup*).

Par contre, seulement 29 % des jeunes en insuffisance pondérale se trouvent *trop maigres* (24 % *un peu*, 5 % *beaucoup*) (fig22).

Les filles ont une meilleure perception de leur surpoids que les garçons mais, elles se jugent aussi plus souvent "trop grosses" quand elles ont un poids normal ou insuffisant

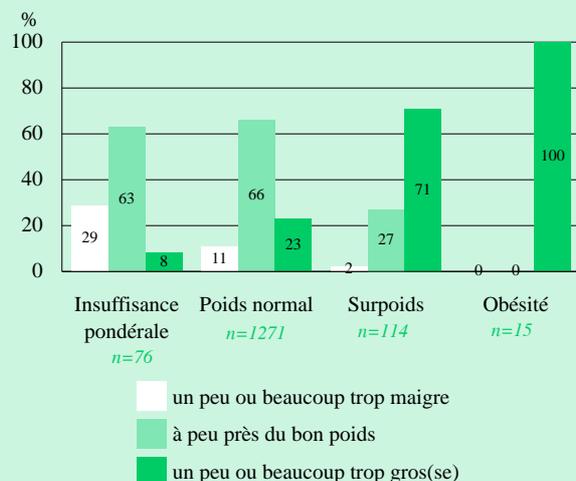
On observe des différences de perception selon le sexe. Les filles en surpoids (obésité exclue) ont plus souvent conscience de leur poids excessif : 19 % d'entre elles se trouvent à *peu près du bon poids* vs 34 % chez les garçons (fig23).

Les filles en insuffisance pondérale ont moins souvent conscience de leur maigreur : seulement 17 % d'entre elles se trouvent *trop maigres* vs 54 % chez les garçons. 12 % des filles en insuffisance pondérale déclarent même se trouver *trop grosses* alors qu'aucun des garçons n'est dans ce cas.

Ce sentiment d'être *trop grosse* est également partagé par 36 % des filles de statut pondéral "normal" (vs 10 % chez les garçons).

Cette moins bonne perception de la corpulence observée chez les filles en insuffisance pondérale comme chez celles de statut pondéral "normal" doit cependant être considérée avec précaution dans la mesure où les filles ont globalement tendance à sous-estimer leur poids.

Fig22. Perception par les jeunes de leur poids selon l'indice de masse corporelle déclaré



Lecture : 29 % des jeunes ayant déclaré une insuffisance pondérale se trouvent un peu ou beaucoup trop maigres

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Fig23. Perception par les jeunes de leur poids selon l'indice de masse corporelle déclaré et le sexe

	Insuffisance pondérale		Poids normal		Surpoids		Obésité	
	Garçons	Filles	Garçons	Filles	Garçons	Filles	Garçons	Filles
Proportion de jeunes de 12-25 ans déclarant se trouver								
un peu ou beaucoup trop maigres								
	54%	17%	17%	4%	1%	2%	0%	0%
à peu près du bon poids								
	46%	71%	73%	60%	34%	19%	0%	0%
un peu ou beaucoup trop gros(ses)								
	0%	12%	10%	36%	65%	79%	100%	100%
Effectifs	25	51	649	622	66	48	6	9

Lecture : 54 % des garçons ayant déclaré une insuffisance pondérale se trouvent un peu ou beaucoup trop maigres

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Poids et image du corps

chez les jeunes des Pays de la Loire

Comparaison à la situation nationale

La prévalence du surpoids est plus faible chez les filles des Pays de la Loire

La région des Pays de la Loire se distingue par une plus faible proportion de jeunes filles de 12-25 ans en surpoids, obésité comprise (8 % vs 11 % en France, à structure par âge et sexe identique). L'écart est surtout marqué chez les 12-17 ans.

Cette situation plus favorable n'est pas observée chez les garçons (fig24).

La perception qu'ont les jeunes de leur corpulence par rapport à leur IMC "déclaré" ne présente pas de différence notable entre la région et la France.

Evolution entre 2000 et 2005

Le surpoids n'a pas progressé de façon significative depuis quelques années

Dans la région, la proportion des 12-25 ans en surpoids (obésité comprise) est passée de 9 % en 2000 à 11 % en 2005 chez les garçons et de 6 % à 8 % chez les filles, mais ces évolutions ne sont pas statistiquement significatives, y compris lorsqu'on considère de façon globale les résultats des deux sexes.

En 2005, la situation dans les Pays de la Loire reste plus favorable qu'en France, avec une proportion de filles de 12-25 ans en surpoids inférieure à la moyenne nationale (fig25).

Concernant la perception de la corpulence, on n'observe pas d'évolution dans la région entre 2000 et 2005.

Fig24. Comparaison à la situation nationale

	12-17 ans		18-25 ans		12-25 ans (1)	
	PdL	France	PdL	France	PdL	France
Garçons						
<i>Proportion de jeunes en surpoids (obésité comprise) (1) (2)</i>						
	9%	11%	12%	12%	11%	12%
<i>Effectifs</i>	382	945	364	1 135	746	2 080
Filles						
<i>Proportion de jeunes en surpoids (obésité comprise) (1) (2)</i>						
	5%	10% *	9%	12%	8%	11% *
<i>Effectifs</i>	378	1 047	353	1 407	731	2 454

* différence entre les Pays de la Loire et la France statistiquement significative (p<0,05)
 (1) chez les 12-25 ans, les proportions présentées sont standardisées
 (2) d'après l'IMC calculé à partir des valeurs déclarées du poids et de la taille
Lecture : 9 % des garçons de 12-17 ans des Pays de la Loire sont en surpoids (obésité comprise)
 Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Fig25. Evolution entre 2000 et 2005

	Pays de la Loire		France	
	2000	2005	2000	2005
Garçons				
<i>Proportion de jeunes en surpoids (obésité comprise) (1) (2)</i>				
	9%	11%	14%	12%
<i>Effectifs</i>	618	746	1 265	2 080
Filles				
<i>Proportion de jeunes en surpoids (obésité comprise) (1) (2)</i>				
	6%	8%	8%	11% *
<i>Effectifs</i>	622	731	1 447	2 454

* différence entre 2000 et 2005 statistiquement significative (p<0,05)
 (1) proportions standardisées
 (2) d'après l'IMC calculé à partir des valeurs déclarées du poids et de la taille
Lecture : En 2000, 9% des garçons de 12-25 ans des Pays de la Loire sont en surpoids (y compris obésité)
 Source : Barom. santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2000 et 2005

Fig26. Définitions

Communes rurales, communes urbaines : la nomenclature du territoire, définie par l'INSEE à partir des données de recensement sur les migrations alternantes (notamment les déplacements domicile-travail) distingue :

- les communes de l'espace à dominante urbaine : pôles urbains, couronnes péri-urbaines, communes multipolarisées (73 % des 12-25 ans interviewés)
- les communes de l'espace à dominante rurale : ensemble des autres communes (27 % des 12-25 ans interviewés).

La catégorie socioprofessionnelle du chef de famille : cette variable a été recueillie "en clair" lors de l'interview téléphonique. Elle a été recodée par l'Observatoire régional de la santé en trois classes : agriculteurs - employés - ouvriers ; cadres et professions intellectuelles supérieures ; professions intermédiaires - artisans - commerçants. Dans 20 % des cas, les renseignements recueillis n'étaient pas suffisamment précis pour permettre ce recodage.

Valorisation parentale ressentie : score apprécié à partir des questions "Concernant vos parents ou les adultes qui s'occupent de vous, diriez-vous qu'ils :"
 (Q1) "vous félicitent ?"; (Q2) "écoutent vos idées et vos opinions ?". Les jeunes sont considérés comme se sentant "souvent valorisés" s'ils ont donné une réponse positive à chacune de ces deux questions (c'est-à-dire "souvent" ou "assez souvent"). Dans le cas contraire, les jeunes sont considérés comme se sentant "pas ou peu valorisés".

6

Facteurs associés chez les jeunes des Pays de la Loire

L'étude des facteurs associés porte sur les liens entre activités physiques et sportives et activités sédentaires, et entre ces activités et les caractéristiques sociodémographiques de la famille (p. 13). Ont également été analysées les relations entre la pratique d'un sport en club et les conduites addictives, les troubles psychologiques et psychopathologiques, les tentatives de suicide, les violences subies ou agies et les accidents (p. 14). Enfin, sont présentés les liens entre le surpoids et la pratique d'activités physiques et d'activités sédentaires, le contexte familial, les relations avec les parents, les troubles psychologiques et psychopathologiques et les tentatives de suicide (p. 15). La sous-estimation vraisemblable du surpoids chez les filles incite toutefois à la prudence dans l'interprétation de ces dernières analyses.

Activités sédentaires et activités physiques n'apparaissent pas concurrentes

La pratique de la marche pendant plus de trente minutes la veille de l'enquête et la pratique habituelle d'un sport en club ne varient pas de façon significative entre les 12-25 ans qui consacrent plus de deux heures par jour à la télévision et les autres jeunes. Aucun écart significatif n'apparaît non plus pour les 12-17 ans qui ont passé plus de deux heures par jour devant un ordinateur ou une console de jeux.

Plus de sport en club, de temps consacré à l'ordinateur et à la lecture et moins de télévision chez les jeunes des milieux favorisés

Les jeunes des groupes sociaux les plus favorisés sont plus nombreux à déclarer faire habituellement du sport en club. 73 % des 12-17 ans vivant dans un foyer dont le chef de famille est cadre ou exerce une profession intellectuelle supérieure sont dans ce cas, vs 58 % pour ceux dont le chef de famille est ouvrier, employé ou agriculteur (à structure par âge et sexe identique).

Des différences apparaissent également en ce qui concerne les activités sédentaires. Les jeunes de 12-17 ans des groupes sociaux les plus favorisés consacrent moins de temps à la télévision (5 % vs 15 % la regardent pendant plus de deux heures par jour), et à l'inverse plus de temps à l'ordinateur ou la console de jeux (11 % vs 5 % y passent plus de deux heures par jour). Ils consacrent également plus de temps à la lecture (48 % vs 33 % lisent pendant plus d'une demi-heure par jour) (fig27).

Aucune différence n'apparaît lorsqu'on compare la pratique de ces différentes activités physiques et sédentaires selon le type de famille dans laquelle vit le jeune (monoparentale / deux parents de naissance).

Aucune différence significative n'apparaît non plus entre les jeunes des communes urbaines et ceux des communes rurales en ce qui concerne la marche, la pratique sportive en club, le temps consacré à la télévision. Les premiers passent toutefois plus de temps devant un ordinateur (9 % vs 5 % parmi les 12-17 ans y passent en moyenne plus de deux heures par jour)

Fig27. Facteurs associés aux activités physiques et sédentaires

	ACTIVITES PHYSIQUES			ACTIVITES SEDENTAIRES			
	Proportion de jeunes de 12-17 ans déclarant			Proportion de jeunes de 12-17 ans déclarant, en semaine (5)			
	avoir marché plus de 30 min la veille (4)	pratiquer un sport en club habituellement	eff.	regarder la télévision plus de 2 h par jour	utiliser un ordinateur (ou console de jeux) plus de 2 h par jour	consacrer plus de 30 min par jour à la lecture (6)	eff.
CONTEXTE FAMILIAL							
Composition de la famille (1)							
monoparentale	18%	55%	80	4%	8%	31%	65
deux parents de naissance	20%	60%	659	4%	7%	42%	554
Catégorie socioprofessionnelle du chef de famille (1) (3)							
agric., ouv., employés	21%	58%	387	15%	5%	33%	321
prof. int., arti., commerçants	15%	58%	123	11%	8%	46%	101
cadres, prof. int. sup.	20%	73% *	83	5% *	11% *	48% *	74
COMMUNE DE RESIDENCE (2) (3)							
à dominante urbaine	21%	60%	527	12%	9%	40%	446
à dominante rurale	17%	57%	263	10%	5%	41%	215

* différence entre les deux groupes statistiquement significative (p<0,05)

Proportions standardisées par rapport à la population de : (1) 12-17 ans vivant chez leurs parents ; (2) 12-17 ans

(3) voir définitions fig26

(4) dont au moins 10 minutes d'affilée

(5) du lundi au vendredi

(6) chez eux, sur leur lieu d'études ou de travail

Lecture : 18 % des jeunes de 12-17 ans vivant dans une famille monoparentale déclarent avoir marché plus de 30 minutes (dont au moins 10 minutes d'affilée) la veille de l'enquête

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Facteurs associés

chez les jeunes des Pays de la Loire

Tabagisme et usage répété de cannabis moins fréquents parmi les jeunes qui font du sport en club

Les habitudes de consommation d'alcool des jeunes qui *pratiquent habituellement un sport en club* ne sont pas différentes de celles des autres jeunes. En revanche, les 15-25 ans qui *pratiquent habituellement un sport en club* sont moins souvent concernés par le tabagisme quotidien (23 % vs 34 %) et par l'usage répété de cannabis (12 % vs 17 %). Toutefois, ces écarts sont à considérer avec précaution dans la mesure où ils ne sont pas observés au plan national (fig28).

Des situations de mal-être profond moins fréquentes parmi les jeunes qui pratiquent habituellement un sport en club ?

La proportion de jeunes qui déclarent *s'être sentis souvent ou assez souvent nerveux ou stressés dans le mois précédant l'enquête* comme la proportion de jeunes qui déclarent *avoir souvent ou de temps en temps manqué d'énergie pour faire des choses habituelles* ne varient pas selon la pratique d'un sport en club.

En revanche, les 15-25 ans qui *pratiquent habituellement un sport en club* ont moins souvent souffert d'un épisode dépressif caractérisé (CIDShort form) au cours des douze derniers mois (5 % vs 9 %) et déclarent moins souvent *avoir déjà fait une tentative de suicide au cours de leur vie* (3 % vs 7 %). Ces résultats sont toutefois à considérer avec précaution dans la mesure où ils ne sont pas observés au plan national.

Dans les Pays de la Loire, les jeunes qui *pratiquent habituellement un sport en club* n'apparaissent pas plus ni moins concernés par les actes de violence physique, qu'ils soient subis ou agis.

Les jeunes qui *pratiquent habituellement un sport en club* ont plus souvent été victimes d'un accident ayant nécessité une consultation chez un médecin ou à l'hôpital au cours des douze derniers mois (14 % vs 10 %).

Fig28. Facteurs associés à la pratique d'un sport en club

	Jeunes pratiquant un sport en club habituellement	Jeunes ne pratiquant pas de sport en club	
CONDUITES ADDICTIVES			
<i>Proportion de jeunes de 15-25 ans déclarant (1)</i>			
une consommation régulière d'alcool (2)	23%	19%	
des ivresses répétées (2)	21%	19%	
fumer quotidiennement (2)	23%	34%	*
un usage répété de cannabis (2)	12%	17%	*
MAL-ETRE			
<i>Proportion de jeunes de 12-25 ans déclarant (1)</i>			
s'être sentis souvent (3) nerveux ou stressés au cours du dernier mois	25%	26%	
avoir manqué souvent ou de temps en temps d'énergie ou de motivation pour faire des choses habituelles au cours des 12 derniers mois	32%	31%	
DEPRESSION			
<i>Proportion de jeunes de 15-25 ans (1)</i>			
ayant souffert d'un épisode dépressif caractérisé dans l'année (2)	5%	9%	*
CONDUITES SUICIDAIRES			
<i>Proportion de jeunes de 15-25 ans déclarant (1)</i>			
avoir pensé au suicide dans l'année	7%	9%	
avoir fait une tentative de suicide au cours de leur vie	3%	7%	*
VIOLENCES PHYSIQUES			
<i>Proportion de jeunes de 12-25 ans déclarant (1)</i>			
avoir été frappés ou blessés physiquement dans l'année	6%	4%	
avoir frappé ou blessé quelqu'un physiquement dans l'année	5%	5%	
ACCIDENTS			
<i>Proportion de jeunes de 12-25 ans déclarant (1)</i>			
avoir eu un accident ayant entraîné une consultation chez un médecin ou à l'hôpital dans l'année	14%	10%	*
Effectifs (15-25 ans)	464	655	
Effectifs (12-25 ans)	735	782	

* différence entre les deux groupes statistiquement significative (p<0,05)

(1) proportions standardisées

(2) voir définitions fig29

(3) jeunes ayant répondu "souvent" ou "assez souvent"

Lecture : 23 % des 15-25 ans qui pratiquent un sport en club habituellement consomment régulièrement de l'alcool

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Fig29. Définitions

Consommation d'alcool, de tabac et de cannabis

- Consommation régulière d'alcool : avoir bu des boissons alcoolisées plusieurs fois par semaine (y compris tous les jours) dans l'année
- Ivresses répétées : avoir été ivres trois fois ou plus dans l'année
- Tabagisme quotidien : consommer au moins une cigarette par jour
- Usage répété de cannabis : avoir consommé du cannabis dix fois ou plus dans l'année.

Episode dépressif caractérisé a été évalué à l'aide de l'instrument standardisé, le CIDShort form, qui permet d'estimer les cas probables de troubles mentaux selon les critères diagnostiques du manuel psychiatrique DSM-IV.

Des précisions complémentaires sur ce test, sont disponibles sur le site "www.santepaysdelaloire.com".

Facteurs associés

chez les jeunes des Pays de la Loire

La prévalence du surpoids apparaît plus élevée parmi les jeunes qui regardent beaucoup la télévision

Comme en France, la proportion de jeunes en surpoids apparaît plus élevée parmi les 12-25 ans qui consacrent en moyenne en semaine plus de deux heures par jour à regarder la télévision (12 % vs 8 % ¹) (fig30).

Aucune spécificité en terme de poids n'apparaît par contre pour les jeunes qui consacrent beaucoup de temps à l'ordinateur (ou console de jeux), pour ceux qui ne font pas de sport en club et pour ceux qui marchent relativement peu (moins d'une demi-heure par jour).

La prévalence du surpoids ne varie pas selon le contexte familial, les relations entre les jeunes et leurs parents...

La prévalence du surpoids n'apparaît pas différente selon le type de famille dans laquelle vit le jeune (monoparentale / deux parents), la catégorie socioprofessionnelle du chef de famille, les événements familiaux que le jeune a pu connaître, ni selon la qualité du dialogue au sein de sa famille.

En ce qui concerne l'équilibre émotionnel et psychologique de ces jeunes, la situation des jeunes en surpoids n'apparaît pas différente de celle des jeunes présentant un statut pondéral "normal". La proportion de jeunes en surpoids qui déclarent *s'être sentis souvent ou assez souvent nerveux ou stressés dans le mois précédant l'enquête* et la proportion de jeunes qui déclarent *avoir souvent ou de temps en temps manqué d'énergie pour faire des choses habituelles* ne sont pas différentes de celles des autres jeunes. Les constats sont les mêmes en ce qui concerne les épisodes dépressifs caractérisés (CIDIShort form), et les conduites suicidaires (fig31).

Enfin, les 12-25 ans des communes rurales sont un peu plus nombreux à présenter un surpoids que ceux des communes urbaines (11 % vs 8 % ¹).

1. la différence n'est pas statistiquement significative dans l'échantillon des Pays de la Loire, mais elle est intéressante à mentionner car elle se retrouve de façon significative dans l'échantillon national (voir méthodologie p. 2)

Fig30. Facteurs associés au surpoids

	Proportion de jeunes en surpoids (y compris obésité) (1)	eff.
ACTIVITES PHYSIQUES		
Pratique habituelle d'un sport en club (2)		
non	8%	758
oui	10%	719
Marcher plus de 30 minutes la veille de l'enquête (2) (7)		
non	10%	1 038
oui	10%	392
ACTIVITES SEDENTAIRES EN SEMAINE (8)		
Regarder la télévision pendant plus de 2 heures par jour (2)		
oui	12%	159
non	8%	1 073
Utiliser un ordinateur (console de jeux) plus de 2 heures par jour (3) (9)		
oui	4%	45
non	7%	592
CONTEXTE FAMILIAL		
Composition de la famille (4)		
monoparentale	6%	107
2 parents de naissance	6%	798
Catégorie socioprofessionnelle du chef de famille (4) (10)		
agric., ouv., employés	7%	480
prof. int., artisans, commerçants	9%	151
cadres, prof. int. sup.	6%	98
Evènements familiaux survenus avant 18 ans		
- Séparation ou divorce des parents (5)		
oui	13%	132
non	11%	585
- Graves disputes ou mésententes entre les parents (5)		
oui	9%	207
non	12%	510
- Maladie, handicap, accident ou décès d'un parent (5)		
oui	10%	118
non	11%	599
RELATIONS AVEC LES PARENTS		
Valorisation parentale ressentie par le jeune (6) (10)		
pas ou peu valorisé	6%	471
souvent valorisé	7%	405
Facilité pour parler à sa mère de choses qui le préoccupent vraiment (6)		
très difficile ou difficile	5%	199
très facile ou facile	7%	677
COMMUNE DE RESIDENCE (2) (10)		
à dominante urbaine	8%	1 005
à dominante rurale	11%	472

* différence entre les deux groupes statistiquement significative (p<0,05)

(1) d'après l'IMC calculé à partir des valeurs déclarées du poids et de la taille

Proportions standardisées par rapport à la population de : (2) 12-25 ans ; (3) 12-17 ans (4) 12-19 ans vivant chez leurs parents ; (5) 18-25 ans ; (6) 12-18 ans vivant chez leurs parents

(7) dont au moins 10 minutes d'affilée ; (8) en semaine : du lundi au vendredi

(9) chez eux et sur leur lieu d'études ou de travail ; (10) voir définitions fig26

Lecture : 8 % des 12-25 ans qui ne pratiquent pas habituellement de sport en club sont en surpoids (obésité comprise)

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005

Fig31. Facteurs associés

	Proportion de jeunes de 12-25 ans (1)			Proportion de jeunes de 15-25 ans (1)			
	s'étant sentis souvent (2) nerveux ou stressés au cours du dernier mois	ayant manqué souvent ou de temps en temps d'énergie ou de motivation pour faire des choses habituelles	eff.	ayant souffert d'un épisode dépressif caractérisé (3) dans l'année	ayant pensé au suicide dans l'année	ayant fait une tentative de suicide au cours de leur vie	eff.
Statut pondéral déclaré							
surpoids (obésité comprise)	23%	39%	129	7%	9%	8%	98
poids normal	26%	32%	1271	8%	8%	5%	938

* différence entre les deux groupes statistiquement significative (p<0,05)

(1) proportions standardisées ; (2) jeunes ayant répondu "souvent" ou "assez souvent"; (3) voir définitions fig29

Lecture : 23 % des 12-25 ans qui présentent un surpoids (ou une obésité) déclarent s'être sentis souvent nerveux ou stressés au cours du dernier mois

Source : Baromètre santé jeunes Pays de la Loire. ORS Pays de la Loire, INPES 2005



Baromètre santé jeunes

Activités physiques et sportives, activités sédentaires, poids et image du corps
chez les jeunes de 12-25 ans

Pays de la Loire 2005

Synthèse

Activités physiques et sportives

Les jeunes ligériens sont nombreux à faire du sport, même si cette pratique diminue fortement chez les 18-25 ans (81 % des 12-17 ans et 55 % des 18-25 ans déclarent avoir pratiqué un sport au cours des sept jours précédant l'enquête). Cette moindre fréquence chez les plus âgés est directement liée à celle de la pratique sportive en club. Cette dernière est plus élevée dans la région qu'en France (47 % vs 42 %), en raison d'une pratique féminine en club plus importante.

Entre 2000 et 2005, on observe une baisse du sport en club au profit de la pratique sportive individuelle.

La marche est une activité physique relativement peu développée chez les jeunes : 29 % des 12-25 ans déclarent avoir marché plus d'une demi-heure, dont au moins dix minutes d'affilée, la veille de l'enquête. La situation est un peu moins favorable dans les Pays de la Loire qu'au plan national (36 %).

Activités sédentaires

Les activités sédentaires occupent une place importante dans la vie des jeunes ligériens. En semaine, 63 % des 12-17 ans passent en moyenne plus d'une heure par jour devant un écran (télévision, ordinateur ou console de jeux), 37 % plus de deux, et 17 % plus de trois heures.

Les jeunes des Pays de la Loire sont un peu moins nombreux qu'au plan national à passer beaucoup de temps devant un écran, situation qui s'explique par un moindre temps passé devant l'ordinateur.

Pour la lecture, les situations sont analogues dans la région et en France.

Consommation de fruits ou de légumes

Seulement 20 % des 12-25 ans connaissent le nombre minimum de cinq fruits ou légumes, dont la consommation quotidienne est recommandée par le Programme national nutrition et santé. La moitié des jeunes fixent à un ou deux fruits ou légumes par jour le niveau de consommation conseillé.

Les obstacles principaux à une consommation suffisante de fruits ou de légumes évoqués par les 18-25 ans sont le temps de préparation et le prix.

Surpoids et obésité

Selon les déclarations des jeunes concernant leur poids et leur taille, 11 % des garçons et 8 % des filles de 12-25 ans de la région sont en surpoids (obésité comprise) en 2005. Cette prévalence n'a pas progressé de façon significative depuis 2000, et apparaît en 2005 plus faible chez les filles des Pays de la Loire qu'au plan national (8 % vs 11 % parmi les 12-25 ans).

Toutefois, cette prévalence estimée, à partir du poids et de la taille déclarés lors de l'interview (et non mesurés), est vraisemblablement sous-évaluée chez les filles.



Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Direction régionale des affaires sanitaires
et sociales des Pays de la Loire

Direction régionale et départementale de la jeunesse et
des sports des Pays de la Loire et de la Loire-Atlantique
Direction départementale de la jeunesse et des sports de la Sarthe



Région
PAYS DE LA LOIRE



Le Baromètre santé jeunes Pays de la Loire 2005 a été réalisé par l'Observatoire régional de la santé en partenariat avec l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES). Cette enquête a bénéficié du soutien et du financement de l'Etat (DRASS, DRJS, DDJS 44 et 72), du Conseil régional et de l'assurance maladie (CRAM, URCAM). L'Union régionale de la Mutualité Française a également apporté son soutien financier à ce projet.

L'analyse a été réalisée par Sandrine Blais, Marie-Christine Bournot et le Dr Anne Tallec.

Merci au Dr Frédérique Allaire (DRJS), à Philippe Guilbert (INPES), au Pr Michel Krempf (CHU de Nantes), au Dr Patrick Lamour (CREDEPS), au Dr Christiane Michalewicz (Rectorat de Nantes), et au Pr Patrick Ritz (CHU d'Angers) pour leur relecture attentive et leurs suggestions.

Déjà parus : ■ *Consommations d'alcool, de tabac et de drogues illicites chez les jeunes de 12-25 ans (janvier 2006)*
■ *Sexualité, contraception, prévention et dépistage des infections sexuellement transmissibles chez les jeunes de 15-25 ans (mai 2006)*

Les publications du Baromètre santé jeunes sont disponibles sur demande à l'Observatoire régional de la santé (Tél. 02 51 86 05 60)
ou en téléchargement sur "www.santepaysdelaloire.com".

L'ORS autorise l'utilisation et la reproduction des résultats de cette enquête sous réserve de la mention des sources.

Maquette : Caféine - Imprimerie : Offset Cinq

