Habitudes alimentaires déclarées en population adolescente

Cette fiche est réalisée par l'ORS, avec le financement de l'ARS, dans le cadre des travaux du Programme Réunionnais de Nutrition et de lutte contre le Diabète (PRNDO).

Les données de cette fiche thématique sur les habitudes alimentaires des adolescents sont issues de l'exploitation régionale de l'Enquête nationale en Collège et en Lycée chez les Adolescents sur la Santé et les Substances (EnCLASS) qui a été réalisée en 2023 à La Réunion. Comme lors de la précédente édition de l'enquête en 2021, il s'agit de données déclaratives recueillies en population adolescente (collégiens et/ou lycéens).

Recommandations : Selon le *Programme National Nutrition Santé* (PNNS), il est actuellement recommandé pour les adolescents de consommer au moins 5 portions de fruits et/ou de légumes par jour et de limiter la consommation de produits sucrés (ex : confiseries, gâteaux, chocolat, boissons sucrées, ...) et de boissons contenant de la caféine (ex : boissons énergisantes). Les recommandations alimentaires pour les 4-17 ans sont disponibles sur le site mangerbouger.fr. Lire.

FAITS MARQUANTS

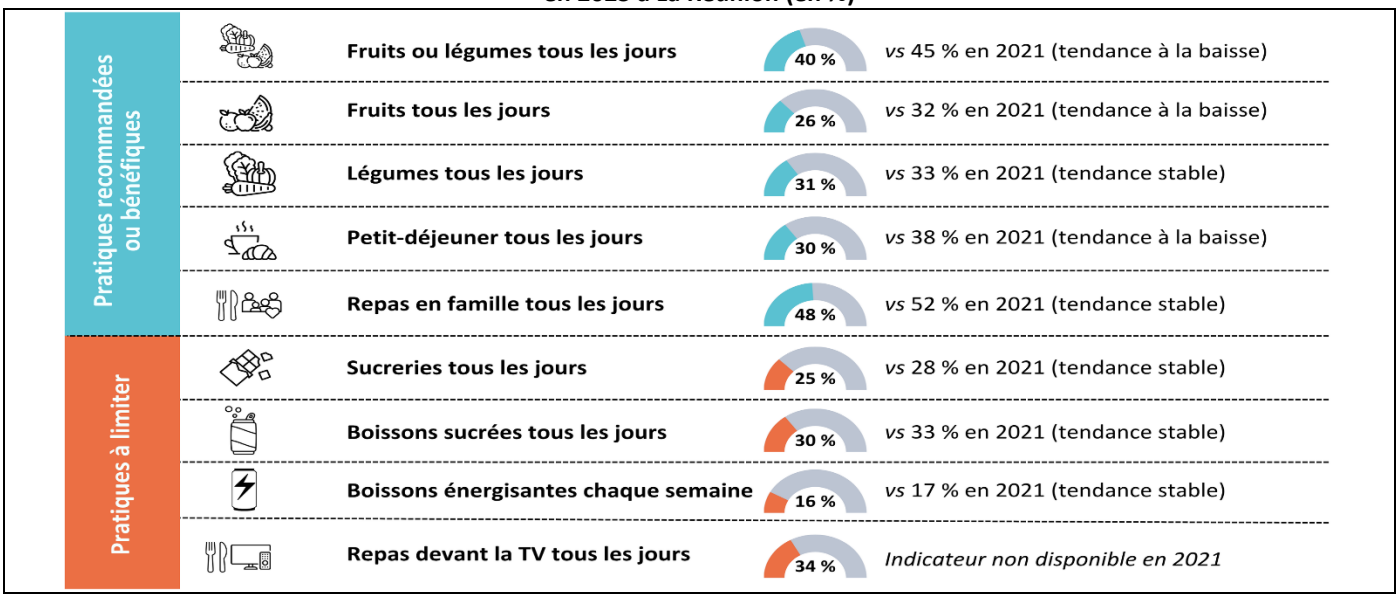
Des habitudes alimentaires éloignées des recommandations parmi les élèves (collégiens et lycéens) réunionnais.

- *4 adolescents réunionnais interrogés sur 10 déclarent consommer des fruits et/ou des légumes tous les jours : indicateur en baisse par rapport à la précédente édition.*
- *Seuls 3 adolescents sur 10 déclarent prendre un petit-déjeuner tous les matins (semaine et week-end) : indicateur en baisse par rapport à la précédente édition.*
- *Les indicateurs de consommation quotidienne d'aliments sucrés restent stables par rapport à la précédente édition : environ ¼ des adolescents interrogés déclarent consommer des sucreries (ex : chocolat, bonbons, …) tous les jours ; 3 adolescents sur 10 déclarent consommer des boissons sucrées (ex : coca, sodas, …) au quotidien, parmi lesquels plus de la moitié des élèves déclare en consommer plusieurs fois par jour.*
- *Près de 2 élèves sur 10 déclarent consommer des boissons énergisantes chaque semaine : indicateur stable par rapport à la précédente édition.*

Des habitudes alimentaires quotidiennes (consommations de fruits et légumes, de sucreries, de boissons sucrées) qui évoluent peu au fil de la scolarité, à des niveaux globalement comparables entre les garçons et les filles.

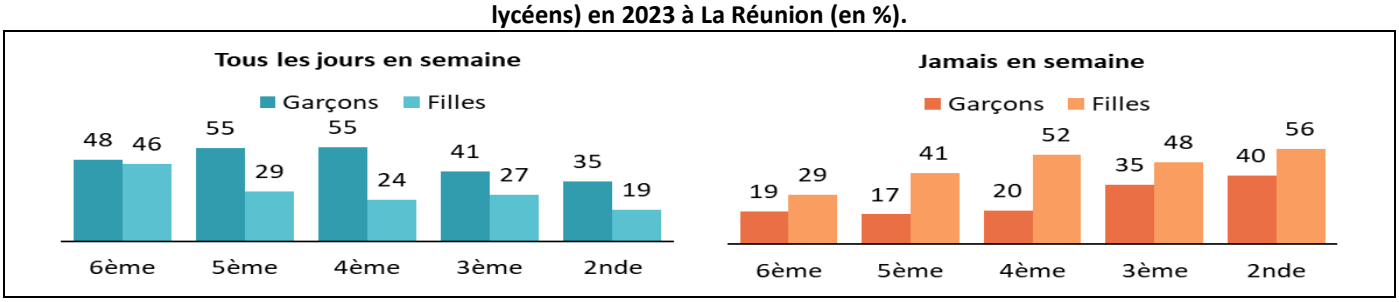
- *Les garçons déclarent plus fréquemment consommer des boissons énergisantes au moins une fois par semaine, quel que soit le niveau scolaire.*
- *L'absence de petit-déjeuner s'accentue durant la scolarité, de manière plus précoce et prononcée chez les filles : hausse de la part des élèves déclarant ne jamais prendre de petit-déjeuner (semaine et week-end) observée entre la 6ème et la 4ème chez les filles et entre la 3ème et la 2nde chez les garçons.*
- *Un gradient socio-économique défavorable à la prise de petit-déjeuner tous les jours en semaine : des fréquences moins élevées pour les élèves issus des familles les plus modestes.*

Fréquence des consommations et habitudes alimentaires en population adolescente (collégiens et lycéens) en 2023 à La Réunion (en %)



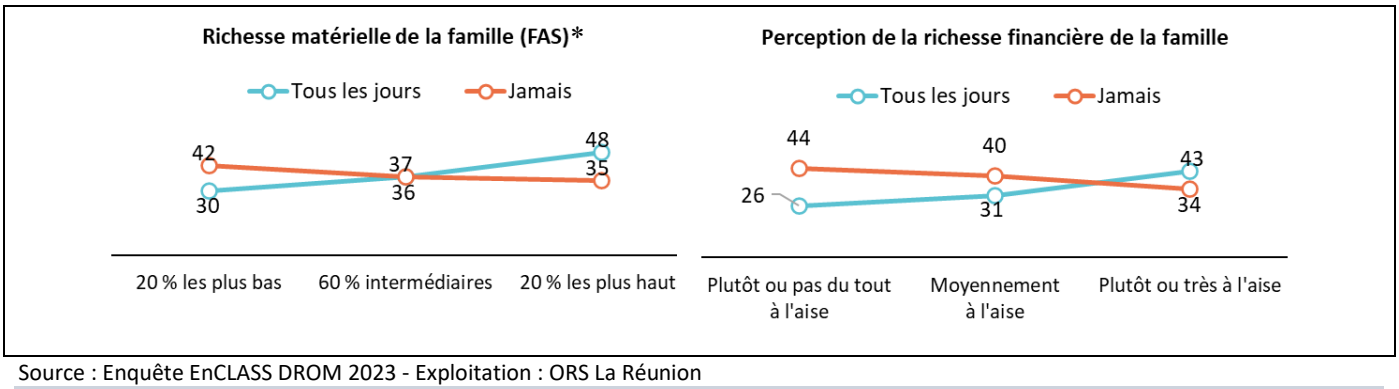
Source : Enquête EnCLASS DROM 2023 - Exploitation : ORS La Réunion

Fréquence du petit-déjeuner en semaine selon le sexe et le niveau scolaire en population adolescente (collégiens et lycéens) en 2023 à La Réunion (en %).



Source : Enquête EnCLASS DROM 2023 - Exploitation : ORS La Réunion

Fréquence du petit-déjeuner selon le niveau de vie de la famille en population adolescente (collégiens et lycéens) en 2023 à La Réunion (en %).



Source : Enquête EnCLASS DROM 2023 - Exploitation : ORS La Réunion

*** FAS :** Développé dans le cadre de l'enquête *Health Behaviour in Schoolaged Children* (HBSC), le *Family Affluence Scale* (FAS) est un indicateur qui permet d'évaluer la richesse matérielle de la famille : plus le score est élevé, plus le niveau de vie de la famille est élevé.

Méthodologie : L'Enquête nationale en Collège et en Lycée chez les Adolescents sur la Santé et les Substances (EnCLASS) est une enquête en milieu scolaire dans toute la France, y compris les Départements et Régions d'Outre-Mer (DROM). Elle a lieu tous les deux ans en France hexagonale et de manière plus espacée dans les DROM. La mise en place de cette enquête constitue un dispositif innovant et unique en Europe, qui permet le suivi du bien-être et des comportements de santé des adolescents, tout au long de l'enseignement secondaire. A La Réunion, c'est le fruit d'une collaboration entre l'OFDT, le Rectorat, l'ARS et l'ORS. La dernière édition dans les DROM date de 2023.

En savoir plus :

- Rosely M, Kwan C. Santé nutritionnelle des adolescents en collège et en lycée à La Réunion. Exploitation régionale de l'enquête EnCLASS dans les DROM en 2023. Synthèse. Saint-Denis: ORS La Réunion; 2024. Lire
- Bardot M, Kwan C, Rosely M. Vécu scolaire, relations sociales et rapports de violence des adolescents en collège et en lycée à La Réunion. Exploitation régionale de l'enquête EnCLASS dans les DROM en 2023. Synthèse. Saint-Denis: ORS La Réunion; 2024. Lire