



# SOMMAIRE

CONTEXTE ET OBJECTIF DE L'ENQUÊTE.....	4
POPULATION ET METHODES.....	4
1. Constitution de l'échantillon.....	4
2. Données recueillies et variables construites .....	4
2.1 Variables sociodémographiques .....	5
2.1.1 Zones d'éducation prioritaires (ZEP) .....	5
2.1.2 Unités urbaines et communes rurales .....	5
2.1.3 Catégories socioprofessionnelles des parents.....	5
2.2 Evaluation de la corpulence, du surpoids et de l'obésité.....	5
2.2.1 L'indice de masse corporelle (IMC).....	5
2.2.2 Définition du surpoids et de l'obésité.....	6
2.2.3 Définitions et seuils utilisés pour définir le surpoids et l'obésité dans cette étude.....	7
2.3 Evaluation de l'activité physique, de la capacité physique et de la sédentarité.....	8
2.3.1 Estimation de la capacité physique et de la VO2 max à partir du test navette de Luc Léger.....	8
2.3.2 Définition des modes de pratique d'activité physique et sportive .....	8
2.3.3 Évaluation du temps d'activité physique et sportive .....	8
2.3.4 Evaluation de la sédentarité .....	9
3. Traitement des données et types d'analyse effectués .....	9
RESULTATS.....	10
1. Caractéristiques générales de l'échantillon étudié.....	10
1.1 Distribution des élèves de l'échantillon selon le département.....	10
1.2 Distribution des élèves de l'échantillon selon l'appartenance de leur établissement à une ZEP ou non .....	10
1.3 Distribution des élèves de l'échantillon selon le sexe et le type d'établissement .....	11
1.4 Distribution des élèves de l'échantillon selon le niveau scolaire .....	11
1.5 Distribution des élèves de l'échantillon selon l'âge, le sexe et le niveau scolaire .....	12
1.6 Catégories socioprofessionnelles des parents des élèves de l'échantillon selon le type d'établissement .....	13
2. Corpulence et prévalence du surpoids et de l'obésité.....	14
2.1 Corpulence selon le sexe .....	14
2.2 Corpulence selon l'âge .....	15
2.3 Corpulence selon le sexe et l'âge.....	16
2.4 Corpulence selon le niveau scolaire et le type d'établissement.....	17
2.5 Corpulence selon l'appartenance à une ZEP ou non .....	19
2.6 Corpulence selon la catégorie socioprofessionnelle du père .....	20
2.7 Corpulence selon l'appartenance à une zone rurale ou non .....	20
2.8 Corpulence des parents .....	21
3. Performance et capacité des élèves scolarisés dans les établissements secondaires en Aquitaine.....	22
3.1 Performance au 50 mètres sprint selon l'âge et le sexe et la corpulence.....	22
3.2 Puissance aérobie maximale estimée par le test navette de Luc Léger .....	23

4.	Description des activités physiques et sportives (APS) et activités sédentaires des élèves de l'échantillon .....	24
4.1	Caractéristiques générales des pratiques sportives de l'échantillon .....	24
4.1.1	Activité physique dans le cadre scolaire.....	24
4.1.2	Activité physique dans un club sportif .....	24
4.1.3	Activité physique libre (en dehors du cadre scolaire et d'un club sportif).....	27
4.1.4	Temps d'activité physique hebdomadaire selon les types d'activités .....	30
4.2	Mode de transport pour se rendre à l'établissement scolaire.....	32
4.3	Description du temps de sédentarité selon le sexe.....	33
5.	Relations entre les activités physiques et sportives (APS), les activités sédentaires, les capacités physiques, les perceptions et la corpulence des élèves de l'échantillon .....	35
5.1	Corpulence et niveau d'activité physique.....	35
5.2	Facteurs associés à l'APS et la sédentarité .....	36
5.2.1	Sédentarité et APS selon la corpulence .....	36
5.2.2	Sédentarité et APS et catégorie socioprofessionnelle.....	37
5.2.3	Sédentarité et APS selon l'habitat (zone rurale versus unité urbaine).....	38
5.2.4	Sédentarité selon le temps d'APS.....	38
5.3	Lien entre l'activité physique et sportive, la corpulence et les capacités physiques .....	39
5.4	Perceptions, motivation et souhaits en matière d'APS.....	39
5.4.1	Motivations pour la pratique de l'APS .....	39
5.4.2	Souhait de faire davantage d'APS et limites à la pratique d'APS .....	40
5.4.3	Pratique d'APS et profil de pratique sportive des parents .....	42
6.	Habitudes alimentaires des collégiens et lycéens et hygiène de vie.....	44
6.1	Le petit déjeuner .....	44
6.1.1	Fréquence de prise du petit déjeuner selon le type d'établissement.....	44
6.1.2	Fréquence de prise du petit déjeuner selon le sexe.....	44
6.1.3	Fréquence de prise du petit déjeuner selon le régime scolaire de l'élève.....	44
6.1.4	Fréquence de prise du petit déjeuner selon la corpulence des élèves .....	45
6.2	Les boissons consommées .....	45
6.2.1	Type de boissons consommées.....	45
6.2.2	Lieu d'approvisionnement en boissons durant le temps scolaire .....	46
6.3	Le goûter .....	46
6.4	Prises alimentaires en dehors des repas (grignotage) .....	47
6.5	Prises alimentaires et boissons consommées lors d'activités physiques et sportives.....	47
6.5.1	Boissons consommées au cours ou juste après des activités sportives d'une durée d'une à deux heures. ....	47
6.5.2	Aliments consommés au cours ou juste après des activités sportives d'une durée d'une à deux heures. ....	48
6.6	Antécédents de « régime ».....	48
	QUELQUES COMMENTAIRES EN GUISE DE DISCUSSION .....	50
	ANNEXES.....	52

# CONTEXTE ET OBJECTIF DE L'ENQUÊTE

Cette enquête s'inscrit dans le cadre de l'évaluation des 3 volets du « **Programme Nutrition, Prévention et Santé des enfants et adolescents en Aquitaine** » (cf. chapitre contexte général en ligne sur le [site du programme http://www.nutritionenfantquaine.fr/](http://www.nutritionenfantquaine.fr/))

- volet 1 : optimiser le dépistage précoce et la prise en charge de l'obésité
- volet 2 : améliorer l'offre alimentaire en milieu scolaire et périscolaire
- volet 3 : mettre en place des actions pédagogiques sur le temps scolaire ou périscolaire (territoires pilotes uniquement)

Son objectif est double. Tout d'abord, il s'agit de sensibiliser les enseignants d'Education Physique et Sportive (EPS), les infirmières scolaires, mais aussi les élèves et leurs parents, à l'importance de prendre en compte l'activité physique et la nutrition dans la santé des jeunes. Ensuite, cette enquête permet de décrire les capacités physiques et la corpulence, le comportement alimentaire, l'état de santé global, les pratiques d'activité physique et sportive des adolescents.

## POPULATION ET METHODES

### 1. Constitution de l'échantillon

Cette enquête a été réalisée auprès d'un échantillon de collégiens et lycéens (lycées généraux et lycées professionnels) appartenant à des établissements scolaires de l'Académie de Bordeaux, au cours de la période novembre 2004-janvier 2005.

Ces élèves ont été sélectionnés par des enseignants d'EPS sollicités par l'Association des Enseignants d'Education Physique et Sportive (AEEPS) de manière à construire un panel de classes de collégiens et de lycéens sur lesquels il serait possible d'étudier l'activité physique, la capacité physique, la corpulence et l'hygiène de vie selon le niveau scolaire, le sexe et l'âge.

### 2. Données recueillies et variables construites

Le recueil des données a été réalisé à l'aide d'un questionnaire (cf. annexe) complété en classe par les élèves, sous la supervision des enseignants d'EPS et/ou des infirmières scolaires.

Ce questionnaire comporte :

- des informations objectives obtenues à partir de mesures :
  - sur les données anthropométriques mesurées par l'infirmière scolaire : poids et taille, permettant le calcul de la corpulence (IMC),
  - sur les capacités physiques des adolescents déterminées par l'enseignant d'EPS : temps au 50 mètres plat et test navette de Luc Léger,
- des données déclaratives sur les pratiques des adolescents en termes :
  - d'activité physique au sein de l'établissement scolaire, en pratique libre et en club,
  - de consommation alimentaire au petit déjeuner, au goûter, en dehors des repas (grignotage),
  - d'habitudes de vie (temps passé devant la TV, l'ordinateur),
  - d'hygiène de vie (temps de sommeil, régime),
  - de perception de leur état de santé et l'estime d'eux-mêmes.

## **2.1 Variables sociodémographiques**

### **2.1.1 Zones d'éducation prioritaires (ZEP)**

L'appartenance de l'école à une ZEP est un indicateur qui recouvre des réalités différentes au niveau des populations concernées dans cette étude. Elle reflète des différenciations sociales marquées dans la composition socio-économique de ces zones. En effet, en prenant en compte l'ensemble des élèves à l'entrée en 6<sup>ème</sup> dans les collèges publics de l'Académie de Bordeaux à la rentrée 2004, on trouve qu'en ZEP, plus de la moitié des élèves sont issus d'un milieu de catégorie sociale défavorisée contre 1/3 hors ZEP (source Stat-Info, Direction des Etudes et de la Prospective, Rectorat de l'académie de Bordeaux Mars 2005 <http://www.ac-bordeaux.fr/WEB/persadmin/academie/dep-pdf/05-02.pdf>).

### **2.1.2 Unités urbaines et communes rurales**

La notion d'unité urbaine repose sur la continuité de l'habitat. Dans cette étude, est appelé « unité urbaine » un ensemble d'une ou plusieurs communes dont le territoire est partiellement ou totalement couvert par une zone bâtie d'au moins 2000 habitants. Les communes rurales sont celles qui n'appartiennent pas à une unité urbaine.

### **2.1.3 Catégories socioprofessionnelles des parents**

Afin de simplifier l'interprétation des données, les professions des parents déclarées par les élèves ont été regroupées en trois grandes catégories socioprofessionnelles selon une classification inspirée de celle utilisée par l'Académie de Bordeaux lors de ses études :

- La catégorie favorisée correspond aux cadres, enseignants, professions libérales et aux professions intermédiaires.
- La catégorie moyenne correspond aux artisans, commerçants, chefs d'entreprises, employés et aux agriculteurs exploitants.
- La catégorie défavorisée correspond aux ouvriers et « autres » correspondant aux non répertoriés dans les précédentes professions.

Dans notre étude, seule la catégorie socioprofessionnelle du père sera prise en compte.

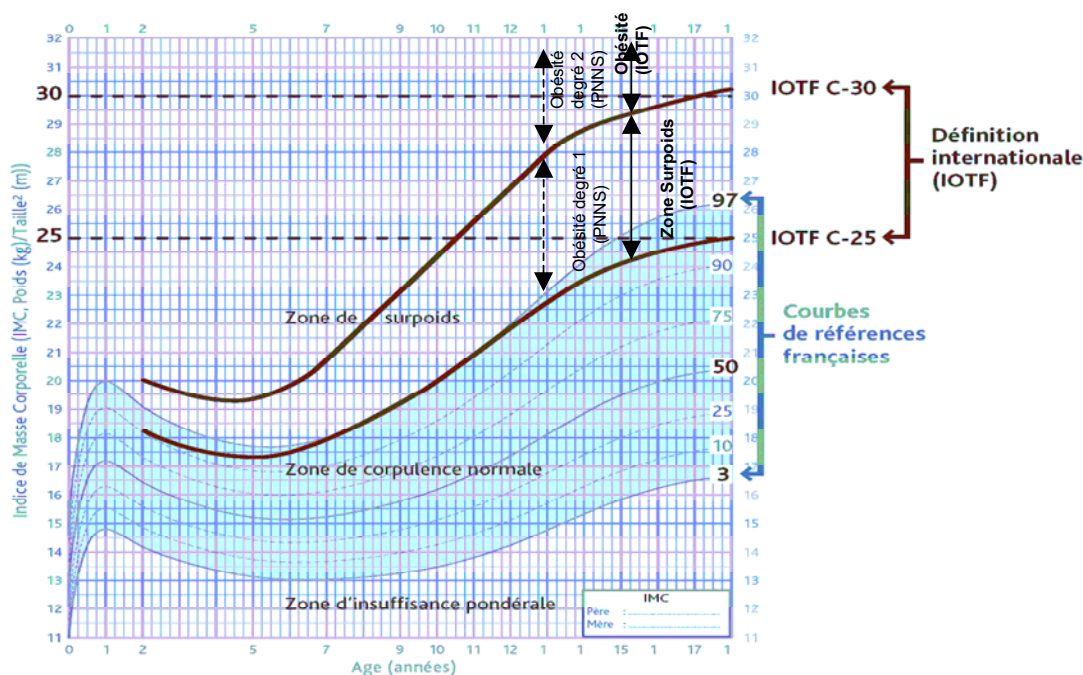
## **2.2 Evaluation de la corpulence, du surpoids et de l'obésité**

### **2.2.1 L'indice de masse corporelle (IMC)**

L'indice de Quételet est un indice de corpulence appelé aussi indice de masse corporelle (IMC) ou Body Mass Index (BMI) en anglais. Il se calcule grâce à la formule suivante :

$$\text{IMC} = \text{Poids (kg)} / \text{Taille}^2 \text{ (m)}$$

La valeur obtenue doit être reportée sur des courbes de corpulence de référence pour permettre de situer la corpulence d'un enfant en fonction de son âge et de son sexe. En effet, chez l'enfant, les valeurs de référence de l'IMC varient en fonction de l'âge et il n'est donc pas possible de se reporter, comme chez l'adulte, à des seuils de référence fixes.



**Figure 1 : Superposition des seuils de la définition internationale aux courbes de référence françaises**

Actuellement, les références les plus utilisées en France sont d’une part, les courbes de corpulence françaises<sup>1</sup> et d’autre part, celles établies par l’International Obesity Task Force (IOTF)<sup>2</sup>. La nouvelle présentation des courbes de corpulence françaises du Programme National Nutrition Santé (PNNS), adaptées à la pratique clinique intègre ces deux méthodes.

### 2.2.2 Définition du surpoids et de l’obésité

- **Courbes de corpulence françaises**

Les courbes de corpulence françaises sont établies en sept rangs de centiles qui permettent de définir les zones d’insuffisance (< 3<sup>ème</sup> centile), de normalité (3<sup>ème</sup> - 97<sup>ème</sup> centile) et d’excès pondéral (> 97<sup>ème</sup> centile). Ces courbes, disponibles dans les carnets de santé, servent à suivre la corpulence d’un enfant au cours de sa croissance, qu’il soit gros, moyen ou maigre.

- **Définition internationale IOTF du surpoids et de l’obésité**

Deux seuils définissent le surpoids et l’obésité selon la définition internationale. Ils sont constitués par les centiles IOTF C-25 et IOTF C-30, qui aboutissent respectivement aux valeurs 25 et 30 kg/m<sup>2</sup> à 18 ans, valeurs qui définissent le surpoids et l’obésité chez l’adulte. On notera que le centile IOTF C-25 est proche du 97<sup>ème</sup> centile des références françaises. Les seuils IOTF sont destinés essentiellement à l’évaluation de la prévalence de l’obésité dans les études épidémiologiques. Notons que le surpoids inclut toutes les valeurs au dessus du centile 25, donc aussi l’obésité.

<sup>1</sup> Rolland-Cachera M-F., Castetbon K., Arnault N., Bellisle F., Romano M-C., Lehingue Y., Frelut M-L., Hercberg S. Body mass index in 7–9-y-old French children: frequency of obesity, overweight and thinness. Int. J. Obes. Relat. Med. Disord. 2002 ; 26(12) : 1610-6.1

<sup>2</sup> Cole TJ, Bellizzi MC, Flegal KM, Dietz WH . Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide : international survey BMJ 2000;320:1240-3

- **Récapitulatif des terminologies employées pour définir le surpoids et l'obésité**

Selon les auteurs et l'usage (cliniciens ou épidémiologistes), il existe donc plusieurs terminologies:

**Tableau 1 : Les différentes terminologies employées pour définir le surpoids et l'obésité<sup>3</sup>**

<b>Auteurs</b>	<b>Termes utilisés</b>	<b>Seuils</b>
<b>Rolland-Cachera</b>	Surpoids	97 <sup>ème</sup> centile des références françaises
<b>IOTF</b>	Surpoids	Centile IOTF C-25
	Obésité	Centile IOTF C-30
<b>Courbes du PNNS adaptées à la pratique clinique</b>	Obésité degré 1	97 <sup>ème</sup> centile des références françaises
	Obésité degré 2	Centile IOTF C-30

### 2.2.3 Définitions et seuils utilisés pour définir le surpoids et l'obésité dans cette étude

Dans cette étude, les résultats de prévalence du surpoids et de l'obésité sont présentés selon les deux définitions :

- définition française,
- définition IOTF.

Ainsi, pour chaque adolescent, à partir des valeurs calculées de l'IMC et de son âge arrondi (puisque pour des raisons de confidentialité, nous ne disposons pas de la date de naissance complète mais juste de l'année de naissance), son statut pondéral a été déterminé selon chacune des deux définitions (cf. ci-dessous).

#### **Signification de la terminologie « définition française » utilisée dans cette enquête**

<b>Seuils utilisés (courbes de corpulence françaises)</b>	
<b>Insuffisance pondérale</b>	IMC < 3 <sup>ème</sup> centile des courbes françaises
<b>Corpulence normale</b>	IMC compris entre le 3 <sup>ème</sup> et le 97 <sup>ème</sup> centile des courbes françaises
<b>Surpoids</b>	IMC > 97 <sup>ème</sup> centile des courbes françaises

#### **Signification de la terminologie « définition internationale, IOTF » utilisée dans cette enquête**

<b>Seuils utilisés (IOTF)</b>	
<b>Pas de surpoids ni d'obésité</b>	IMC < centile IOTF C-25
<b>Surpoids (obésité incluse)</b>	IMC > centile IOTF C-25
- surpoids (obésité non incluse)	IMC compris entre le centile IOTF C-25 et le centile IOTF C-30 de la définition internationale
- obésité	IMC > centile IOTF C-25

<sup>3</sup> Thibault H., Rolland-Cachera MF. Stratégies de prévention de l'obésité chez l'enfant. Arch Ped 2003;10(12):1100-8

## 2.3 Evaluation de l'activité physique, de la capacité physique et de la sédentarité

Les données recueillies à partir du questionnaire nous permettent de disposer :

- de données sur la **capacité physique** (objectives car mesurées par le professeur d'EPS que ce soit pour le temps au 50 mètres plat et la VO<sub>2</sub> max estimée à partir du test navette de Luc Léger),
- de données sur **les types d'activités physiques et sportives**, et leurs structures de réalisation (EPS scolaire ou UNSS, club sportif ou activités de loisir) ainsi que sur la durée de ces différentes activités qui nous permettent de définir un **temps d'activité physique et sportive**,
- de données sur le trajet pour se rendre à l'école : type de transport (actif ou non) et de la durée de ce déplacement,
- de données permettant de définir le temps de sédentarité estimé à partir des données déclaratives en termes d'habitudes de vie (temps passé devant la télévision, l'ordinateur, à jouer aux consoles de jeu).

### 2.3.1 Estimation de la capacité physique et de la VO<sub>2</sub> max à partir du test navette de Luc Léger

Le test navette consiste en une course navette progressive de 20m (Luc Leger et Coll<sup>4</sup>). Ce test permet d'estimer la puissance maximale aérobie qui est un indicateur essentiel de la bonne santé d'un individu et de son aptitude aux exercices d'intensité, de longue durée et même de courte durée.

En fonction du palier atteint par l'adolescent lors du test navette de Luc Léger et de son âge, une équation permet d'estimer le VO<sub>2</sub>max (consommation maximale d'oxygène) :

$$\text{VO}_2\text{max} = 31,025 + 3,238 \times \text{vitesse (km/h)} - 3,248 \times \text{âge (an)} + 0,1536 \times \text{âge (an)} \times \text{vitesse (km/h)}$$

(d'après Léger et al. 1983 et 84)

### 2.3.2 Définition des modes de pratique d'activité physique et sportive

Dans cette étude, trois différents modes d'activités physiques et sportives (APS) ont été pris en compte :

- **L'APS scolaire** ou EPS correspondant à l'enseignement d'EPS dispensé en collège et lycée par les professeurs d'EPS en fonction des programmes. Il faut cependant noter que les élèves ont eu des difficultés à distinguer l'activité EPS de l'activité réalisée dans le cadre de l'union nationale du sport scolaire (UNSS) dans la mesure où ces deux pratiques sportives sont encadrées par les professeurs d'EPS dans les établissements. Ainsi, les temps de pratique UNSS et EPS sont probablement regroupés par les élèves.
- **L'APS libre** correspondant à l'activité physique spontanée et régulière non encadrée (en dehors des vacances scolaires).
- **L'APS en club** correspondant à l'APS effectuée en club ou association sportive (en dehors des vacances scolaires).

### 2.3.3 Évaluation du temps d'activité physique et sportive

Le calcul du nombre total d'heures de sport a été établi pour chaque élève en effectuant la somme du nombre d'heures hebdomadaire consacré :

- au cours d'EPS (ou UNSS),
- à la pratique libre d'une activité en dehors du cadre scolaire,
- à la pratique d'un sport en club.

Le temps de trajet pour aller à l'école, lorsqu'il est réalisé sur un mode actif (à pied, à vélo ou en roller), fait l'objet d'une description et d'une analyse indépendante et n'a pas été rajouté au temps d'APS global.

<sup>4</sup> Leger LA, Lambert J. A maximal multistage 20-m shuttle run test to predict VO<sub>2</sub> max. Eur J Appl Physiol Occup Physiol. 1982;49(1):1-12

### 2.3.4 Evaluation de la sédentarité

Le temps passé devant un écran (télévision, vidéo, jeux vidéo, ordinateur....) est actuellement l'indicateur de sédentarité le plus utilisé<sup>5</sup>.

Dans notre étude, nous avons calculé le temps de sédentarité pour chaque élève, de façon hebdomadaire, en additionnant le temps passé devant la télévision, devant l'ordinateur et à jouer à une console de jeux à partir des données déclaratives du questionnaire. Dans ce dernier, les jours de classe étaient différenciés des jours sans classe. C'est pourquoi nous avons utilisé la formule ci-dessous en partant du principe qu'un élève est en classe du lundi au vendredi excepté le mercredi après midi :

$$\text{Temps de sédentarité hebdomadaire} = \text{Temps de sédentarité un jour de classe} \times 4,5 + \text{Temps de sédentarité un jour sans classe} \times 2,5$$

## 3. Traitement des données et types d'analyse effectués

La saisie des données a été effectuée à partir du logiciel Epidata. Les données ont été traitées à l'aide des logiciels Excel et SAS.

L'échantillon avait été composé de manière à obtenir un nombre suffisant d'élèves par niveau scolaire, ce qui permet de réaliser des comparaisons entre les différents niveaux scolaires et les différentes tranches d'âge. Par contre, le mode de sélection ne nous permet pas de donner des estimations globales extrapolables à l'ensemble de la population des élèves scolarisés dans le second degré en Aquitaine.

Ainsi, l'analyse des données sera-t'elle présentée selon le sexe et/ou selon l'âge ou le niveau scolaire.

---

<sup>5</sup> **Bernstein MS, Morabia A, Sloutskis D.** Definition and prevalence of sedentarism in an urban population. Am J Public Health 1999 ; 89 : 862-867.

# RESULTATS

## 1. Caractéristiques générales de l'échantillon étudié

### 1.1 Distribution des élèves de l'échantillon selon le département

49 établissements (collèges, lycées généraux et lycées professionnels), tous départements confondus, ont été pressentis et les enseignants d'Education Physique et Sportive (EPS) de ces établissements ont été sollicités. Nous avons reçu au total 2 533 questionnaires de 43 établissements, ce qui correspond à un taux de réponse de 87,8% par rapport aux établissements sollicités.

La répartition des effectifs d'élèves de notre échantillon au sein de chaque département est cohérente avec la répartition des élèves scolarisés en secondaire dans l'Académie de Bordeaux.

L'échantillon de notre enquête sera désormais décrit sous l'appellation « *échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005* ».

**Tableau 2 : Distribution des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon le département et données régionales (Source Rectorat 1999)**

	Nombre d'établissements secondaires	Répartition des élèves dans l'échantillon (%)	Répartition des élèves dans l'Académie de Bordeaux (%)
Dordogne (24)	6	350 (14%)	24 832 (12%)
Gironde (33)	16	1 163 (46%)	98 591 (47%)
Landes (40)	6	311 (12%)	24 192 (12%)
Lot-et-Garonne (47)	5	259 (10%)	21 183 (10%)
Pyrénées-Atlantiques (64)	10	450 (18%)	39 698 (19%)
<b>Aquitaine</b>	<b>43</b>	<b>2 533 (100%)</b>	<b>208 496 (100%)</b>

### 1.2 Distribution des élèves de l'échantillon selon l'appartenance de leur établissement à une ZEP ou non

Au total, dans notre échantillon, 8,3% des élèves sont scolarisés dans un établissement situé en ZEP versus 7% dans la région Aquitaine.

**Tableau 3 : Répartition, selon l'appartenance à une ZEP et selon le département, des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 et des élèves de l'ensemble de l'Académie (Source Rectorat 1999)**

	Elèves en secondaire scolarisés en ZEP* dans l'échantillon		Elèves en secondaire scolarisés en ZEP en Aquitaine	
	Effectif	%	Effectif	%
Dordogne (24)	0	0,0%	854	3,4%
Gironde (33)	166	14,3%	10 346	10,5%
Landes (40)	0	0,0%	303	1,3%
Lot-et-Garonne (47)	22	8,5%	1 801	8,5%
Pyrénées-Atlantiques (64)	22	4,9%	1 291	3,3%
<b>Aquitaine</b>	<b>210</b>	<b>8,3%</b>	<b>14 595</b>	<b>7,0%</b>

\*sur les 5 établissements en ZEP, 4 sont des collèges et 1 est un lycée général

### 1.3 Distribution des élèves de l'échantillon selon le sexe et le type d'établissement

La répartition des élèves de l'échantillon selon le type d'établissement (collèges, lycées et SEGPA) est proche de la répartition régionale. En revanche, les élèves de lycée professionnel sont surreprésentés par rapport à ceux de lycée général dans notre échantillon par rapport aux élèves de l'ensemble de l'Académie.

**Tableau 4 : Répartition selon le type d'établissement et le sexe des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 et des élèves de l'ensemble de l'Académie (Source Rectorat 1999)**

	Garçons	Filles	Total d'élèves dans l'échantillon (%)	Total d'élèves en Aquitaine (%)
	Effectif (%)	Effectif (%)	Effectif (%)	Effectif (%)
Collège	733 (56,4%)	669 (54,5%)	1 405 (55,5%)	117 611 (56,4%)
Lycée	561 (43,2%)	552 (45,0%)	1 117 (44,1%)	90 172 (43,3%)
dont lycées généraux	292 (22,5%)	354 (28,9%)	647 (25,5%)	60 633 (29,1%)
dont lycées professionnels	269 (20,7%)	198 (16,1%)	470 (18,6%)	29 539 (14,2%)
SEGPA	5 (0,4%)	6 (0,5%)	11 (0,4%)	713 (0,3%)
<b>Total</b>	<b>1 299 (100%)</b>	<b>1 227 (100%)</b>	<b>2 533 (100%)</b>	<b>208 496 (100%)</b>

### 1.4 Distribution des élèves de l'échantillon selon le niveau scolaire

Comme prévu dans la constitution de notre échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005, chaque niveau scolaire a un poids équivalent.

Les classes de lycée général et lycée professionnel ont été regroupées. Dans le cadre de notre enquête, lors des études selon la classe, nous assimilerons les classes de 1<sup>ère</sup> année BEP, 1<sup>ère</sup> et 2<sup>nde</sup> années CAP à des secondes, les classes de 2<sup>nde</sup> BEP et 3<sup>ème</sup> CAP à des premières et les classes de BAC pro à des terminales.

**Tableau 5 : Distribution des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon les classes**

#### ➤ Au collège

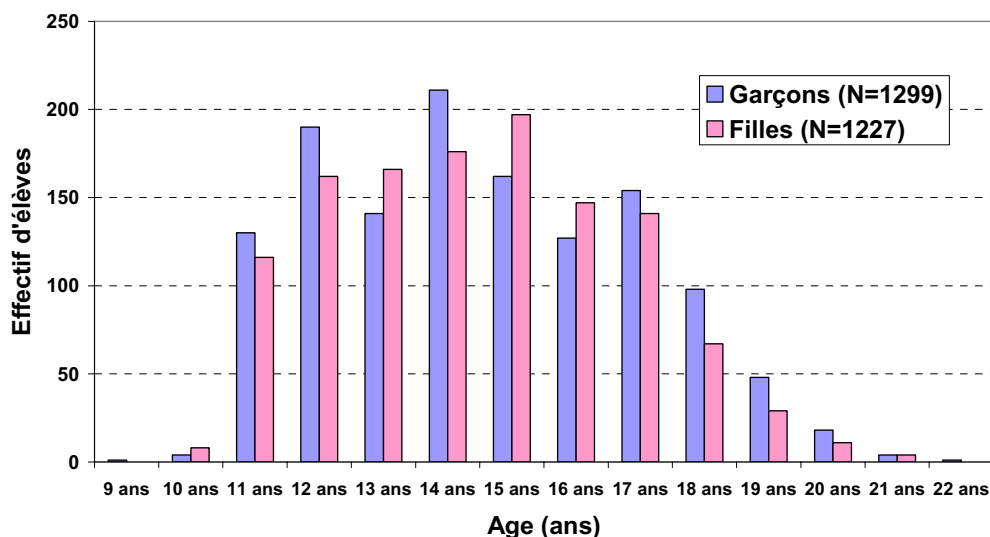
Niveau scolaire	Effectif d'élèves dans l'échantillon	%
6 <sup>ème</sup>	337	13,3%
5 <sup>ème</sup>	390	15,4%
4 <sup>ème</sup>	317	12,5%
3 <sup>ème</sup>	372	14,7%

#### ➤ Au lycée général et lycée professionnel

Lycée	Effectif d'élèves dans l'échantillon	Lycée professionnel	Effectif d'élèves dans l'échantillon	Total	%
2 <sup>nde</sup>	308	1 <sup>ère</sup> année BEP, 1 <sup>ère</sup> et 2 <sup>nde</sup> années CAP	91	399	15,7%
1 <sup>ère</sup>	179	2 <sup>nde</sup> année BEP et 3 <sup>ème</sup> CAP	203	382	15,1%
Terminale	160	BAC pro	176	336	13,3%

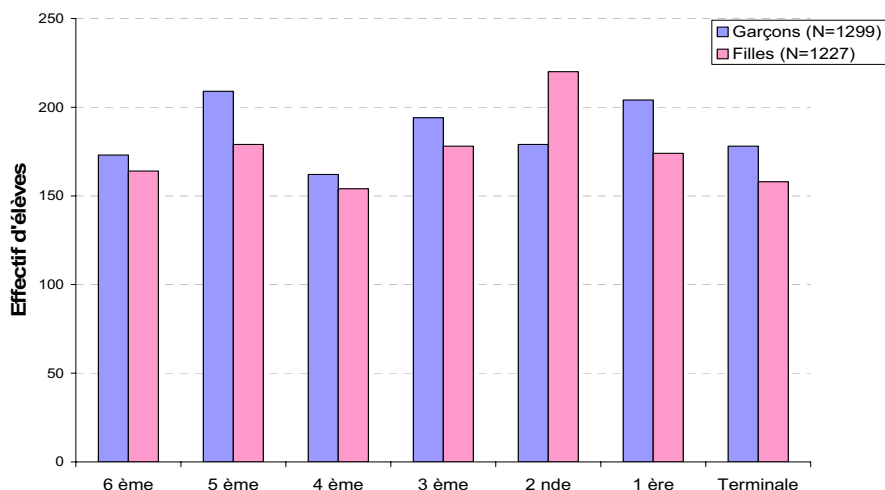
## 1.5 Distribution des élèves de l'échantillon selon l'âge, le sexe et le niveau scolaire

Pour des raisons de confidentialité, il avait été convenu de ne faire figurer sur le questionnaire que l'année de naissance des élèves et non la date de naissance complète. Ainsi, un âge « arrondi » a été calculé pour chacun des élèves. L'âge arrondi et le sexe sont connus pour 2 526 élèves de notre échantillon. L'âge arrondi se répartit entre 9 ans et 22 ans. Afin de garantir des effectifs suffisants par tranche d'âge, ne sont pris en compte pour les analyses selon l'âge, que les adolescents âgés de 11 à 18 ans ce qui correspond à un échantillon de 2 385 élèves, répartis en 1 213 garçons et 1 172 filles.



**Figure 2 : Distribution selon l'âge et le sexe de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005**

La répartition des garçons et des filles est significativement différente selon l'âge ( $p=0.0089$ ). Dans l'approche par niveau scolaire (cf. méthodologie), nous n'excluons aucun élève, donc notre échantillon sera composé de 2533 élèves.

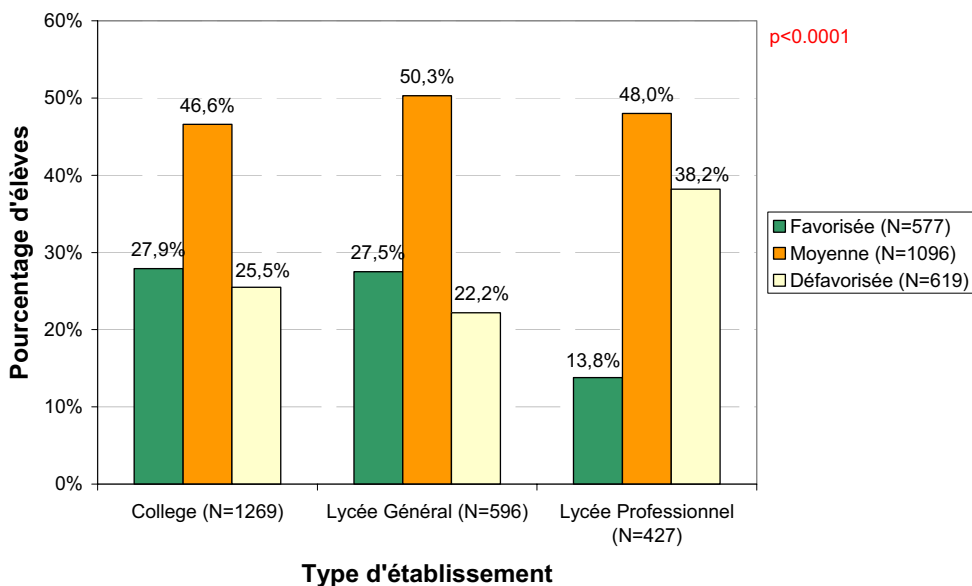


**Figure 3 : Distribution selon la classe et le sexe de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005**

La distribution entre les garçons et les filles de notre échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 est homogène selon le niveau scolaire.

## 1.6 Catégories socioprofessionnelles des parents des élèves de l'échantillon selon le type d'établissement

Dans le graphique ci-dessous, les adolescents ont été répartis selon le type d'établissement qu'ils fréquentent et selon les catégories socioprofessionnelles des pères. Celles-ci diffèrent significativement selon le type d'établissement ( $p < 0.0001$ ).



**Figure 4 : Répartition selon le type d'établissement des catégories socioprofessionnelles regroupées des pères des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 (N=2292)**

Ainsi, 27,9% des collégiens sont issus de milieux favorisés contre 27,5% des élèves des lycées généraux et 13,8% des élèves des lycées professionnels.

De plus, 38,2% des élèves des lycées professionnels sont issus de milieux défavorisés contre 25,5% des collégiens et 22,2% des élèves des lycées généraux.

**Dans notre échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005, les élèves des lycées professionnels sont donc issus de catégories sociales moins favorisées que les élèves des collèges et des lycées généraux.**

## 2. Corpulence et prévalence du surpoids et de l'obésité

### 2.1 Corpulence selon le sexe

Pour chaque adolescent dont nous disposions des données sexe, âge, poids et taille, nous avons calculé sa valeur d'IMC que nous avons située par rapport aux seuils des deux définitions du surpoids (française et internationale) décrites précédemment (cf. méthodes) afin de déterminer sa corpulence.

Dans cet échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005, la distribution de la corpulence est significativement différente selon le sexe aussi bien selon les références françaises ( $p=0.0004$ ) que selon les références internationales ( $p=0.0094$ ).

Dans notre échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005, la **fréquence de surpoids est significativement plus élevée chez les garçons que chez les filles** selon les références françaises ( $p=0.0002$ ) et selon les références internationales ( $p=0.0035$ ).

**Tableau 6: Corpulence des élèves selon le sexe. Echantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 (N=2513)**

#### ➤ selon les références françaises

	Insuffisance pondérale	Corpulence normale	Surpoids
	Effectif (%)	Effectif (%)	Effectif (%)
Garçons (N=1289)	31 (2,4%)	1093 (84,8%)	165 (12,8%)
Filles (N=1224)	43 (3,5%)	1080 (88,2%)	101 (8,3%)

$p=0.0004$

#### ➤ selon les références internationales

	Pas de surpoids	Surpoids (obésité exclue) (1)	Obésité (2)	Surpoids (obésité incluse) (1) + (2)
	Effectif (%)	Effectif (%)	Effectif (%)	Effectif (%)
Garçons (N=1289)	1089 (84,5%)	169 (13,1%)	31 (2,4%)	200 (15,5%)
Filles (N=1224)	1083 (88,5%)	124 (10,1%)	17 (1,4%)	141 (11,5%)

$p=0.0094$

## 2.2 Corpulence selon l'âge

Dans notre échantillon, la fréquence de surpoids (obésité incluse) est significativement différente selon l'âge selon les références françaises ( $p=0.0003$ ) et les références internationales ( $p=0.0229$ ).

La prévalence maximale de surpoids chez les élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 se situe entre 11 et 13 ou 14 ans.

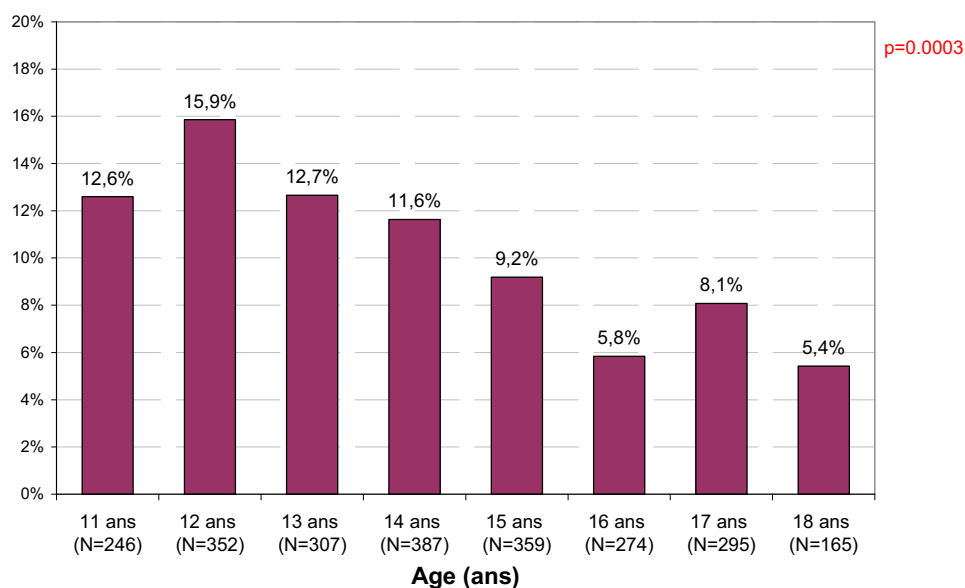


Figure 5a : Prévalence de surpoids selon les références françaises (IMC > 97<sup>ème</sup> centile)

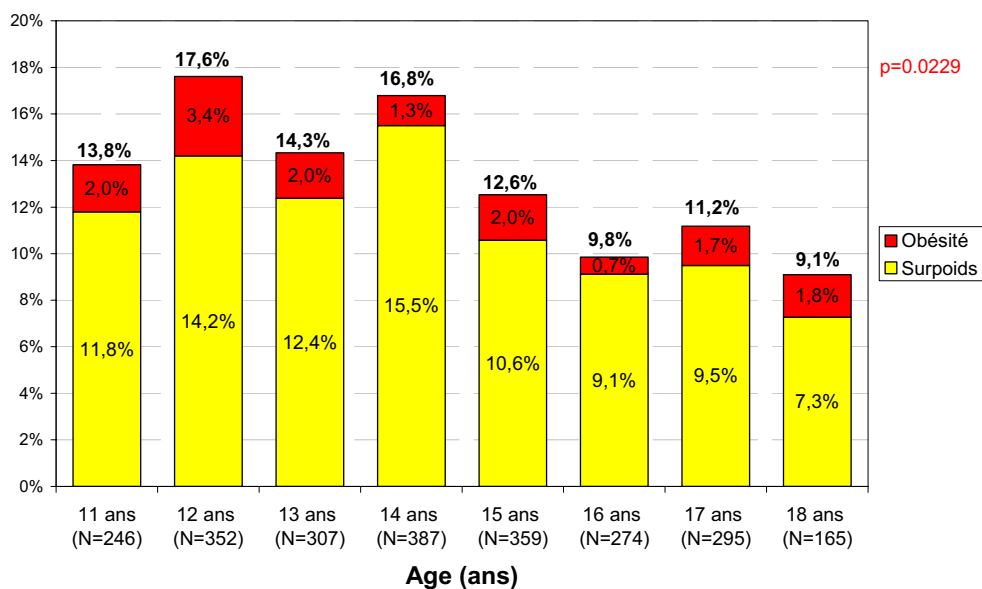


Figure 5b : Prévalence de surpoids et d'obésité selon les références internationales

**Figure 5 : Prévalence de surpoids selon l'âge chez les élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 (N=2385)**

### 2.3 Corpulence selon le sexe et l'âge

D'une manière générale, dans notre échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005, la proportion de garçons en surpoids (obésité incluse) est plus importante que celle des filles. Ceci est retrouvé de manière significative à 13 et 14 ans selon la définition française, et à 12, 13 et 14 ans selon les références internationales.

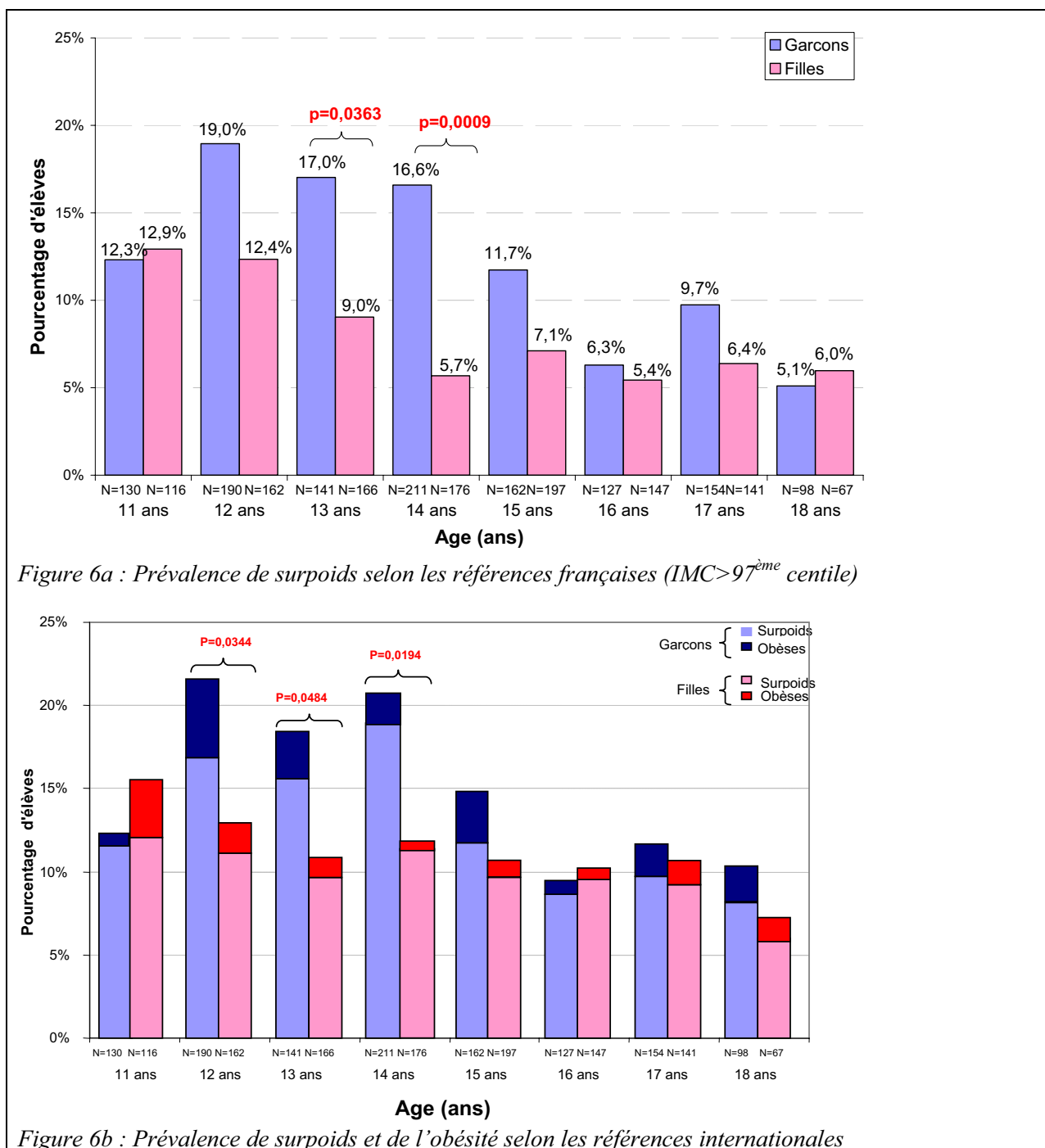


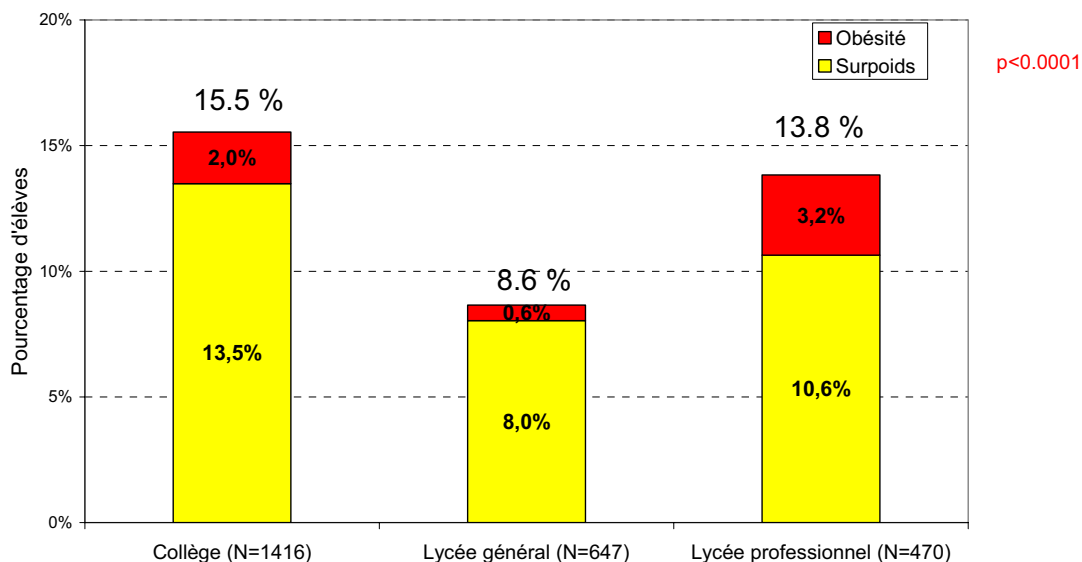
Figure 6a : Prévalence de surpoids selon les références françaises (IMC > 97<sup>ème</sup> centile)

Figure 6b : Prévalence de surpoids et de l'obésité selon les références internationales

Figure 6 : Prévalence de surpoids chez les élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon l'âge et le sexe (N=2385)

## 2.4 Corpulence selon le niveau scolaire et le type d'établissement

La fréquence d'élèves en surpoids (obésité incluse), selon la définition internationale est différente selon le type d'établissement. Les élèves de lycée général sont significativement moins nombreux en surpoids (8,6%) que les élèves de collège (15,5%) et de lycée professionnel (13,8%) ( $p < 10^{-4}$ ).



**Figure 7 : Prévalence de surpoids et d'obésité d'élèves scolarisés des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon le type d'établissement fréquenté (N=2533)**

La prévalence de surpoids est significativement différente selon les niveaux scolaires : les situations extrêmes étant observées en 5<sup>ème</sup> et en 1<sup>ère</sup> générale selon la définition française ( $p < 0.0001$ ) et en 2<sup>nde</sup> professionnelle et 1<sup>ère</sup> générale selon la définition internationale ( $p = 0.0002$ ).

Les élèves des lycées professionnels sont plus fréquemment en surpoids que les élèves des lycées généraux selon la définition française ( $p < 0.0001$ ) et selon la définition internationale ( $p = 0.0078$ ) pour tous les niveaux scolaires.

L'obésité selon la définition internationale est également plus fréquente retrouvée parmi les élèves scolarisés en lycée professionnel que parmi ceux scolarisés en lycée général ( $p = 0,001$ ).

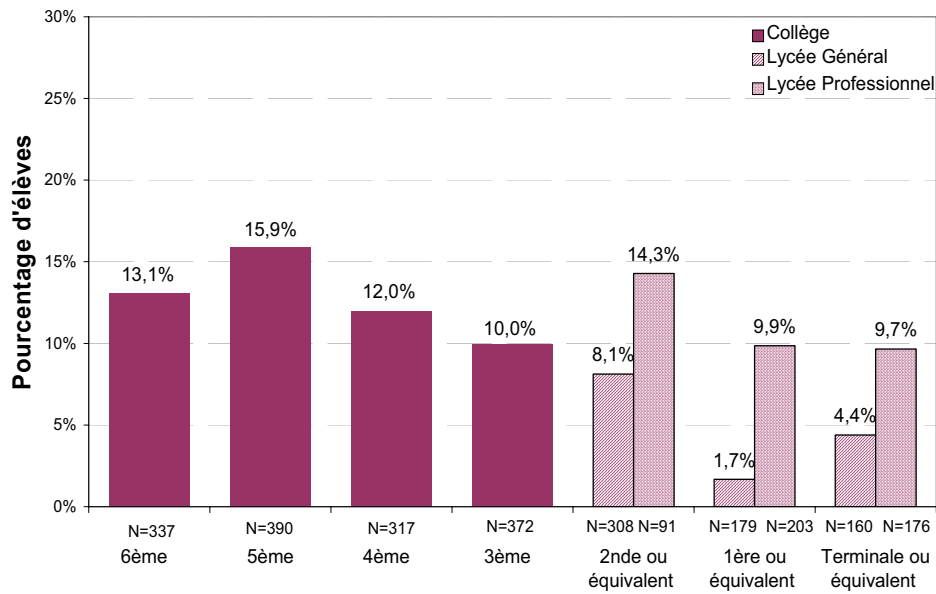


Figure 8a : Prévalence de surpoids selon les références françaises

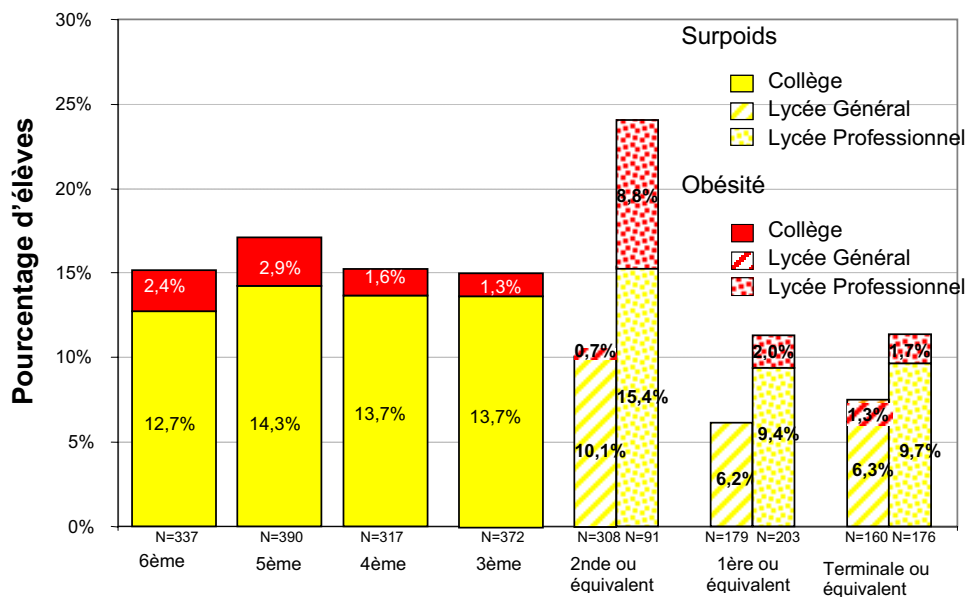


Figure 8b : Prévalence de surpoids et d'obésité selon les références internationales

Figure 8 : Prévalence de surpoids chez les élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon le niveau scolaire et le type d'établissement (N=2533)

## 2.5 Corpulence selon l'appartenance à une ZEP ou non

Dans notre échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005, la répartition de la corpulence est significativement différente selon que les élèves soient scolarisés dans un établissement situé en ZEP ou non aussi bien selon les références françaises ( $p=0.0199$ ) que selon les références internationales ( $p=0.0008$ ).

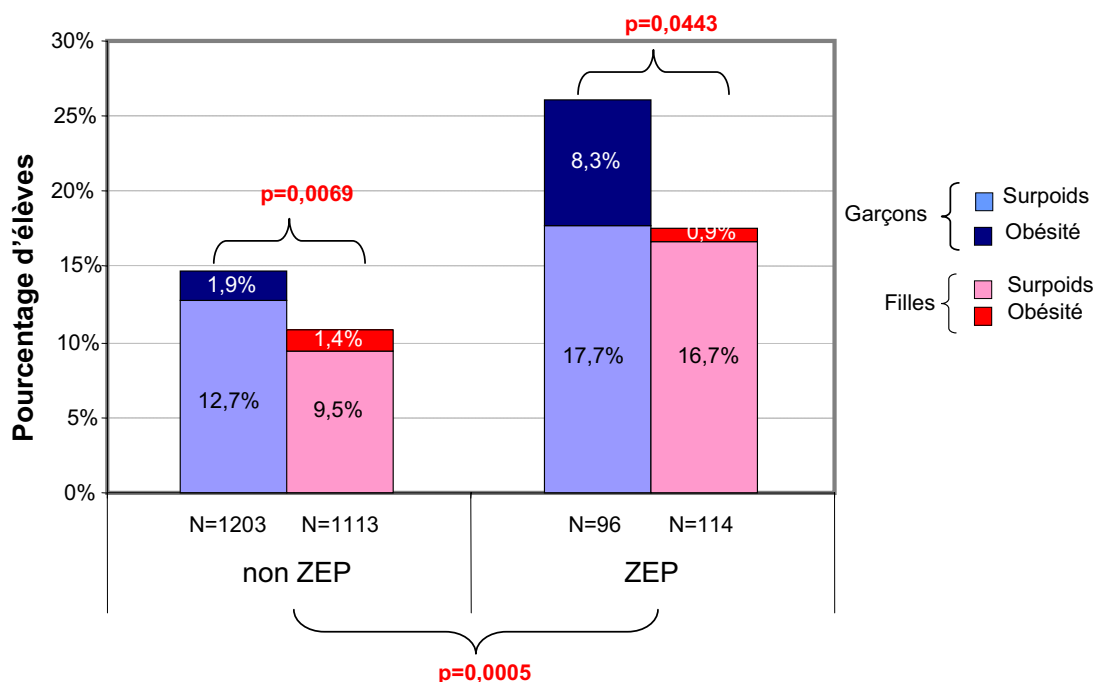
**Tableau 7 : Corpulence selon l'appartenance à une ZEP ou non ZEP de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 (N=2533)**

➤ selon les références françaises  $p=0.0199$

	Insuffisance pondérale Effectif (%)	Corpulence normale Effectif (%)	Surpoids Effectif (%)
En ZEP (N=210)	3 (1,4%)	174 (82,9%)	33 (15,7%)
Hors ZEP (N=2323)	71 (3,1%)	1999 (86,1%)	233 (10,0%)

➤ selon les références internationales  $p=0.0008$

	Pas de surpoids Effectif (%)	Surpoids (obésité exclue) Effectif (%)	Obésité Effectif (%)	Surpoids (obésité incluse) Effectif (%)
En ZEP (N=210)	165 (78,6%)	36 (17,1%)	9 (4,3%)	45 (21,4%)
Hors ZEP (N=2323)	2007 (86,4%)	257 (11,1%)	39 (1,7%)	296 (12,8%)



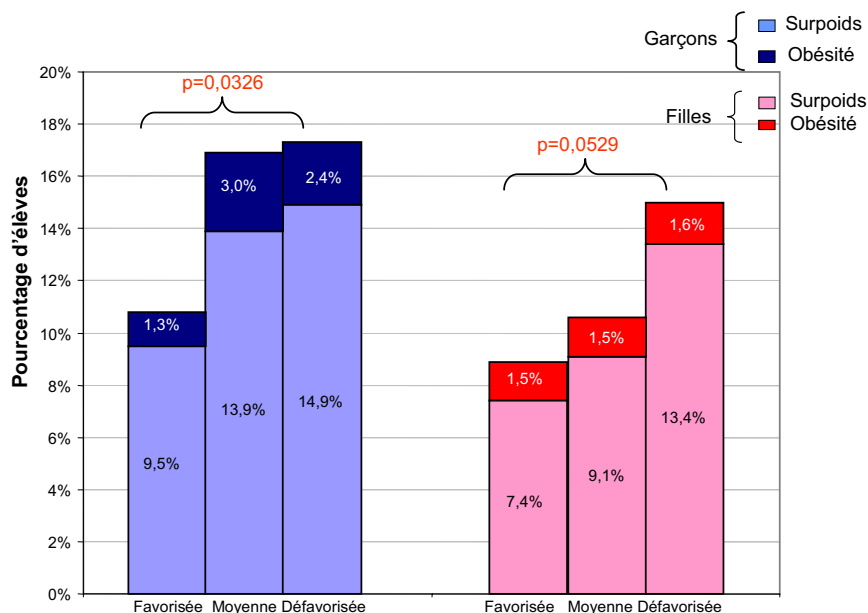
**Figure 9 : Prévalence de surpoids et d'obésité des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon les références internationales. Répartition selon la zone ZEP ou non et leur sexe (N=2533)**

La fréquence de surpoids est significativement plus importante chez les adolescents dont l'établissement est situé dans une ZEP que les autres, aussi bien selon les références françaises ( $p=0.0116$ ) que selon les références internationales ( $p=0.0005$ ).

Le pourcentage de garçons en surpoids est significativement supérieur à celui des filles aussi bien en zone ZEP ( $p=0.0443$ ) qu'en zone non ZEP ( $p=0.0069$ ).

## 2.6 Corpulence selon la catégorie socioprofessionnelle du père

La prévalence de surpoids (obésité incluse) des adolescents de notre échantillon est significativement différente selon la catégorie socioprofessionnelle du père chez les garçons ( $p=0,0326$ ). On retrouve une prévalence plus importante chez les élèves issus de milieux défavorisés et plus faible chez ceux issus de milieux favorisés.



**Figure 10 : Prévalence de surpoids et d'obésité des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon les références internationales. Répartition selon la catégorie socioprofessionnelle du père et leur sexe (N=2533)**

## 2.7 Corpulence selon l'appartenance à une zone rurale ou non

Dans l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005, la répartition de la corpulence est significativement différente selon que les élèves vivent en zone rurale (>2000 habitants) ou dans une unité urbaine (>2000 habitants), aussi bien selon les références françaises ( $p=0,0323$ ) que selon les références internationales ( $p=0,0448$ ).

**Tableau 8 : Corpulence selon l'appartenance à une zone rurale ou non de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 (N=2427)**

➤ selon les références françaises  $p=0,0323$

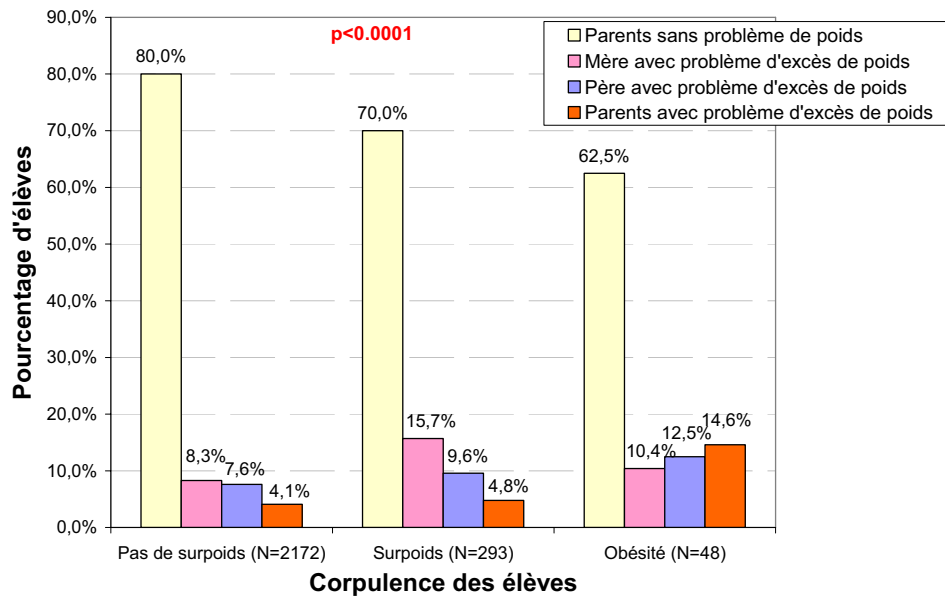
	Insuffisance pondérale	Corpulence normale	Surpoids
	Effectif (%)	Effectif (%)	Effectif (%)
Zone rurale (N=654)	11 (1,7%)	559 (85,5%)	82 (12,5%)
Zone urbaine (N=1773)	54 (3,1%)	1533 (86,5%)	173 (9,8%)

➤ selon les références internationales  $p=0,0448$

	Pas de surpoids	Surpoids (obésité exclue)	Obésité	Surpoids (obésité incluse)
	Effectif (%)	Effectif (%)	Effectif (%)	Effectif (%)
Zone rurale (N=654)	549 (83,9%)	93 (14,2%)	10 (1,5%)	103 (15,7%)
Zone urbaine (N=1773)	1535 (86,6%)	189 (10,7%)	36 (2,0%)	225 (12,7%)

## 2.8 Corpulence des parents

La corpulence des adolescents de notre échantillon apparaît significativement différente ( $p < 10^{-4}$ ) selon la corpulence des parents (pour mémoire, la notion de problème de poids chez les parents repose sur des données déclaratives des adolescents et peut donc correspondre à des réalités différentes selon les perceptions des adolescents).



**Figure 11 : Corpulence des adolescents de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 et problèmes de poids des parents (N=2533)**

Nous retrouvons une proportion plus importante de parents en surpoids chez les élèves obèses. En effet, 14,6% des adolescents obèses ont leurs deux parents ayant des problèmes de poids contre 4,8% des adolescents en surpoids et 4,1% des adolescents n'étant pas en surpoids.

### 3. Performance et capacité des élèves scolarisés dans les établissements secondaires en Aquitaine.

#### 3.1 Performance au 50 mètres sprint selon l'âge et le sexe et la corpulence

Au 50m sprint, les garçons sont plus rapides que les filles à tous les âges et la différence de performance s'accroît encore après 15 ans.

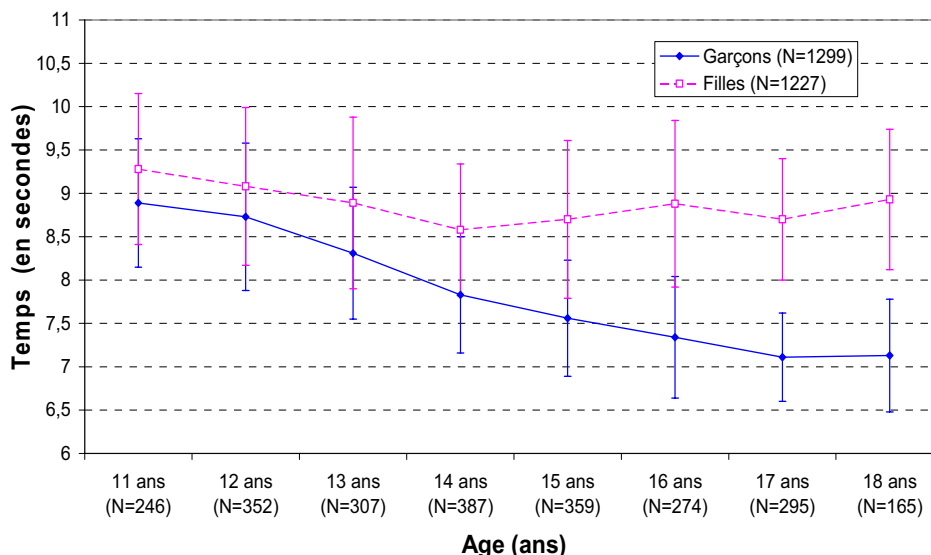


Figure 12 : Temps moyen mis par les élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 pour courir 50 mètres sprint et écart-type selon l'âge et le sexe (N=2385)

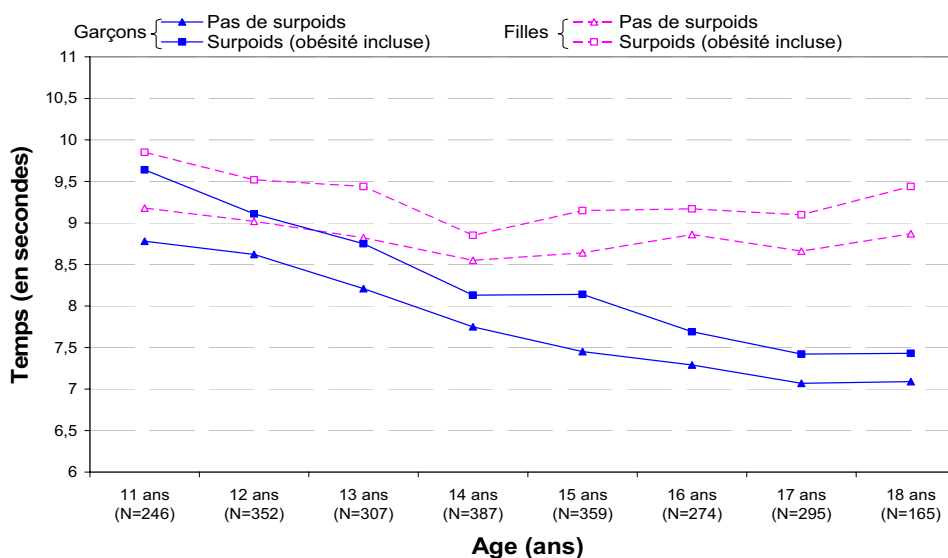


Figure 13 : Temps moyen mis par les élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 pour courir 50 mètres selon le sexe et la corpulence (définition internationale). Répartition selon l'âge (N=2385)

Nous retrouvons une différence au 50 mètres sprint entre les élèves qui ne sont pas en surpoids et les élèves en surpoids (obésité incluse) (références internationales) et ce quels que soient l'âge et le sexe. Elle est en moyenne de 58 centièmes chez les garçons ( $p < 0,0001$ ) et de 50 centièmes de secondes chez les filles ( $p = 0,0004$ ) et est constante dans toutes les classes d'âge.

### 3.2 Puissance aérobie maximale estimée par le test navette de Luc Léger

On observe que les garçons ont de meilleures performances que les filles au test navette de Luc Léger avec une valeur moyenne de puissance aérobie maximale estimée de 50,10 ml/min/kg pour les garçons et 42,80 ml/min/kg pour les filles. Cet écart augmente après 15 ans.

La puissance aérobie maximale des garçons reste aux alentours de 50 ml/min/kg quel que soit l'âge alors que pour les filles, elle diminue progressivement après 14 ans.

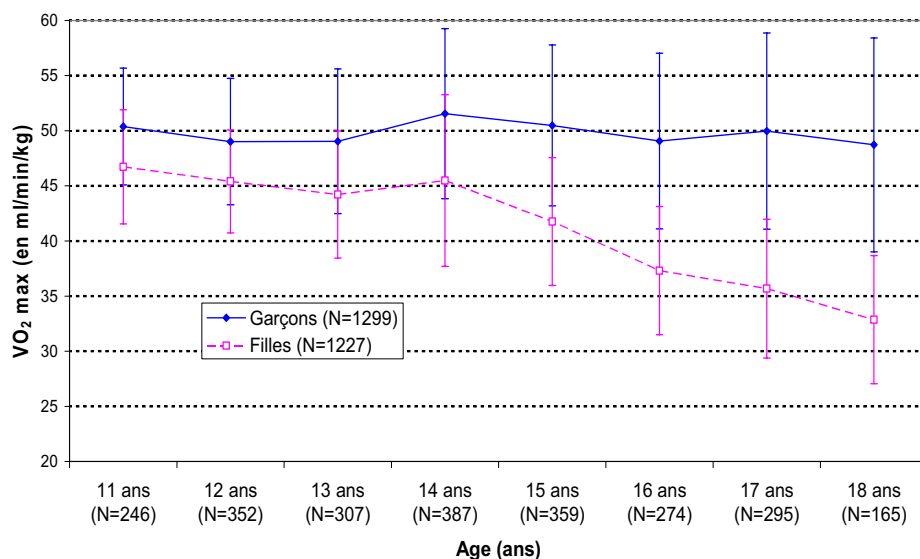


Figure 14 : Puissance aérobie maximale des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 et écart-type selon l'âge et le sexe (N=2385)

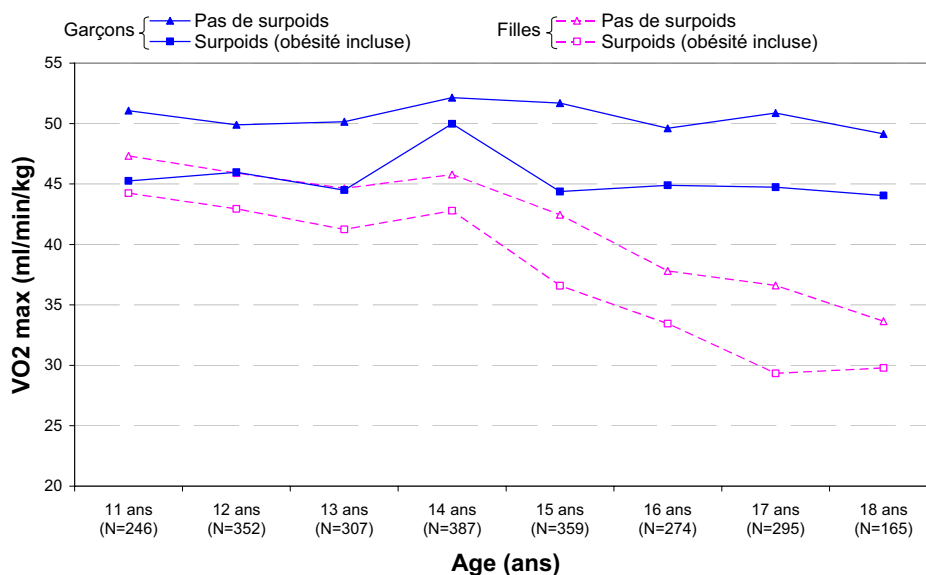


Figure 15: Puissance aérobie maximale des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon l'âge, le sexe et la corpulence (définition internationale) (N=2385)

Nous retrouvons une différence de puissance aérobie maximale (évaluée par le test navette) entre les élèves de corpulence normale et les élèves en surpoids (obésité incluse) (références internationales) et ce quels que soient l'âge et le sexe. Elle est en moyenne de 4,54 ml/min/kg chez les garçons ( $p < 0,0001$ ) et de 3,12 ml/min/kg chez les filles ( $p < 0,0001$ ) et est constante dans toutes les classes d'âge.

## 4. Description des activités physiques et sportives (APS) et des activités sédentaires des élèves de l'échantillon

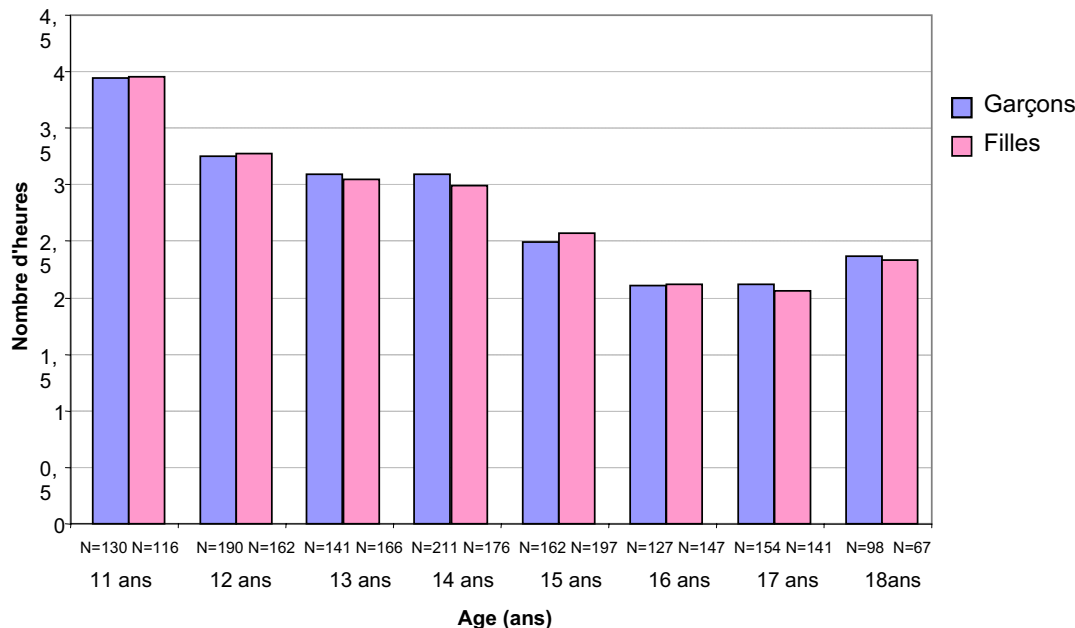
### 4.1 Caractéristiques générales des pratiques sportives de l'échantillon

#### 4.1.1 Activité physique dans le cadre scolaire

Le nombre d'heures moyen hebdomadaire d'APS dans le cadre scolaire (EPS) diminue avec l'âge puisqu'il est de quatre heures pour les élèves de 11 ans (généralement en classe de 6<sup>ème</sup>) et d'environ deux heures pour les élèves de 16-18 ans (en lycée). Ces chiffres correspondent globalement au nombre d'heures d'EPS des programmes scolaires (soit quatre heures en 6<sup>ème</sup>, trois heures de la 5<sup>ème</sup> à la 3<sup>ème</sup>, deux heures au lycée). Toutes classes confondues, 8,4% des élèves déclarent avoir davantage d'heures d'EPS mais notre échantillon comportait quelques classes « sport /étude » et l'APS dans le cadre de l'UNSS a pu être comptabilisée dans l'APS scolaire.

Il n'y a pas de différence entre les garçons et les filles.

Le groupe des élèves dispensés est trop faiblement représenté pour qu'une interprétation soit réalisable (39 élèves soit 1,54% de notre échantillon). Néanmoins, **la proportion de filles dispensées est significativement plus importante que celle des garçons (2,4% versus 0,8%) (p=0.001).**

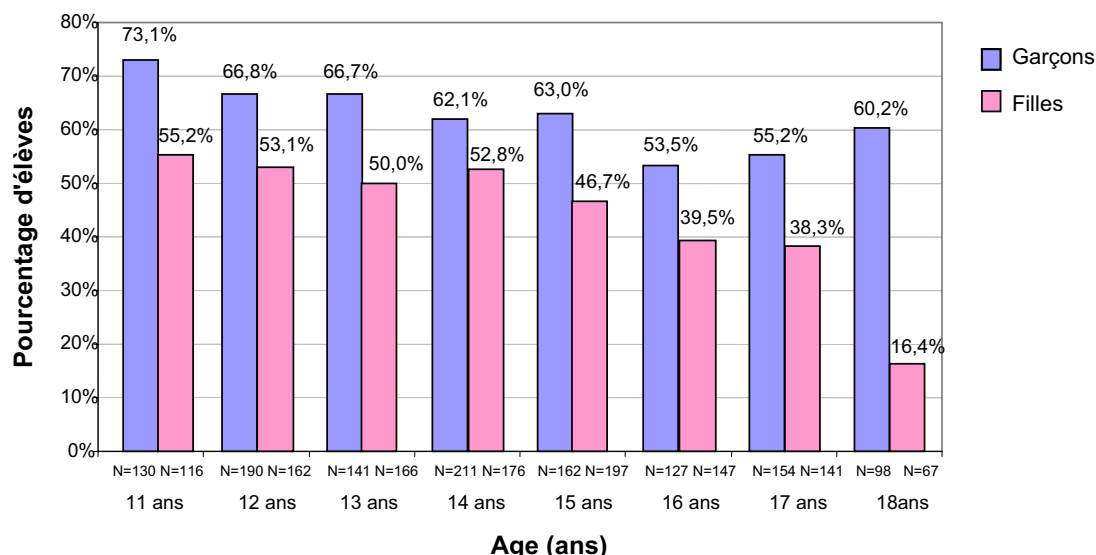


**Figure 16 : Nombre d'heures hebdomadaire d'APS scolaire des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon l'âge et le sexe (N=2390)**

#### 4.1.2 Activité physique dans un club sportif

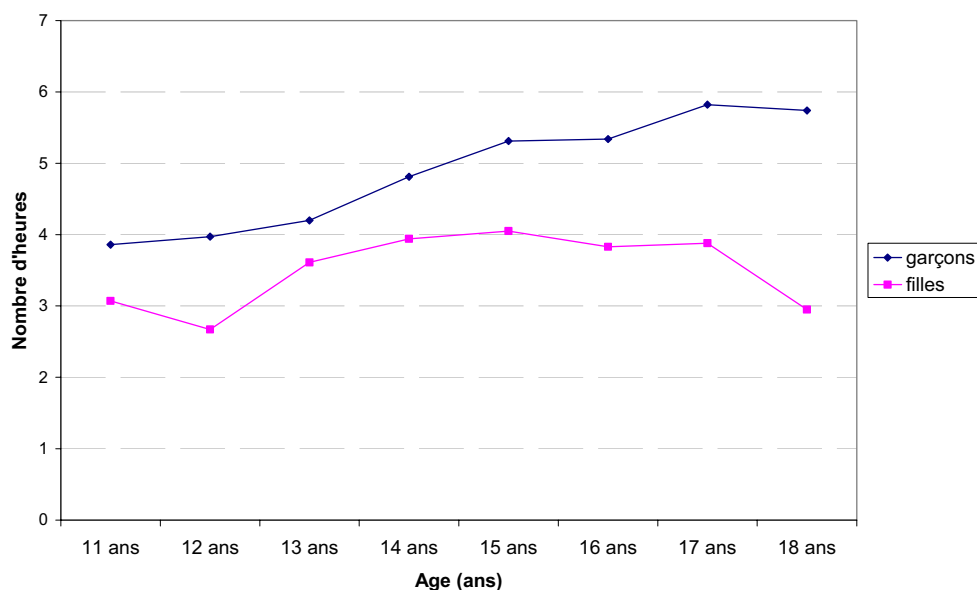
Les garçons fréquentent plus souvent un club sportif que les filles (61% contre 46% des filles) et ce quel que soit l'âge considéré.

La fréquentation des clubs sportifs décroît fortement avec l'âge. A 11 ans, 64,6% des élèves sont inscrits dans un club sportif alors qu'ils ne sont plus que 42,2% à 18 ans. Cette diminution est plus accentuée chez les filles.



**Figure 17: Pourcentage des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 pratiquant une APS dans le cadre d'un club sportif selon l'âge et le sexe (N=2385)**

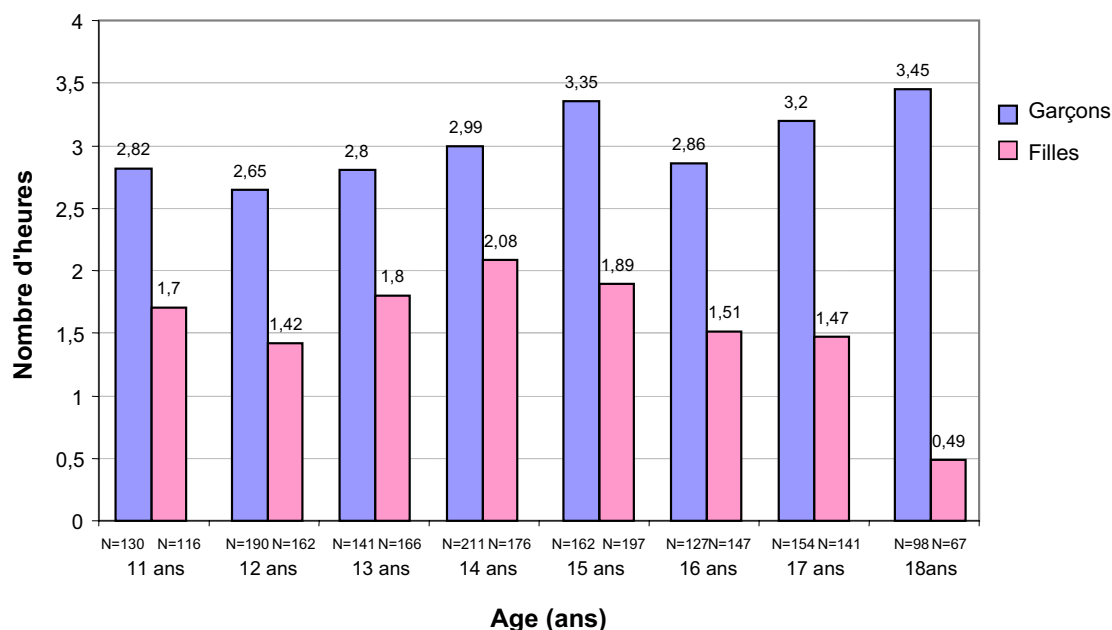
Le nombre d'heures d'activité physique hebdomadaire des 1302 élèves de l'échantillon faisant de l'APS en club sportif est toujours plus important chez les garçons que les filles dans toutes les classes d'âge. On peut remarquer que pour les élèves inscrits en club sportif, le temps consacré à la pratique de l'APS en club est plus élevé chez les élèves les plus âgés, en particulier pour les garçons.



**Figure 17bis : Nombre d'heures moyen\* d'activité physique hebdomadaire en club sportif des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 inscrits en club sportifs. Répartition selon l'âge et le sexe (N=1302)**

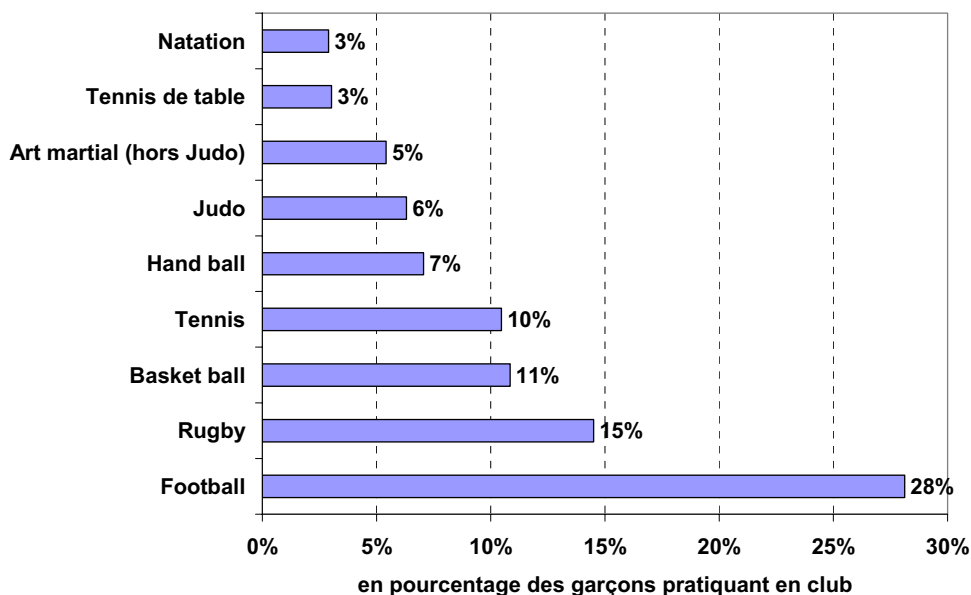
\* calculé sur la base des 1302 élèves pratiquant des APS club sportif

En prenant en compte l'ensemble des élèves de l'échantillon, le nombre d'heures hebdomadaire moyen d'APS en club sportif varie entre 2h30 et 3h30 chez les garçons alors qu'il est compris entre 30min et 2h chez les filles.



**Figure 18 : Temps moyen\* d'heures hebdomadaire d'APS en club sportif des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon l'âge et le sexe (N=2385)**  
 (\*Le temps moyen est calculé sur l'ensemble de l'échantillon (N=2385) en considérant, pour les élèves ne pratiquant pas d'APS en club sportif, que le nombre d'heure hebdomadaire pour cette activité est égal à 0)

Parmi les 61% de garçons de notre échantillon qui sont inscrits dans un club de sport, les disciplines les plus pratiquées en club chez les garçons sont par ordre décroissant : le football (28% des garçons pratiquants), le rugby (15%), suivi par le basket-ball (11%) et le tennis (10%).



**Figure 19 : Palmarès des sports les plus pratiqués en club chez les garçons de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 (N=793 garçons inscrits en club soit 61% de l'ensemble des garçons de l'échantillon)**

Parmi les 46% de filles de notre échantillon qui pratiquent un sport au sein d'un club sportif, les filles pratiquent des disciplines comme la danse (30%), l'équitation ou la gymnastique. Le basket-ball apparaît comme une discipline mixte.

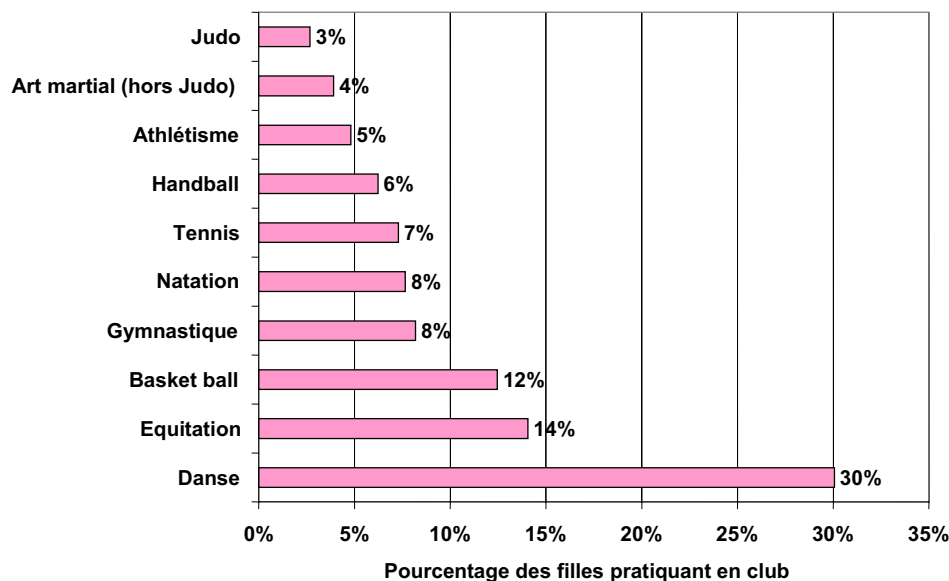


Figure 20 : Palmarès des sports les plus pratiqués chez les filles de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 (N=562 filles inscrites en club soit 46% de l'ensemble des filles de l'échantillon)

#### 4.1.3 Activité physique libre (en dehors du cadre scolaire et d'un club sportif)

80% des garçons et 66% des filles déclarent avoir une activité physique et sportive de pratique libre. Le pourcentage de pratiquants est stable pour les garçons des différentes classes d'âge, mais il diminue progressivement chez les filles à partir de 14 ans.

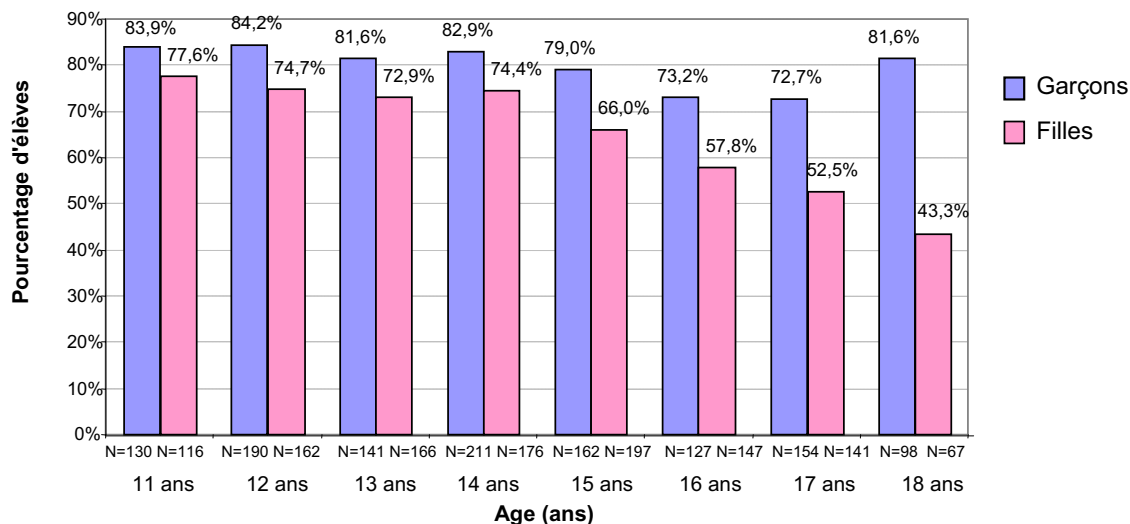
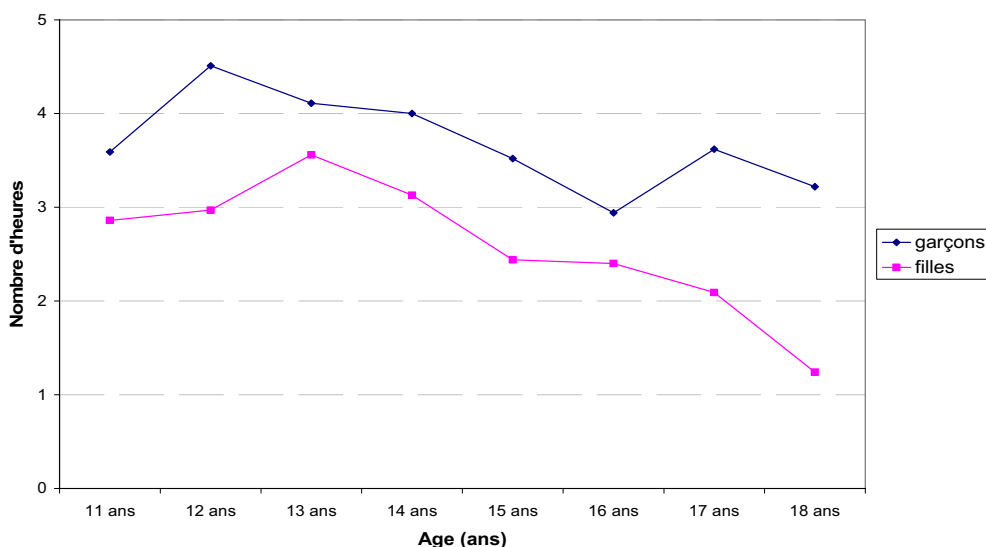


Figure 21 : Pourcentage des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 pratiquant une APS dans le cadre d'une activité libre selon l'âge et le sexe (N=2385)

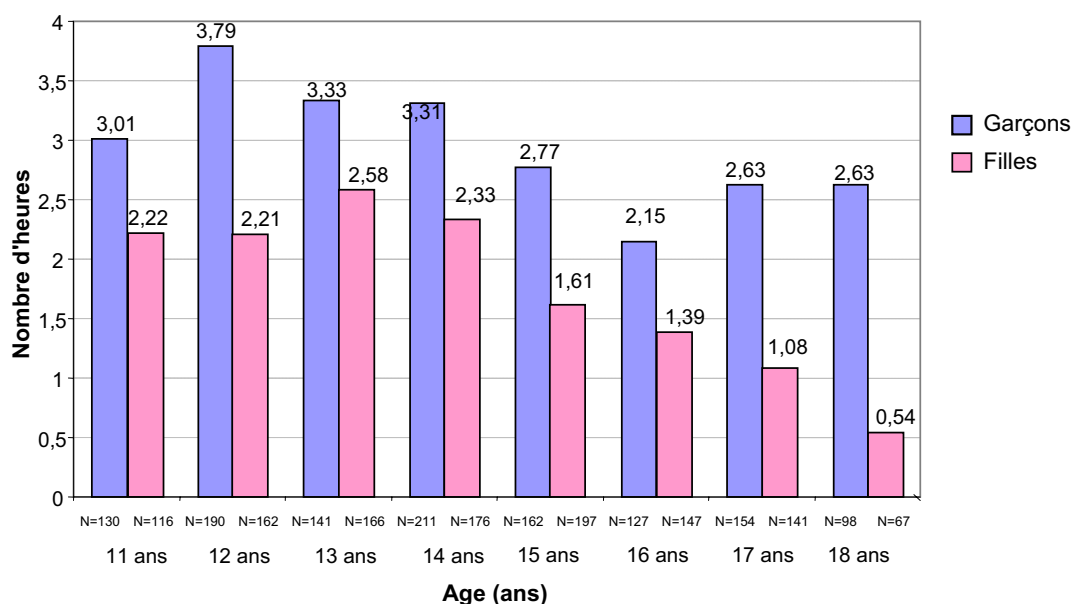
Le nombre d'heures moyen d'activité physique hebdomadaire des 1738 élèves de l'échantillon faisant de l'APS en pratique libre est toujours plus important chez les garçons que les filles dans toutes les classes d'âge et diminue globalement chez les plus âgés en particulier pour les filles.



**Figure 21 bis : Nombre d'heures moyen\* d'activité physique hebdomadaire des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 pratiquant de l'APS en pratique libre. Répartition selon l'âge et le sexe (N=1738)**

*\* calculé sur la base des 1738 élèves pratiquant des APS en pratique libre)*

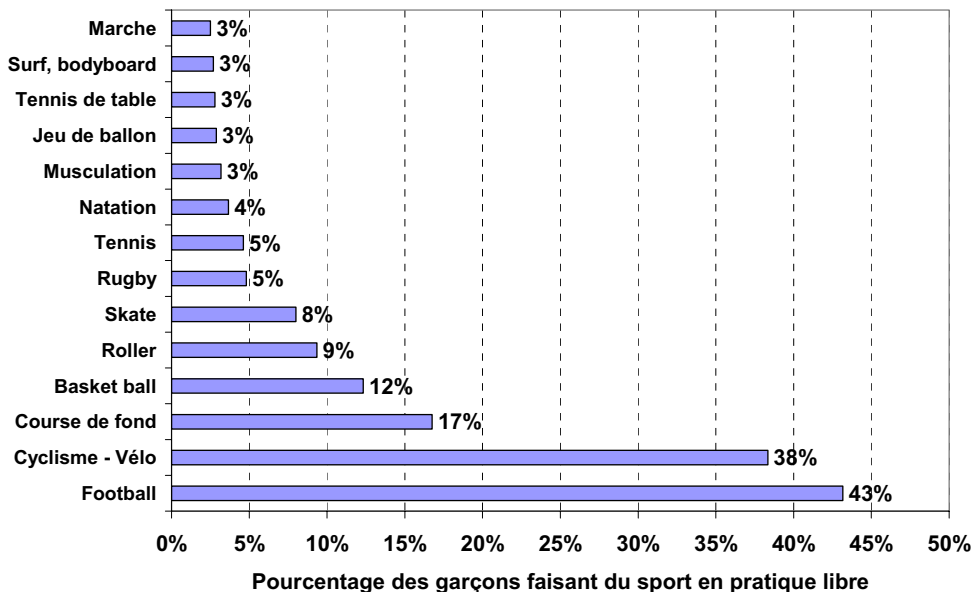
En prenant en compte l'ensemble des élèves de l'échantillon et compte tenu de la diminution du pourcentage des élèves pratiquant de l'APS en pratique libre, le temps moyen d'APS en pratique libre de l'ensemble des élèves de l'échantillon est à peu près stable chez les garçons dans les différentes classes d'âge mais diminue chez les filles notamment à partir de 15 ans, ce qui est logique puisque le pourcentage de filles pratiquant de l'APS en pratique libre et le temps moyen qu'elles y consacrent diminue chez les filles les plus âgées de l'échantillon.



**Figure 22 : Temps moyen\* d'heures hebdomadaire d'APS en pratique libre des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon l'âge et le sexe (N=2385)**

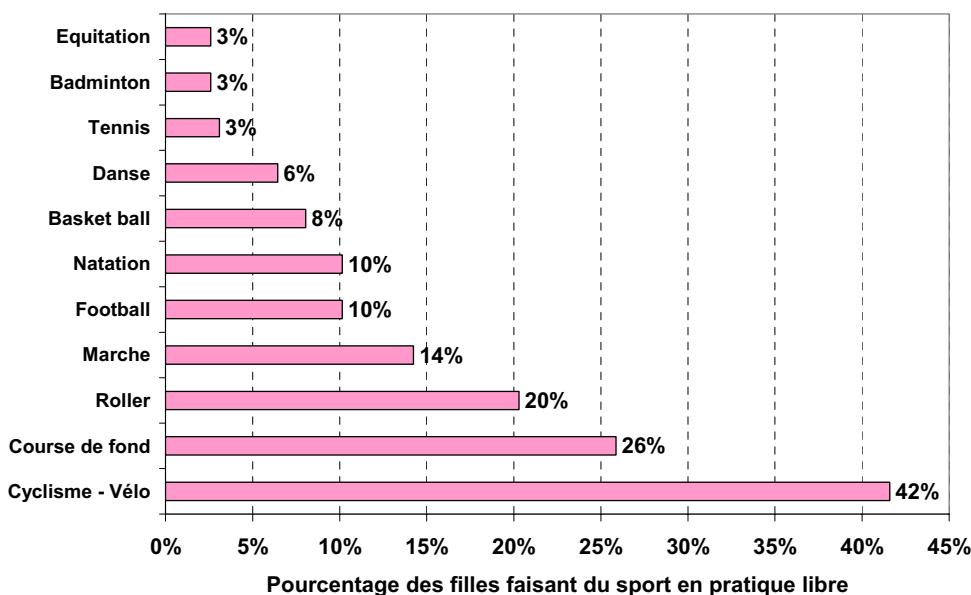
*(\*Le temps moyen est calculé sur l'ensemble de l'échantillon (N=2385) en considérant, pour les élèves ne pratiquant pas d'APS en pratique libre, que le nombre d'heure hebdomadaire pour cette activité est égal à 0)*

Parmi les 80% de garçons de notre échantillon qui pratiquent un sport en pratique libre, les disciplines déclarées par les garçons sont par ordre décroissant : le football (43%), le « vélo » (38%), le « footing » (17%) et le basket-ball (12%). Des nouvelles disciplines telles que le roller et le skate sont également citées par respectivement 9% et 8% des garçons interrogés.



**Figure 23 : Palmarès des sports les plus pratiqués (pratique libre) chez les garçons de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 (N=1038, soit 80% des garçons de notre échantillon)**

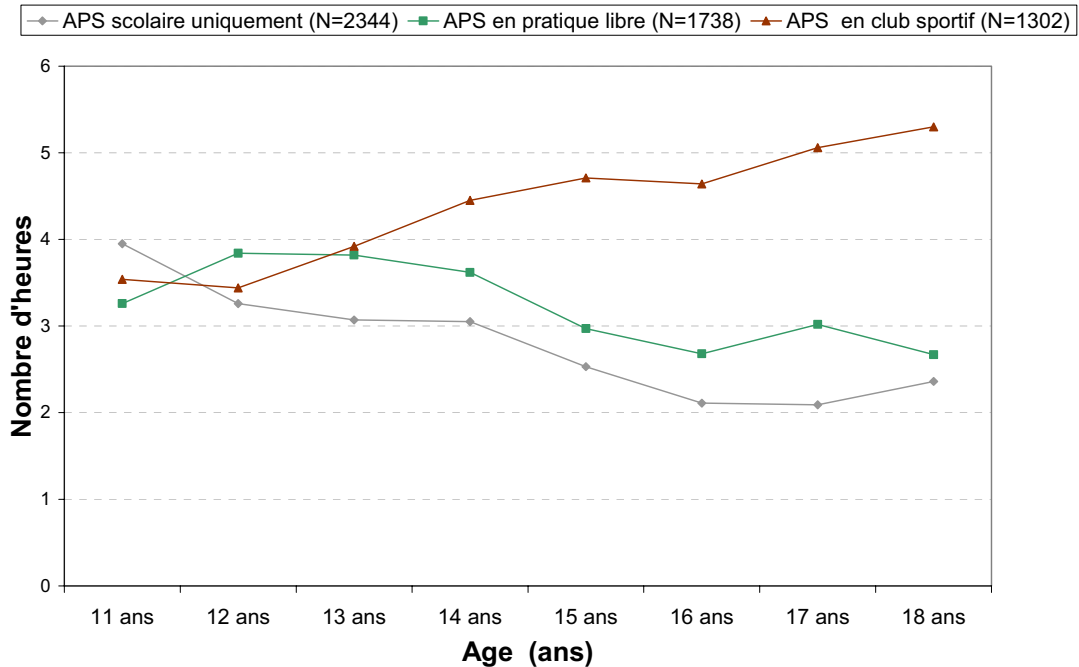
Parmi les 66% de filles de notre échantillon qui pratiquent au moins un sport en pratique libre, on retrouve essentiellement la pratique du vélo à 42%, puis du footing, du roller et de la marche.



**Figure 24 : Palmarès des sports les plus pratiqués (pratique libre) chez les filles de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 (N=808 soit 66% de l'ensemble des filles de l'échantillon)**

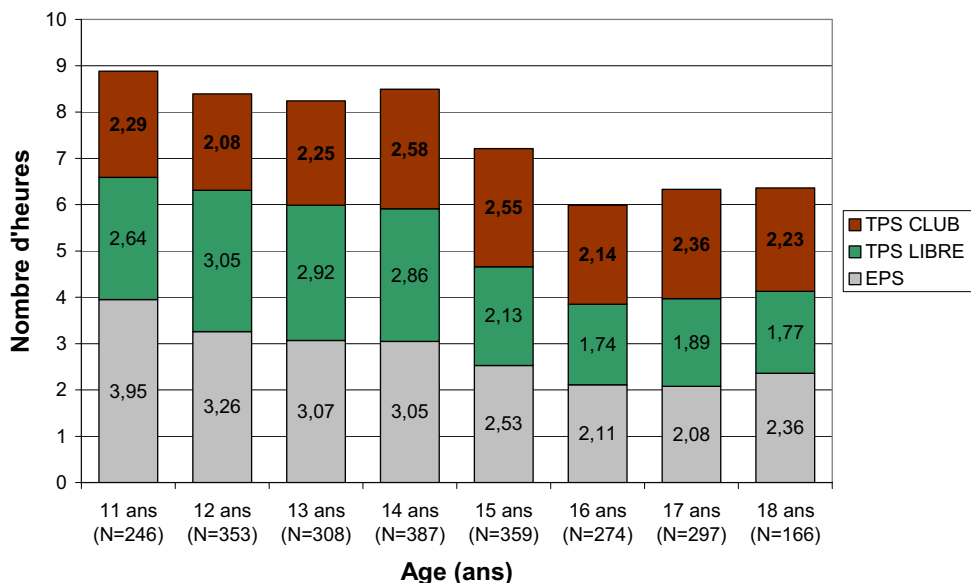
#### 4.1.4 Temps d'activité physique hebdomadaire selon les types d'activités

Chez les élèves qui pratiquent les différents types d'APS, les pratiquants en club sportif les plus âgés y consacrent plus de temps que les plus jeunes mais ils sont moins nombreux à le faire, alors que la pratique en EPS et en pratique libre diminue chez les adolescents les plus âgés.

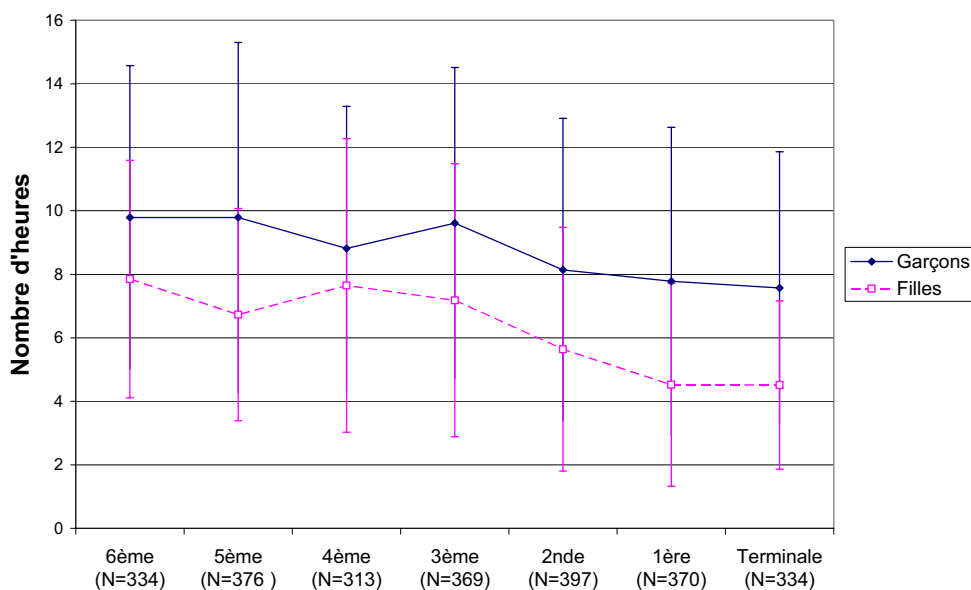


**Figure 25 : Nombre d'heures moyen\* d'activité physique hebdomadaire des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 pour chaque mode d'activité physique. Répartition selon l'âge (N=2390) \* Pour les élèves pratiquants**

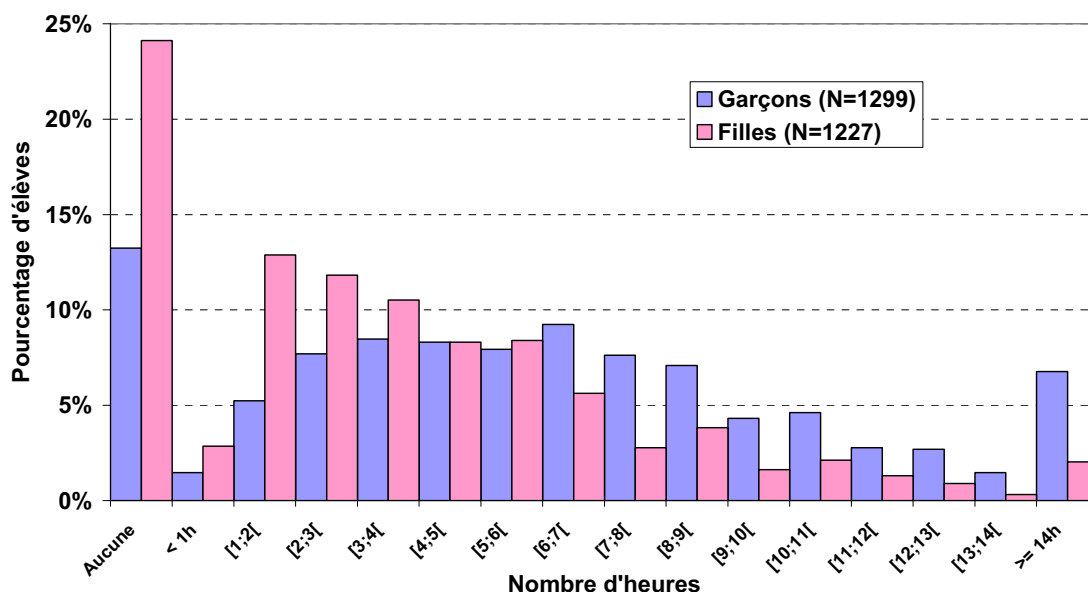
Le nombre d'heures cumulées hebdomadaire moyen d'APS diminue progressivement avec l'âge puisqu'il est de 9 heures pour les élèves de 11 ans et de 6 heures pour ceux de 18 ans. Cette baisse est liée à celle de l'APS scolaire et de la pratique libre. Quels que soient l'âge et le niveau scolaire, les filles ont toujours un temps hebdomadaire cumulé d'activité physique inférieur à celui des garçons (de 1 à 3 h selon l'âge et le niveau scolaire). Ce résultat est à rapprocher de la plus grande proportion de garçons que de filles qui pratiquent une APS, en particulier dans un club sportif et en pratique libre.



**Figure 26 : Nombre d'heures hebdomadaire moyen\* d'APS des élèves de l'ensemble de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon l'âge et selon l'activité physique (N=2390) (\*Nombre d'heures hebdomadaire moyen est calculé sur l'ensemble de l'échantillon en considérant, pour les élèves ne pratiquant pas un mode d'APS, que le nombre d'heures hebdomadaire pour cette activité est égal à 0)**



**Figure 27 : Nombre moyen d'heures d'activité physique hebdomadaire des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon le niveau de classe et le sexe (N=2533) (le temps moyen est calculé sur l'ensemble de l'échantillon en considérant, pour les élèves ne pratiquant pas un type d'APS, que le nombre d'heure hebdomadaire pour cette activité est égal à 0)**



**Figure 28 : Répartition des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon le nombre d'heures hebdomadaire d'APS (hors EPS) par sexe (N=2526) (la catégorie « aucune » comporte tous les élèves n'ayant pas d'autre pratique que l'EPS scolaire).**

Parmi les adolescents qui pratiquent une activité physique autre que l'APS scolaire, on constate que la proportion de filles pratiquant plus de 7 heures par semaine d'APS extra scolaire est plus faible que celle des garçons.

**Tableau 9 : Répartition des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon leur temps hebdomadaire d'APS. Répartition selon le sexe (N=2526)**

	APS scolaire uniquement	Moins de 3h30 hebdomadaire d'APS (au delà d'EPS)	Entre 3h30 et 7h hebdomadaire d'APS (au delà d'EPS)	Plus de 7 heures hebdomadaire d'APS (au delà d'EPS)
Garçons (N=1299)	13,2%	22,4%	30,0%	33,3%
Filles (N=1227)	24,1%	37,6%	24,4%	13,4%
Total (N=2526)	18,6%	29,8%	27,2%	23,7%

$p < 0.0001$

Si on s'intéresse au nombre d'heures hebdomadaire de pratique sportive hors EPS scolaire, les filles sont deux fois plus nombreuses à ne pas pratiquer du tout de sport en dehors de l'EPSt que les garçons et celles qui pratiquent le font généralement sur des durées plus courtes.

#### 4.2 Mode de transport pour se rendre à l'établissement scolaire

Dans notre échantillon, 29% des adolescents vont au collège ou au lycée à pied, en vélo ou en rollers au moins de temps en temps, et 19,3% déclarent utiliser exclusivement ces moyens de déplacement. Le temps de trajet quotidien moyen lorsqu'il est réalisé à pied, à vélo ou en roller est de 32 minutes.

Les élèves pratiquant le plus d'APS utilisent plus souvent un mode de déplacement actif (à pied, vélo ou roller) pour se rendre à leur établissement scolaire ( $p=0.02$ ).

Les élèves habitant en milieu rural utilisent moins souvent un mode de transport actif (à pied, vélo ou roller) pour se rendre à leur établissement scolaire que les élèves habitant une unité urbaine ( $p=0.0001$ ).

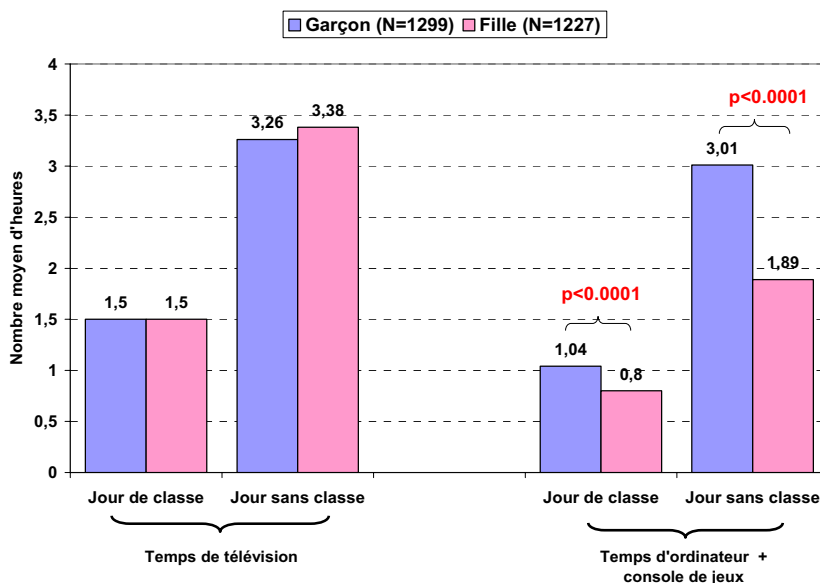
Par contre, nous ne retrouvons pas de différence significative selon le niveau de corpulence.

**Tableau 10 : Répartition des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 se rendant à pied, en vélo ou en rollers à leur établissement scolaire (N=2533)**

	Elèves se rendant à pied, en vélo ou en rollers à leur établissement scolaire		
	Tout le temps	De temps en temps	Jamais
	Effectif (%)	Effectif (%)	Effectif (%)
<b>selon le temps hebdomadaire moyen d'APS (p=0,0007)</b>			
APS scolaire uniquement (N=470)	72 (15,3%)	41 (8,7%)	344 (73,2%)
Moins de 3h30 d'APS hebdomadaire (N=755)	136 (18,0%)	61 (8,1%)	551 (73,0%)
Entre 3h30 et 7h d'APS hebdomadaire (N=688)	140 (20,3%)	62 (9,0%)	482 (70,1%)
Plus de 7h d'APS hebdomadaire (N=599)	134 (22,4%)	80 (13,4%)	384 (64,1%)
<b>selon le lieu d'habitation (p&lt;0,0001)</b>			
Zone rurale (N=654)	22 (3,4%)	33 (5,1%)	597 (91,3%)
Zone non rurale (N=1773)	446 (25,2%)	200 (11,3%)	1119 (63,1%)
<b>selon la corpulence (NS)</b>			
Pas de surpoids (N=2172)	413 (19,0%)	206 (9,5%)	1535 (70,7%)
Surpoids (N=293)	60 (20,5%)	29 (9,9%)	201 (68,6%)
Obésité (N=48)	13 (27,1%)	7 (14,6%)	29 (58,3%)

### 4.3 Description du temps de sédentarité selon le sexe

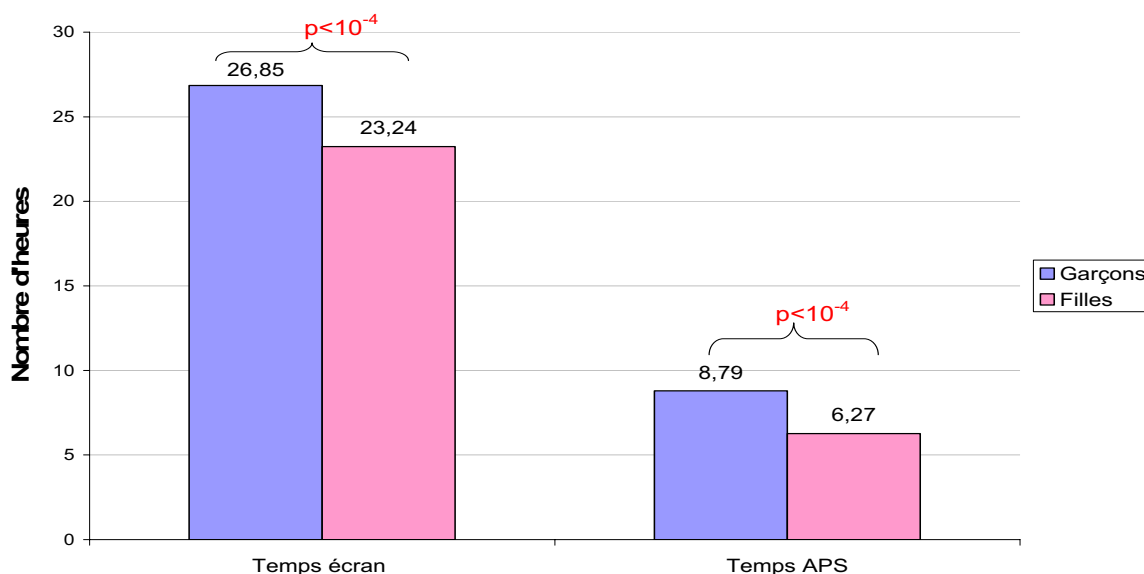
Dans notre étude, nous avons défini comme « temps de sédentarité », le cumul du temps passé devant la télévision et du temps consacré aux jeux vidéo et à l'ordinateur, c'est à dire tout le temps passé devant un écran (cf. méthodes).



**Figure 29 : Temps moyen passé devant la télévision, devant l'ordinateur et/ou consoles de jeux chez les élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005. Répartition selon le sexe (N=2526)**

Quel que soit le sexe, le temps passé devant la télévision est en moyenne d'une heure et demie un jour de classe et il double un jour sans classe.

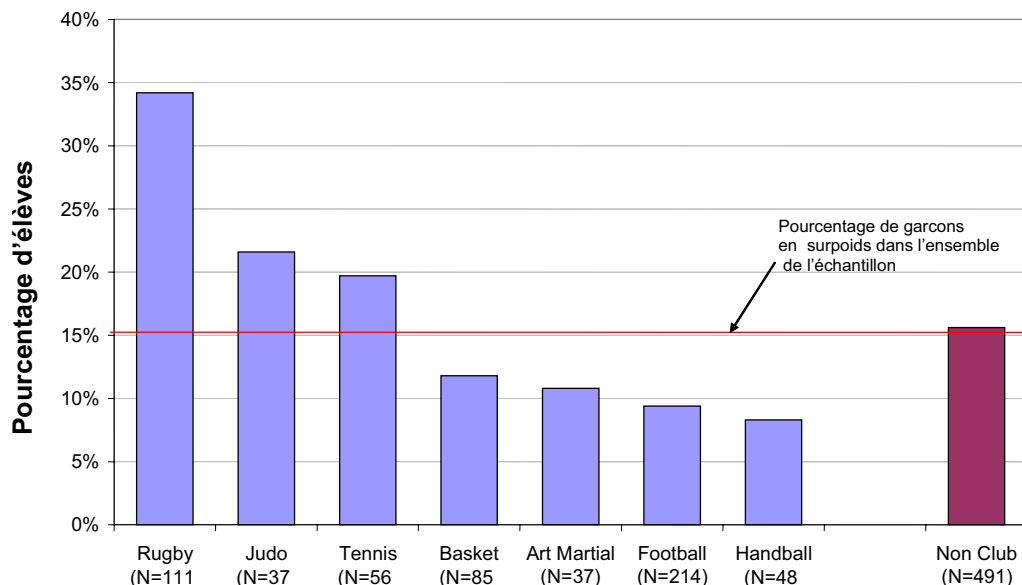
Le temps moyen consacré à l'ordinateur et consoles de jeux diffère significativement selon le sexe. Il est de l'ordre d'une heure un jour de classe et passe les jours sans classe à 3h pour les garçons et à 2h pour les filles ( $p < 0.0001$ ). Nous n'avons pas observé de différence significative selon le niveau scolaire.



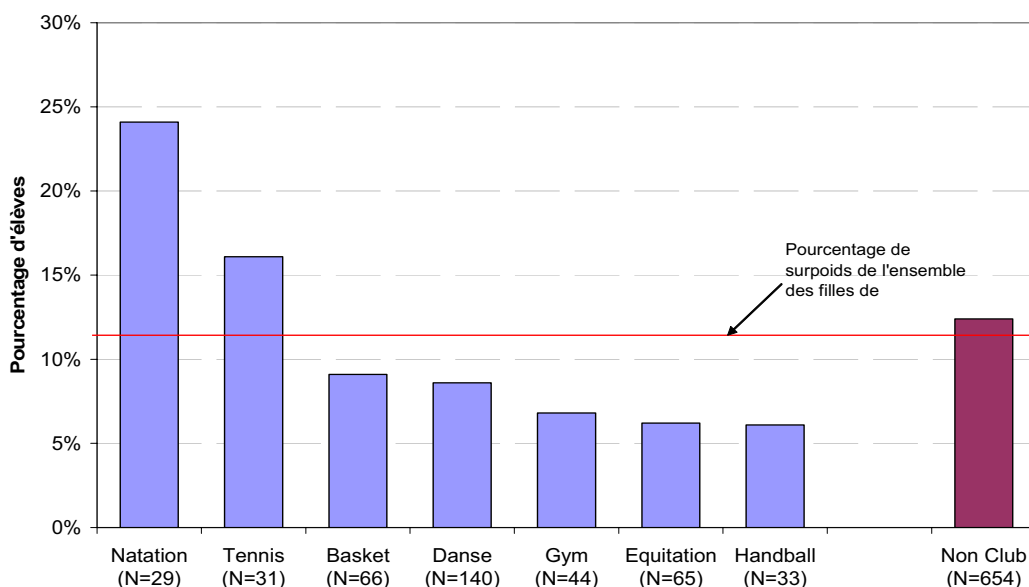
**Figure 30 : Temps hebdomadaire consacré à une activité sédentaire (TV+ordinateur) et à une activité physique et sportive par les élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon le sexe (N=2526)**

Le temps consacré chaque semaine aux activités sédentaires et aux activités physiques est significativement plus important chez les garçons (respectivement 26 heures 50 minutes et 8 heures 47 minutes) que chez les filles (respectivement 23 heures 15 minutes et 6 heures 16 minutes) ( $p < 0.0001$ ).





**Figure 31 : Pourcentage de surpoids (obésité incluse) des garçons de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon le sport pratiqué en club**



**Figure 32 : Pourcentage de surpoids (obésité incluse) des filles de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon le sport pratiqué en club**

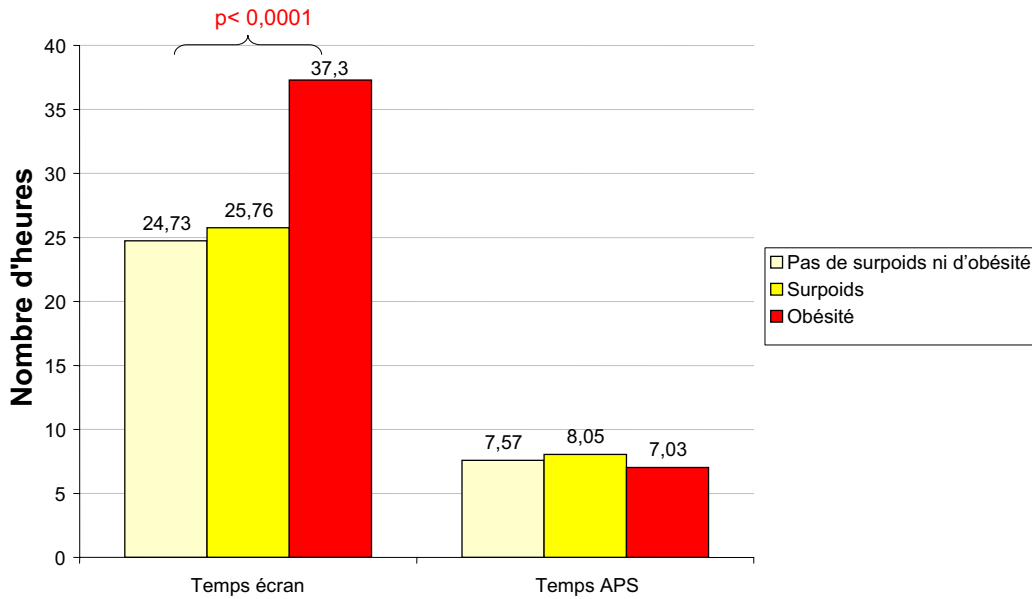
## 5.2 Facteurs associés à l'APS et la sédentarité

### 5.2.1 Sédentarité et APS selon la corpulence

Le temps de sédentarité diffère significativement selon la corpulence des élèves (références internationales) ( $p < 0.0001$ ).

Les élèves obèses passent le plus de temps devant un écran que les élèves en surpoids ou de corpulence normale.

Par contre, il n'y a pas de différence significative entre la corpulence et le temps moyen d'activité physique et sportive.

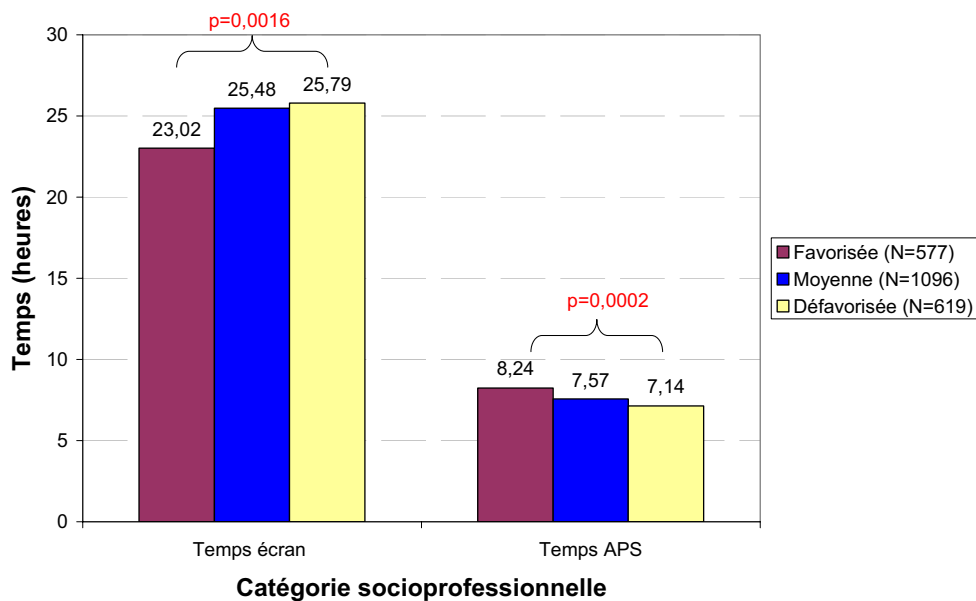


**Figure 33 : Temps hebdomadaire consacré à une activité sédentaire (TV+ordinateur) et à une activité physique et sportive par les élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon la corpulence (références internationales) (N=2408)**

### 5.2.2 Sédentarité et APS et catégorie socioprofessionnelle

Le temps passé devant un écran est significativement différent selon la catégorie socioprofessionnelle du père ( $p=0,0016$ ). Ce sont les élèves issus de milieux favorisés qui passent le moins de temps devant un écran.

Le temps d'APS est significativement différent selon la catégorie socioprofessionnelle du père ( $p=0,0002$ ). Ce sont également les élèves de milieux favorisés qui ont le plus d'APS.



**Figure 34 : Temps hebdomadaire consacré à une activité sédentaire (TV+ordinateur) et à une activité physique et sportive par les élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon la catégorie socioprofessionnelle des parents (N=2533)**

### 5.2.3 Sédentarité et APS selon l'habitat (zone rurale versus unité urbaine)

Les élèves vivant dans une unité urbaine passent significativement plus de temps devant un écran que ceux habitant une zone rurale (respectivement 26 heures et 23 heures) ( $p < 0.0001$ ).

Il n'y a pas de différence significative entre les élèves des zones rurales et des unités urbaines ni pour le temps d'activité physique, ni pour le pourcentage d'élèves inscrits en club sportif.

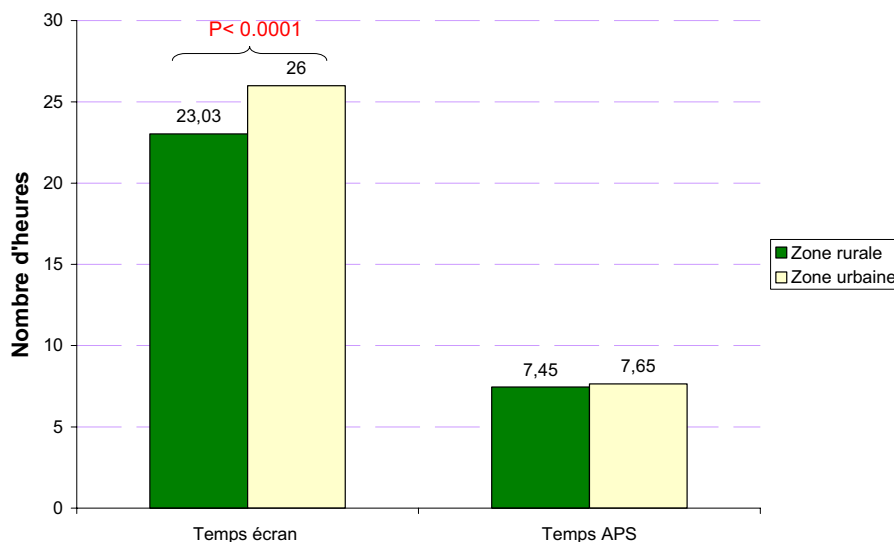


Figure 35 : Temps hebdomadaire consacré à une activité sédentaire (TV+ordinateur) et à une activité physique et sportive par les élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon la zone rurale ou urbaine (N=2533)

### 5.2.4 Sédentarité selon le temps d'APS

Le temps de sédentarité est significativement différent selon le profil sportif des élèves de notre échantillon. En effet, les élèves n'ayant d'APS qu'au sein de l'établissement scolaire passent plus de temps devant un écran que les autres, que ce soit chez les garçons ( $p = 0.0019$ ) ou chez les filles ( $p < 0.0001$ ).

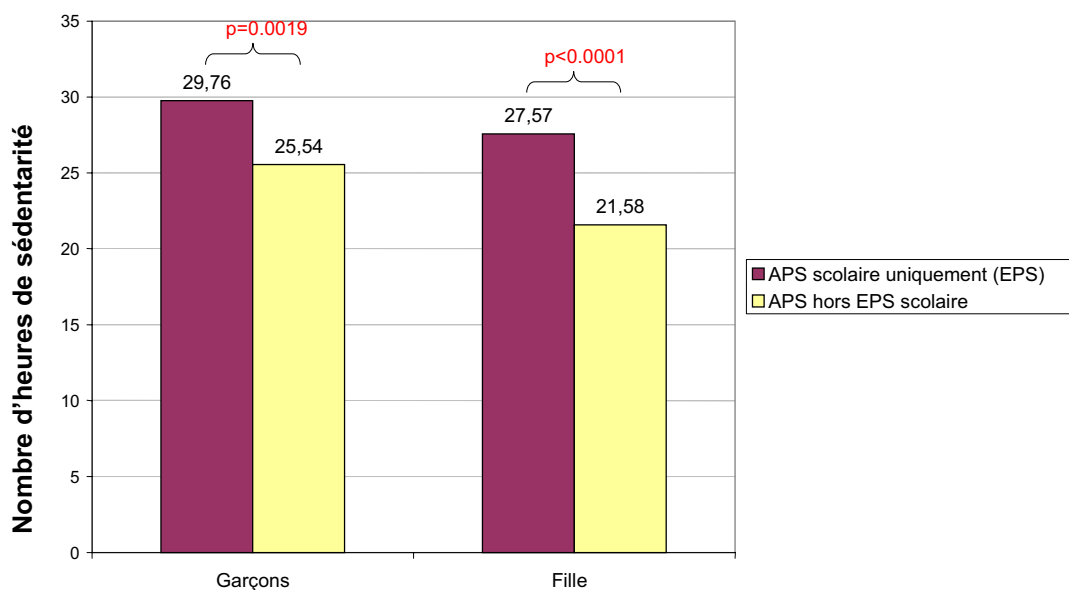


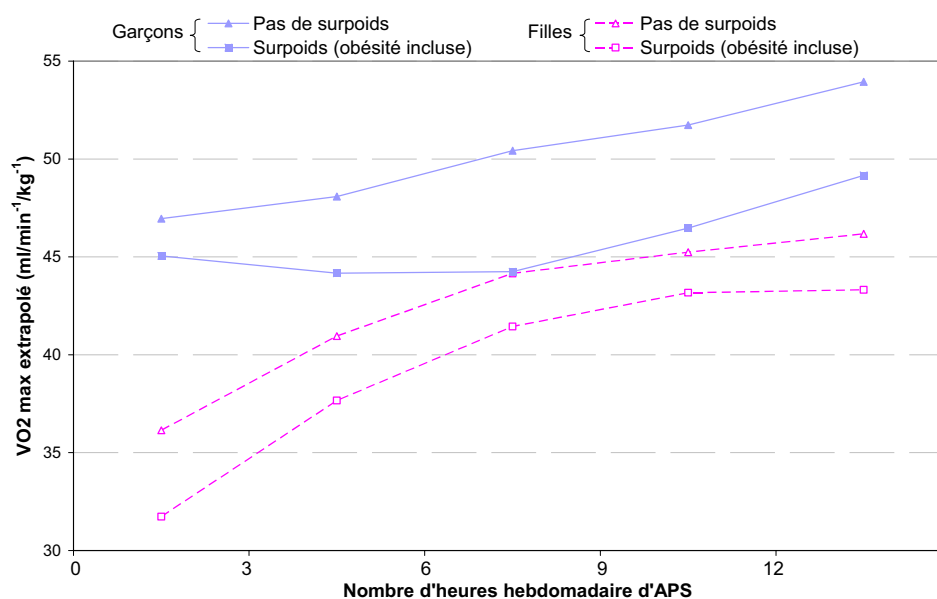
Figure 36 : Temps hebdomadaire consacré à une activité sédentaire (TV+ordinateur) par les élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon le profil sportif des élèves et le sexe (N=2533)

### 5.3 Lien entre l'activité physique et sportive, la corpulence et les capacités physiques

Nous retrouvons que les capacités physiques des élèves (déterminées par le calcul de la valeur de VO<sub>2</sub> max à partir des données du test navette) sont liées au temps cumulé d'activité physique et sportive. Plus le temps d'APS hebdomadaire augmente, plus la puissance aérobie, et donc le VO<sub>2</sub>max extrapolé sont élevés, validant ainsi les données mesurées et déclarées. L'augmentation de la VO<sub>2</sub> max avec le temps d'APS est constatée chez les adolescents de corpulence normale comme chez les adolescents en surpoids (obésité incluse). La capacité physique des élèves augmente avec le nombre d'heures de sport quel que soit la corpulence des adolescents.

Les capacités des élèves de corpulence normale sont meilleures que celles des élèves en surpoids (obésité incluse) (références internationales).

Nous retrouvons cette différence de capacités selon la corpulence aussi bien chez les garçons que chez les filles.

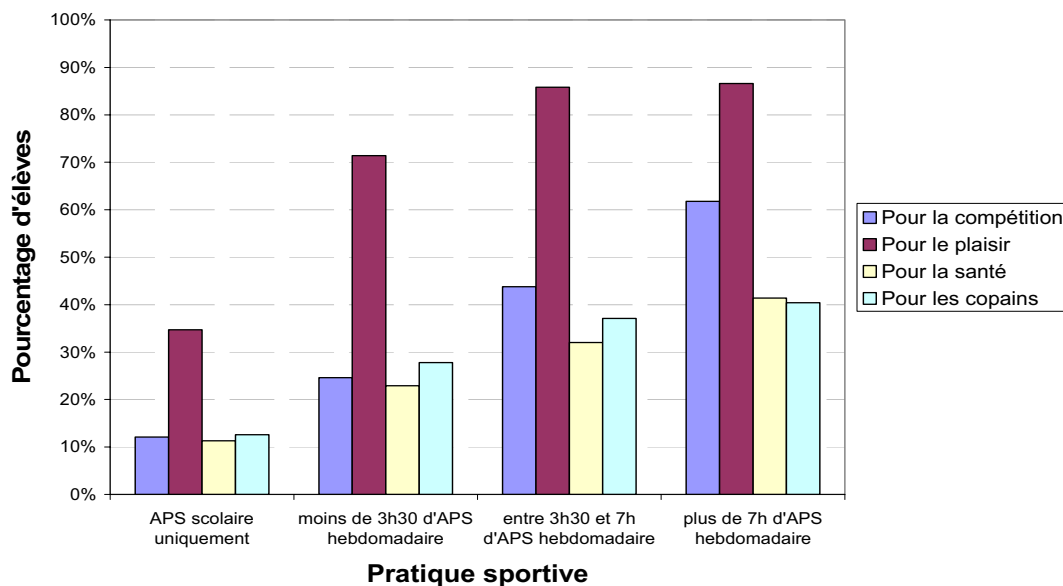


**Figure 37 : Valeur moyenne de VO<sub>2</sub> max des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon le nombre d'heures d'activité physique et sportive et leur corpulence. Répartition selon le sexe (N=2533)**

### 5.4 Perceptions, motivation et souhaits en matière d'APS

#### 5.4.1 Motivations pour la pratique de l'APS

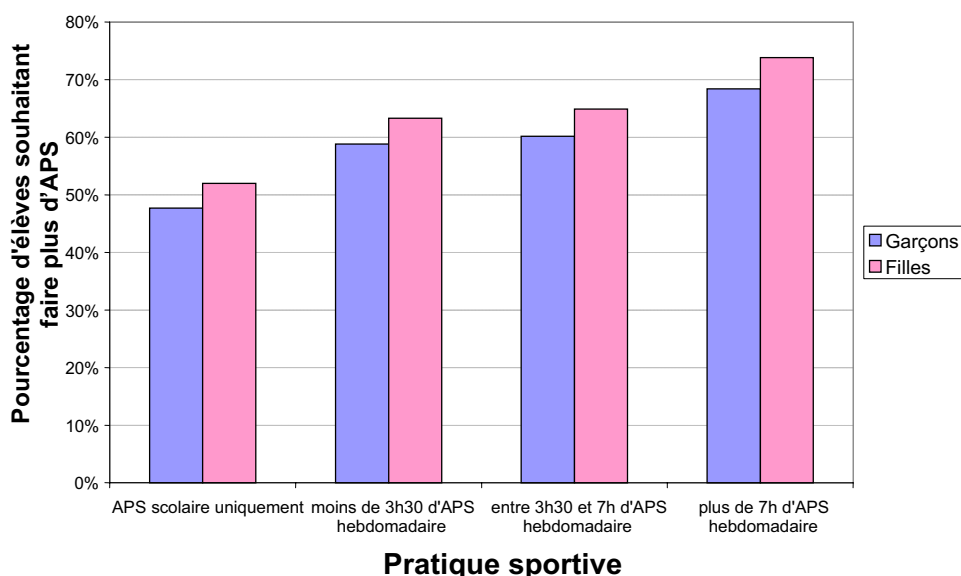
Les motivations les plus souvent citées pour la pratique d'une APS sont, par ordre décroissant de citation, le plaisir, la compétition, les copains et la santé. Ces raisons sont cependant citées dans des mesures différentes selon le profil de pratique et le temps consacré à une activité physique et sportive. Plus les élèves font de sport et plus ils expriment toutes ces raisons.



**Figure 38 : Raisons données par les élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 à la pratique d'une activité physique et sportive (N=2533)**

#### 5.4.2 Souhait de faire davantage d'APS et limites à la pratique d'APS

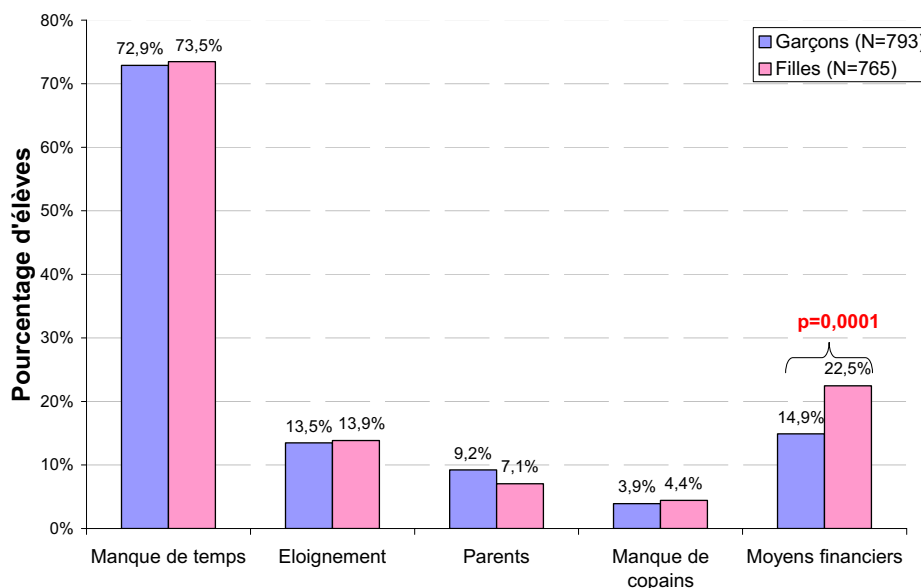
Parmi les 2533 élèves, 1563 disent qu'ils souhaitent faire davantage de sport, soit 61,7% des élèves de notre échantillon. Les adolescents pratiquant déjà le plus d'APS sont ceux qui souhaiteraient en faire davantage sans différence significative selon le sexe.



**Figure 39 : Pourcentage d'élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 souhaitant faire davantage de sport selon leur pratique d'APS (N=2533)**

La principale limite évoquée à la pratique de plus d'APS est le manque de temps (73% des élèves de notre échantillon) et ce quelque soit le sexe, la zone d'habitation de l'élève ou le type d'établissement, viennent ensuite les moyens financiers et l'éloignement.

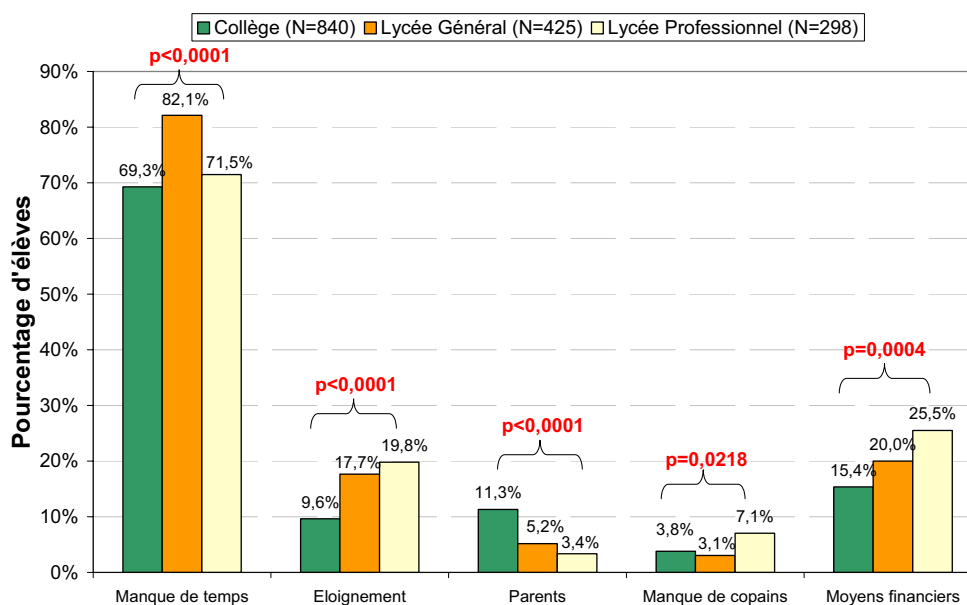
Seule la notion de problèmes financiers diffère selon le sexe, les filles donnant plus souvent cette raison que les garçons (22,5% versus 14,9%) ( $p=0.0001$ ).



**Figure 40 : Raisons évoquées par les élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 comme les empêchant de faire davantage de sport. Répartition selon le sexe (N=1563)**

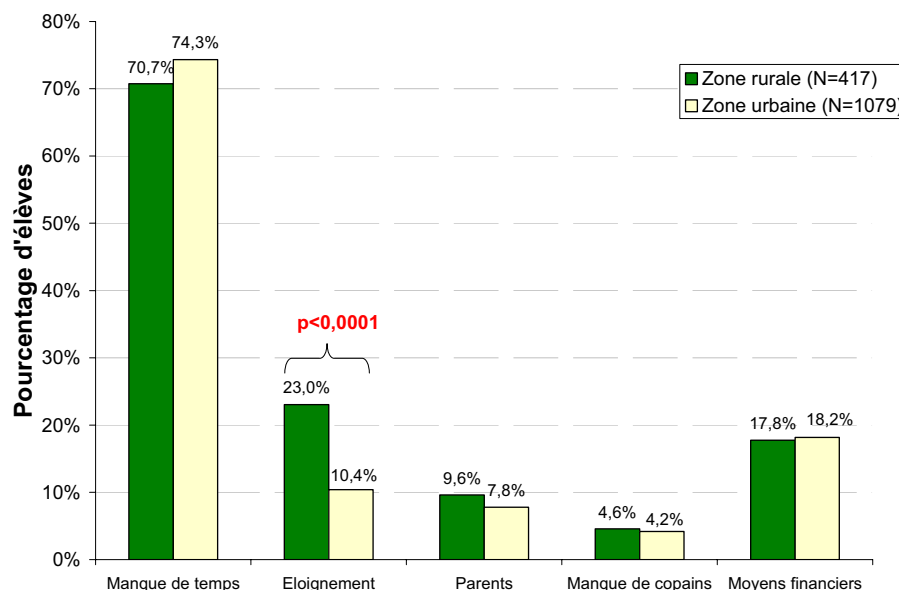
Les élèves de lycées généraux sont plus nombreux que les élèves des autres établissements à déclarer manquer de temps pour pouvoir faire davantage de sport (82% contre 70%). Les lycéens ont plus fréquemment signalé l'éloignement et les moyens financiers que les collégiens.

Les collégiens, quant à eux, ont été plus nombreux que les lycéens à déclarer que les parents étaient un frein à davantage d'EPS.



**Figure 41 : Raisons évoquées par les élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 comme les empêchant de faire davantage de sport. Répartition selon le type d'établissement (N=1563)**

L'éloignement (accessibilité aux sports, aux structures) est deux fois plus cité par les élèves habitant une zone rurale (23,0%) que les élèves habitant une zone urbaine (10,4%) ( $p < 10^{-4}$ ) comme les empêchant de faire plus d'APS.



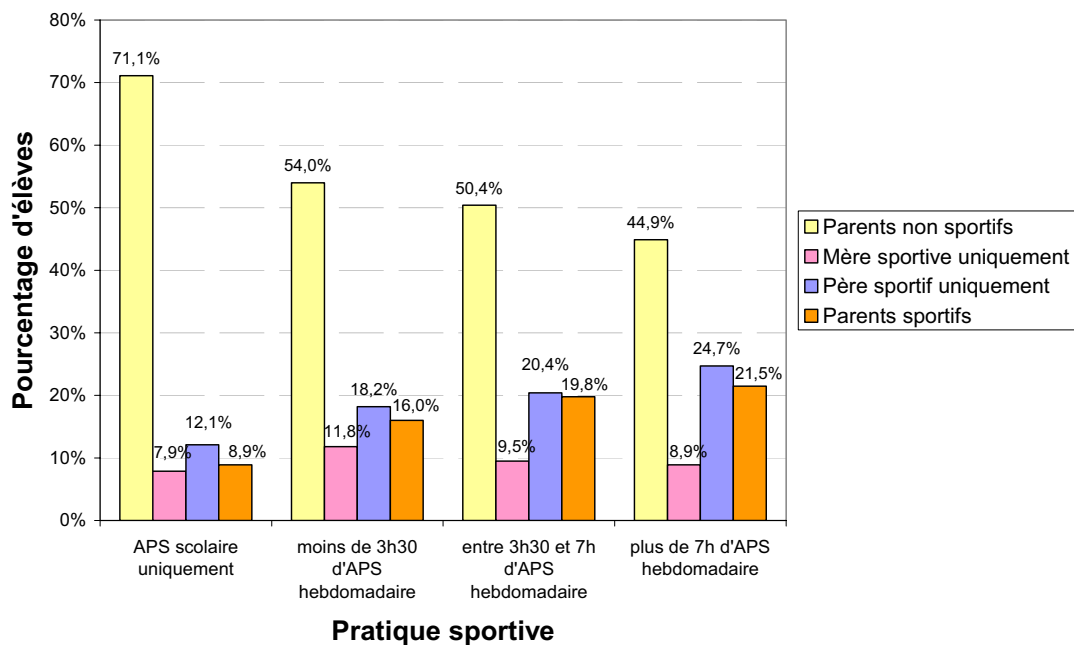
**Figure 42 : Raisons évoquées par les élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 comme les empêchant de faire davantage de sport. Répartition selon le lieu d'habitation (zone rurale ou urbaine) (N=1563)**

En ce qui concerne le lieu de l'établissement, nous ne relevons aucune différence significative dans les limites évoquées par les élèves en ZEP et par les élèves en non ZEP.

De même, nous ne retrouvons aucune différence significative dans le choix des réponses selon les trois groupes de catégories socioprofessionnelles.

#### 5.4.3 Pratique d'APS et profil de pratique sportive des parents

La pratique sportive de l'environnement familial apparaît un facteur important. En effet, 71,1% des élèves ne pratiquant pas de sport en dehors du cadre scolaire ont une proportion significativement supérieure de parents non sportifs à celle des enfants en faisant plus de 7 heures (44,9%) ( $p < 10^{-4}$ ). Il faut cependant rappeler que la notion de « parents sportifs » repose sur des données déclaratives des élèves et peut correspondre à des réalités différentes.



**Figure 43 : Activité physique déclarée des parents selon le profil sportif des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 (N=2533)**

## 6. Habitudes alimentaires des collégiens et lycéens et hygiène de vie

### 6.1 Le petit déjeuner

#### 6.1.1 Fréquence de prise du petit déjeuner selon le type d'établissement

48,5% des élèves déclarent prendre un petit déjeuner tous les jours de la semaine et 8 sur 10 en prennent au moins 4 par semaine. 7,9% des élèves interrogés déclarent ne jamais prendre de petit déjeuner.

La fréquence de prise de petit déjeuner est significativement différente selon le type d'établissement ( $p < 0.0001$ ). Les élèves de collège sont ceux qui en prennent le plus fréquemment et les élèves de lycée professionnel sont ceux qui en prennent le moins fréquemment.

**Tableau 12 : Fréquence de prise de petit déjeuner des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon le type d'établissement (N=2533)**

	Aucun	1 à 3 fois/semaine	4 à 6 fois/semaine	Tous les jours
Collège (N=1416)	6,3%	10,5%	29,9%	51,7%
Lycée Général (N=1117)	9,8%	14,8%	29,5%	44,4%
Lycée Professionnel (N=470)	12,8%	16,4%	30,9%	38,3%
<b>Total (N=2533)</b>	<b>7,9%</b>	<b>12,4%</b>	<b>29,7%</b>	<b>48,5%</b>

$p < 0.0001$

#### 6.1.2 Fréquence de prise du petit déjeuner selon le sexe

Les garçons prennent plus souvent un petit déjeuner que les filles ( $p < 0.0001$ ) et ils sont plus nombreux à en prendre tous les jours (53,3% versus 43,4%).

**Tableau 13 : Fréquence de prise de petit déjeuner des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon le sexe (N=2533)**

	Aucun	1 à 3 fois/semaine	4 à 6 fois/semaine	Tous les jours
Garçons (N=1299)	6,9%	9,1%	28,9%	53,3%
Filles (N= 1227)	9,0%	15,9%	30,5%	43,4%

$p < 0.0001$

#### 6.1.3 Fréquence de prise du petit déjeuner selon le régime scolaire de l'élève

La fréquence de prise de petit déjeuner diffère significativement selon le régime scolaire des élèves ( $p < 0.0001$ ). Ce sont les internes qui en prennent le plus souvent et les externes qui en prennent le moins fréquemment.

**Tableau 14 : Fréquence de prise de petit déjeuner des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon le régime scolaire de l'élève (N=2533)**

	Aucun	1 à 3 fois/semaine	4 à 6 fois/semaine	Tous les jours
Externe (N=559)	9,5%	17,5%	29,3%	42,4%
Demi-pensionnaire (N= 1732)	7,2%	11,3%	29,0%	51,0%
Interne (N= 191)	7,3%	5,8%	36,3%	46,6%

$p < 0.0001$

### 6.1.4 Fréquence de prise du petit déjeuner selon la corpulence des élèves

Nous observons une différence significative de la fréquence de prise de petit déjeuner selon la corpulence des élèves de notre échantillon ( $p=0.002$ ). Les élèves en surpoids (obésité incluse) sont moins nombreux à en prendre un tous les jours et ont un peu plus tendance à ne pas en prendre du tout.

**Tableau 15 : Fréquence de prise de petit déjeuner des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 selon la corpulence des élèves (références internationales) (N=2533)**

	Aucun	1 à 3 fois/semaine	4 à 6 fois/semaine	Tous les jours
Pas de surpoids (N=2172)	7,8%	12,4%	28,5%	50,0%
Surpoids (obésité exclue) (N=293)	9,2%	13,0%	35,2%	41,0%
Obésité (N=48)	8,3%	8,3%	52,1%	31,3%

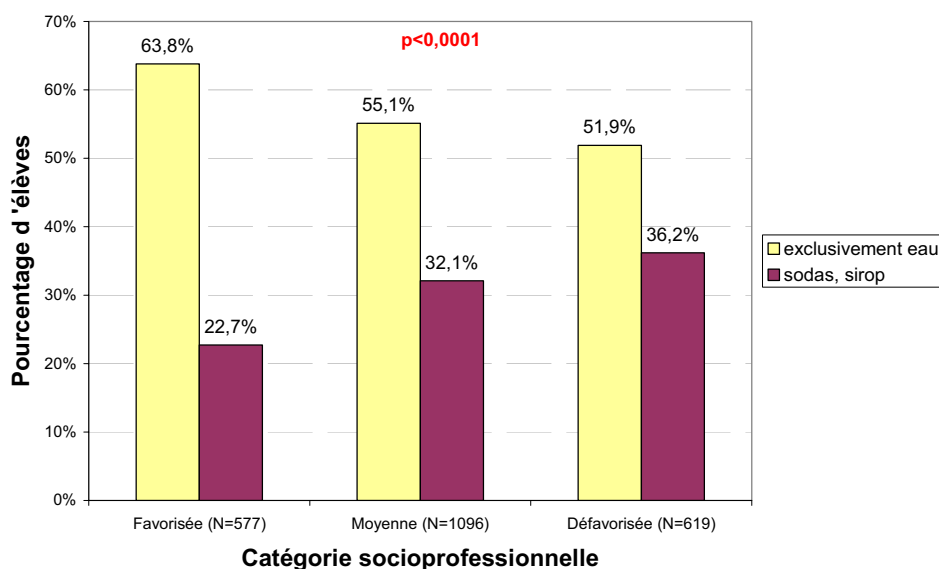
$p=0.002$

## 6.2 Les boissons consommées

### 6.2.1 Type de boissons consommées

Aux repas de midi et du soir, 55,4% des élèves de notre échantillon déclarent boire uniquement de l'eau (boisson recommandée par le PNNS). En plus ou non de l'eau, 12% boivent du lait (boisson lactée) ou du jus de fruit mais pas de soda ou sirop. Enfin, 31,4% déclarent boire à table des sodas ou du sirop (boissons dont le PNNS recommande de limiter la consommation).

En dehors des repas, 13% des élèves déclarent boire uniquement de l'eau et 62,2% boivent des sodas ou du sirop. 23,1% boivent du lait (boisson lactée) ou du jus de fruits en plus ou non de l'eau mais pas de soda ni sirop.



**Figure 44 : Comparaison du type de boissons consommées lors des repas selon la catégorie socioprofessionnelle du père des élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 (N=2533)**

Le type de boissons consommées au cours des repas diffère significativement selon la catégorie socioprofessionnelle du père ( $p < 0.0001$ ). Ce sont les enfants de parents de meilleures situations économiques qui déclarent les comportements les plus favorables à la santé en termes de boissons.

Nous ne retrouvons pas de différence significative selon la catégorie socioprofessionnelle du père en ce qui concerne la consommation de boissons en dehors des repas.

### 6.2.2 Lieu d'approvisionnement en boissons durant le temps scolaire

Les fontaines à eau, la cantine et les toilettes ne distribuent que de l'eau (boisson dont la consommation est à privilégier) contrairement aux distributeurs automatiques (encore présents au moment de l'enquête réalisée en 2004-2005) et aux foyers des élèves qui proposent également plutôt des boissons sucrées ou sodas.

Ainsi, une grande majorité des élèves étanchent leur soif dans les structures disponibles dans l'établissement (fontaine à eau, cantine, toilette) et plus rarement dans les distributeurs ou foyers du collège ou lycée.

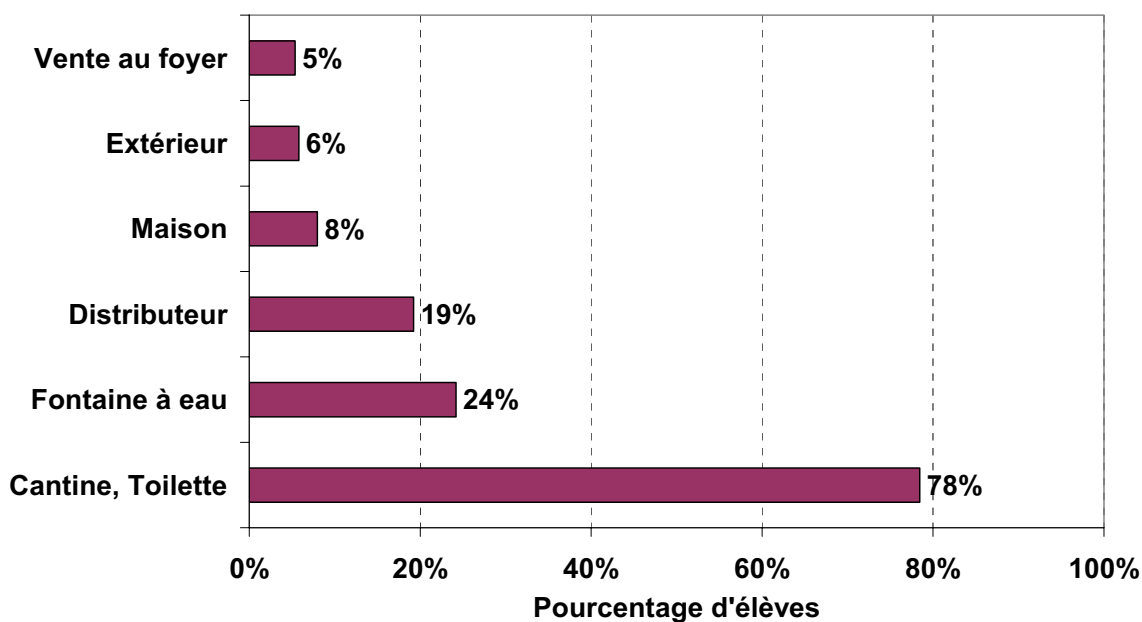


Figure 45 : Différents lieux où les élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 se servent à boire (N=2533)

### 6.3 Le goûter

A l'adolescence comme durant l'enfance, le goûter est l'un des quatre repas structurés recommandés de la journée qu'il est préférable de ne pas sauter. Nous constatons que les collégiens et les lycéens prennent rarement un goûter au sein de l'établissement scolaire et plus souvent au retour du collège ou du lycée et le mercredi et le week-end.

Nous notons également que la prise du goûter est moins fréquente chez les lycéens que chez les collégiens.

**Tableau 16 : Fréquence de la prise de goûter des collégiens (N=1416) et des lycéens (N=1117) de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005**

<b>Prise de goûter des collégiens (N=1416)</b>	Jamais	Parfois	Souvent	Toujours
Au sein de l'établissement	72,4%	19,9%	3,5%	7,0%
A la maison (au retour du collège)	3,8%	22,3%	26,0%	46,8%
A la maison (mercredi et week-end)	5,6%	22,9%	30,9%	38,1%
<b>Prise de goûter des lycéens (N=1117)</b>	Jamais	Parfois	Souvent	Toujours
Au sein de l'établissement	53,5%	35,0%	7,0%	3,7%
A la maison (au retour du collège)	11,8%	28,6%	26,0%	32,7%
A la maison (mercredi et week-end)	6,3%	29,5%	29,8%	33,1%

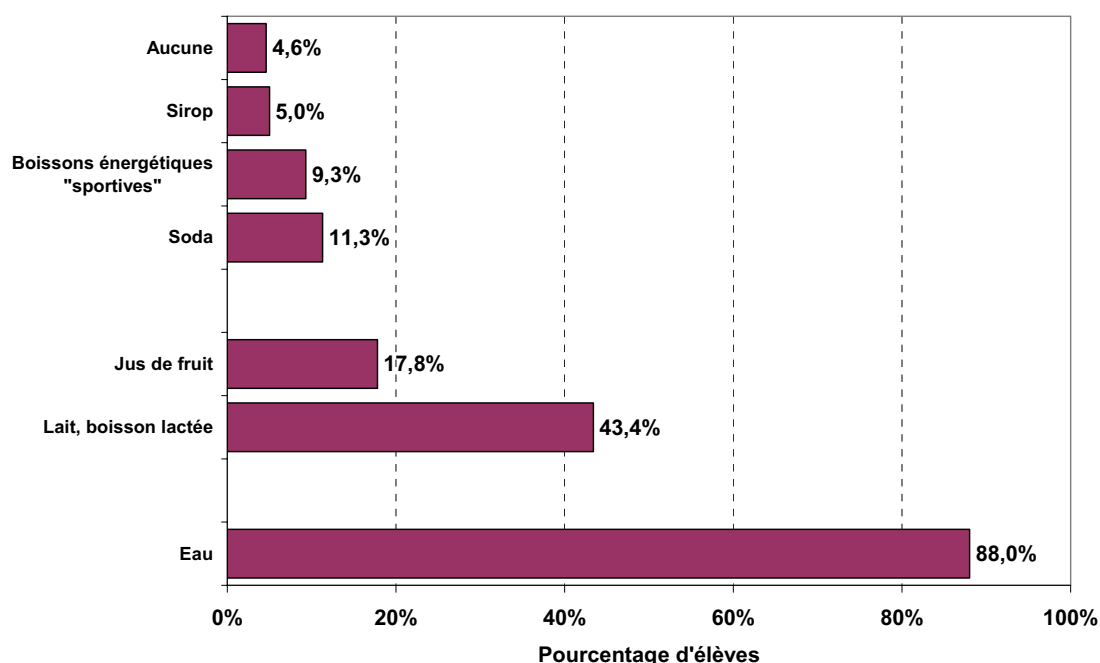
#### 6.4 Prises alimentaires en dehors des repas (grignotage)

Si 21,4% des élèves déclarent ne jamais manger entre les repas (en dehors du goûter), 48,1% le font occasionnellement et 29,5% souvent, voire tous les jours.

#### 6.5 Prises alimentaires et boissons consommées lors d'activités physiques et sportives

##### 6.5.1 Boissons consommées au cours ou juste après des activités sportives d'une durée d'une à deux heures.

59% des élèves déclarent consommer uniquement de l'eau au cours ou juste après des activités sportives d'une durée d'une à deux heures comme cela est recommandé. Un pourcentage moins important d'élèves déclare consommer d'autres boissons (sirop, boisson énergétique, soda), dont la consommation n'est pas particulièrement recommandée lors des pratiques d'APS.



**Figure 46 : Boissons consommées au cours ou juste après des activités sportives d'une durée d'une à deux heures (N=2533)**

### 6.5.2 Aliments consommés au cours ou juste après des activités sportives d'une durée d'une à deux heures.

Si 28% des élèves déclarent ne pas faire de prise alimentaire supplémentaire au cours ou juste après des activités sportives d'une durée d'1h à 2h (recommandation PNNS), 24% des élèves déclarent manger un fruit ou un jus de fruit ce qui est également une attitude adaptée et 20% des élèves interrogés déclarent consommer des viennoiseries, biscuits, barres chocolatées alors que la consommation de ces aliments au cours des APS n'est pas particulièrement recommandée.

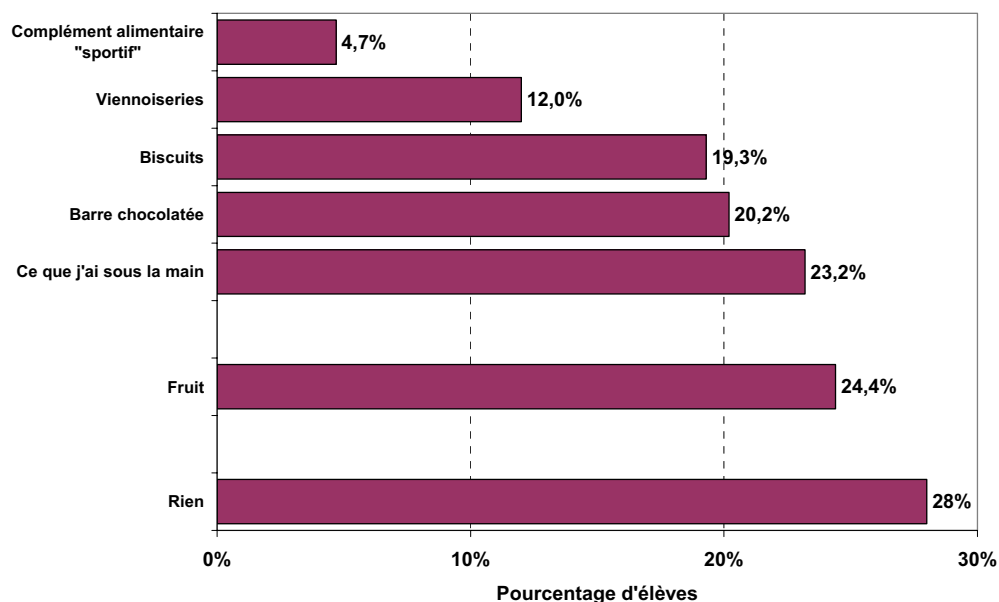


Figure 47 : Aliments consommés au cours ou juste après des activités sportives d'une durée d'une à deux heures (N=2533)

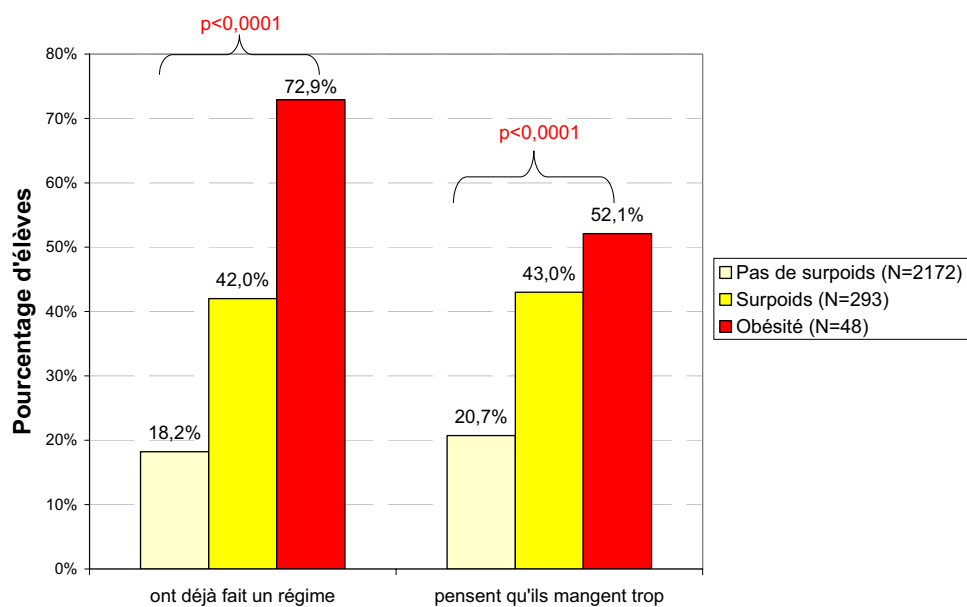
### 6.6 Antécédents de « régime » et perception de « manger trop »

Au total, 21,9% des élèves de notre échantillon déclarent avoir déjà fait un régime, plus souvent les filles (30,6%) que les garçons (13,8%) ( $p < 10^{-4}$ ).

Les élèves obèses sont plus nombreux à déclarer avoir déjà fait un régime (72,9%) par rapport aux élèves en surpoids (42,0%) ou que les élèves dont la corpulence est normale (18,2%) ( $p < 10^{-4}$ ).

23,8% des élèves interrogés pensent qu'ils mangent trop, les filles plus souvent que les garçons (31,1% versus 16,9%) ( $p < 10^{-4}$ ).

D'autre part, les élèves obèses déclarent plus souvent qu'ils pensent qu'ils mangent trop que les autres élèves (52,1% versus 43,0% pour les élèves en surpoids et 20,7% pour les élèves dont la corpulence est normale) ( $p < 10^{-4}$ ).



**Figure 48 : Pourcentage d'élèves de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005 ayant déjà fait un régime ou pensant qu'ils mangent trop (N=2533)**

# QUELQUES COMMENTAIRES EN GUISE DE DISCUSSION

## Sur la prévalence du surpoids et de l'obésité

Nous disposons de données nationales grâce à l'enquête réalisée en 2000-2001 par la DRESS et l'éducation nationale<sup>6</sup> sur la prévalence de surpoids et d'obésité des élèves scolarisés en classe de 3<sup>ème</sup>, qui nous permettent d'établir des comparaisons avec nos données de notre enquête réalisée à partir de l'échantillon aquitain d'adolescents scolarisés dans le second degré en 2004-2005. Ainsi, selon les références internationales, la prévalence de surpoids (obésité incluse) des adolescents d'Aquitaine en classe de 3<sup>ème</sup> en 2004-2005, est proche (légèrement inférieure), des chiffres nationaux de 2001-2002 (15,05 % versus 15,70%).

Dans notre étude, nous retrouvons une prévalence de surpoids et d'obésité plus élevée chez les garçons que chez les filles. Cette notion n'est pas habituellement retrouvée mais nous ne disposons pas de données de prévalence complètement comparables. Dans notre étude les garçons de 3<sup>ème</sup> sont plus fréquemment en surpoids que les filles (20,62% versus 8,99%,  $p=0.0064$ ) alors que dans l'étude de la DRESS en 3<sup>ème</sup>, la prévalence de surpoids (obésité incluse) est de 16,3% chez les garçons et de 15,3% chez les filles. Une tendance identique est cependant décrite dans l'enquête réalisée dans le cadre du Baromètre nutrition santé réalisée par l'INPES en 2002<sup>7</sup> où la prévalence du surpoids (obésité incluse) selon les références internationales chez les jeunes de 12 à 17 ans était de 12,6% pour les garçons et de 7,1% chez les filles (données déclaratives).

Chez les enfants plus jeunes, c'est habituellement l'inverse qui est décrit aussi bien dans les études nationales que dans notre enquête 2004-2005 réalisée en Aquitaine chez des enfants de CE2. Il faut noter que le timing de la puberté est très différent entre les garçons et les filles dans cette tranche d'âge. Il est probable que l'image corporelle joue un rôle avec des jeunes filles qui semblent plus préoccupées par leur poids et ayant pu souvent avoir déjà fait des « régimes », tout en estimant plus souvent manger trop. Ces résultats sont aussi à rapprocher du fait que dans notre étude, les garçons sont à la fois plus « sédentaires » et plus sportifs que les filles et que des niveaux de surpoids plus importants sont constatés dans des disciplines sportives comme le rugby, sport dont l'impact est important dans la région Aquitaine.

Notre étude montre un pic de surpoids vers l'âge de 12-14 ans, ce qui est cohérent avec l'étude Obépi<sup>8</sup>. Le fait que l'on retrouve des prévalences de surpoids plus importantes pour les enfants les plus jeunes est peut-être la conséquence d'un effet générationnel entre collégiens et lycéens, la prévalence de l'obésité étant en augmentation, comme cela a été montré dans l'étude de la DRESS<sup>6</sup> où une prévalence plus élevée de surpoids et d'obésité était retrouvée chez les enfants de 5-6 ans issus de générations plus récentes.

Dans notre étude, nous retrouvons une prévalence plus élevée de surpoids chez les adolescents issus des catégories socioprofessionnelles plus défavorisées. Ces données sont cohérentes avec la littérature<sup>9</sup> ainsi qu'avec les résultats de notre étude réalisée chez les enfants de CE2 en Aquitaine en 2003-2004. Cette notion est retrouvée dans notre étude aussi bien en tenant compte des catégories socioprofessionnelles que des zones ZEP.

---

<sup>6</sup> De Pereti C, Castetbon K. Surpoids et obésité chez les adolescents scolarisés en classe de troisième. Étude et résultats, n°283, janvier 2004, Drees.

<sup>7</sup> Guilbert P, Perrin-Escalon H, Baromètre santé nutrition 2002, éditions INPES 2004

<sup>8</sup> Rapport de 70 pages, édité par l'Institut Roche de l'obésité en 2000 « ObEpi 2000, Le surpoids et l'obésité en France ; enquête épidémiologique réalisée dans un échantillon représentatif de la population française, adulte et

<sup>9</sup> Duport N, Castetbon K, Guignon N, Herberg S. Corpulence des enfants scolarisés en grande section de maternelle en France métropolitaine et départements d'outre-mer : variations régionales et disparités urbaines. BEH N° 18-19/2003:82-84.

La prévalence plus élevée de surpoids dans les lycées professionnels par rapport aux lycées généraux pourrait être une conséquence de leur plus faible niveau socioéconomique comme le montre la surreprésentation des catégories socioprofessionnelles défavorisées par rapport aux lycées généraux. Notre étude chez les adolescents montre également, comme l'étude réalisée chez des élèves de CE2 d'Aquitaine en 2003-2004, des prévalences de surpoids et d'obésité plus importantes dans les zones rurales d'Aquitaine (< 2000 habitants) versus les unités urbaines de plus de 2000 habitants.

Ces résultats permettent de proposer de cibler prioritairement les actions sur les zones ou établissements scolaires situés en zone plus défavorisées ainsi que dans les zones rurales.

### **Sur la corpulence, activité physique et sédentarité et capacité physique**

Notre étude confirme les données de la littérature avec un lien entre la sédentarité (estimée par le temps d'écran) et l'obésité.

Par contre, nous ne mettons pas en évidence de relation entre l'activité physique et le surpoids.

On note que les filles sont moins souvent en surpoids mais font également moins d'activité physique que les garçons, tout en étant moins sédentaires. Cependant, elles sont plus nombreuses à déclarer avoir fait des régimes que les garçons. Il est probable que l'image du corps véhiculée dans les médias influence le comportement des adolescentes et que l'absence de surpoids n'est pas forcément associée à une meilleure santé. Il nous apparaît important de travailler également ces aspects de manière spécifique chez les filles.

Les garçons, quant à eux, sont à la fois plus sédentaires (plus d'heures d'écran) et plus sportifs et plus souvent en surpoids, avec des taux de surpoids plus élevés chez les adolescents pratiquant des sports comme le rugby, la natation et le tennis. L'intérêt chez les garçons sera d'axer les messages de prévention plus sur la prévention de la sédentarité.

D'autre part, dans notre étude, le surpoids et l'obésité sont estimés par l'IMC (poids/taille<sup>2</sup>) qui ne permet pas de différencier la masse musculaire et la masse grasse notamment chez ceux qui ont une pratique sportive plus intense.

Il est intéressant de noter que si les capacités physiques sont moins bonnes chez les enfants en surpoids que chez les élèves de corpulence normale, ces capacités s'améliorent avec le nombre d'heures d'activité physique, ce qui nous conforte pour encourager les adolescents en surpoids à pratiquer une activité physique régulière.

# **ANNEXE :**

Questionnaire  
«Bien Bouger    Bien Manger    Bien Être»

**QUESTIONNAIRE INDIVIDUEL :**  
**Bien Bouger    Bien Manger    Bien Être**

**Etude de l'activité physique et des habitudes  
alimentaires et de vie des adolescents d'Aquitaine**

*Cette première page est à remplir selon les indications de l'enseignant, ensuite vous remplirez confidentiellement le questionnaire.  
Si une question n'est pas claire, n'hésitez pas à demander des explications à votre enseignant.*

**Informations générales et résultats aux tests sportifs.**

**Informations concernant l'établissement et la classe**

- 1- Code de l'établissement : *Les cinq premiers chiffres de la licence UNSS* | 0 | 4 | | | | |  
2- Département | | | |  
3- Type d'établissement  Collège  Lycée  Lycée professionnel  SEGPA  Autre  
4- Etablissement classé en ZEP  Oui  Non  
5- Classe  6°  5°  4°  3°  2°  1°  Terminale

**Informations concernant l'élève**

- 6- Votre sexe :  Masculin  Féminin  
7- Votre année de naissance : | 1 | 9 | | | |  
8- Vous êtes  Interne  Demi-pensionnaire  Externe  
9- Vous mesurez | | | | | | | cm      Poids & taille mesurés par  infirmière  prof EPS  
10- Vous pesez | | | | | | | kg  
11- Votre temps sur 50 mètres plats : | | | | secondes, | | dixièmes  
12- Nombre de paliers réussis au test navette (Luc Leger) : | | | | | | Paliers

# **L'activité physique**

## **Votre activité physique à l'école :**

13-Dans la semaine combien d'heures d'EPS sont inscrites à l'emploi du temps ? |\_\_|\_\_| Heures

14-Au total combien avez vous d'heures de cours, toutes matières confondues, dans la semaine (*en comptant l'EPS et les options*) :

Moins de 25h                       Entre 25 et 29h                       30h et plus

15- Pour vous, participer au cours d'EPS :

C'est un plaisir       C'est une contrainte    Cela vous est égal    Vous êtes dispensé

16-Etes vous dans une classe sportive (*Classe promotionnelle, classe UNSS, Section sportive ou option EPS au Bac*) :       Oui       Non

17-Dans l'établissement, en dehors des cours d'EPS, faites-vous régulièrement du sport le mercredi, le midi, ou le soir ? (*UNSS, Association sportive*)       Oui       Non

18- Si oui précisez le ou les activités sportives que vous pratiquez actuellement :

### **Liste des sports :**

Football	Course de vitesse	Badminton	Aviron
Handball	Course de haies	Tennis	Canoé-kayak
Basket ball	Course de fond	Tennis de table	Surf, bodyboard
Volley ball	Saut en hauteur		Voile
Rugby	Saut en longueur	Judo	
	Saut à la perche	Boxe	Ski
Gymnastique	Triple saut	Lutte	Surf des neiges
GRS	Javelot		Escalade
Danse	Poids	Cyclisme	
	Disque	Natation	Autre...

Activité sportive dans l'établissement	Nombres d'heures par semaine
	__ __  h  __ __  mn
	__ __  h  __ __  mn
	__ __  h  __ __  mn
	__ __  h  __ __  mn

*exemple de réponse Handball 2h30*

### **Pratique en association ou en club :**

19-Cette année pratiquez vous une ou plusieurs activités physiques dans un club ou une association ?

Oui                       Non

20-Si oui précisez le ou les activités sportives que vous pratiquez actuellement : (voir la liste des sports)

Activité sportive en club ou association	Nombres d'heures par semaine
	__ __  h  __ __  mn
	__ __  h  __ __  mn
	__ __  h  __ __  mn
	__ __  h  __ __  mn

*exemple de réponse Judo 2 h*

21-A quel niveau pratiquez-vous ?

Local                       Départemental                       Régional                       National

## Pratique libre

22- Après les cours, et le week-end vous arrive-t-il de courir, jouer au ballon, faire du roller, du skate, etc...ou autre activités. (pour vous aider, essayer de vous rappeler ce que vous avez fait la semaine dernière)

- Oui       Non

23- Si oui précisez le ou les activités sportives que vous pratiquez actuellement :  
(voir la liste des sports)

Activité sportive « libre »	Nombres d'heures par semaine
	_ _  h  _ _  mn
	_ _  h  _ _  mn
	_ _  h  _ _  mn
	_ _  h  _ _  mn

*exemple de réponse foot 2h skate 2h*

## Activité physique pendant les vacances :

24- Pendant les vacances pratiquez-vous régulièrement une ou plusieurs activités physiques ? Pensez à toutes les vacances scolaires et aux vacances d'été (colonies, stages sportifs)

- Oui       Non

25- Si oui précisez le ou les activités sportives que vous pratiquez  
(voir la liste des sports)

Activité sportive pendant les vacances	Nombre de semaines	Nombres d'heures par semaine
		_ _  h  _ _  mn
		_ _  h  _ _  mn
		_ _  h  _ _  mn
		_ _  h  _ _  mn

*exemple de réponse : ski 1 semaine 20 heures, voile 2 semaines 15 heures par semaine.*

## Vos rapports avec l'activité physique :

26- Si vous pratiquez une ou plusieurs disciplines sportives, pour quelles raisons le faites-vous ?

- Pour la compétition       Pour le plaisir       Pour la santé  
 Pour ne pas m'ennuyer       Pour être avec des copains(copines)       Vous ne savez pas pourquoi  
 Pour une autre raison, laquelle : .....

27- Voudriez vous faire davantage d'activité physique ?

- Oui       Non

28- Si oui, qu'est ce qui vous en empêche ?

- Le manque de temps       L'éloignement (ou absence de structures)       Les parents  
 Le manque de copains(ines)       Les moyens financiers       Autre.....

## Vos autres activités

En moyenne combien d'heures par jour passez-vous devant la télévision ?

(Pour vous aider, essayer de vous rappeler ce que vous avez fait un jour de la semaine dernière)

29- Un jour de classe      Nombres d'heures |\_|\_| h |\_|\_| mn

30- Un jour sans classe      Nombres d'heures |\_|\_| h |\_|\_| mn

En moyenne combien d'heures par jour passez-vous devant un écran d'ordinateur ou de console de jeux vidéo?

31-Un jour de classe Nombres d'heures |\_\_|\_\_| h |\_\_|\_\_| mn

32-Un jour sans classe Nombres d'heures |\_\_|\_\_| h |\_\_|\_\_| mn

En moyenne combien d'heures par jour passez-vous à apprendre des leçons ou faire des devoirs ?

33-Un jour de classe Nombres d'heures |\_\_|\_\_| h |\_\_|\_\_| mn

34-Un jour sans classe Nombres d'heures |\_\_|\_\_| h |\_\_|\_\_| mn

## **L'alimentation**

### **Vos habitudes alimentaires :**

35-Combien de fois par semaine vous arrive t'il de ne pas prendre de petit déjeuner (en moyenne)?

Réponse : |\_\_|

36-Quelles boissons consommez-vous pendant les repas de midi ou du soir ?

Eau  Sodas (cola, limonade...)  Lait, boisson lactée  Jus de fruit  Eau et sirop

37-Quelles boissons consommez-vous en dehors des repas

Eau  Sodas (cola, limonade...)  Lait, boisson lactée  Jus de fruit  Eau et sirop

38-Quand vous avez soif au collège ou au lycée, où trouvez vous à boire ?

Fontaine à eau du collège ou du lycée  A la vente au foyer du collège ou du lycée  
 A l'extérieur du collège ou du lycée  J'amène quelque chose à boire de la maison  
 Cantine, toilette du collège ou du lycée  Au distributeur du collège ou du lycée

Prenez-vous un goûter dans l'après midi ?

39-Au collège ou au lycée  Jamais  Parfois  Souvent  Toujours

40-A la maison au retour du collège ou du lycée

Jamais  Parfois  Souvent  Toujours

41-Les jours où vous êtes à la maison (mercredi et week end)

Jamais  Parfois  Souvent  Toujours

42-Mangez vous entre les repas (en dehors du goûter du milieu d'après midi)?

Jamais  Occasionnellement  Régulièrement (mais pas tous les jours)  Tous les jours

43-Où trouvez-vous ce que vous mangez au collège ou au lycée lorsque vous avez un « petit creux » ou que vous voulez prendre un goûter ?

Au distributeur du collège ou du lycée  A la vente au foyer du collège ou du lycée  
 A l'extérieur du collège ou du lycée  A la maison

44-Quelles boissons ou aliments souhaiteriez vous trouvez au collège ou au lycée ?

Sodas (cola, limonade...)  Jus de fruit  Lait, boisson lactée  Fontaine à eau  
 Eau minérale  Barre chocolatée  Biscuits  Fromage  
 Viennoiserie (croissant -chocolatine)  Fruit  Pain  
 Autre :.....

45-Quels sont les repas que vous prenez devant la télévision, ou une vidéo ?

Aucun  Petit déjeuner  Déjeuner  Goûter  Dîner

46-Quand vous êtes devant la télévision est ce que vous grignotez ?

- Jamais
- Des produits sucrés (Viennoiserie Biscuits sucrés Barres chocolatées, confiseries, Glace)
- Des boissons sucrées (Sirop dans l'eau , Soda (cola, limonade)...) )
- Des produits salés (chips, biscuits apéritif, cacahouètes )
- Autre :.....

47-Quelle est votre opinion sur la cantine de votre établissement ?

- Bonne
- Correcte
- Insuffisante
- Mauvaise

48-Allez-vous dans une « restauration rapide » (ex : fast-food américain..)?

- Rarement ou Jamais
- Environ 1 fois par semaine
- Plusieurs fois par semaine
- Tous les jours

### **Alimentation, santé et activité physique :**

49-Avez-vous déjà fait un régime ?

- Oui
- Non

50-Pensez-vous que vous mangez ?

- Normalement
- Trop
- Pas assez

51-Avez-vous déjà pris des produits pharmaceutiques pour améliorer vos résultats scolaires ?

- Oui
- Non

52-Avez-vous déjà pris des produits pharmaceutiques pour améliorer vos performances physiques ou sportives ?

- Oui
- Non

53-Pensez-vous que la manière de vous nourrir a une influence sur votre santé ?

- Absolument
- Plutôt oui
- Plutôt non
- Pas du tout

54-En général, quelles boissons consommez-vous au cours ou juste après des activités sportives d'une durée d'une à deux heures ?

- rien
- Eau
- Sodas (cola, limonade...)
- Lait, boisson lactée
- Jus de fruit
- sirop
- Boissons énergétiques « sportives »

55-En général, que mangez-vous au cours ou juste après des activités sportives d'une durée d'une à deux heures ?

- Une barre chocolatée
- Des biscuits
- Un fruit
- Une viennoiserie (croissant -chocolatine)
- Ce que j'ai sous la main
- Complément alimentaire «sportif »
- Rien, j' attends le repas suivant
- autre : .....

56-Que pensez-vous qu'il soit préférable de manger avant une activité physique et sportive d'une durée d'une à deux heures

- Des frites, des chips ?
- Des pâtes, du riz ou du pain au repas précédent
- des compléments alimentaires «sportifs »
- une barre chocolatée
- des biscuits
- une viennoiserie (croissant -chocolatine)
- un fruit
- rien de spécial

57- Que pensez-vous qu'il soit préférable de prendre avant une compétition pour être plus performant :

- Des pâtes, du riz ou du pain au repas précédent
- une barre chocolatée
- des compléments alimentaires «sportifs »
- des boissons énergétiques « sportives »
- boire de l'eau pendant la compétition
- rien de spécial

# **L'environnement**

## **Votre famille**

58-Votre père ou votre mère ont-ils une activité physique (sport ou loisir) régulière actuellement ?

mère  Oui  Non  
père  Oui  Non

59-Votre père ou votre mère ont-ils des problèmes d'excès de poids ?

mère  Oui  Non  
père  Oui  Non

60-Est ce que votre père ou votre mère fument ?

mère  Oui  Non  
père  Oui  Non

## **Informations concernant les parents**

61-Quel est le groupe socioprofessionnel de vos parents ?

	père	mère
Cadre et profession intellectuelle supérieure, ingénieurs ....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chefs d'entreprise, Artisans, commerçants,	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Profession libérale, (avocat, médecin ...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Enseignants	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Agriculteurs exploitant	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Professions intermédiaires	<input type="checkbox"/> préciser.....	<input type="checkbox"/> préciser.....
Employés	<input type="checkbox"/> préciser.....	<input type="checkbox"/> préciser.....
Ouvriers	<input type="checkbox"/> préciser.....	<input type="checkbox"/> préciser.....
Autre situation	<input type="checkbox"/> préciser.....	<input type="checkbox"/> préciser.....

## **Votre habitation**

62-Vous habitez dans une commune de :

Moins de 2000 habitants  De 2000 à 10 000 Habitants  De plus de 10 000 habitants

## **Votre trajet**

63-Comment vous rendez-vous à votre établissement le plus souvent ?

En voiture  En bus  En train  En scooter  
 En bicyclette  En rollers, skate  A pied

64-Combien de temps les trajets aller-retour vous prennent sur une journée ?   |\_|\_|\_| h |\_|\_| mn

## **Vos habitudes**

65-A quelle heure vous couchez-vous habituellement la veille d'un jour de classe ?

vers |\_|\_|\_| h |\_|\_|\_| mn

66-A quelle heure vous levez-vous habituellement un jour de classe ?

vers |\_|\_|\_| h |\_|\_|\_| mn

67-Vous lavez-vous les dents ?

- Jamais       2 à 3 fois par semaine       Une fois par jour       2 fois par jour et plus

68-Prenez-vous une douche ou un bain ?

- Jamais       2 à 3 fois par semaine       Une fois par jour       2 fois par jour et plus

69-Après une activité physique, prenez vous une douche ou un bain ?

- Jamais       Pas à chaque fois       Toujours

## **La santé**

70-Actuellement vous considérez que votre santé est :

- Excellente       Très bonne       Bonne       Passable       Mauvaise

71-Avez-vous déjà été blessé au cours d'une activité physique ?

- Entorse (Cheville, genou, doigt...)       Luxation (épaule...)  
 Fracture (bras, jambe...)  
 Aucune blessure       Problème musculaire (claquage, déchirure...)

72-Souffrez-vous habituellement après une activité physique ?

- De courbatures       De crampes       De tendinite  
 De douleurs vertébrales       De douleurs articulaires       Je ne souffre pas

73-Lorsque vous faites un exercice physique qu'est-ce qui vous gêne le plus ?

- Rien       Le manque de souffle       Le mal aux jambes  
 Le mal au dos       La fatigue rapide       Le mal aux articulations

74-L'an dernier, avez-vous connu un handicap, une maladie ou une blessure qui a entraîné une dispense d'activités physiques ?

- Non, aucune       Oui, Problèmes respiratoires       Oui, Problèmes articulaires  
 Oui, Problèmes musculaires       Oui, Problèmes vertébraux       Autres.....

75-Cette dispense était-elle       De quelques jours       D'une semaine       De plus d'une semaine

76-D'après vous, est-ce que la pratique régulière d'une activité physique apporte une amélioration :

- Du cœur       Du souffle       De la vitesse       De la souplesse  
 Du poids       Des relations avec les autres       Du bien être général       N'apporte rien  
 De la force

77-Est ce que votre médecin de famille vous encourage à faire du sport ?

- Oui       Non

### **Vos consommations :**

78-Est ce que vous fumez actuellement ?       Oui       Non

79-Si oui, combien de cigarettes par jour ?      |\_\_|\_\_| cigarettes

80-Avez vous déjà bu de l'alcool ? (bière, cidre, vin, alcool fort...)       Oui       Non

81-D'après vous, on boit trop à partir de combien de verre(s) d'alcool ? |\_\_|\_\_| verre(s)

82-Combien de fois pensez vous avoir trop bu au cours des trois derniers mois ? |\_\_|\_\_|

83-Consommez-vous des produits interdits ou illicites ?

- Jamais       1 à 3 fois par mois       1 à 2 fois par semaine  
 3 à 5 fois par semaine       Tous les jours       Ne souhaite pas répondre

### L'estime de soi

Cela me ressemble...	Pas du tout	Très peu	Un peu	Assez	Beaucoup	Tout à fait
84-J'ai une bonne opinion de moi-même	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
85-Il y a des tas de choses en moi que j'aimerais changer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
86-Je regrette souvent ce que j'ai fait	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
87-J'ai souvent honte de moi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
88-Je voudrais rester comme je suis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### L'image du corps

Cela me ressemble...	Pas du tout	Très peu	Un peu	Assez	Beaucoup	Tout à fait
89-Globalement, je suis satisfait de mes capacités physiques	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
90-Je suis content de ce que je suis, et de ce que je peux faire physiquement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
91-Je suis confiant vis-à-vis de ma valeur physique	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
92-En général, je suis fier de mes possibilités physiques	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
93-Je suis bien avec mon corps	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Votre vie sociale

94-Avez vous des coups de cafard ?

- Jamais     De temps en temps     Régulièrement     Très souvent

95-Est-ce que vous vous ennuyez ?

- Jamais     De temps en temps     Régulièrement     Très souvent

96-Comment sont vos discussions avec votre famille ? précisez

- Faciles     Assez faciles     Difficiles     Impossibles.

97-Avez-vous été absent au collège ou au lycée l'année dernière ?

- Jamais     De temps en temps     Régulièrement  
 Très souvent, nombre total de semaines : [ ] [ ] [ ]

98-Comment qualifiez-vous vos résultats scolaires ?

- Insuffisants     Juste passables     Satisfaisants     Bons

99-Participez-vous à des activités socioculturelles dans un club ou une association ?

- Non, aucune     Chorale     Théâtre     Musique     Danse     Informatique  
 Arts plastiques     Autres.....

**Nous vous remercions de votre participation à cette étude, rendue possible grâce aux partenaires suivants :**

- *Le Rectorat de Bordeaux et Le Conseil Régional d'Aquitaine , La Direction régionale de la Jeunesse et des sports*
- *UFR STAPS , Faculté des sports, L'ISPED, Institut de Santé Publique, d'épidémiologie et de développement*
- *L'UFM, Institut de formation des maîtres, La MGEN, Mutuelle Générale de l'Education Nationale*
- *La MAIF, Mutuelle Assurance des Instituteurs de France*
- *Le Pavillon de la Mutualité, la Mutualité Française et la Mutualité Française Gironde*
- *L'Association de Enseignants d'EPS*