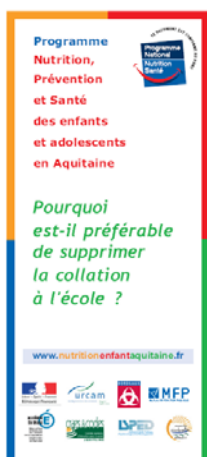


# Programme Nutrition, Prévention et Santé des enfants et adolescents en Aquitaine

[www.nutritionenfantaquitaine.fr](http://www.nutritionenfantaquitaine.fr)

## Enquête

### "Habitudes alimentaires, mode de vie et prévalence du surpoids et de l'obésité en grande section de maternelle" (2007-2008)



LES RECOMMANDATIONS  
POUR LES ENFANTS QUI PRATIQUENT  
UNE ACTIVITE PHYSIQUE OU SPORTIVE

Cette enquête s'inscrit dans le cadre de l'évaluation des trois volets du "Programme Nutrition, Prévention et Santé des enfants et adolescents en Aquitaine" :

- **volet 1** : dépistage précoce et prise en charge de l'obésité
- **volet 2** : amélioration de l'offre alimentaire en milieu scolaire et périscolaire
- **volet 3** : actions pédagogiques

Une première enquête réalisée en 2004-2005 auprès d'élèves de CE2, avait montré que 14,5% des élèves de CE2 d'Aquitaine étaient en surpoids ou obèses. Cette enquête avait aussi permis de décrire les habitudes alimentaires des enfants de la région Aquitaine.

Résultats 2004-2005 : <http://www.nutritionenfantaquitaine.fr/PNNS/enquetes/Rapport-PartieCE2.pdf>

A la suite de cette enquête, des recommandations concernant le petit-déjeuner, le goûter et les collations ont été élaborées en lien avec tous les acteurs du programme, en particulier avec le Rectorat et les Inspections Académiques de l'Académie de Bordeaux. Ces recommandations ont été diffusées aux directeurs d'écoles en septembre 2005 par le Recteur de l'Académie de Bordeaux, Chancelier des Universités. <http://www.nutritionenfantaquitaine.fr/PNNS/niveau1/boiteaoutils/produit-pnns>

## OBJECTIFS DE L'ENQUETE

Les objectifs de cette étude sont :

- d'établir la prévalence de surpoids et d'obésité chez les enfants de grande section de maternelle (5-6 ans) en Aquitaine pour l'année scolaire 2007/2008,
- de décrire leurs habitudes alimentaires, et leur mode de vie (activité physique et sédentarité).

## COMMENT S'EST DEROULEE L'ENQUETE ?

Elle a été effectuée par l'ISPED, Université de Bordeaux 2, au cours de l'année scolaire 2007-2008 auprès d'un **échantillon représentatif de 200 écoles maternelles d'Aquitaine**. Les écoles ont été tirées au sort en fonction de leur taille et de leur appartenance ou non à une zone d'éducation prioritaire (ZEP). Les données ont été recueillies à l'aide de 2 questionnaires :

- un questionnaire renseigné par le médecin de l'Éducation Nationale et de la ville de Bordeaux lors du bilan de grande section de maternelle concernant les données anthropométriques des enfants,
- un questionnaire renseigné par les parents concernant l'alimentation et le mode de vie de leur enfant.

## LES RESULTATS

### 1. TAUX DE REPONSE : 97% des écoles

Parmi les 200 écoles maternelles tirées au sort, 194 ont participé à l'enquête (97%). Les médecins de l'Éducation Nationale ont retourné au total 4167 questionnaires.

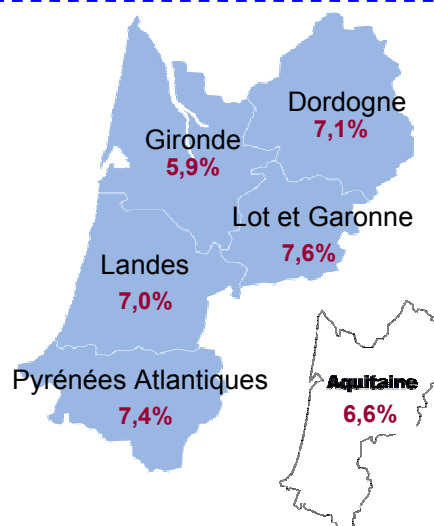
### 2. PREVALENCE DU SURPOIDS et de L'INSUFFISANCE PONDERALE

Selon les **références françaises**, 87,5% des élèves de grande section de notre échantillon d'Aquitaine ont une corpulence normale, **6,6%** sont en **surpoids** et 5,8% présentent une insuffisance pondérale.

Le taux de surpoids est inférieur aux données nationales de 10,6% établies par la DREES/INVS en 2000 pour cette tranche d'âge (BEH n° 18-19/2003).

Selon les **références internationales**, **9,4%** des enfants de GS sont en **surpoids** (obésité incluse) dont **2,2% en obésité** soit un taux inférieur aux données nationales de 14% de surpoids dont 3,6% d'obésité établies par la DREES/INVS en 2000 pour cette tranche d'âge (BEH n° 18-19/2003).

La prévalence du surpoids est significativement plus élevée chez les élèves issus des milieux les moins favorisés (école ZEP, catégories socioprofessionnelles du père et/ou de la mère).



Pourcentage d'élèves de grande section de maternelle en **surpoids** selon les références françaises

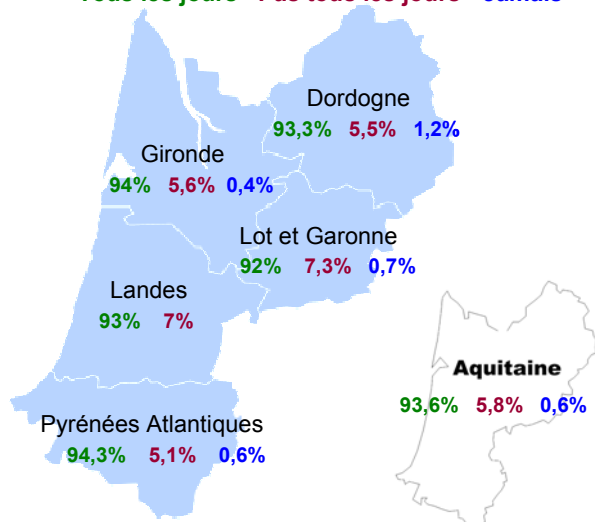
### 3. HABITUDES ALIMENTAIRES

#### Le petit-déjeuner

Selon les parents, **93,6%** des enfants prennent un **petit-déjeuner tous les jours** de la semaine, **5,8% parfois** et seulement **0,6% jamais**.

### Petit déjeuner

Tous les jours Pas tous les jours Jamais



Proportion d'élèves de grande section de maternelle prenant un **petit-déjeuner**.

La proportion d'enfants qui prend un petit-déjeuner tous les jours est significativement moins élevée chez les élèves :

- en surpoids,
- ne déjeunant pas à la cantine,
- des milieux les moins favorisés (ZEP et CSP du père et/ou de la mère).

Le petit-déjeuner est globalement de **bonne composition nutritionnelle**. En effet, les enfants consomment majoritairement des **céréales** (54,5%), du **pain** (46,7%), du **lait aromatisé ou au chocolat** (59,5%), des **jus de fruits** (38,5%) et du **lait nature** (26,7%).

Les **biscuits** et **viennoiseries** sont souvent consommés : 39,9% des petits déjeuners.

### Les en-cas dans la matinée

**39,1%** des parents déclarent que leur **enfant mange "quelque chose dans la matinée"** que ce soit sous la forme d'un en-cas ou d'une collation organisée par l'enseignant.

La prise d'un aliment dans la matinée est significativement supérieure pour les enfants allant tous les jours à la garderie du matin, tous les jours à la garderie du soir et dans les milieux les moins favorisés (CSP du père et/ou de la mère).

### Les recommandations du programme pour les en-cas dans les cartables

Rien ne justifie la prise d'un en-cas ou d'une collation. Il est préférable d'encourager les enfants à prendre un petit-déjeuner consistant et de ne pas les inciter à avoir de prises alimentaires supplémentaires dans la journée, en dehors des repas.

Les enfants prennent dans la matinée surtout des **fruits ou des compotes** (64,8%), des **biscuits ou viennoiseries** (33,4%), des **jus de fruits et des produits laitiers : yaourt, fromage** (18,8%), ou du **lait nature** (18,1%).

### Le goûter de 16h30-17h

**89,3%** des parents déclarent que leur enfant prend **un goûter tous les jours, 9,4% parfois** et **1,3% jamais**.

La prise du goûter est significativement moins fréquente chez les enfants :

- en surpoids,
- ne mangeant jamais à la cantine,
- des milieux les moins favorisés (ZEP et CSP du père et/ou de la mère).

Le goûter se compose principalement de **biscuits ou viennoiseries** (78,6%) mais aussi de **fruits ou compotes** (55%), de **jus de fruits** (33,6%) et de **pain** (29,8%).

### Les recommandations pour le goûter

Le "vrai" goûter pris habituellement par les enfants, après l'école, généralement entre 16h30 et 17h, soit chez eux, soit dans le cadre de structures d'accueil (garderie, étude, centre de loisirs...) est un repas important qui permet d'éviter le grignotage jusqu'au dîner.

### Le grignotage

**11%** des parents déclarent que leur enfant **grignote plus de 2 fois par semaine** dont **3,9% tous les jours**.

Le grignotage est plus important :

- si les enfants ne mangent pas à la cantine,
- dans les milieux les moins favorisés (ZEP et CSP du père et/ou de la mère),
- dans les communes rurales.

### Les boissons sucrées

Selon les parents, **21,8%** des enfants consomment **des boissons sucrées plus de 2 fois par semaine** dont **5,8% tous les jours**. Ils ont essentiellement cité sirops et jus de fruits.

La consommation de ces boissons est plus importante chez les enfants :

- qui grignotent tous les jours,
- ne déjeunant pas à la cantine,
- n'allant jamais à la garderie du soir,
- des milieux les moins favorisés (ZEP et CSP du père),
- des communes rurales.

#### 4. ACTIVITE PHYSIQUE ET SEDENTARITE

##### Accueils collectifs de mineurs

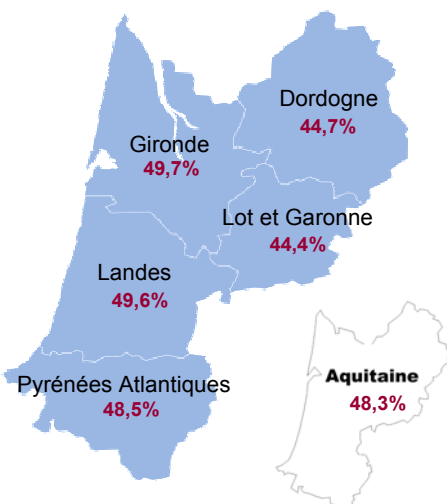
**10,6%** des enfants vont dans un **accueil collectif de mineur** (*centre de loisirs*) **tous les mercredis** et **16,1% de temps en temps**.

La fréquentation est supérieure pour les enfants d'écoles ZEP et de communes urbaines.

##### Activités physiques et sportives

**48,3%** des enfants sont inscrits dans un **club sportif** (*ou une école de danse*).

La fréquentation est moindre dans les milieux les moins favorisés (*ZEP, CSP du père et/ou de la mère*). Elle augmente si un des deux parents au moins pratique plus de 2h d'activité physique par semaine.



Pourcentage d'élèves inscrits dans un **club sportif**

Les principales activités physiques et sportives pratiquées par les enfants sont :

- la **danse** (18,1%),
- le **judo** (15,3%),
- la **natation** (8,9%)
- la **gymnastique** (7,9%).

#### Sédentarité

Le temps passé par les enfants **devant un écran** (*télévision, jeux vidéo, ordinateur*) est en moyenne de **9h chaque semaine**.

Ce temps hebdomadaire est supérieur chez :

- les garçons,
- les enfants en surpoids,
- les enfants non inscrits dans un club sportif,
- les milieux les moins favorisés (*ZEP, CSP du père et/ou de la mère*).

#### **CE QUI POURRAIT ETRE AMELIORE...**

##### **Pour les enfants en surpoids...**

- ⇒ Ils prennent moins souvent que les autres un petit-déjeuner et/ou un goûter tous les jours.
- ⇒ Ils passent plus de temps devant un écran.

##### **Pour les enfants des milieux les moins favorisés (ZEP, CSP du père et/ou de la mère)...**

- ⇒ Ils sont plus souvent en surpoids ou obèses
- ⇒ Ils prennent moins souvent un petit-déjeuner et/ou un goûter tous les jours...
- ⇒ et plus souvent un encas dans la matinée et grignotent plus entre les repas.
- ⇒ Ils consomment plus de boissons sucrées.
- ⇒ Ils sont moins souvent inscrits dans des clubs sportifs et passent plus de temps devant un écran.

**Les résultats complets de cette enquête, les textes officiels et toutes les recommandations du programme sont disponibles sur le site :**

**[www.nutritionenfantaquitaine.fr](http://www.nutritionenfantaquitaine.fr)**

Retrouvez les autres outils du programme sur le site...

#### **LES ACTEURS DU PROGRAMME NUTRITION, PREVENTION ET SANTE DES ENFANTS ET ADOLESCENTS EN AQUITAINE**

