

AVRIL 2024

# RAPPORT D'ETUDE

## Habitudes alimentaires et activité physique des élèves en Guadeloupe en 2023

Résultats de l'Enquête nationale  
en Collèges et en Lycées chez  
les Adolescents sur la Santé et  
les Substances – EnCLASS 2023

**Auteur :** Audrey BONINE  
Avril 2024

**ORSaG**  
Observatoire Régional de la Santé  
de Guadeloupe



## Table des matières

---

Table des matières.....	2
Table des illustrations.....	3
Abréviations.....	4
Contexte.....	5
Objectifs.....	6
Méthodologie.....	7
Principaux résultats : Habitudes alimentaires et activités physiques des élèves en Guadeloupe en 2023.....	9
Caractéristiques de l'échantillon.....	10
Caractéristiques générales.....	10
Caractéristiques personnelles.....	11
Caractéristiques familiales.....	13
Habitudes alimentaires.....	14
Prises de repas.....	14
Consommation de fruits et légumes.....	17
Consommation d'aliments sucrés et gras.....	19
Consommation de boissons énergisantes.....	21
Lieu de restauration.....	22
Activité physique et sportive.....	23
Pratique d'activité physique.....	23
Pratique d'activités sportives.....	24
Discussions.....	26
Conclusion.....	28
Annexes.....	30

# Table des illustrations

## ❖ Figures

Figure 1- Etat de santé perçu des adolescents scolarisés, selon le type d'établissement en Guadeloupe .....	11
Figure 2- Indice de masse corporelle* des adolescents scolarisés, selon la classe et le sexe en Guadeloupe .....	12
Figure 3- Structure familiale des adolescents scolarisés, selon le type d'établissement en Guadeloupe.....	13
Figure 4- Fréquence du petit-déjeuner quotidien en semaine, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe.....	14
Figure 5-Fréquence du petit-déjeuner quotidien en week-end, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe .....	15
Figure 6- Fréquence de la prise de repas quotidien en famille, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe.....	16
Figure 7- Fréquence de la consommation quotidienne de fruits, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe ...	17
Figure 8- Fréquence de consommation quotidienne de légumes, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe .	18
Figure 9- Fréquence de consommation de sucreries, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe .....	19
Figure 10- Fréquence de consommation de boissons sucrées, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe.....	20
Figure 11- Fréquence de consommation hebdomadaire de boissons énergisantes, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe .....	21
Figure 12- Fréquence des lieux de consommation hebdomadaire de repas le midi, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe .....	22
Figure 13- Fréquence de pratique régulière ou quotidienne d'activité physique modérée, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe .....	23
Figure 14- Fréquence de pratique d'activité sportive (au moins 2 fois/semaine, pendant le temps libre), selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe.....	24

## ❖ Tableaux

Tableau I- Caractéristiques générales de l'échantillon selon le type d'établissement scolaire en Guadeloupe ...	10
Tableau II- Prise quotidienne de petit-déjeuner en semaine, état de santé et soutien de la famille, selon le type d'établissement scolaire en Guadeloupe .....	15
Tableau III- Prise quotidienne de petit-déjeuner le week-end, état de santé et soutien de la famille, selon le type d'établissement scolaire en Guadeloupe .....	16
Tableau IV- Prise quotidienne de repas en famille, structure familiale et soutien de la famille, selon le type d'établissement scolaire en Guadeloupe .....	17
Tableau V- Consommation quotidienne de boissons sucrées et état de santé, selon le type d'établissement scolaire en Guadeloupe.....	21
Tableau VI- Pratique d'activité physique régulière, état de santé, consommation de fruits et légumes, selon le type d'établissement scolaire en Guadeloupe .....	24
Tableau VII- Pratique d'activité sportive (au moins 2 fois par semaine), état de santé, consommation de fruits et légumes, selon le type d'établissement scolaire en Guadeloupe .....	25

## Abréviations

---

**EnCLASS** : Enquête Nationale en Collège et en Lycée chez les Adolescents sur la Santé et les Substances

**HBSC** : Health Behaviour in School-age Children

**OMS** : Organisation Mondiale de la Santé

**ESPAD** : European School survey Project on Alcohol and other Drugs

**DGESCO** : Direction Générale de l'Enseignement Scolaire

**DEPP** : Direction de l'Évaluation, de la Prospective et de la Performance

**OFDT** : Observatoire Français des Drogues et des Tendances addictives

**EHESP** : École des Hautes Études en Santé Publique

**IMC** : Indice de masse corporelle

**IOTF** : International Obesity Task Force

**MPSS** : Multidimensional Scale of Perceived Social Support

## Contexte

L'Enquête Nationale en Collèges et en Lycées chez les Adolescents sur la Santé et les Substances (EnCLASS) est issue du regroupement de deux grandes enquêtes internationales en milieu scolaire en France hexagonale, portant sur la santé des adolescents au travers d'enquêtes transversales, anonymes et confidentielles :

- ❖ L'enquête Health behaviour in school-age children (HBSC), réalisée depuis 1982 sous l'égide du bureau Europe de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), et centrée sur les 11-13-15 ans ;
- ❖ Le projet European School survey Project on Alcohol and other Drugs (ESPAD), mené auprès des élèves de 16 ans depuis 1995 en Europe.

Ce dispositif innovant et unique en Europe permet de suivre, tous les deux ans en France hexagonale, l'évolution du bien-être et des comportements de santé des adolescents, tout au long de l'enseignement secondaire. Dans les régions d'Outre-mer, cette enquête se renouvelle tous les 4 à 6 ans.

En 2018 s'est déroulée la première édition de l'enquête EnCLASS, avec le soutien de la Direction Générale de l'Enseignement Scolaire (DGESCO), la Direction de l'Évaluation, de la Prospective et de la Performance (DEPP) du Ministère de l'Éducation Nationale, Santé Publique France, les unités INSERM U1178 et U1027, l'Observatoire Français des Drogues et des Tendances addictives (OFDT) et l'École des Hautes Etudes en Santé Publique (EHESP).

L'enquête EnCLASS aborde de multiples thématiques :

- ❖ Le bien-être social (contrôle parental, soutien perçu de la famille et des amis) ;
- ❖ Les comportements (habitudes alimentaires, activités physiques et sportives, usages de substances psychoactives, relations romantiques et sexuelles) ;
- ❖ Le harcèlement et cyberharcèlement (harcèlement ou cyberharcèlement avéré agi et subi) ;
- ❖ Les modes de vie (composition familiale, statut professionnel des parents, situation financière de la famille) ;
- ❖ La santé, qualité de vie et bien-être (santé perçue, corpulence, perception de la vie actuelle et dans 10 ans, indicateur de santé mentale, consommation de médicaments, risque suicidaire) ;
- ❖ La vie scolaire (redoublement, perception des exigences scolaires, soutien perçu de la part des autres élèves de la classe).

**Ce rapport présente le volet « Habitudes alimentaires, activités physiques et sportives » des adolescents scolarisés en 2023 en Guadeloupe.**

La nutrition est un déterminant majeur de l'état de santé des populations. Elle est un facteur de protection ou de risque des pathologies les plus répandues en France tels que les cancers, maladies cardiovasculaires, obésité, etc. L'alimentation est à prendre en compte dès le plus jeune âge, car l'adolescence est une période charnière, au cours de laquelle les jeunes acquièrent des habitudes qui tendent à perdurer voire à se renforcer à l'âge adulte, avec un impact sur leur santé, qualité et mode de vie.

L'activité physique est également un déterminant important dans le maintien de la santé, du bien-être et de la qualité de vie. La pratique régulière d'une activité physique, même d'intensité modérée, permet de prévenir les principales pathologies chroniques (obésité, maladies cardiovasculaires, cancers...). Chez les enfants et les adolescents, elle permet une bonne croissance, de meilleures capacités d'apprentissage, de

concentration et une amélioration des liens sociaux. L'OMS<sup>1</sup> définit l'activité physique comme « tout mouvement corporel produit par les muscles squelettiques qui entraîne une augmentation substantielle de la dépense d'énergie au-dessus de la dépense énergétique de repos » et recommande une activité physique d'intensité modérée à soutenue, d'environ 60 minutes par jour, chez les enfants et les adolescents de 5 à 17 ans.

## Objectifs

---

L'objectif principal de l'enquête EnCLASS est de connaître les comportements de santé des adolescents, leur bien-être et leur vécu à l'école.

Il s'agit ainsi de :

- ❖ Appréhender la perception qu'ont les élèves de 11 à 18 ans de leur santé et de leur vécu ;
- ❖ Etudier les principaux comportements de santé dont les comportements à risque ;
- ❖ Mettre en évidence des tendances évolutives ;
- ❖ Effectuer des comparaisons au niveau national et international.

Si la dimension internationale du dispositif EnCLASS demeure essentielle, le projet vise parallèlement à améliorer les connaissances sur la santé, le bien-être et les comportements à risque des élèves français en proposant de manière régulière des données utiles aux décideurs nationaux et à l'ensemble des professionnels du secteur pour développer des politiques et actions de prévention au plus près des réalités nationales et régionales.

L'un des intérêts du dispositif EnCLASS est d'offrir un cadre de comparabilité rigoureux, puisqu'elle est réalisée selon la même méthode et à l'aide d'un questionnaire identique dans tous les établissements scolaires du secondaire tirés au sort.

---

<sup>1</sup> <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

# Méthodologie

---

## ❖ Eligibilité

Sont inclus dans cette enquête, les élèves scolarisés au collège, de la classe de 6<sup>ème</sup> à la classe de 3<sup>ème</sup> (y compris les classes de SEGPA et ULIS) et les élèves scolarisés au lycée, de la classe de Seconde à la Terminale (dont les classes générales, technologiques et professionnelles, y compris les CAP). Ces élèves sont issus d'établissements publics ou privés sous contrat relevant du Ministère de l'Education Nationale.

## ❖ Tirage au sort

L'échantillon de classes sélectionnées a été constitué par l'OFDT sur la base de sondages fournis par la DEPP du Ministère de l'Education Nationale. Cet échantillon repose sur un tirage au sort représentatif du territoire.

## ❖ Taille de l'échantillon

Dans le cadre de l'enquête, 59 établissements ont été tirés au sort dont 31 collèges et 28 lycées en Guadeloupe, soit 146 classes au total (62 classes de collège et 84 classes de lycée).

## ❖ Phase de terrain

L'enquête s'est déroulée sur 10 semaines, du 13 mars 2023 au 16 juin 2023, avec une interruption de 2 semaines (vacances scolaires du 03/04/2023 au 16/04/2023 inclus) en Guadeloupe. Afin de réaliser leur passation, les élèves des classes sélectionnées ont été invités, durant 1 heure de cours, à remplir le questionnaire auto-administré en ligne de façon anonyme et confidentiel, sous la surveillance d'un responsable désigné au sein de l'établissement scolaire.

Cette étude épidémiologique observationnelle transversale est réalisée pour la 1<sup>ère</sup> fois en Guadeloupe. A l'issue de la phase de terrain, 2 084 élèves (collégiens et lycéens) ont participé à l'enquête. Le taux de participation des établissements scolaires à EnCLASS 2023 en Guadeloupe est de 86 %. Le taux de participation des élèves à EnCLASS 2023 en Guadeloupe est de 76 %.

## ❖ Analyse de données

L'analyse de données est réalisée avec le logiciel Stata9 (Stata Corporation College Station, Texas, Etats-Unis). Les comparaisons des proportions seront réalisées à l'aide du test Chi2 avec un seuil de significativité de 5 %. Lorsque les effectifs sont trop faibles (inférieur à 10), ils ne sont pas présentés.

L'échantillon a fait l'objet d'un redressement et d'une pondération statistique par sexe et par niveau scolaire par l'OFDT afin de renforcer sa représentativité. Après nettoyage de la base, un échantillon final de 1 980 élèves est conservé pour l'analyse de données.

Ce rapport repose sur l'analyse des données du volet « Habitudes alimentaires, activités physiques et sportives » des adolescents scolarisés en 2023, en Guadeloupe.

## ❖ Précisions sur quelques variables analysées

Lors de la passation du questionnaire, les élèves ont été interrogés sur leur année et leur mois de naissance. Dans le cadre de nos analyses, **l'âge** correspond à l'âge atteint au cours de l'année 2023 par les élèves.

L'ensemble des collégiens et des lycéens ont apporté des informations concernant leur poids et leur taille, permettant ainsi de calculer leur **indice de masse corporelle (IMC)**. L'indice de masse corporelle s'obtient en faisant le rapport entre le poids en kg et la taille en cm (chez les enfants et les adultes). L'IMC a été classé selon les seuils de corpulence issus des références **International Obesity Task Force (IOTF)** le plus récent, établies en fonction du sexe et de l'âge des élèves. Selon la classification à partir des seuils de l'IOTF :

- Un enfant avec un IMC inférieur au centile IOTF-17 est en situation de maigreur
- Un enfant avec un IMC compris le centile IOTF-17 et le centile IOTF-25 a une corpulence normale
- Un enfant avec un IMC entre le centile IOTF-25 et le centile IOTF-30 est en situation de surpoids
- Un enfant avec un IMC supérieur au centile IOTF-30 est en situation d'obésité

**La variable « soutien familial »** est calculée à partir du score échelle MPSS<sup>2</sup>. Le soutien faible perçu de la part de la famille correspond à un score <5,5 et le soutien élevé correspond au score ≥ 5,5.

Dans l'analyse, on considère la **consommation hebdomadaire de certains aliments** comme l'équivalent d'une consommation d'au moins une fois par semaine (y compris tous les jours).

Les adolescents ont également fourni des renseignements sur leur pratique d'activités physiques et sportives. Une **activité physique** se définit comme toute activité qui augmente la vitesse des battements du cœur et essouffle par moments, par exemple en pratiquant du sport, en jouant avec des ami(e)s à l'école ou ailleurs, ou bien en allant à l'école en marchant.

Dans l'analyse, on considère la **pratique d'activité physique modérée** comme l'équivalent d'une pratique d'activité physique d'au moins 60 minutes par jour (conforme aux recommandations de l'OMS) et la **pratique d'activité physique régulière** comme l'équivalent d'une pratique d'activité physique d'au moins 5 fois par semaine.

Dans ce questionnaire, les questions sont adaptées au niveau scolaire.

Pour les questions sur la perception du corps, les habitudes de prise de petit-déjeuner, la fréquence de prise de repas en famille, la fréquence de consommation de certains aliments (excepté les boissons énergisantes), la fréquence du brossage des dents ainsi que la pratique d'activités physiques (excepté les activités de sport de loisirs), sont concernés les élèves de la classe de 6<sup>ème</sup> à la classe de Seconde.

Pour les questions sur la fréquence de **consommation de boissons énergisantes** sont concernés les élèves de la classe de 4<sup>ème</sup> à la classe de Terminale.

Pour les questions sur la fréquence de prise de repas devant la télévision et du lieu de restauration lors du repas du midi en semaine sont concernés les élèves de la classe de 6<sup>ème</sup> à la classe de 3<sup>ème</sup>.

Tous les autres items abordés dans ce rapport sont proposés à l'ensemble des élèves (collège et lycée).

---

<sup>2</sup> Zimet GD, Dahlem NW, Zimet SG, Farley GK (1988) The multidimensional scale of perceived social support. Journal of Personality Assessment 52(1): 30-41

# Principaux résultats : Habitudes alimentaires et activités physiques des élèves en Guadeloupe en 2023

## Au collège

- ❖ Seuls 4 collégiens sur 10 déclarent prendre un petit-déjeuner quotidiennement en semaine.
- ❖ Fréquence de prise de petit-déjeuner plus marquée le week-end chez les collégiens.
- ❖ Les garçons plus nombreux que les filles à indiquer en prendre 7 jours sur 7.
- ❖ Près de 2 collégiens sur 5 déclarent prendre quotidiennement au moins un repas en famille.
- ❖ Fréquence de consommation de fruits et de légumes relativement similaire chez les collégiens.
- ❖ Plus de 7 collégiens sur 10 déclarent une consommation hebdomadaire de sucreries dont 1 collégien sur 5 quotidiennement.
- ❖ Près de 8 collégiens sur 10 déclarent une consommation hebdomadaire de boissons sucrées dont 3 collégiens sur 10 quotidiennement.
- ❖ Moins de 20 % des collégiens\* déclarent une consommation hebdomadaire de boissons énergisantes.
- ❖ Seuls 14 % des collégiens déclarent une activité physique modérée.
- ❖ Près d'un tiers des collégiens déclarent une activité physique régulière.
- ❖ Plus de 2 tiers des collégiens déclarent pratiquer au moins 2 fois/semaine une activité sportive.
- ❖ Les garçons plus nombreux que les filles à indiquer pratiquer une activité physique ou sportive.
- ❖

## Au lycée

- ❖ Près de 3 lycéens\*\* sur 10 déclarent prendre un petit-déjeuner quotidiennement en semaine.
- ❖ Fréquence de prise de petit-déjeuner plus marquée le week-end chez les lycéens.
- ❖ Les garçons plus nombreux que les filles à indiquer en prendre 7 jours sur 7.
- ❖ Plus de 3 lycéens sur 10 déclarent prendre quotidiennement au moins un repas en famille.
- ❖ Fréquence de consommation de fruits et de légumes relativement similaire chez les lycéens.
- ❖ Plus de 2 tiers des lycéens déclarent une consommation hebdomadaire de sucreries dont un lycéen sur 5 quotidiennement.
- ❖ Environ 4 lycéens sur 5 déclarent une consommation hebdomadaire de boissons sucrées dont 3 lycéens sur 10 quotidiennement.
- ❖ Moins de 30 % des lycéens déclarent une consommation hebdomadaire de boissons énergisantes.
- ❖ Seuls 9 % des lycéens déclarent une activité physique modérée.
- ❖ Plus d'un lycéen sur 4 déclarent une activité physique régulière.
- ❖ Plus de la moitié des lycéens déclarent pratiquer au moins 2 fois/semaine une activité sportive.
- ❖ Les garçons plus nombreux que les filles à indiquer pratiquer une activité physique ou sportive.

\*uniquement la classe de 4<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup>

\*\*uniquement la classe de Seconde

# Caractéristiques de l'échantillon

## Caractéristiques générales

Un total de 1 980 questionnaires exploitables a été analysé : 929 collégiens et 1 051 lycéens [Tableau I]. En moyenne les garçons sont plus âgés que les filles. La moyenne d'âge des collégiens est de 13,6 ans (13,6 ans chez les garçons vs. 13,5 ans chez les filles) et celle des lycéens est de 17,3 ans (17,3 ans chez les garçons vs. 17,2 ans chez les filles).

Tableau I- Caractéristiques générales de l'échantillon selon le type d'établissement scolaire en Guadeloupe

Etablissement	Effectifs	Redressés (%)
Collège	929	100,0%
<b>Sexe</b>		
Garçon	455	51,1%
Fille	474	48,9%
<b>Niveau scolaire</b>		
6ème	199	24,2%
5ème	299	24,8%
4ème	218	25,8%
3ème	213	25,2%
<b>Classe de 6ème</b>		
Garçon	89	49,8%
Fille	110	50,2%
<b>Classe de 5ème</b>		
Garçon	156	52,1%
Fille	143	47,9%
<b>Classe de 4ème</b>		
Garçon	111	51,0%
Fille	107	49,0%
<b>Classe de 3ème</b>		
Garçon	99	51,6%
Fille	114	48,4%

Etablissement	Effectifs	Redressés (%)
Lycée	1 051	100,0%
<b>Sexe</b>		
Garçon	521	49,4%
Fille	530	50,6%
<b>Niveau scolaire</b>		
2 <sup>nde</sup>	436	33,5%
1 <sup>ère</sup>	328	34,5%
Terminale	287	32,0%
<b>Classe de 2<sup>nde</sup></b>		
Garçon	198	49,6%
Fille	238	50,4%
<b>Classe de 1<sup>ère</sup></b>		
Garçon	183	50,0%
Fille	145	50,0%
<b>Classe de Terminale</b>		
Garçon	140	48,5%
Fille	147	51,5%

Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

Lecture du tableau : En 2023, 51% des collégiens participants à l'enquête EnCLASS en Guadeloupe sont de sexe masculin et 51% des lycéens participants sont de sexe féminin.

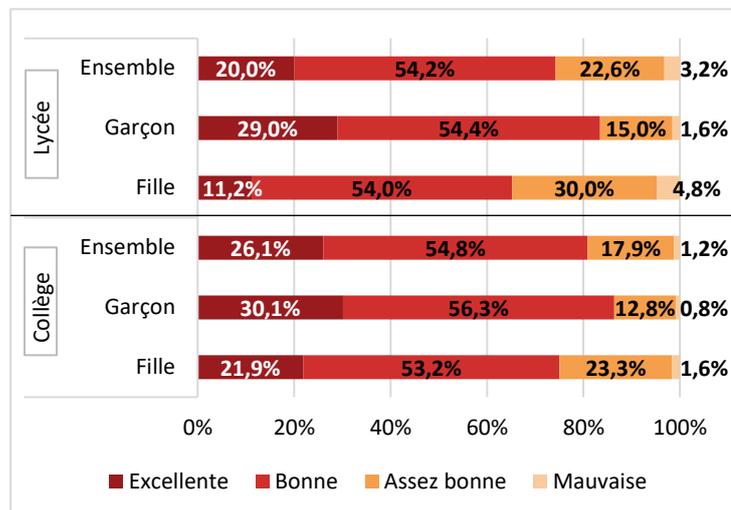
## Caractéristiques personnelles

Les indicateurs considérés couvrent les aspects de perception d'état de santé, d'hygiène dentaire, d'indice de masse corporelle et de perception du corps des adolescents.

### ❖ Etat de santé perçu

En Guadeloupe, la majorité des adolescents scolarisés se déclarent en excellente ou bonne santé en 2023. En effet, 4 collégiens sur 5 (80,9 %) et plus de deux tiers des lycéens (74,2 %) déclarent être en excellente ou bonne santé. Au collège comme au lycée, les garçons sont plus nombreux à se déclarer en excellente ou bonne santé. [Figure 1]

Figure 1- Etat de santé perçu des adolescents scolarisés, selon le type d'établissement en Guadeloupe



Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

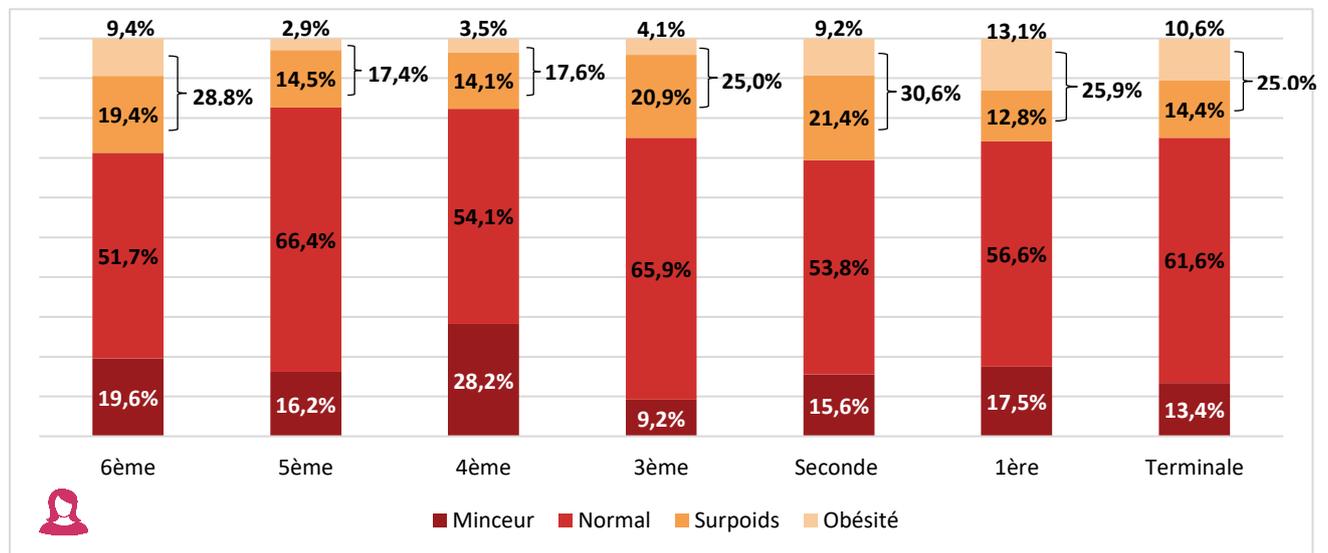
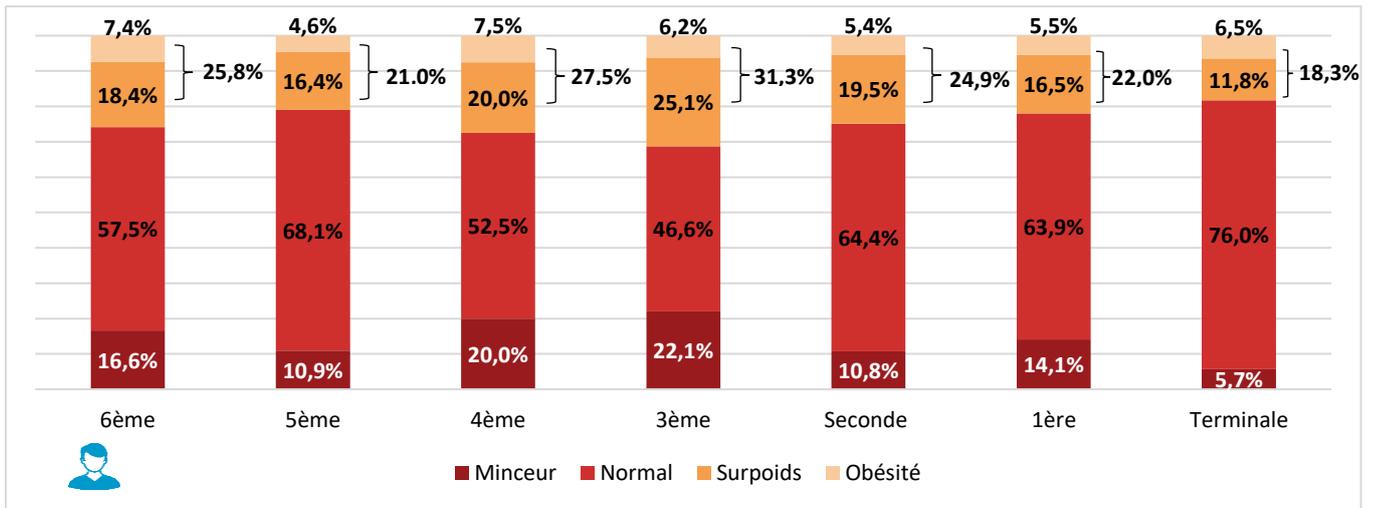
### ❖ Hygiène bucco-dentaire

La majorité des élèves ont au quotidien une bonne hygiène dentaire. En effet, 8 collégiens sur 10 déclarent brosser leurs dents plus d'une fois par jour. Cette proportion est similaire chez les lycéens (82,0 %). Quel que soit le type d'établissement scolaire, les filles sont plus nombreuses à déclarer un brossage de dents d'au moins 2 fois par jour.

### ❖ Indice de masse corporelle

Globalement, la plupart des adolescents scolarisés ont un indice de masse corporelle, selon les seuils de corpulence issus des références IOTF, compris entre le centile IOTF-17 et le centile IOTF-25, correspondant à un poids « normal » [Figure 2]. En effet, plus de la moitié des collégiens (55,5 %) et plus de deux tiers des collégiennes (59,4 %) ont un indice de masse corporelle normal, selon les seuils de corpulence issus des références IOTF. Chez les lycéens, 68,1 % des garçons et 57,4 % des filles ont un indice de masse corporelle normal, selon les seuils de corpulence issus des références IOTF.

Figure 2- Indice de masse corporelle\* des adolescents scolarisés, selon la classe et le sexe en Guadeloupe



Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

\* Selon les seuils de corpulence issus des références IOTF

### ❖ Perception du corps

Les élèves ont été interrogés sur la manière dont ils perçoivent leur propre corps. Une tendance d'insatisfaction de la corpulence est identifiée chez les adolescents. Au collège, un peu plus de la moitié des élèves considèrent qu'ils ont un bon poids (51,8 %). Parmi les collégiens qui se perçoivent trop maigre, 5 élèves sur 10 ont un indice de masse corporelle normal<sup>3</sup>. Au lycée, près de la moitié des élèves estiment avoir un bon poids (47,3 %). On observe également que parmi les lycéens qui se perçoivent trop maigre, près de la moitié ont un indice de masse corporelle normal<sup>3</sup>. Cette situation se constate aussi chez certains élèves qui se perçoivent trop gros alors qu'ils ont un IMC normal<sup>3</sup>.

Par ailleurs, on observe une sous-estimation de la corpulence chez certains adolescents. En effet, parmi les collégiens en situation de surcharge pondérale<sup>3</sup>, un tiers des élèves estiment avoir un bon poids. Cette mauvaise perception du corps est également présente chez les lycéens, où près de 3 lycéens sur 10 en situation de surcharge pondérale<sup>3</sup> considèrent avoir un poids normal.

<sup>3</sup> Selon les seuils de corpulence issus des références IOTF

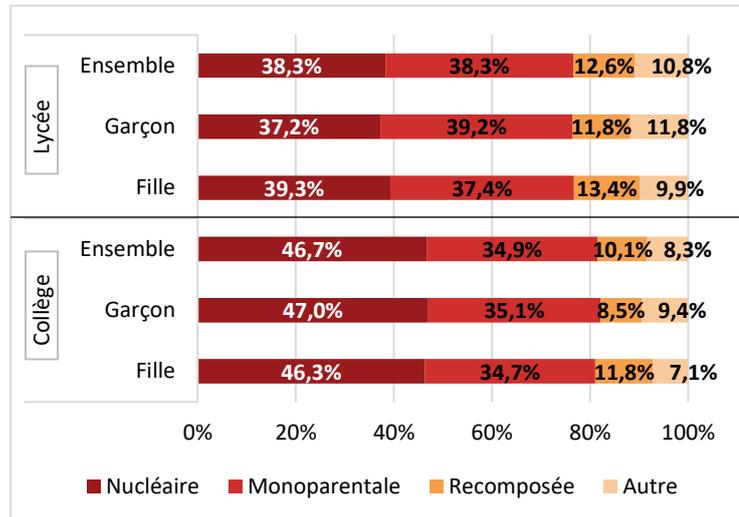
## Caractéristiques familiales

Les indicateurs considérés couvrent les aspects de la structure familiale, du soutien perçu par la famille et de l'aisance financière de la famille chez les adolescents.

### ❖ Structure de la famille

En Guadeloupe, la majorité des élèves sont issus de familles nucléaires<sup>4</sup> ou monoparentales<sup>5</sup>. En effet, près de la moitié des collégiens déclare vivre avec leurs deux parents (46,7 %) et plus d'un tiers d'entre eux vivent au quotidien avec l'un de ses deux parents (34,9 %) sans distinction entre les sexes. Au lycée, près de 2 élèves sur 5 déclarent vivre avec un seul parent ou avec leurs deux parents (respectivement 38,3 % pour chacun), tous sexes confondus. [Figure 3]

Figure 3- Structure familiale des adolescents scolarisés, selon le type d'établissement en Guadeloupe



Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

### ❖ Soutien de la famille

Le soutien perçu de la famille tend à décroître avec l'avancée du niveau scolaire et diffère selon le sexe. Plus d'un collégien sur 2 déclarent avoir un soutien élevé de sa famille (55,4 %), tous sexes confondus. Les garçons indiquent davantage avoir un soutien élevé de leur famille que les filles au collège (respectivement 62,6 % vs. 48,5 %). Près d'un lycéen sur 2 indique avoir un soutien élevé de sa famille (47,2 %), tous sexes confondus. Les garçons sont également significativement plus nombreux à déclarer avoir un soutien élevé de leur famille que les filles au lycée (respectivement 52,1 % vs. 42,7 %).

### ❖ Aisance financière de la famille

Les élèves ont été interrogés sur leur appréciation de l'aisance financière de leur famille. Au collège, plus de la moitié des élèves déclarent que leur famille est à l'aise financièrement (54,8 %). Mais, ce constat n'est pas observé au lycée. En effet, les lycéens déclarent majoritairement que leur famille est moyennement à l'aise financièrement (42,9 %). Ces résultats sont similaires quel que soit le sexe dans les différents établissements scolaires. Les lycéens sont sans doute plus au fait que les collégiens des réalités financières de la famille.

<sup>4</sup> Elèves qui vivent en présence des deux parents (père et mère) au domicile

<sup>5</sup> Elèves qui vivent avec un seul parent au domicile

# Habitudes alimentaires

## Prises de repas

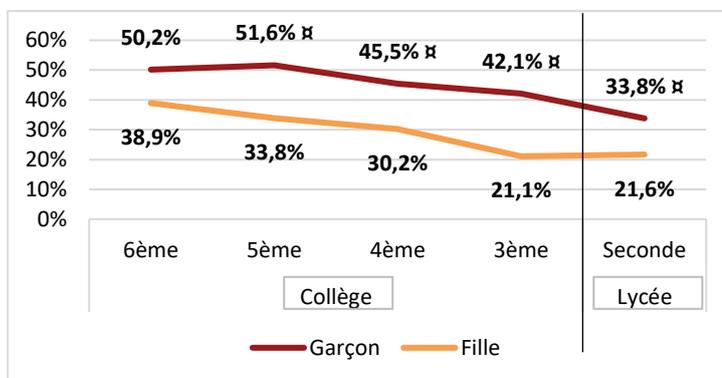
### ❖ Prises de petit-déjeuner<sup>6</sup> en semaine

Au collège, 4 élèves sur 10 (39,4 %) déclarent prendre un petit-déjeuner en semaine tous les jours en Guadeloupe (exclusivement du lundi au vendredi), mais ces résultats varient en fonction du sexe. Globalement, les garçons sont significativement plus nombreux que les filles à prendre un petit-déjeuner quotidiennement (respectivement 47,3 % vs. 30,9 %,  $p < 10^{-3}$ ). Cette tendance est plus importante en France hexagonale où 62,0 % des collégiens en 2018 indiquaient prendre un petit-déjeuner les 5 jours de la semaine<sup>7</sup>.

Au lycée, près de 3 élèves sur 10 déclarent prendre un petit-déjeuner en semaine au quotidien (27,6 %). Comme au collège, les garçons sont significativement plus nombreux que les filles à déclarer prendre un petit-déjeuner en semaine tous les jours au lycée (respectivement 33,8 % vs. 21,6 %,  $p = 0,008$ ).

Globalement, la part des adolescents, qui prennent un petit-déjeuner 5 jours sur 5, décroît avec l'avancée du niveau scolaire. [Figure 4]

Figure 4- Fréquence du petit-déjeuner quotidien en semaine, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe



Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

x Différence significative

Environ 3 collégiens sur 10 (28,0 %) et près de la moitié des lycéens (47,7 %) déclarent ne jamais prendre de petit-déjeuner en semaine. Cette absence du premier repas est significativement plus marquée chez les filles que chez les garçons au collège (respectivement 35,9 % vs. 20,7 %,  $p < 10^{-3}$ ). Cette tendance est similaire au lycée, mais sans différence significative (respectivement 51,3 % vs. 43,9 %).

On observe une relation significative entre la prise quotidienne de petit-déjeuner en semaine et l'état de santé des adolescents, ainsi qu'avec le soutien perçu de la famille [Tableau II]. Des analyses plus approfondies sont ici nécessaires pour expliquer ces apparentes corrélations.

<sup>6</sup> Le petit-déjeuner est le premier repas de la journée. Il ne se limite pas à un unique verre de lait ou de jus de fruits.

<sup>7</sup> Résultats EnCLASS 2018 – Habitudes alimentaires et activité physique des collégiens en 2018 – Rennes : EHESP, 2020 : 10p.

Tableau II- Prise quotidienne de petit-déjeuner en semaine, état de santé et soutien de la famille, selon le type d'établissement scolaire en Guadeloupe

Au collège				Au lycée*			
Prise quotidienne de petit-déjeuner en semaine				Prise quotidienne de petit-déjeuner en semaine			
	Non	Oui	p		Non	Oui	p
<i>Excellente ou bonne santé</i>				<i>Excellente ou bonne santé</i>			
Oui	76,9%	86,6%	0,001	Oui	73,7%	79,8%	0,035
Non	23,1%	13,4%		Non	26,3%	20,2%	
<i>Soutien perçu de la famille</i>				<i>Soutien perçu de la famille</i>			
Soutien faible	53,9%	30,0%	<10 <sup>-3</sup>	Soutien faible	58,3%	42,0%	0,031
Soutien élevé	46,1%	70,0%		Soutien élevé	41,7%	58,0%	

Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

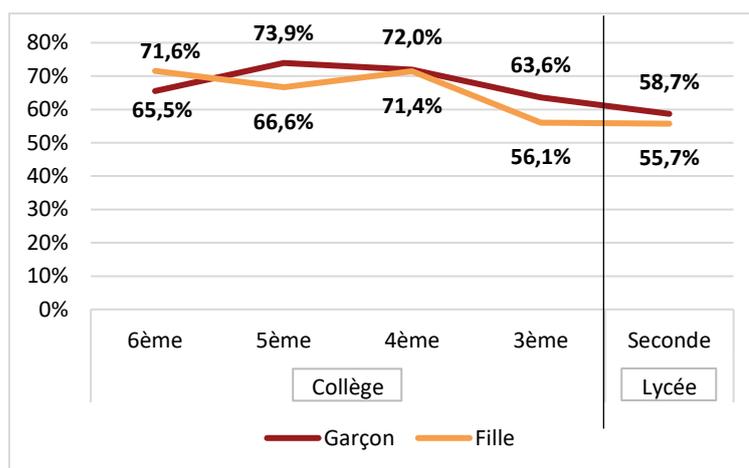
\*Uniquement la classe de Seconde

Lecture du tableau : Les élèves (collégiens ou lycéens) qui indiquent prendre un petit-déjeuner quotidiennement en semaine sont significativement plus nombreux à se déclarer en excellente ou bonne santé que les autres élèves

### ❖ Prises de petit-déjeuner en week-end

La prise de petit-déjeuner de façon quotidienne est nettement plus importante le week-end (samedi et dimanche) chez les adolescents scolarisés. Au collège, 67,7 % des élèves déclarent prendre un petit-déjeuner le week-end et au lycée, 57,2 % indiquent cette même situation. Ces comportements se rapprochent entre les filles et les garçons, quel que soit le niveau scolaire. [Figure 5]

Figure 5-Fréquence du petit-déjeuner quotidien en week-end, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe



Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

En revanche, 13,0 % des collégiens et 22,2 % des lycéens déclarent ne jamais prendre de petit-déjeuner le week-end. A l'opposé du constat en semaine, cette absence est davantage marquée chez les garçons que chez les filles le week-end, quel que soit le type d'établissement scolaire.

On observe une relation significative entre la prise quotidienne de petit-déjeuner en week-end et l'état de santé des adolescents, ainsi qu'avec le soutien perçu de la famille [Tableau III]. Des analyses plus approfondies sont ici nécessaires pour expliquer ces apparentes corrélations.

Tableau III- Prise quotidienne de petit-déjeuner le week-end, état de santé et soutien de la famille, selon le type d'établissement scolaire en Guadeloupe

Au collège				Au lycée*			
Prise quotidienne de petit-déjeuner en week-end				Prise quotidienne de petit-déjeuner en week-end			
	Non	Oui	p		Non	Oui	p
<i>Excellente ou bonne santé</i>				<i>Excellente ou bonne santé</i>			
Oui	72,3%	84,5%	<10 <sup>-3</sup>	Oui	70,0%	79,0%	0,038
Non	27,7%	15,5%		Non	30,0%	21,0%	
<i>Soutien perçu par la famille</i>				<i>Soutien perçu par la famille</i>			
Soutien faible	57,8%	38,7%	<10 <sup>-3</sup>	Soutien faible	58,6%	50,0%	0,044
Soutien élevé	42,2%	61,3%		Soutien élevé	41,4%	50,0%	

Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

\*Uniquement la classe de Seconde

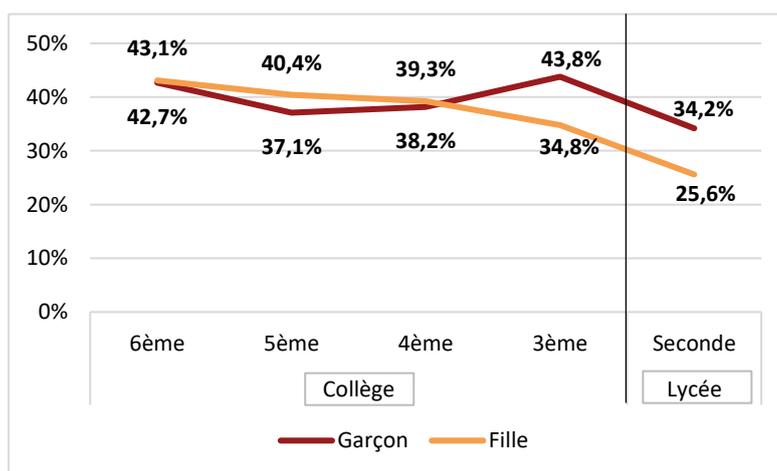
Lecture du tableau : Les élèves (collégiens ou lycéens) qui prennent un petit-déjeuner quotidiennement le week-end sont significativement plus nombreux à se déclarer en excellente ou bonne santé que les autres élèves.

### ❖ Prise de de repas en famille<sup>8</sup>

Près de 2 collégiens sur 5 déclarent prendre au moins un repas en famille de façon quotidienne (39,9 %). Cette prise quotidienne de repas est globalement comparable entre les garçons et les filles au collège [Figure 6]. Cette tendance est plus importante en France hexagonale où 67,5 % des collégiens en 2018 indiquaient prendre au moins un repas en famille tous les jours<sup>9</sup>.

Au lycée, près de 3 élèves sur 10 déclarent prendre au quotidien au moins un repas en famille (29,8 %). Les garçons sont plus nombreux que les filles à déclarer prendre au quotidien un repas en famille (respectivement 34,2 % vs. 25,6 %).[Figure 6]

Figure 6- Fréquence de la prise de repas quotidien en famille, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe



Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

Seulement 8,1 % des collégiens et 13,3 % des lycéens indiquent ne jamais prendre de repas en famille.

On observe une relation significative entre la prise quotidienne de repas en famille et la structure familiale, et le soutien perçu de la famille [Tableau IV]. Des analyses plus approfondies sont ici nécessaires pour expliquer ces apparentes corrélations.

<sup>8</sup> Un repas en famille correspond à un partage autour d'une même table d'au moins un repas au cours de la journée (petit-déjeuner, repas du midi ou repas du soir).

<sup>9</sup> Résultats EnCLASS 2018 – Habitudes alimentaires et activité physique des collégiens en 2018 – Rennes : EHESP, 2020 : 10p.

Tableau IV- Prise quotidienne de repas en famille, structure familiale et soutien de la famille, selon le type d'établissement scolaire en Guadeloupe

Au collège				Au lycée*			
Prise quotidienne de repas en famille				Prise quotidienne de repas en famille			
	Non	Oui	p		Non	Oui	p
<i>Structure familiale</i>				<i>Structure familiale</i>			
Nucléaire	42,8%	52,6%	0,032	Nucléaire	38,4%	49,6%	0,008
Monoparentale	38,0%	30,0%		Monoparentale	41,0%	29,3%	
Recomposée/ Autre	19,2%	17,4%		Recomposée/ Autre	20,6%	21,1 %	
<i>Soutien perçu par la famille</i>				<i>Soutien perçu par la famille</i>			
Soutien faible	51,0%	34,9%	<10 <sup>-3</sup>	Soutien faible	60,4%	39,2%	<10 <sup>-3</sup>
Soutien élevé	49,0%	65,1%		Soutien élevé	39,6%	60,8%	

Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

\*Uniquement la classe de Seconde\*

Lecture du tableau : Les élèves (collégiens ou lycéens) qui déclarent prendre au moins un repas en famille quotidiennement sont significativement plus nombreux à indiquer être issus de familles nucléaires que ceux qui déclarent ne pas en prendre tous les jours.

#### ❖ Prise de repas devant la télévision

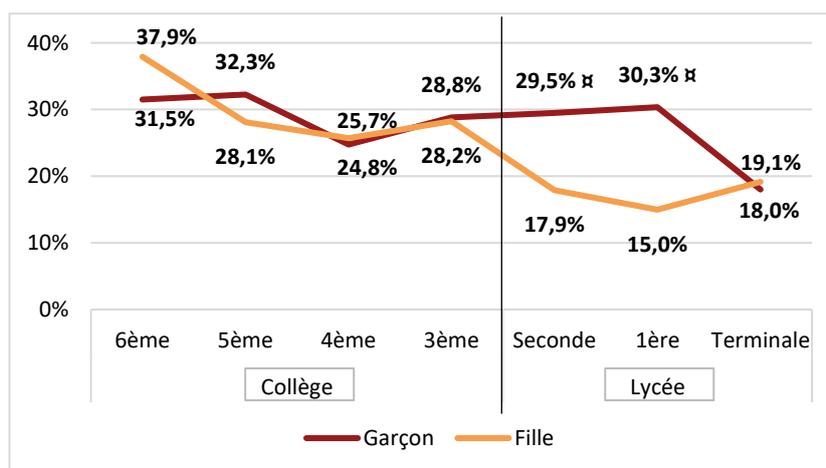
Au collège, près de deux tiers des élèves déclarent regarder quotidiennement la télévision durant un repas (32,0 %). Globalement, la prise quotidienne de repas devant la télévision est similaire entre les garçons et les filles, excepté en classe de 5<sup>ème</sup> où la part de garçons est plus importante (41,8 % vs. 34,1 % chez les filles).

## Consommation de fruits et légumes

#### ❖ Consommation de fruits

Près de 3 collégiens sur 10 indiquent consommer quotidiennement des fruits au moins une fois par jour (29,6 %). Cette proportion est comparable entre les garçons et les filles [Figure 7]. Dans l'hexagone, la consommation quotidienne de fruits chez les collégiens est plus importante. En 2018, les données de l'enquête ENCLASS ont montré que 34,1 % des collégiens indiquaient consommer des fruits tous les jours<sup>10</sup>.

Figure 7- Fréquence de la consommation quotidienne de fruits, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe



Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

α Différence significative

<sup>10</sup> Résultats EnCLASS 2018 – Habitudes alimentaires et activité physique des collégiens en 2018 – Rennes : EHESP, 2020 : 10p

Plus de 2 lycéens sur 10 indiquent consommer au quotidien des fruits au moins une fois par jour (21,6 %). Avec l'avancée en niveau scolaire, la consommation quotidienne des fruits diffère significativement selon le sexe. Les lycéens sont plus nombreux que les lycéennes à déclarer manger des fruits 7 jours sur 7 (respectivement 26,1 % vs. 17,3 %,  $p=0,003$ ). On note cependant une diminution importante de la consommation quotidienne de fruits chez les garçons entre la classe de 1ère et de Terminale [Figure 7].

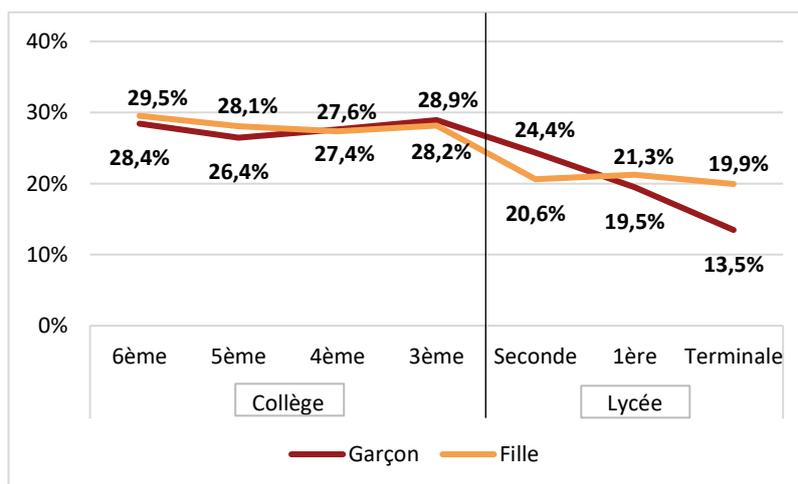
Seulement, 4,6 % des collégiens indiquent ne jamais manger de fruits, les garçons étant significativement plus concernés que les filles. Au lycée, la part des adolescents qui déclarent ne pas consommer de fruits est de 4,4 %, sans différence selon le sexe.

On observe une relation significative entre la consommation quotidienne de fruits et l'état de santé des lycéens. Des analyses plus approfondies sont ici nécessaires pour expliquer ces apparentes corrélations.

### ❖ Consommation de légumes

Au collège, près de 3 élèves sur 10 indiquent consommer quotidiennement des légumes au moins une fois par jour (28,1 %). Cette proportion est comparable entre les garçons et les filles, quel que soit le niveau scolaire [Figure 8]. Cette tendance est plus importante en France hexagonale où 36,8 % des collégiens en 2018 indiquaient consommer tous les jours des légumes<sup>11</sup>.

Figure 8- Fréquence de consommation quotidienne de légumes, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe



Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

Au lycée, près d'un élève sur 5 indique consommer quotidiennement des légumes au moins une fois par jour (19,9 %). Cette proportion est comparable entre les garçons et les filles, mais tend à se différencier selon le niveau scolaire. En effet, chez les lycéens la tendance est décroissante entre la classe de Seconde et la classe de Terminale, tandis que chez les lycéennes, elle est relativement stable. [Figure 8]

Seulement 6,7 % des collégiens et 6,1 % des lycéens déclarent ne jamais consommer de légumes. Globalement, la consommation quotidienne de fruits est proche de celle des légumes, quel que soit le sexe et le type d'établissement scolaire (au collège : 29,6 % fruits vs. 28,1 % légumes et au lycée : 21,6 % fruits vs. 19,9 % légumes).

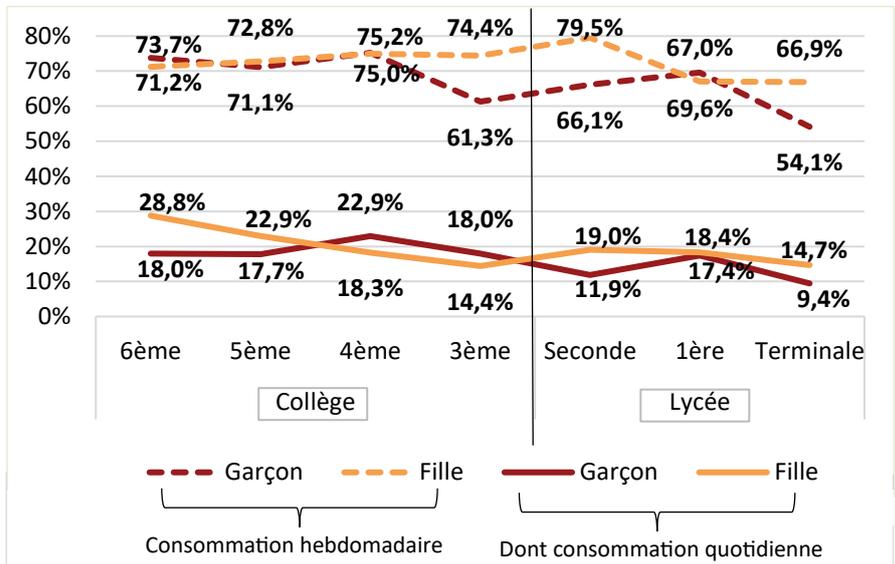
<sup>11</sup> Résultats EnCLASS 2018 – Habitudes alimentaires et activité physique des collégiens en 2018 – Rennes : EHESP, 2020 : 10p

## Consommation d'aliments sucrés et gras

### ❖ Consommation de sucreries<sup>12</sup>

Au collège, plus de 7 élèves sur 10 déclarent une consommation hebdomadaire de sucreries (71,8 %). Cette habitude hebdomadaire est similaire entre les garçons et les filles. Elle est relativement stable par rapport au niveau scolaire, excepté en classe de 3<sup>ème</sup> où les garçons sont moins nombreux à indiquer consommer au moins une fois par semaine des sucreries [Figure 9]. Cette tendance est un peu plus importante en France hexagonale où 76,6 % des collégiens en 2018 indiquaient consommer de façon hebdomadaire des sucreries<sup>13</sup>.

Figure 9- Fréquence de consommation de sucreries, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe



Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

Au lycée, plus de deux tiers des élèves déclarent une consommation hebdomadaire de sucreries (67,4 %). Les lycéennes sont plus nombreuses à indiquer consommer au moins une fois par semaine des sucreries, excepté en classe de 1<sup>ère</sup>. [Figure 9]

Concernant la consommation quotidienne de sucreries, un collégien sur 5 déclare en consommer au moins une fois par jour (20,1 %). La part de collégiens indiquant en consommer au moins une fois tous les jours tend à décroître avec l'avancée en classe mais diffère selon le sexe. En effet, elle varie chez les collégiennes de 28,8 % en classe de 6<sup>ème</sup> à 14,4 % en classe de 3<sup>ème</sup>, tandis que chez les collégiens elle reste relativement stable avec un rebond en classe de 4<sup>ème</sup>. Un lycéen sur 5 déclare consommer quotidiennement au moins une fois des sucreries (15,2 %). Globalement, les filles sont plus nombreuses que les garçons à déclarer en consommer au moins une fois par jour tous les jours, quel que soit le niveau scolaire. [Figure 9]

<sup>12</sup> Les aliments sucrés et gras correspondent d'une part à la consommation de sucreries telles que les bonbons, les chocolats...

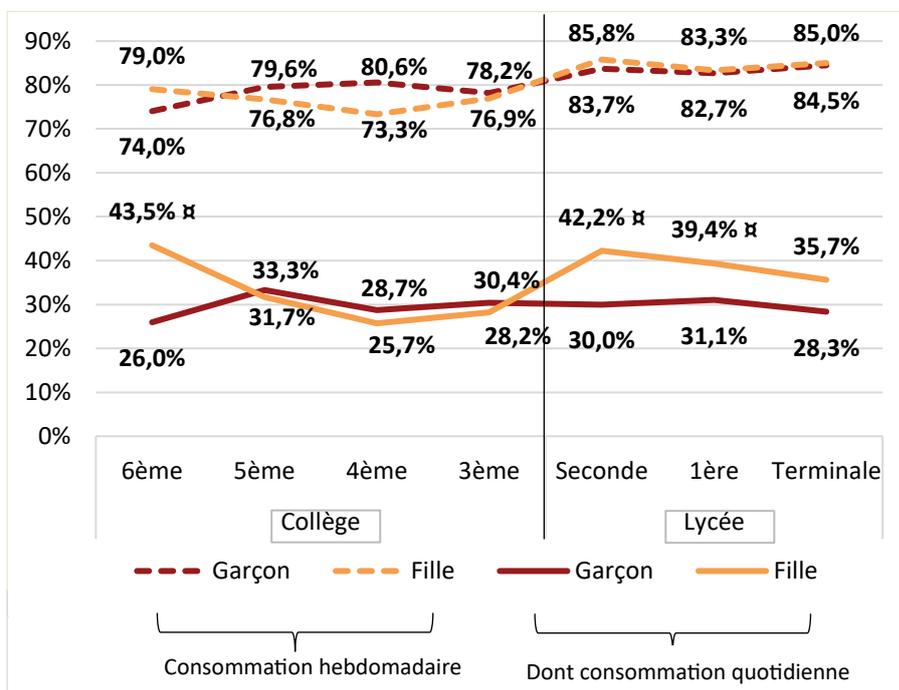
<sup>13</sup> Résultats EnCLASS 2018 – Habitudes alimentaires et activité physique des collégiens en 2018 – Rennes : EHESP, 2020 : 10p

### ❖ Consommation de boissons sucrées<sup>14</sup>

Près de 8 collégiens sur 10 déclarent une consommation hebdomadaire de boissons sucrées (77,4 %). Cette habitude est relativement plus élevée chez les garçons au collège, excepté en classe de 6<sup>ème</sup> [Figure 10]. Cette tendance est moins importante en France hexagonale où 67,8 % des collégiens en 2018 indiquaient consommer de façon hebdomadaire des boissons sucrées<sup>15</sup>.

Plus de 4 lycéens sur 5 déclarent consommer au moins une fois par semaine des boissons sucrées (84,2 %). Les fréquences de consommation hebdomadaire au lycée sont comparables entre les garçons et les filles. [Figure 10]

Figure 10- Fréquence de consommation de boissons sucrées, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe



Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

$\alpha$  Différence significative

Concernant la consommation quotidienne de boissons sucrées, 3 collégiens sur 10 déclarent consommer au moins une fois par jour de façon quotidienne des boissons sucrées (30,9 %). Cette proportion est comparable entre les garçons et les filles, excepté en classe de 6<sup>ème</sup> où la part de filles déclarant consommer au moins une fois par jour au quotidien des boissons sucrées est significativement plus élevée. Plus d'un tiers des lycéens déclarent consommer au moins une fois par jour au quotidien des boissons sucrées (34,6 %). Globalement, les lycéennes sont plus nombreuses que les lycéens à en consommer quotidiennement, avec un écart significatif en classe de Seconde et 1<sup>ère</sup>. [Figure 10]

On observe une relation significative entre la consommation quotidienne de boissons sucrées et l'état de santé des adolescents [Tableau V]. Des analyses plus approfondies sont ici nécessaires pour expliquer ces apparentes corrélations.

<sup>14</sup> Les aliments sucrés correspondent d'autre part aux boissons sucrées tels que les sodas ainsi que toutes les autres boissons contenant du sucre.

<sup>15</sup> Résultats EnCLASS 2018 – Habitudes alimentaires et activité physique des collégiens en 2018 – Rennes : EHESP, 2020 : 10p

Tableau V- Consommation quotidienne de boissons sucrées et état de santé, selon le type d'établissement scolaire en Guadeloupe

Au collège				Au lycée			
Consommation quotidienne de boissons sucrées				Consommation quotidienne de boissons sucrées			
	Non	Oui	p		Non	Oui	p
<i>Excellente ou bonne santé</i>				<i>Excellente ou bonne santé</i>			
Oui	84,1%	74,2%	0,001	Oui	77,6%	67,3%	<10 <sup>-3</sup>
Non	15,9%	25,8%		Non	22,4%	32,7%	

Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

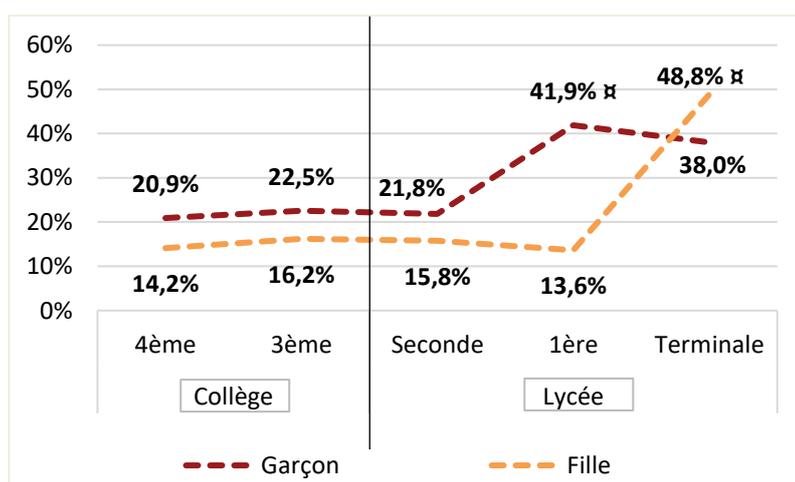
⌘ Différence significative

**Lecture du tableau :** Les élèves (collégiens ou lycéens) qui déclarent consommer quotidiennement des boissons sucrées sont significativement moins nombreux à se déclarer en excellente ou bonne santé que ceux qui n'en prennent pas tous les jours.

## Consommation de boissons énergisantes<sup>16</sup>

Au collège, près d'un élève sur 5 déclare une consommation hebdomadaire de boissons énergisantes (18,5 %). Au lycée, près d'un élève sur 4 déclare consommer au moins une fois par semaines des boissons énergisantes (24,8 %). Globalement, les fréquences de consommations de boissons énergisantes sont nettement plus élevées chez les garçons que chez les filles, quel que soit le niveau scolaire (respectivement 21,7 % vs. 15,1 % au collège ; 33,9 % vs. 16,0 % au lycée), à l'exception de la classe de Terminale [Figure 11]. Cette tendance est moins importante en France hexagonale où 12,1 % des collégiens en 2018 indiquaient consommer de façon hebdomadaire des boissons énergisantes<sup>17</sup>.

Figure 11- Fréquence de consommation hebdomadaire de boissons énergisantes, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe



Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

⌘ Différence significative

La consommation quotidienne de boissons énergisantes concerne moins de 10 % des collégiens ou des lycéens (respectivement 7,1 % des collégiens et 6,5 % des lycéens). Les garçons sont davantage concernés que les filles, et plus significativement en classe de Seconde et 1<sup>ère</sup>.

On observe une relation significative entre la consommation quotidienne de boissons énergisantes et l'état de santé des collégiens. Des analyses plus approfondies sont ici nécessaires pour expliquer ces apparentes corrélations.

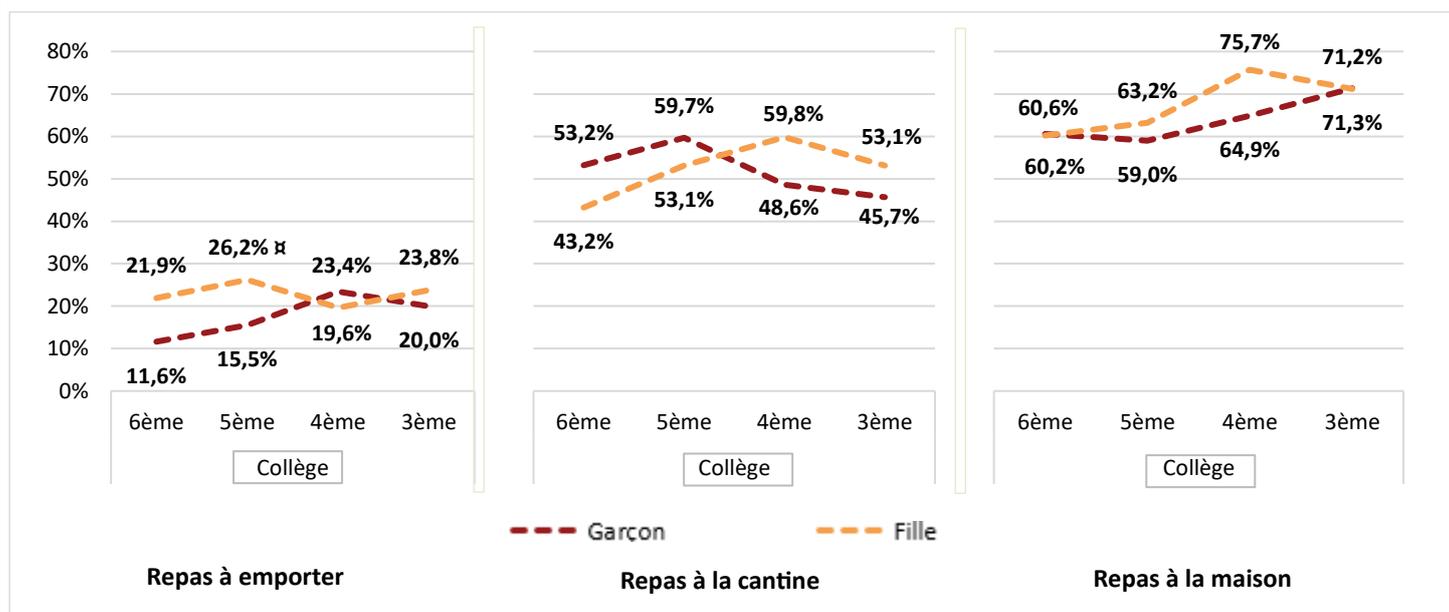
<sup>16</sup> Parmi les boissons énergisantes, on retrouve les boissons telles que Red-Bull, Dark Dog, Burn, Monster Energy drink...

<sup>17</sup> Résultats EnCLASS 2018 – Habitudes alimentaires et activité physique des collégiens en 2018 – Rennes : EHESP, 2020 : 10p

## Lieu de restauration

Les élèves ont été interrogés sur leurs modalités de restauration. Au collège, un élève sur 5 (20,3 %) déclare consommer au moins une fois par semaine des repas à emporter<sup>18</sup> le midi. Globalement, les filles sont davantage concernées, excepté en classe de 4<sup>ème</sup> où la part de garçons est plus élevée [Figure 12]. En revanche, la plupart des collégiens déclarent manger à la cantine les lundis (49,0 %), mardis (46,1 %) et jeudis (45,4 %). Ils sont nombreux à déjeuner à la maison les mercredis (71,4 %) et vendredis (45,7 %).

Figure 12- Fréquence des lieux de consommation hebdomadaire de repas le midi, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe



Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

\* Différence significative

<sup>18</sup> Parmi les repas à emporter en extérieur, on distingue la consommation d'aliments dans les fast-foods, les boulangeries, les cafétérias ou encore les restaurants.

# Activité physique et sportive

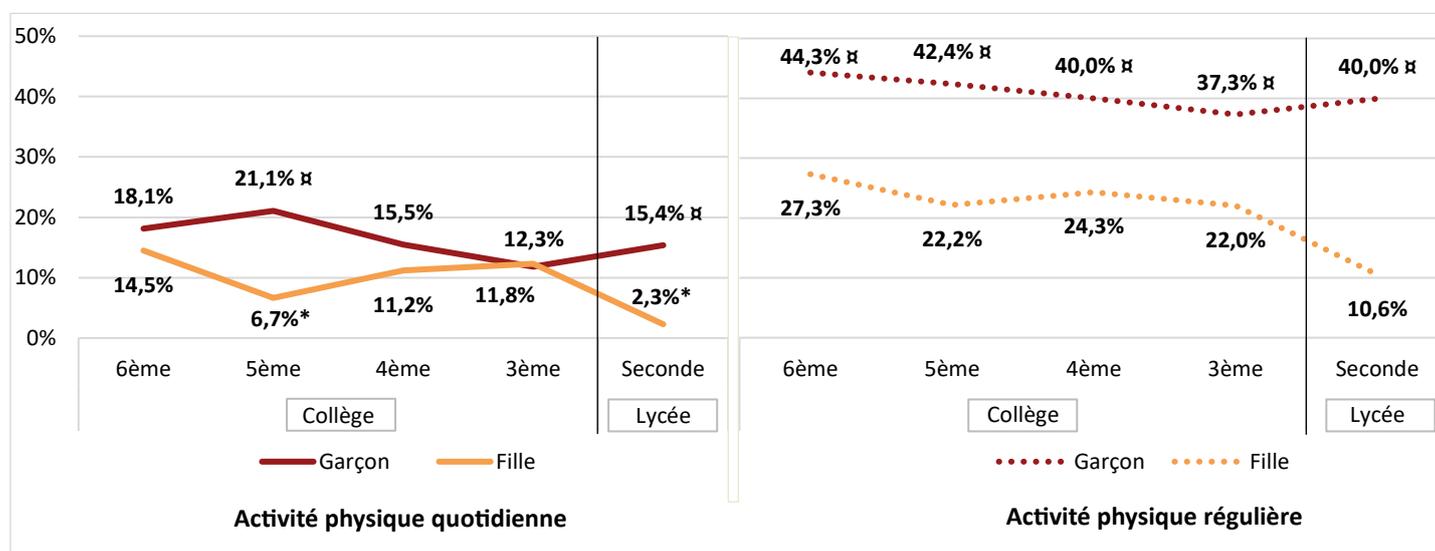
## Pratique d'activité physique<sup>19</sup>

Seuls 14,0 % des collégiens et 8,7 % des lycéens déclarent avoir pratiqué une activité physique modérée<sup>20</sup> au cours des 7 derniers jours. Globalement, au collège et au lycée, les garçons sont significativement plus nombreux que les filles à pratiquer quotidiennement au moins 60 minutes d'activité physique (respectivement 16,6 % vs. 11,2 % au collège ; 15,4 % vs. 2,3 % au lycée). La part de collégiens qui pratique de façon quotidienne une activité physique modérée tend à décroître avec l'avancée du niveau scolaire (tous sexes confondus), et cette tendance se poursuit à l'arrivée au lycée, notamment chez les filles [Figure 13]. Cette tendance est moins importante en France hexagonale où 11,1 % des collégiens en 2018 indiquaient avoir pratiqué au cours des 7 derniers jours une activité physique modérée<sup>21</sup>.

Environ un tiers des collégiens déclare une pratique d'activité physique régulière<sup>22</sup> (32,6 %). Au lycée, près d'un élève sur 4 déclarent avoir au moins 5 fois par semaine une activité physique modérée (24,9 %). Comme pour la pratique quotidienne, les garçons sont significativement plus nombreux que les filles à déclarer une pratique régulière et modérée, quel que soit le niveau scolaire. [Figure 13]

Concernant l'absence d'activité physique, elle concerne 8,9 % de collégiens et 14,9 % de lycéens. Globalement, les filles sont significativement plus concernées par cette absence de pratique.

Figure 13- Fréquence de pratique régulière ou quotidienne d'activité physique modérée, selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe



Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

\* Effectif inférieur à 10

† Différence significative

<sup>19</sup> Par exemple courir, marcher vite, faire du roller, faire du vélo, danser, faire du skate, nager, faire du foot, du rugby, du basket ou du surf, etc.

<sup>20</sup> Une activité physique modérée correspond à une pratique d'au moins 60 minutes par jour.

<sup>21</sup> Résultats EnCLASS 2018 – Habitudes alimentaires et activité physique des collégiens en 2018 – Rennes : EHESP, 2020 : 10p

<sup>22</sup> Une activité physique régulière correspond à une pratique d'au moins 5 fois par semaine.

On observe une relation significative entre la pratique régulière d'activité physique et l'état de santé, ainsi qu'avec la fréquence de consommation de fruits et de légumes des adolescents [Tableau VI]. Des analyses plus approfondies sont ici nécessaires pour expliquer ces apparentes corrélations.

**Tableau VI- Pratique d'activité physique régulière, état de santé, consommation de fruits et légumes, selon le type d'établissement scolaire en Guadeloupe**

Au collège				Au lycée*			
Pratique d'activité physique régulière				Pratique d'activité physique régulière			
	Non	Oui	p		Non	Oui	p
<i>Excellente ou bonne santé</i>				<i>Excellente ou bonne santé</i>			
Oui	78,3%	87,0%	0,003	Oui	73,4%	81,7%	0,011
Non	21,7%	13,0%		Non	26,6%	18,3%	
<i>Consommation quotidienne</i>				<i>Consommation quotidienne</i>			
Fruits	26,3%	36,5%	0,007	Fruits	20,3%	32,9%	<10 <sup>-3</sup>
Légumes	24,4%	35,7%	<10 <sup>-3</sup>	Légumes	19,6%	29,5%	0,009

Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

⌘ Différence significative

\*Uniquement la classe de Seconde

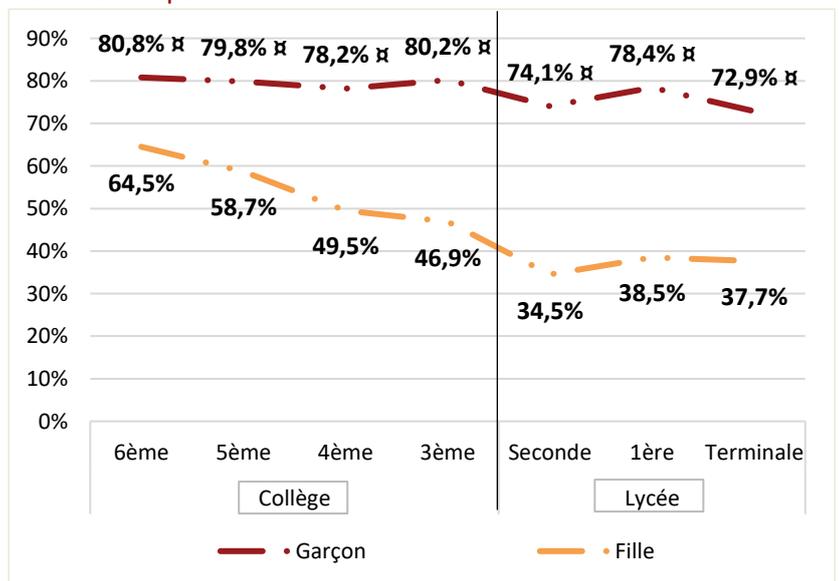
**Lecture du tableau :** Les élèves (collégiens ou lycéens) qui déclarent pratiquer au moins 1 heure d'activité physique au moins 5 fois par semaine sont significativement plus nombreux à se déclarer en excellente ou bonne santé que ceux qui n'en pratiquent pas régulièrement.

### Pratique d'activités sportives

Plus de deux tiers des collégiens (67,6 %) et plus de la moitié des lycéens (55,9 %) déclarent pratiquer au moins 2 fois par semaine durant leur temps libre une activité sportive. Cette pratique d'activité sportive est significativement plus marquée chez les garçons que chez les filles, quel que soit le type d'établissement scolaire. [Figure 14]

Au collège, la proportion de garçons qui pratique au moins 2 fois par semaine une activité sportive est similaire, quel que soit le niveau scolaire. Cependant, chez les filles elle décroît avec l'avancée en niveau scolaire en passant de 64,5 % en classe de 6<sup>ème</sup> à 46,9 % en classe de 3<sup>ème</sup>. Au lycée, cette pratique sportive est relativement stable entre les niveaux scolaires (tous sexes confondus). Les lycéens sont significativement plus nombreux que les lycéennes à en pratiquer au moins 2 fois par semaine. [Figure 14]

**Figure 14- Fréquence de pratique d'activité sportive (au moins 2 fois/semaine, pendant le temps libre), selon le niveau scolaire et le sexe en Guadeloupe**



Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

⌘ Différence significative

La pratique de sport au quotidien pendant le temps libre (en dehors des heures d'école), au point de transpirer ou d'être essoufflé, est déclarée par plus d'un collégien sur 10 (15,3 %) et un lycéen sur 10 (12,3%).

Quel que soit le type d'établissement scolaire, les garçons sont significativement plus nombreux que les filles à indiquer avoir une activité sportive au quotidien (au collège respectivement 22,2 % vs. 8,3 % et au lycée respectivement 21,5 % vs. 3,1 %) [Figure 12] ]. Cette tendance est moins importante en France hexagonale où 13,1 % des collégiens en 2018 indiquaient pratiquer une activité sportive (pendant le temps libre)<sup>23</sup>.

L'absence de pratique sportive est plus marquée chez les filles que chez les garçons, quel que soit le type d'établissement scolaire.

On observe une relation significative entre la pratique d'activité sportive (au moins 2 fois/semaine) et l'état de santé, ainsi qu'avec la fréquence de consommation de fruits et de légumes des adolescents [Tableau VII]. Des analyses plus approfondies sont ici nécessaires pour expliquer ces apparentes corrélations.

**Tableau VII- Pratique d'activité sportive (au moins 2 fois par semaine), état de santé, consommation de fruits et légumes, selon le type d'établissement scolaire en Guadeloupe**

Au collège				Au lycée			
Pratique d'activités sportives (au moins 2 fois/semaine)				Pratique d'activités sportives (au moins 2 fois/semaine)			
	Non	Oui	p		Non	Oui	p
<i>Excellente ou bonne santé</i>				<i>Excellente ou bonne santé</i>			
Oui	76,1%	83,5%	0,008	Oui	67,7%	79,7%	<10 <sup>-3</sup>
Non	23,9%	16,5%		Non	32,3%	20,3%	
<i>Consommation quotidienne</i>				<i>Consommation quotidienne</i>			
Fruits	21,5%	33,4%	0,001	Fruits	14,6%	27,2%	<10 <sup>-3</sup>
Légumes	23,2%	30,4%	0,027	Légumes	16,9%	22,4%	0,004

Source : EnCLASS 2023

Exploitation : ORSaG

**Lecture du tableau :** Les élèves (collégiens ou lycéens) qui déclarent pratiquer au moins 2 fois par semaine une activité sportive sont significativement plus nombreux à se déclarer en excellente ou bonne santé que ceux qui ne pratiquent pas au moins 2 fois par semaine.

<sup>23</sup> Résultats EnCLASS 2018 – Habitudes alimentaires et activité physique des collégiens en 2018 – Rennes : EHESP, 2020 : 10p

## Discussions

Avec l'avancée en âge, période où les adolescents commencent à gagner en autonomie, les collégiens et les lycéens sautent, voire font l'impasse, du petit-déjeuner au quotidien. En effet, moins de la moitié des élèves, quel que soit le niveau scolaire déclarent prendre quotidiennement un petit-déjeuner en semaine en Guadeloupe (39 % des collégiens et 28 % des lycéens). Ce constat est cependant moins fréquent le week-end.

Globalement, les garçons sont significativement plus nombreux que les filles à prendre tous les jours un petit-déjeuner, au collège et au lycée. Constat similaire à la France hexagonale où en 2018 la proportion de filles déclarant prendre un petit-déjeuner quotidien est moins importante que chez les garçons au collège<sup>24</sup>. Selon le PNNS (Plan National Nutrition Santé), le petit déjeuner est un repas à part entière et doit représenter entre 20 et 25 % des apports énergétiques sur l'ensemble de la journée. Pris environ après 12 heures de sommeil de la nuit précédente, il permet aux enfants de recharger leurs batteries et de s'hydrater.

Concernant les bienfaits du repas pris en famille, les données montrent que les élèves qui indiquent manger quotidiennement en famille déclarent plus souvent avoir le sentiment d'être bien soutenu par leur famille. Les repas en famille favorisent la communication intra familiale et renforcent le lien affectif entre enfants et parents.

Les fréquences de consommation de fruits ou de légumes au quotidien sont assez proche l'une de l'autre, au collège et au lycée. En effet, 30 % des collégiens déclarent consommer au moins une fois tous les jours des fruits et 28 % des légumes. Au lycée, 22 % déclarent consommer 7 jours sur 7 au moins une fois des fruits et 20 % des légumes.

On remarque que la consommation quotidienne d'aliments gras et sucrés reste relativement importante. En effet, un collégien sur 5 déclare consommer au moins une fois par jour tous les jours des sucreries et 31 % des boissons sucrées. Au lycée, 20 % des élèves déclarent consommer au moins une fois par jour tous les jours des sucreries et 35 % des boissons sucrées. De plus, un collégien sur 5 indique prendre au moins une fois par semaine un repas à emporter le midi.

La consommation excessive de boissons énergisantes peut entraîner des risques majeurs sur la santé. Près d'un adolescent sur 10 (collégiens ou lycéens) déclare consommer quotidiennement des boissons énergisantes. Comme en France hexagonale<sup>24</sup>, globalement, la part de garçons consommant au moins une fois par semaine des boissons énergisantes est plus élevée que chez les filles. Les boissons énergisantes contiennent beaucoup de sucre, de la caféine, de la taurine et des vitamines. La consommation de ces boissons ne présente pas de risque pour la plupart des personnes mais à hautes doses, cela peut provoquer des troubles cardiaques, neurologiques ou psychiatriques.

Les élèves ont été interrogés sur leur taille, leur poids, ainsi que sur la perception générale de l'image de leur corps. Les données de l'enquête ENCLASS2023 montrent que le surpoids concerne 19 % des collégiens en Guadeloupe. En 2018, les résultats d'une étude réalisée par l'OFDT<sup>24</sup> montraient que le surpoids concernait 9 % des collégiens dans l'Hexagone.

Comme en population générale<sup>25</sup>, les adolescents ont une image faussée de leur corpulence. En Guadeloupe, de nombreux jeunes qui ont un « bon poids » selon les seuils de corpulence issus des

---

<sup>24</sup> Comportements de santé et bien-être des collégiens dans la région Pays de la Loire et dans l'ensemble de la France métropolitaine – OFDT

<sup>25</sup> Comportements alimentaires et perception de l'alimentation en Guadeloupe en 2010 – « Perceptions et connaissances nutritionnelles en Guadeloupe » – ORSaG

références IOTF se considèrent trop maigre ou trop gros. A l'inverse, des élèves qui déclarent avoir un « bon poids » alors qu'ils sont en situation de surcharge pondérale. Cette perception erronée de la corpulence peut avoir des effets négatifs sur leurs habitudes alimentaires.

L'OMS recommande aux adolescents de consacrer en moyenne 60 minutes par jour à une activité physique d'intensité modérée à soutenue, principalement d'endurance, tout au long de la semaine, pour une bonne santé. On observe qu'en Guadeloupe comme en France hexagonale<sup>26</sup>, seul un collégien sur 10 et un lycéen sur 10 déclarent pratiquer une activité physique modérée tous les jours, conforme aux recommandations de l'OMS. Comme en population générale<sup>27</sup>, en Guadeloupe les collégiens sont significativement plus nombreux que les collégiennes à avoir une activité physique d'au moins 60 minutes par jour 7 jours sur 7 (respectivement 17 % vs. 11 %).

On constate que les jeunes scolarisés qui ont une pratique régulière d'activité physique se déclarent en meilleure santé que ceux qui n'ont en pas. Cette situation s'observe également en population générale, où les personnes qui jugent avoir une santé relativement bonne sont proportionnellement plus nombreux à pratiquer un sport que ceux jugeant leur santé moins bonne<sup>27</sup>. Les bénéfices du sport sur la santé sont reconnus.

Selon l'OMS, une activité physique régulière a des effets positifs pour prévenir les maladies, telles que les maladies cardiovasculaires, le cancer, le diabète et la dépression. Elle réduit la mortalité globale et limite le risque de décès prématuré. Par ailleurs, l'activité physique chez les adolescents est une source d'estime de soi et de bienfaits sur le plan cognitif. Dans une étude réalisée en 2022, l'organisation alertait sur l'insuffisance de la pratique sportive chez les adolescents, notamment chez les adolescentes : « À l'échelle mondiale, quelque 85 % des filles n'appliquent pas les recommandations de l'OMS, à savoir 60 minutes d'activité physique modérée à intensive par jour », explique Stephen Whiting, administrateur technique au Bureau européen de l'OMS pour la prévention et la maîtrise des maladies non transmissibles, et l'un des auteurs de cette étude.

En Guadeloupe, cette enquête met en évidence le fait qu'une part des jeunes scolarisés ne suivent pas suffisamment les recommandations en termes d'alimentation et d'activité physique, nécessaire à un bon état de santé.

---

<sup>26</sup> Comportements de santé et bien-être des collégiens dans la région Pays de la Loire et dans l'ensemble de la France métropolitaine – OFDT

<sup>27</sup> Rapport d'étude – Enquête Aphyguad – Activité physique, activités sportives et activités sédentaire des adultes en Guadeloupe – ORSaG

## Conclusion

---

L'équilibre alimentaire joue un rôle primordial dans l'état de santé. C'est dès le plus jeune âge que doivent être adoptés des comportements bénéfiques au bon fonctionnement de l'organisme.

Lors de l'adolescence, les jeunes acquièrent des habitudes alimentaires qui ont tendance à s'intensifier à l'âge adulte et qui sont liées au développement voire à l'apparition de certaines pathologies très fréquentes (cancers, maladies cardiovasculaires, obésité, diabète, etc.).

A travers l'Enquête Nationale en Collège et en Lycée chez les Adolescents sur la Santé et les Substances (EnCLASS) et notamment ce volet « Habitudes alimentaires, activités physiques et sportives », il est nécessaire d'alerter les pouvoirs publics sur les potentiels dispositifs (par exemple des actions préventives afin de faciliter l'identification d'aliments de bonne qualité nutritionnelle) à mettre en place afin de réduire les déséquilibres alimentaires chez les adolescents ou encore de renforcer la pratique d'activité physique.

Les résultats de cette enquête montrent qu'il faut davantage inciter cette population de jeunes scolarisés à réduire la consommation quotidienne de certains aliments à forte valeur énergétique (sucreries, boissons sucrées, boissons énergisantes, etc.). Selon une étude de l'ADEME<sup>28</sup>, la population guadeloupéenne consomme 19 % de légumes (262g/j). Il est donc nécessaire d'encourager la consommation régulière de fruits et légumes, quel que soit son mode de préparation (crus, cuits, frais, etc.).

Chaque repas dans un moment de la journée a son importance, et chaque adolescent doit en avoir conscience afin d'éliminer l'absence de repas, quel que soit les motifs chez ce jeune public.

La famille joue un rôle fondamental dans l'acquisition et la pratique des habitudes alimentaires saines. Les adolescents doivent être davantage soutenus par leur entourage (ensemble des adultes dans la structure familiale). Il est important également d'aider les adolescents à avoir une perception juste de leur corpulence et les amener à avoir une image corporelle positive d'eux-mêmes. Cela permettra de réduire l'insatisfaction corporelle identifiée chez les adolescents scolarisés et ainsi de renforcer la confiance en soi chez les adolescents. Des études ont en effet montré que l'insatisfaction corporelle était associée à une estime de soi basse, de la détresse émotionnelle, de la dépression et de l'anxiété sociale et augmentait significativement le risque de développer des troubles de l'alimentation<sup>29</sup>.

Bouger est aussi crucial que d'avoir une alimentation équilibrée. L'activité physique est essentielle pour l'équilibre énergétique car elle protège la santé en diminuant les risques de développer de nombreuses maladies à l'âge adulte. Il est donc nécessaire dès le plus jeune âge, que soient adoptés des comportements et des habitudes permettant un bon équilibre de santé, tels que les recommandations de l'OMS en termes de pratique d'activité physique.

Les résultats montrent que les jeunes scolarisés ne suivent pas suffisamment les recommandations de pratique d'activité physique et que ces habitudes tendent à décroître avec l'avancée vers l'âge adulte. Il est donc important de développer des actions en faveur de la pratique d'activité physique et sportive afin de limiter les effets néfastes sur la santé dans un futur proche ou lointain. Par conséquent, les résultats de cette enquête permettent de mettre en évidence les caractéristiques et profils pour lesquels des mesures (promotion/prévention) devraient être mises en place pour limiter l'impact sanitaire du manque d'activité physique. Il serait notamment nécessaire de renforcer la communication sur les bienfaits et les

---

<sup>28</sup> Impact environnemental de l'alimentation en Outre-mer – ADEME

<sup>29</sup> Conduites alimentaires perturbées des jeunes – Entre facteurs sociaux et détresse psychologique – Editions Presses de Sciences Po

recommandations d'activités physiques vers ce public identifié. Comme cela a été identifié dans le cadre de la stratégie nationale sport santé 2019-2024<sup>30</sup>.

Ainsi, tous ces éléments permettront aux adolescents d'adopter des habitudes alimentaires équilibrées et diversifiées, afin de leur garantir une meilleure croissance, un maintien des défenses immunitaires et un vieillissement avec le moins de complications possibles. Mais également, d'adopter des comportements positifs, telle que la pratique régulière d'activité physique, ayant des effets favorables à la santé.

---

<sup>30</sup> Stratégie Nationale Sport Santé 2019-2024 – Ministère des Solidarités et de la Santé – Ministère des Sports

## Annexes

	Guadeloupe		
	Au collège		
	Garçon	Fille	Ensemble
Prise quotidienne de petit-déjeuner en semaine	47,3%	30,9%	39,4%
Prise quotidienne de petit-déjeuner en week-end	68,8%	66,5%	67,7%
Prise quotidienne de repas en famille	40,4%	39,4%	39,9%
Prise quotidienne de repas devant la télévision	33,1%	30,8%	32,0%
Consommation quotidienne de fruits	29,3%	29,9%	29,6%
Consommation quotidienne de légumes	27,8%	28,3%	28,1%
Consommation hebdomadaire* d'aliments gras et sucrés	70,3%	73,4%	71,8%
Consommation hebdomadaire* de boissons sucrées	78,2%	76,5%	77,4%
Consommation hebdomadaire* de boissons énergisantes α	21,7%	15,1%	18,5%
Restauration hebdomadaire de repas emporter le midi	17,8%	22,8%	20,3%
Pratique régulière d'activité physique régulière	40,9%	24,0%	32,6%
Pratique d'activité physique (au moins 2 fois/semaine)	79,7%	54,9%	67,6%

Source : EnCLASS 2023

\*dont consommation quotidienne

Exploitation : ORSaG  
α Uniquement les classes de 4<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup>

	Guadeloupe		
	Au lycée		
	Garçon	Fille	Ensemble
Prise quotidienne de petit-déjeuner en semaine α	33,8%	21,6%	27,6%
Prise quotidienne de petit-déjeuner en week-end α	58,7%	55,7%	57,2%
Prise quotidienne de repas en famille α	34,2%	25,6%	29,8%
Prise quotidienne de repas devant la télévision	Nc	Nc	Nc
Consommation quotidienne de fruits	26,1%	17,3%	21,6%
Consommation quotidienne de légumes	19,2%	20,6%	19,9%
Consommation hebdomadaire* d'aliments gras et sucrés	63,5%	71,2%	67,4%
Consommation hebdomadaire* de boissons sucrées	83,6%	84,7%	84,2%
Consommation hebdomadaire* de boissons énergisantes	33,9%	16,0%	24,8%
Restauration quotidienne de repas emporter le midi	Nc	Nc	Nc
Pratique régulière d'activité physique régulière	40,0%	10,6%	24,9%
Pratique d'activité physique (au moins 2 fois/semaine)	75,2%	36,9%	55,9%

Source : EnCLASS 2023

\*dont consommation quotidienne

α Uniquement la classe de Seconde

Exploitation : ORSaG  
Nc : Non concerné

Nous tenons à remercier l'ensemble des chefs d'établissements et personnels de l'Education Nationale qui ont accepté de mener ce projet et contribué à sa réussite.

Un grand remerciement également aux élèves qui ont participé à l'enquête EnCLASS 2023, et à leurs parents qui les y ont autorisés.

Pour toutes utilisations de données et indicateurs de ce document, merci d'indiquer les sources de données précisées, quels que soient la nature de ces derniers (graphiques, tableaux, chiffres clés).

Pour en savoir plus sur les publications des autres thématiques\* autour d'EnCLASS 2023 en Guadeloupe :



Imm. Le Squale - Rue René RABAT  
Houelbourg sud II - 97 122 Baie-Mahault

Tél: 0590 47 61 94 / Fax : 0590 47 17 02

Email : info@orsag.fr / Site : www.orsag.fr



Auteur : Audrey BONINE

Relecture : Corinne-Valérie PIOCHE<sup>1</sup>, Antoine PHILIPON<sup>2</sup>

Traitement des données : Audrey BONINE<sup>1</sup>

Coordination de l'enquête : Audrey BONINE<sup>1</sup>

Mise en page : Hélène DABRIOU<sup>1</sup>

1-Observatoire Régional de la Santé de Guadeloupe (ORSaG) • 2-ObServatoire français des drogues et des tendances addictives (OFDT)

\*Progressivement d'autres publications seront mises à disposition sur notre site internet

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



Enquête Nationale en Collèges et en Lycées  
chez les Adolescents sur la Santé et les Substances

2023 <http://www.enclass.fr>

**Inserm**

La science pour la santé  
From science to health



Observatoire français  
des drogues et des  
tendances addictives



RÉGION ACADÉMIQUE  
GUADELOUPE

Liberté  
Égalité  
Fraternité

