ADDICTION | SUISSE

Lausanne, le 18 mai 2020
Rapport de recherche N° 109

Habitudes alimentaires, activité physique, statut pondéral et image du corps chez les élèves de 11 à 15 ans en Suisse

Résultats de l'étude « Health Behaviour in School-aged Children » (HBSC) 2018 et évolution au fil du temps

Marina Delgrande Jordan
Eva Schneider
Yvonne Eichenberger
Andrea Kretschmann
Valentine Schmidhauser
Sophie Masseroni

Ce projet de recherche a été financé par l'Office fédéral de la santé publique (contrat No 16.012454 / 204.0001 / - 1482 et les cantons Suisse

PRÉVENTION | AIDE | RECHERCHE

Remerciements

Nos remerciements s'adressent tout particulièrement à l'ensemble des élèves qui, en acceptant de remplir le questionnaire, ont contribué à la partie la plus importante de ce projet de recherche, de même qu'à leur enseignant-e-s et aux autorités scolaires locales et cantonales, qui nous ont donné l'autorisation de mener l'enquête. Nous remercions également l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), qui a commandé l'étude et qui en a financé la majeure partie, de même que les cantons qui ont aussi soutenu financièrement ce projet. Nous tenons aussi à remercier l'Office fédéral de la statistique, qui a aimablement mis à notre disposition une liste de toutes les classes publiques de Suisse pour l'échantillonnage.

Nous tenons également à exprimer nos plus vifs remerciements et toute notre reconnaissance à notre collègue Edith Bacher, qui a pris sa retraite en août 2018 après avoir été membre du team HBSC Suisse pendant 24 ans. Par son engagement indéfectible, ses compétences exceptionnelles et son soutien si précieux lors des six dernières études HBSC, Edith Bacher a grandement contribué à la réussite de ce projet durant toutes ces années.

Un grand merci également à Françoise Cattin, Birkena Skuqi et Michael Imoberdorf pour avoir contacté, lors de la phase de l'échantillonnage, les responsables des classes sélectionnées. Nos remerciements vont également à Hervé Kuendig, responsable du secteur recherche d'Addiction Suisse et co-PI du projet HBSC en Suisse, pour son soutien lors des différentes phases du projet, à Federico Seragnoli et Luca Notari, qui ont assuré la traduction italienne des résumés et à Selina Studer, qui a assuré la traduction allemande des résumés. Enfin, nous tenons à remercier l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), l'Office fédéral du sport (OFSPO), l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires (OSAV) ainsi que Promotion Santé Suisse pour leurs précieux commentaires lors de la finalisation de ce rapport de recherche.

Impressum

Compléments d'information:	Marina Delgrande Jordan, tél. ++41 (0)21 321 29 96 mdelgrande@addictionsuisse.ch
Réalisation:	Marina Delgrande Jordan, Eva Schneider, Yvonne Eichenberger, Andrea Kretschmann, Valentine Schmidhauser, Sophie Masseroni, Christiane Gmel
Diffusion:	Addiction Suisse, Avenue Ruchonnet 14, 1003 Lausanne, tél. ++41 (0)21 321 29 46, fax ++41 (0)21 321 29 40 cgmel@addictionsuisse.ch
Numéro de commande:	Rapport de recherche N° 109
Graphisme/mise en page:	Addiction Suisse
Copyright:	© Addiction Suisse Lausanne 2020
ISBN:	ISBN 978-2-88183-245-1
Citation recommandée:	Delgrande Jordan, M., Schneider, E., Eichenberger, Y., Kretschmann, A., Schmidhauser, V. & Masseroni, S. (2020). Habitudes alimentaires, activité physique, statut pondéral et image du corps chez les élèves de 11 à 15 ans en Suisse - Résultats de l'enquête « Health Behaviour in School-aged Children » (HBSC) 2018 et évolution au fil du temps (Rapport de recherche No 109). Lausanne: Addiction Suisse.

Table des matières

L'essentiel en bref **13**

Kurze Zusammenfassung **14**

L'essenziale in breve **15**

Main results at a glance **16**

Résumé détaillé **17**

Ausführliche Zusammenfassung **27**

Sintesi dettagliata **37**

1 Introduction **47**

1.1 De l'importance de l'alimentation et de l'activité physique pour la santé des jeunes **47**

1.2 De l'importance de l'image corporelle à l'adolescence **48**

1.3 L'étude « Health Behaviour in School-aged Children » (HBSC) **49**

1.4 Objectifs du rapport de recherche **49**

2 Méthode **50**

2.1 Population de référence et échantillonnage **50**

2.2 Questionnaire et déroulement de l'enquête dans les classes **51**

2.3 Taux de participation **52**

2.4 Description de l'échantillon national 2018 ..... **53**

2.5 Analyses statistiques **56**

2.6 Effet du plan d'échantillonnage et implications pour les analyses **56**

2.7 Stratifications et pondération **57**

2.8 Comparaisons à travers le temps : études HBSC 1990-2018 ..... **58**

2.8.1 Différences de contenu entre les études 1990-2018 ..... *60*

2.9 Considérations éthiques **60**

2.9.1 Autorisations et consentement *60*

2.9.2 Anonymat et confidentialité ... 61

3 Habitudes en matière d'alimentation ... 62

3.1 Recommandations de la « Pyramide alimentaire suisse » ... 62

3.2 Liste des indicateurs présentés ... 64

3.3 Opérationnalisation des indicateurs et précautions à prendre lors de l'interprétation ... 65

3.3.1 Fréquence du (vrai) petit déjeuner (jours d'école et du week-end) ... 65

3.3.2 Fréquence des repas en famille ... 65

3.3.3 Fréquence de consommation de différents aliments et boissons ... 66

3.3.4 Nombre de portions de fruits et légumes consommées ... 66

3.3.5 Échelle de scores « aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle » ... 67

3.4 Situation en 2018 ... 68

3.4.1 Fréquence du (vrai) petit déjeuner ... 68

3.4.2 Fréquence des repas en famille ... 70

3.4.3 Fréquence de consommation de différents aliments et boissons ... 71

3.4.3.1 Aliments et boissons dont la consommation est recommandée ... 73

3.4.3.2 Aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle ... 81

3.4.3.3 Autre ... 86

3.4.4 Suivi de la recommandation concernant le nombre de portions de fruits et légumes (estimation sur la base de données déclaratives) ... 87

3.4.5 Score moyen des « aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle » ... 89

3.4.6 Relation entre différentes habitudes en matière d'alimentation ... 90

3.5 Évolution au fil du temps ... 91

3.5.1 Fréquence du (vrai) petit déjeuner ... 91

3.5.2 Fréquence de consommation d'aliments et boissons ... 92

3.5.2.1 Aliments et boissons dont la consommation est recommandée ... 92

3.5.2.2 Aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle ... 100

3.5.2.3 Autre ... 106

3.6 Caractéristiques des élèves de 11 à 15 ans resp. 14 et 15 ans qui mangent habituellement au moins cinq portions de fruits et légumes par jour ... 107

3.7 Discussion ... 111

3.7.1 Des différences selon le sexe et l'âge ... 111

3.7.2 « 5 par jour » ... *111*

3.7.3 Éléments de promotion de la santé ... *112*

4 Activité physique ... 113

4.1 Recommandations du Réseau suisse Santé et activité physique ... 113

4.2 Liste des indicateurs présentés ... 113

4.3 Opérationnalisation des indicateurs et précautions à prendre lors de l'interprétation ... 114

4.3.1 Activité physique d'intensité moyenne à élevée au cours des sept derniers jours ... 114

4.3.2 Fréquence de la pratique sportive en dehors des heures d'école ... 115

4.4 Situation en 2018 ... 115

4.4.1 Fréquence de l'activité physique ... 115

4.4.1.1 Suivi de la recommandation en matière d'activité physique pour les enfants et les adolescent-e-s (estimation sur la base de données déclaratives) ... 115

4.4.1.2 Les élèves comparativement (très) peu actifs/ves (estimation sur la base de données déclaratives) ... 118

4.4.2 Fréquence de la pratique sportive en dehors des heures d'école ... 118

4.4.2.1 Les élèves sportifs/ves (au moins une fois par semaine en dehors des heures d'école) 118

4.4.2.2 Les élèves comparativement peu ou pas du tout sportifs/ves (moins d'une fois par semaine ou jamais en dehors des heures d'école) ... 120

4.5 Évolution au fil du temps ... 122

4.5.1 Suivi de la recommandation d'activité physique pour les enfants et les adolescent-e-s (estimation sur la base de données déclaratives) ... 122

4.5.2 Fréquence de la pratique d'un sport en dehors des heures d'école ... 124

4.5.2.1 Les élèves sportifs/ves (au moins une fois par semaine en dehors des heures d'école) 124

4.5.2.2 Les élèves comparativement peu ou pas du tout sportifs/ves (moins d'une fois par semaine ou jamais en dehors des heures d'école) ... 125

4.6 Caractéristiques des élèves de 11 à 15 ans resp. 14 et 15 ans qui font au moins 60 minutes d'activité physique par jour ... 126

4.7 Discussion ... 129

4.7.1 Suivi de la recommandation en matière d'activité physique pour les enfants et les adolescent-e-s ... 129

4.7.1.1 Situation en 2018 et considérations méthodologiques ... 129

4.7.1.2 Évolution au fil du temps et corrélats du suivi de la recommandation ... 130

4.7.2 Le sport en dehors des heures d'école ... 130

4.7.3 Éléments de promotion de la santé 130

5 Statut pondéral, image corporelle et stratégies de perte de poids 132

5.1 Liste des indicateurs présentés 132

5.2 Opérationnalisation des indicateurs et précautions à prendre lors de l'interprétation 132

5.2.1 Statut pondéral (estimé sur la base de l'IMC) 132

5.2.2 Perception du poids corporel 133

5.2.3 Image corporelle 134

5.2.4 Perception de la nécessité de perdre du poids 135

5.3 Situation en 2018 135

5.3.1 Statut pondéral (estimé sur la base de l'IMC) 135

5.3.2 Perception du poids corporel 138

5.3.2.1 Le poids corporel perçu par les élèves est-il en adéquation avec leur IMC ? 140

5.3.3 Image corporelle 141

5.3.3.1 Quelques composantes de l'image corporelle 141

5.3.3.2 Score d'image corporelle positive 143

5.3.3.3 En résumé 145

5.3.4 Perception de la nécessité de perdre du poids 146

5.3.4.1 Dans quelle mesure la perception de la nécessité de perdre du poids est-elle liée à la perception du poids corporel ? 147

5.3.5 Perception de la nécessité de faire un régime ou autre chose pour perdre du poids resp. avoir un poids normal, selon l'image corporelle 148

5.4 Évolution au fil du temps 149

5.4.1 Insuffisance pondérale (estimée sur la base de l'IMC) 149

5.4.2 Excès pondéral (estimé sur la base de l'IMC) 151

5.4.3 Perception du poids corporel 152

5.4.4 Perception de la nécessité de perdre du poids 154

5.5 Caractéristiques des élèves de 11 à 15 ans resp. 14 et 15 ans qui ont un poids normal (selon leur IMC estimé) 155

5.6 Discussion 158

5.6.1 Vers une stabilisation de la prévalence de l'excès pondéral ? 158

5.6.2 Pas d'amélioration sur le plan de l'insuffisance pondérale 159

5.6.3 L'importance de l'image corporelle 159

6 Bibliographie 162

7 Annexes 167

Liste des tableaux

Tableau 2.1 Aperçu de la sélection aléatoire des classes et de la participation[a] par canton (HBSC 2018)....51

Tableau 2.2 Taux de participation brut[a], selon l'année de programme[b] (HBSC 2018)....53

Tableau 2.3 Nombre d'élèves par âges (révolus), selon l'année de programme[a] (HBSC 2018)....54

Tableau 2.4 Échantillon national 2018[a] : distribution des cas selon l'âge, le sexe et la région linguistique (HBSC 2018)....54

Tableau 2.5 Echantillon national 2018[a] : Nombre de cas et âge moyen par sous-groupes d'analyse (HBSC 2018)....55

Tableau 2.6 Nombre de cas et âge moyen par sous-groupes d'analyse, selon que les élèves aient rempli la version courte (11, 12 et 13 ans) resp. la version longue (14 et 15 ans) du questionnaire (HBSC 2018)....55

Tableau 2.7 Nombre de cas et répartition dans les différentes études HBSC 1990 à 2018, selon le groupe d'analyse....59

Tableau 3.1 Proportions des élèves de 11 à 15 ans qui consomment habituellement les **aliments** ou les **boissons** suivants selon la **fréquence** indiquée, selon le sexe et l'âge (HBSC 2018)....72

Tableau 3.2 Score « aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle », moyenne et écart-type par groupe d'âge, selon le sexe (HBSC 2018)....89

Tableau 3.3 Association entre les caractéristiques sociodémographiques et le suivi de la recommandation de consommer **au moins cinq portions de fruits et légumes par jour**, chez les élèves de 11 à 15 ans – modèle de régression logistique multiple (HBSC 2018)....109

Tableau 3.4 Associations entre les indicateurs de la santé, du bien-être et du contexte social et le suivi de la recommandation de consommer **au moins cinq portions de fruits et légumes par jour** – sept modèles de régression logistique, sous contrôle de l'âge et du sexe (HBSC 2018)....110

Tableau 4.1 Résultats des associations entre les caractéristiques sociodémographiques et la **pratique d'une activité physique d'intensité moyenne à élevée pendant au moins 60 minutes par jour au cours des 7 derniers jours** chez les élèves de 11 à 15 ans – modèle de régression logistique multiple (HBSC 2018)....127

Tableau 4.2 Résultats des associations entre les indicateurs de la santé, du bien-être et du contexte sociale et la **pratique d'une activité physique d'intensité moyenne à élevée pendant au moins 60 minutes par jour au cours des 7 derniers jours** – sept modèles de régression logistique multiple sous contrôle de l'âge et du sexe (HBSC 2018)....128

Tableau 5.1 Seuils de l'insuffisance pondérale resp. de l'excès pondéral basés sur l'indice de masse corporelle (IMC), par âge et sexe, proposés par l'International Obesity Task Force (IOTF) pour les moins de 18 ans 133

Tableau 5.2 Résultats des associations entre les caractéristiques sociodémographiques et le fait d'avoir un **poids normal** chez les élèves de 11 à 15 ans – modèle de régression logistique multiple (HBSC 2018) 156

Tableau 5.3 Résultats des associations entre les indicateurs de la santé, du bien-être et du contexte social et le fait d'avoir un **poids normal** – sept modèles de régression logistique multiple sous contrôle de l'âge et du sexe (HBSC 2018) 157

Liste des graphiques

Figure 3.1 « Pyramide alimentaire suisse » de la Société Suisse de Nutrition (SSN) et de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires (OSAV) 62

Figure 3.2 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui prennent un **vrai petit déjeuner** chaque jour (c'est-à-dire 7 jours sur 7), selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 68

Figure 3.3 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui prennent un **vrai petit déjeuner** chaque jour (c'est-à-dire 7 jours sur 7), selon le sexe et l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 69

Figure 3.4 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui prennent leurs **repas en famille** plusieurs jours par semaine à chaque jour, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 70

Figure 3.5 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui prennent leurs **repas en famille** plusieurs jours par semaine à chaque jour, selon le sexe et l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 71

Figure 3.6 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui boivent de l'**eau ou d'autres boissons non sucrées** au moins une fois par jour, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 73

Figure 3.7 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent des **fruits** au moins une fois par jour, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 74

Figure 3.8 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent des **légumes** au moins une fois par jour, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 75

Figure 3.9 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent du **pain** au moins cinq jours par semaine, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 76

Figure 3.10 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui boivent du **lait** au moins une fois par jour, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 77

Figure 3.11 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent d'**autres produits laitiers** au moins une fois par jour, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 78

Figure 3.12 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent de la **viande** de 2 à 4 jours par semaine, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 79

Figure 3.13 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent du **poisson** au moins une fois par semaine, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 80

Figure 3.14 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent des **hamburgers/hots dogs** au maximum une fois par semaine, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 81

Figure 3.15 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent des **bonbons/chocolats** au maximum une fois par semaine, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 82

Figure 3.16 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui boivent du **cola ou d'autres boissons sucrées** au maximum une fois par semaine, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 83

Figure 3.17 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui boivent des **boissons énergisantes** au maximum une fois par semaine, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 84

Figure 3.18 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent des **chips/frites** au maximum une fois par semaine, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 85

Figure 3.19 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent des **pizzas** au maximum une fois par semaine, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 86

Figure 3.20 Suivi ou non de la **recommandation de consommer au moins cinq portions de fruits et légumes chaque jour** (estimation)[a], parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 87

Figure 3.21 Suivi ou non de la **recommandation de consommer au moins cinq portions de fruits et légumes chaque jour** (estimation)[a], parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe et l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 88

Figure 3.22 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui prennent un **vrai petit déjeuner** tous les jours, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018) 91

Figure 3.23 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui boivent de l'**eau ou d'autres boissons non sucrées** au moins une fois par jour, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2010-2018) 92

Figure 3.24 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment des **fruits** au moins une fois par jour, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018) 93

Figure 3.25 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment des **légumes** au moins une fois par jour, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018) 94

Figure 3.26 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui mangent du **pain** au moins 5 jours par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2014-2018) 95

Figure 3.27 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment du **lait** au moins une fois par jour, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018) 96

Figure 3.28 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment **des produits laitiers** au moins une fois par jour, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018) ... 97

Figure 3.29 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment de la **viande** 2 à 4 jours par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2006-2018) 98

Figure 3.30 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment du **poisson** au moins une fois par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2006-2018) 99

Figure 3.31 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment des **hamburgers/hot dogs** au maximum une fois par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018) 100

Figure 3.32 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment des **bonbons/chocolats** au maximum une fois par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018) 101

Figure 3.33 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment du **cola ou d'autres boissons sucrées** au maximum une fois par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018) 102

Figure 3.34 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment des **boissons énergisantes** au maximum une fois par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018) 104

Figure 3.35 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment des **chips/frites** au maximum une fois par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2014-2018) 105

Figure 3.36 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment de la **pizza** au maximum une fois par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2014-2018) 106

Figure 4.1 Recommandations du Réseau suisse Santé et activité physique (hepa.ch) 113

Figure 4.2 Proportion (estimée[a]) des élèves de 11 à 15 ans qui, au cours des 7 derniers jours, ont été **physiquement actifs/ives au moins 60 minutes par jour** (7 jours par semaine resp. 5 à 6 jours par semaine), selon l'âge (HBSC 2018) 116

Figure 4.3 Proportion (estimée[a]) des élèves de 11 à 15 ans qui, au cours des 7 derniers jours, ont été **physiquement actifs/ives au moins 60 minutes par jour** (7 jours par semaine resp. 5 à 6 jours par semaine), selon le sexe et l'âge (HBSC 2018) 117

Figure 4.4 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui **font du sport en dehors des heures d'école au moins une fois par semaine** (1 fois par semaine, 2 à 3 fois par semaine resp. au moins 4 fois par semaine), selon l'âge (HBSC 2018) 119

Figure 4.5 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui **font du sport en dehors des heures d'école au moins une fois par semaine** (1 fois par semaine, 2 à 3 fois par semaine resp. au moins 4 fois par semaine), selon le sexe et l'âge (HBSC 2018) 120

Figure 4.6 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui **font occasionnellement ou jamais du sport en dehors des heures d'école** (une fois par mois, moins d'une fois par mois resp. jamais), selon l'âge (HBSC 2018) 121

Figure 4.7 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui **font occasionnellement ou jamais du sport en dehors des heures d'école** (une fois par mois, moins d'une fois par mois resp. jamais), selon le sexe et l'âge (HBSC 2018) 122

Figure 4.8 Évolution des parts (estimées)[a] d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui, au cours des 7 derniers jours, ont été **physiquement actifs/ives au moins 60 minutes par jour** (7 jours sur 7), selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018) 123

Figure 4.9 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui **font du sport en dehors des heures d'école** au moins une fois par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 1998-2018) 124

Figure 4.10 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui **font du sport en dehors des heures d'école** moins d'une fois par semaine ou jamais, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 1998-2018) 125

Figure 5.1 **Statut pondéral estimé[a] sur la base des catégories de l'IMC (selon les critères de l'IOTF)**, selon l'âge (HBSC 2018) 135

Figure 5.2 **Statut pondéral estimé[a] sur la base des catégories de l'IMC (selon les critères de l'IOTF)**, selon le sexe et l'âge (HBSC 2018) 136

Figure 5.3 **Perception du poids corporel** par les élèves de 11 à 15 ans, selon l'âge (HBSC 2018) 138

Figure 5.4 **Perception du poids corporel** par les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe et l'âge (HBSC 2018) 139

Figure 5.5 Parts des élèves de 15 ans qui présentent une insuffisance pondérale resp. un excès pondéral ou un poids normal (estimation sur la base de l'IMC), selon leur perception de leur poids corporel et selon le sexe (HBSC 2018) 140

Figure 5.6 **Image corporelle** des élèves de 14 et 15 ans (garçons et filles considérés ensemble ; HBSC 2018) 141

Figure 5.7 **Image corporelle** des garçons de 14 et 15 ans (HBSC 2018) 142

Figure 5.8 **Image corporelle** des filles de 14 et 15 ans (HBSC 2018) 142

Figure 5.9 Score de l'image corporelle positive (sur une échelle de 1 à 4), pour les élèves de 14 ans (HBSC 2018) 144

Figure 5.10 Score de l'image corporelle positive (sur une échelle de 1 à 4), pour les élèves de 15 ans (HBSC 2018) 145

Figure 5.11 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui **font un régime ou autre chose pour perdre du poids**, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 146

Figure 5.12 Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui **font un régime ou autre chose pour perdre du poids**, selon le sexe et l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018) 147

Figure 5.13 Parts des élèves de 15 ans qui font ou non un régime ou autre chose pour perdre du poids, selon leur perception de leur poids corporel et selon le sexe (HBSC 2018) ... 148

Figure 5.14 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui présentent une **insuffisance pondérale (légère à forte)[a]**, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 1990-2018) 150

Figure 5.15 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui présentent un **excès pondéral (surpoids et obésité)[a]**, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 1990-2018) 151

Figure 5.16 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans **insatisfait-e-s de leur poids corporel** (c'est-à-dire qui s'estiment un peu ou beaucoup trop gros-es ou un peu ou beaucoup trop maigres), selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 1994-2018) 153

Figure 5.17 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans faisant **un régime ou autre chose pour perdre du poids**, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018).....154

L'essentiel en bref

Chez les jeunes adolescent-e-s, une alimentation saine et équilibrée et une activité physique suffisante contribuent à leur bien-être ainsi qu'à prévenir les maladies non transmissibles (MNT).

Activité physique
L'enquête *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC) montre qu'en 2018 **14%** des 11 à 15 ans parvenaient à suivre la **recommandation de faire chaque jour au moins 60 minutes d'activité physique modérée à élevée**. Basée sur les déclarations des élèves et non sur des mesures du mouvement, cette proportion est restée inchangée depuis 2002. En outre, env. 45% des 11 à 15 ans étaient physiquement actifs/ves au moins 5 jours par semaine. De plus, env. 90% des 11 à 15 ans faisaient du sport au moins 1x/semaine en dehors des heures d'école et 75% au moins 2x/semaine, situation assez stable depuis 2002. Les garçons étaient plus actifs que les filles et les plus jeunes plus actifs/ves que les plus âgé-e-s.

Habitudes en matière d'alimentation
En 2018, env. **18%** des 11 à 15 ans respectaient la **recommandation de consommer au moins 5 portions de fruits et légumes chaque jour**. La consommation quotidienne de fruits et celle de légumes ont suivi une tendance à la hausse entre 2002 et 2014, qui ne s'est pas poursuivie en 2018. En outre, env. la moitié des 11 à 15 ans buvaient des boissons sucrées plus d'1x/semaine et 11% plusieurs fois par jour ; 10% buvaient des boissons énergisantes plus d'1x/semaine et env. 3% chaque jour. En 2018 la consommation quotidienne de boissons non sucrées était plus répandue qu'en 2014 alors que la consommation de boissons sucrées ou énergisantes était moins fréquente. Depuis 2002, la consommation de hamburgers/hots dogs est assez stable alors que celle de bonbons/chocolat est toujours plus fréquente.

Certaines habitudes favorables à la santé sont plus répandues chez les filles (p.ex. nombre suffisant de portions de fruits et légumes par jour, consommation quotidienne de boissons non sucrées), d'autres davantage chez les garçons (p.ex. petit-déjeuner quotidien, consommation quotidienne de lait/produits laitiers). À peu d'exceptions près, les comportements bénéfiques tendent à reculer au fil de l'adolescence.

IMC et image corporelle
Dans le cadre de l'enquête HBSC, l'Indice de masse corporelle (IMC) est basé sur les déclarations des élèves et non sur des mesures effectives du poids et de la taille. En 2018, **10%** des 11 à 15 ans présentaient un **surpoids** et **2%** une **obésité**, tous deux étant plus fréquents chez les garçons. Après avoir augmenté légèrement et assez progressivement de 1990 à 2014, l'excès pondéral (surpoids et obésité) a plutôt stagné en 2018. En outre, **10%** présentaient une **insuffisance pondérale légère** et **3%** une **insuffisance pondérale modérée à forte**, toutes deux étant plus fréquentes chez les filles. En grandissant, davantage d'élèves ont un poids normal mais davantage aussi présentent un surpoids ou une obésité. En 2018, au moment de l'enquête, **13%** faisaient un régime ou autre chose pour **perdre du poids**, proportion restée assez stable depuis 2002.

Durant la puberté, le corps se métamorphose, ce qui oblige les jeunes à remanier leur image corporelle. En 2018, env. **la moitié** des 11 à 15 ans étaient **satisfait-e-s de leur poids corporel**. À noter qu'il n'y a souvent pas adéquation entre l'IMC et la perception que les jeunes ont de leur poids corporel, sur-estimer son poids étant plus répandu chez les filles, alors que le sous-estimer l'est davantage chez les **garçons**, qui ont toutefois globalement une **image corporelle plus positive** que les filles.

Conclusion
Il est essentiel, pour leur santé actuelle et future, de poursuivre les efforts de prévention comportementale et structurelle et de promotion de la santé afin d'aider les jeunes à adopter une alimentation équilibrée, à bouger suffisamment, à maintenir un poids corporel sain et à développer une image corporelle positive.

Kurze Zusammenfassung

Eine gesunde, ausgewogene Ernährung und ausreichend körperliche Aktivität tragen bei Jugendlichen zu deren Wohlbefinden und zur Vorbeugung nichtübertragbarer Krankheiten (NCD) bei.

Bewegung

Die Studie *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC) zeigt, dass im Jahr 2018 **14%** der 11- bis 15-Jährigen die **Bewegungsempfehlung von mindestens 60 Minuten täglicher körperlicher Aktivität mittlerer bis hoher Intensität** einhielten. Dieser Anteil, der auf den eigenen Angaben der Befragten und nicht auf Bewegungsmessungen basiert, ist seit 2002 unverändert. Etwa 45% der 11- bis 15-Jährigen waren an mind. 5 Tagen/Woche körperlich aktiv. Ausserdem trieben rund 90% mind. 1x/Woche ausserhalb des Schulunterrichts Sport und 75% taten dies mind. 2x/Woche. Dies hat sich seit 2002 kaum verändert. Jungen bewegten sich mehr als Mädchen und jüngere Jugendliche mehr als ältere.

Ernährungsgewohnheiten

Im Jahr 2018 hielten sich rund **18%** der 11- bis 15-Jährigen an die **Empfehlung, mind. 5 Portionen Früchte und Gemüse pro Tag zu konsumieren**. Der tägliche Konsum von Früchten bzw. Gemüse folgte zwischen 2002 und 2014 einem Aufwärtstrend, der sich 2018 jedoch nicht fortsetzte. Rund die Hälfte der 11- bis 15-Jährigen tranken mehr als 1x/Woche zuckerhaltige Getränke und 11% mehrmals täglich. Energydrinks wurden von 10% der 11- bis 15-Jährigen mehr als 1x/Woche und von rund 3% täglich getrunken. Im Jahr 2018 im Vergleich zu 2014 hat das tägliche Trinken von ungesüssten Getränken zugenommen, während zuckerhaltige Getränke sowie Energydrinks weniger häufig konsumiert wurden. Seit 2002 ist der Konsum von Hamburgern/Hotdogs stabil geblieben, während derjenige von Süssigkeiten/Schokolade zugenommen hat.

Einige gesundheitsfördernde Ernährungsgewohnheiten kamen bei Mädchen häufiger vor (z.B. ausreichender täglicher Früchte- und Gemüsekonsum, täglicher Konsum von ungesüssten Getränken), andere waren bei Jungen verbreiteter (z.B. täglich frühstücken, täglicher Konsum von Milch/Milchprodukten). Die Verbreitung gesundheitsfördernder Verhaltensweisen nimmt – mit wenigen Ausnahmen – tendenziell im Laufe der Adoleszenz ab.

BMI und Körperbild

Der Body-Mass-Index (BMI) basiert in der HBSC-Studie auf den Angaben der Befragten, nicht auf Messungen von Gewicht und Grösse. 2018 waren **10%** der 11- bis 15-Jährigen **übergewichtig** und **2% adipös**, wobei beides bei den Jungen häufiger vorkam. Der Anteil an Übergewichtigen (Übergewicht und Adipositas zusammen) stieg von 1990 bis 2014 allmählich an und stagnierte im Jahr 2018. 2018 waren **10%** der Jugendlichen **leicht** und **3% mässig bis stark untergewichtig**, wobei die Mädchen von beidem häufiger betroffen waren. Bei älteren verglichen mit jüngeren Schülerinnen und Schülern kamen sowohl Normal- als auch Übergewicht (Übergewicht und Adipositas zusammen) häufiger vor. Zum Zeitpunkt der Erhebung 2018 machten **13%** eine Diät oder etwas Anderes, **um abzunehmen**. Dieser Anteil ist seit 2002 relativ stabil geblieben.

Während der Pubertät verändert sich der Körper der Jugendlichen deutlich, sodass sie ihr Körperbild anpassen müssen. Im Jahr 2018 war rund **die Hälfte** der 11- bis 15-Jährigen **mit ihrem Körpergewicht zufrieden**. Bemerkenswert ist, dass der BMI häufig nicht damit übereinstimmte, wie Jugendliche ihr Körpergewicht wahrnahmen. Dabei überschätzten Mädchen ihr Körpergewicht eher, während Jungen es häufiger unterschätzten. **Jungen** hatten jedoch insgesamt ein **positiveres Körperbild** als Mädchen.

Schlussfolgerung

All diese Ergebnisse zeigen, wie wichtig es für die jetzige und zukünftige Gesundheit der Jugendlichen ist, die Bemühungen in den Bereichen Verhaltens- und strukturelle Prävention sowie Gesundheitsförderung fortzusetzen und die Jugendlichen dabei zu unterstützen, sich ausgewogen zu ernähren, sich ausreichend zu bewegen, ein gesundes Körpergewicht zu halten und ein positives Körperbild zu entwickeln.

L'essenziale in breve

Tra i giovani adolescenti, un'alimentazione sana ed equilibrata e un'attività fisica sufficiente contribuiscono al benessere e a prevenire le malattie non trasmissibili (MNT).

Movimento

Secondo lo studio *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC), nel 2018 il **14%** degli allievi dagli 11 ai 15 anni seguivano la **raccomandazione di fare ogni giorno almeno 60 minuti di attività fisica di intensità da moderata a elevata**. Basata sulle dichiarazioni degli allievi e non su delle misure di movimento, questa proporzione è rimasta inalterata dal 2002. Erano circa il 45% gli allievi fisicamente attivi almeno 5 giorni a settimana. Da notare inoltre che il 90% degli allievi svolgeva un'attività sportiva almeno 1x/settimana al di fuori dell'orario scolastico, e il 75% almeno 2x/settimana, situazione che è poco evoluta dal 2002. I ragazzi erano in proporzione più numerosi rispetto alle ragazze ad essere fisicamente attivi, mentre gli allevi più giovani lo erano più degli allievi più anziani.

Abitudini in materia di alimentazione

Nel 2018 il **18%** degli allievi dagli 11 ai 15 anni rispettava la **raccomandazione di consumare almeno cinque porzioni di frutta e verdura al giorno**. Il consumo quotidiano di frutta e quello di verdura hanno visto una tendenza al rialzo tra il 2002 e il 2014, che non è però proseguito nel 2018. Circa la metà degli allievi beveva bevande zuccherate più di 1x/settimana e l'11% più volte al giorno. Inoltre il 10% beveva bibite energizzanti più di 1x/settimana e circa il 3% ogni giorno. Nel 2018, rispetto al 2014, il consumo quotidiano di bevande non zuccherate è aumentato mentre le bibite zuccherate e le bibite energizzanti sono risultate meno frequentemente consumate. Dal 2002 la situazione è rimasta inalterata per quanto concerne il consumo di hamburgers/hot dogs, mentre il consumo di caramelle/cioccolato è diventato sempre più frequente.

Mentre alcune abitudini favorevoli alla salute erano più frequenti nelle ragazze (p.es. numero sufficiente di porzioni di frutta e verdura al giorno, consumo quotidiano di bevande non zuccherate), altri erano più frequenti tra i ragazzi (p.es. colazione quotidiana, consumo quotidiano di latte/latticini). Va anche detto che a parte qualche eccezione, le abitudini salutari tendevano a ridursi con il trascorrere del periodo adolescenziale.

IMC e immagine corporea

Nell'indagine HBSC, l'indice di massa corporea (IMC) è basato sulle dichiarazioni degli allievi e non su delle misure del peso e dell'altezza. Nel 2018, il **10%** degli allievi dagli 11 ai 15 anni erano considerati in **sovrappeso** ed il **2% obesi**, entrambe le categorie erano più frequenti nei ragazzi che nelle ragazze. Dopo essere aumentato abbastanza progressivamente dal 1990 al 2014, l'eccesso ponderale (sovrappeso e obesità considerati insieme) è rimasto inalterato nel 2018. D'altro canto, il **10%** degli allievi presentava un'**insufficienza ponderale leggera** e un **3%** un'**insufficienza ponderale da moderata a forte**, entrambe le categorie risultavano più frequenti nelle ragazze rispetto ai ragazzi. Nel 2018, al momento dell'inchiesta, il **13%** degli allievi facevano una dieta o qualche cosa d'altro per perdere peso, proporzione che è rimasta abbastanza stabile dal 2002.

Durante la pubertà, il corpo subisce rapidi cambiamenti e ciò obbliga i giovani a riconsiderare la loro immagine corporea. Nel 2018, circa la **metà** degli allievi dagli 11 ai 15 anni era **soddisfatta del proprio peso corporeo**. Da notare che spesso non c'è adeguamento tra l'IMC e la percezione che i giovani hanno del loro peso corporeo: sovrastimare il proprio peso è infatti più comune per le ragazze mentre sottostimarlo è più comune tra i ragazzi che comunque hanno un'**immagine corporea più positiva** rispetto a queste ultime.

Conclusioni

È essenziale, per la salute attuale e futura dei giovani, proseguire con gli sforzi di prevenzione comportamentale e strutturale e di promozione della salute al fine di aiutare i giovani ad adottare un'alimentazione moderata ed equilibrata, a muoversi sufficientemente, a mantenere un peso corporeo sano e a sviluppare un'immagine corporea positiva.

Main results at a glance

In early and middle adolescence a healthy and balanced diet, as well as adequate physical activity, contribute to the well-being and the prevention of non-communicable diseases (NCDs).

Physical activity

The *Health Behaviour in School-aged Children* study (HBSC) shows that in 2018 **14%** of 11- to 15-year-olds met the **recommendation of at least 60 minutes of moderate- to vigorous-intensity physical activity every day**, a proportion that remained unchanged since 2002. This result is based on self-reports, not on activity tracking. About 45% were physically active at least 5 days a week. In addition, about 90% reported doing sport outside school hours at least once a week and 75% at least twice a week, a situation that hardly changed since 2002. Boys are more active than girls and physical activity decreases with age.

Food habits

In 2018, about **18%** of 11- to 15-year-olds met the **recommendation to eat at least 5 servings of fruit and vegetable every day**. Daily fruit and daily vegetable consumptions followed upward trends between 2002 and 2014, yet not continued in 2018. About half of 11- to 15-year-olds drunk sweetened beverages more than once a week and 11% several times a day. 10% of 11- to 15-year-olds drunk energy drinks more than once a week and about 3% every day. In 2018 compared to 2014, daily consumption of unsweetened beverages increased, while sweetened beverages and energy drinks were consumed less often. Hamburgers/hots dogs consumption remained unchanged since 2002, whereas sweets/chocolate consumption has become more frequent.

While some health-promoting food habits are more prevalent among girls (e.g., sufficient servings of fruits and vegetables per day, daily consumption of unsweetened beverages), others are more prevalent among boys (e.g., daily breakfast, daily consumption of milk/milk products). Globally, with few exceptions, beneficial food habits tend to decline during early and middle adolescence.

BMI and body image

Within the HBSC-Study, the Body Mass Index (BMI) is based on self-reports, not on actual measurements of weight and height. In 2018, **10%** of 11- to 15-year-olds were **pre-obese** and **2%** reached **obesity**. Both were more common among boys than among girls. After a slight but rather steady increase from 1990 to 2014, the prevalence of overweight (pre-obesity and obesity) remained unchanged in 2018. **10%** of 11- to 15-year-olds were **slightly underweight** and **3% moderately to severely underweight**. Both being more common among girls than among boys. Both normal weight and overweight become more prevalent with age. In 2018 **13%** were on a diet or were doing something else to **lose weight**. This proportion remained almost unchanged since 2002.

During puberty, the body undergoes a metamorphosis, forcing young people to change their body image. In 2018, about **half** of 11- to 15-year-olds were **satisfied with their body weight**. Noteworthy is the fact that BMI often does not match young people's perceptions of their body weight, with overestimation of body weight being more common among girls and underestimation being more common among **boys**. The latter having **more positive overall body image** than the former.

Conclusions

It is essential for their current and future health to continue behavioural and structural prevention and health promotion efforts, to help young people adopt a balanced diet, get enough exercise, maintain a healthy body weight and develop a positive body image.

Résumé détaillé

L'étude *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC)

L'étude internationale « *Health Behaviour in School-aged Children* » (HBSC) est réalisée tous les quatre ans dans plus de 40 pays, pour la plupart européens, sous l'égide de l'Organisation mondiale de la santé (OMS-Europe).

En Suisse, l'étude HBSC est réalisée depuis 1986 par Addiction Suisse. L'étude de 2018 est donc la neuvième réalisée dans notre pays. L'objectif est d'observer les comportements de santé des élèves âgé-e-s de 11 à 15 ans et leur évolution au fil du temps.

Pour l'enquête nationale HBSC 2018, 805 classes ont été sélectionnées au hasard parmi l'ensemble des classes de 5e à 9e années de programme (7e à 11e années HarmoS) des établissements publics de Suisse.

L'enquête HBSC est basée sur un questionnaire papier standardisé autoadministré, élaboré en deux versions. La version courte est destinée aux élèves des 5e à 7e années de programme (7e à 9e années HarmoS), âgé-e-s pour la plupart de 11 à 13 ans. La version longue, quant à elle, s'adresse aux élèves des 8e et 9e années de programme (10e et 11e années HarmoS), âgé-e-s pour la plupart de 14 et 15 ans.

La participation à l'enquête était volontaire et anonyme. Au total, 715 des 805 classes sélectionnées au hasard ont pris part à l'enquête (taux de participation au niveau des classes : 88.8%). L'échantillon national HBSC 2018 comprend 11'121 élèves âgé-e-s de 11 à 15 ans.

Habitudes en matière d'alimentation

Ce résumé propose une sélection des résultats présentés dans le chapitre 3.

Recommandations

Les recommandations actuelles en matière d'alimentation équilibrée sont résumées par la « Pyramide alimentaire suisse ». Celles-ci ont servi de guide pour l'interprétation des résultats.

Précautions à prendre lors de l'interprétation

Les habitudes en matière d'alimentation recouvrent des éléments complexes et multidimensionnels dont on ne peut rendre compte à partir des quelques questions incluses dans le questionnaire HBSC. De plus, les résultats concernant les fréquences de consommation ne permettent pas de se prononcer sur le respect des recommandations de la « Pyramide alimentaire suisse ».

Situation en 2018

En 2018, **46.0%** des 11 à 15 ans prenaient un **vrai petit déjeuner chaque jour** (davantage qu'un verre de lait ou un jus de fruit). Les garçons étaient proportionnellement plus nombreux (48.3%) que les filles (43.5%) à avoir cette habitude, qui diminue en outre avec l'âge.

91.4% des 11 à 15 ans (garçons : 91.8% ; filles : 91.1%) prenaient leurs **repas en famille plusieurs jours par semaine à chaque jour**. On ne trouve aucune différence entre les garçons et les filles, quel que soit le groupe d'âge considéré.

45.7% des 11 à 15 ans mangeaient des **fruits chaque jour.** La consommation quotidienne de fruits était plus répandue parmi les filles (50.8%) que parmi les garçons (40.9%), et chez les plus jeunes davantage que chez les plus âgé-e-s.

45.5% des 11 à 15 ans mangeaient des **légumes chaque jour**. La consommation quotidienne de légumes était plus répandue chez les filles (49.8%) que chez les garçons (41.5%), dans tous les groupes d'âge. Par contre, elle ne recule pas de manière statistiquement significative entre les 11 ans et les 15 ans.

La « Pyramide alimentaire suisse » recommande la consommation d'au moins cinq portions de fruits et légumes par jour. Dans le cadre de l'étude HBSC la question dédiée à « 5 par jour » a été posée pour la première fois en 2018. **17.6%** des élèves de 11 à 15 ans consommaient habituellement **au moins cinq portions de fruits et légumes par jour (peu importe la répartition entre portions de fruits et portions de légumes)**, cette proportion tendant à diminuer avec l'âge, surtout chez les garçons. Par ailleurs, les filles (20.4%) sont proportionnellement plus nombreuses à le faire que les garçons (14.8%).

Les résultats suggèrent en outre que les comportements recommandés en matière d'alimentation ont tendance à se cumuler.

En 2018, 52.8% des 11 à 15 ans (garçons: 59.5% ; filles: 45.8%) buvaient des **boissons sucrées plus d'une fois par semaine.** 9.7% en buvaient une fois par jour et 11.4% même plusieurs fois par jour. Par ailleurs, 9.7% des 11 à 15 ans consommaient des **boissons énergisantes plus d'une fois par semaine** (garçons: 12.9% ; filles: 6.3%) et environ 1.0% plusieurs fois par jour. La consommation plus d'une fois par semaine de ces deux types de boissons était plus répandue chez les garçons que chez les filles dans tous les groupes d'âge et augmentait avec l'âge aussi bien chez les garçons que chez les filles.

Caractéristiques des élèves de 11 à 15 ans resp. 14 et 15 ans qui suivent la recommandation en matière de portions de fruits et légumes (2018)

	Sociodémographie				Santé, bien-être et contexte social						
au moins cinq portions de fruits et légumes par jour	Âge **15 ans** (vs. 11 ans)	Sexe **garçon** (vs. fille)	Région linguistique **FR+IT** (vs. ALL)	Forme de la famille** **pas MPE** (vs. MPE)	[14-15]Parents « au courant » **bas-moyen** (vs. élevé)	Soutien (perçu) de la famille **bas-moyen** (vs. élevé)	Soutien (perçu) des ami-e-s **bas-moyen** (vs. élevé)	Stressé par le travail scolaire **assez - très** (vs. un peu/pas du tout)	Satisfaction face à la vie **basse** (vs. élevée à très élevée)	État de santé perçu **moyen - mauvais** (vs. bon à excellent)	[14-15]Durée habituelle du sommeil avant les jours d'école **< 8h** (vs. ≥ **8h**)
	↘	↘↘	↗	↘	↘	↘	↘	×	↘	↘↘	↘

Exemple de lecture: Forte relation statistique entre le sexe et la consommation quotidienne d'au moins cinq portions de fruits et légumes : les garçons ont une probabilité réduite par rapport aux filles de suivre la recommandation.

Notes: Résultats de modèles de régression logistique, dont les OR (rapport de cote) sont représentés ici par une ou deux flèches, qui indique également le sens de la relation (probabilité accrue = ↗ ; diminuée = ↘). Le nombre de flèches illustre la force de la relation statistique. Une flèche: 1 < OR ≤ 1.69 (↗) ou 0.7 ≤ OR < 1 (↘); deux flèches: 0.5 ≤ OR < 0.7 (↘↘). Une croix (×): relation statistiquement non significative (OR = env. 1). Pour connaître la valeur exacte des OR, les résultats des tests de signification et les intervalles de confiance correspondants, se référer au chapitre 3 de ce rapport. Les relations concernent l'ensemble des 11 à 15 ans, excepté pour les caractéristiques 'parents «au courant»' et la durée habituelle du sommeil, qui concernent uniquement les élèves de 14 et 15 ans. Ces exceptions sont indiquées dans le tableau par un [14-15] avant les indicateurs concernés.

Précisions sur les caractéristiques retenues: Forme de la famille** : « MPE » signifie que l'Elève habite avec sa Mère et son Père ainsi qu'éventuellement d'autres personnes comme des frères et sœurs ou des grands-parents. Parents « au courant » : connaissance des parents des activités et fréquentations de l'élève dans son temps libre. Satisfaction face à la vie : satisfaction sur une échelle de 0 à 10.

**Ce qui est déterminant ce n'est pas la forme de la famille en tant que telle, mais bien davantage la qualité de la relation parents-enfant et la capacité des parents à répondre aux besoins de leur enfant. Autrement dit, aucune forme de famille n'est optimale en soi.

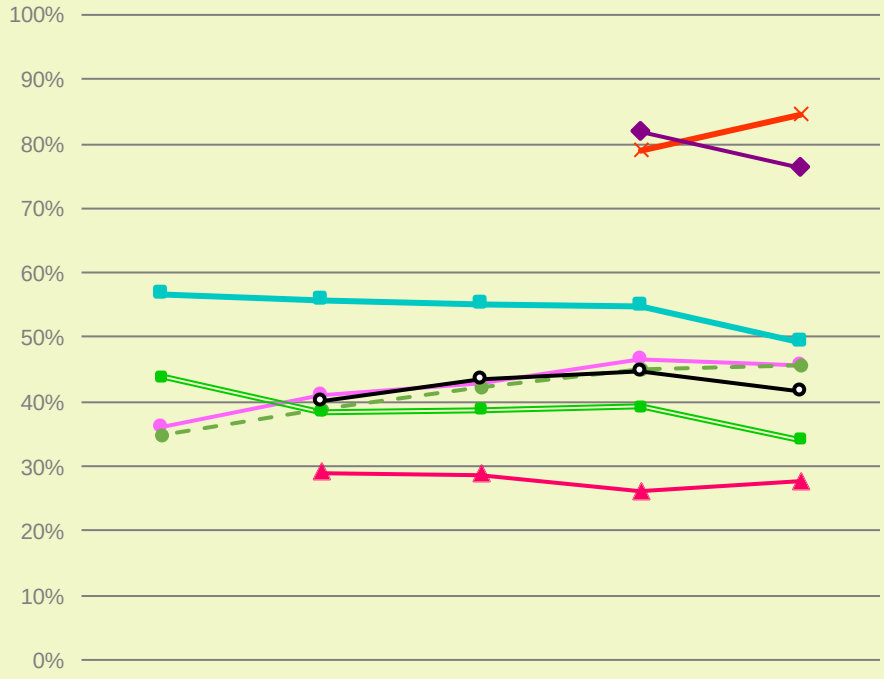
Évolution au fil du temps

En **2018**, la part d'élèves de 11 à 15 ans qui prenaient un **vrai petit déjeuner chaque jour** était assez similaire à celle de 2002.

Par ailleurs, la figure 1 montre par exemple que :

La part des élèves qui consomment des **fruits chaque jour** resp. qui consomment des **légumes chaque jour** a eu tendance à augmenter entre 2002 et 2014, tandis qu'en 2018 cette part est restée à un niveau proche de celui de 2014.

Figure 1 *Évolution de la consommation d'**aliments et boissons dont la consommation est recommandée**, parmi les élèves de 11 à 15 ans (HBSC 2002-2018, %)*

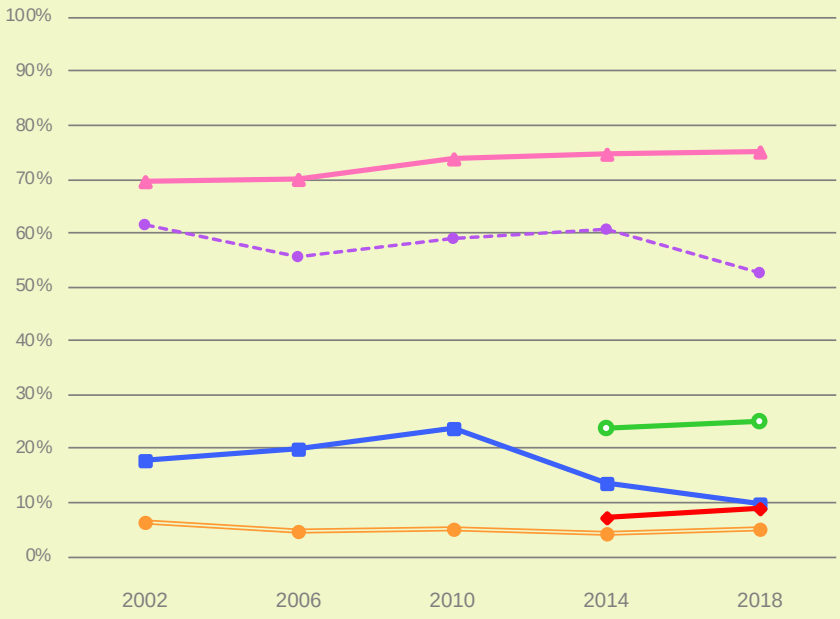


	2002	2006	2010	2014	2018
Eau, autres boissons non sucrées (chaque jour)				78.8	84.6
Fruits (chaque jour)	35.9	40.9	42.8	46.7	45.7
Légumes (chaque jour)	34.9	38.8	42.2	45.0	45.5
Lait (chaque jour)	56.6	55.7	55.0	54.9	49.1
Produits laitiers (chaque jour)	43.9	38.4	38.7	39.2	34.1
Viande (2 à 4 jours/semaine)		29.0	28.7	26.1	27.6
Poisson (≥ 1x/semaine)		40.2	43.4	44.8	41.5
Pain (≥ 5 jours/semaine)				81.9	76.3

Exemple de lecture : **En 2018, 41.5% des élèves de 11 à 15 ans ont dit manger du poisson au moins une fois par semaine**

Remarques : **Pain : blanc ou complet**
Eau et autres boissons non sucrées : il n'est pas exclu qu'en répondant à cette question, des élèves aient inclus les boissons dites « light » ou « zero », qui ne sont pas recommandées en raison de leur teneur en acides néfastes pour l'émail des dents.
Viande : la question ne précise pas quels types de produits carnés sont couverts par le terme 'viande', si bien que les élèves ont pu y inclure ou non la volaille et la charcuterie.

Figure 2 *Évolution de la consommation d'**aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle,** parmi les élèves de 11 à 15 ans (HBSC 2002-2018, %)*



	2002	2006	2010	2014	2018
Bonbons ou chocolats (>1x/semaine)	69.5	70.0	74.0	74.9	75.0
Cola ou autres boissons sucrées (>1x/semaine)	61.5	55.8	58.9	60.8	52.8
Boissons énergisantes (>1x/semaine)	18.0	19.9	23.7	13.6	9.7
Hamburgers, hot dogs (>1x/semaine)	6.3	4.5	5.1	4.1	5.2
Chips, frites (>1x/semaine)				23.8	24.9
Pizzas (>1x/semaine)				7.4	8.9

Exemple de lecture : **En 2018, 75.0% des élèves de 11 à 15 ans ont dit consommer des bonbons ou chocolats plus d'une fois par semaine.**

Remarques : **Cola ou autres boissons sucrées : il n'est pas possible de savoir si, en répondant à cette question, les élèves ont (ou non) pris en compte les boissons dites « light » ou « zero ».**
La pizza est un plat qui, en fonction des aliments qui le composent, peut être équilibré ou non.

La figure 2 montre par exemple que :

La consommation plus d'une fois par semaine de **boissons sucrées** et celle de **boissons énergisantes** ont suivi des évolutions différentes depuis 2002. Cependant, en 2018 elles sont les deux **au plus bas depuis 2002**, avec une forte baisse entre 2014 et 2018.

Activité physique

Ce résumé propose une sélection de résultats présentés dans le chapitre 4.

Recommandation

Selon la recommandation du Réseau suisse Santé et activité physique (hepa.ch), les adolescent-e-s d'âge scolaire devraient pratiquer **au moins 60 minutes par jour une activité physique d'intensité moyenne à élevée**.

Précautions à prendre lors de l'interprétation

Les données relatives au niveau d'activité physique sont des données déclaratives (et subjectives) car récoltées en faisant appel à l'appréciation personnelle des élèves. Il peut en résulter une sur- ou sous-estimation comparativement à des données récoltées p. ex. au moyen d'un capteur de mouvement tel qu'un accéléromètre.

Situation en 2018

En 2018, la recommandation en matière d'activité physique (**au moins 60 minutes d'activité physique d'intensité moyenne à élevée chaque jour**) était suivie par **14.2%** des élèves 11 à 15 ans (garçons : 17.5% ; filles : 10.6%).

Environ 45% des élèves de 11 à 15 ans ont été physiquement actifs/ves au moins 60 minutes par jour **au moins 5 jours sur les 7 derniers jours.**

En 2018, la vaste majorité des élèves de 11 à 15 ans faisaient du **sport (au point de transpirer ou d'être essoufflé-e-s) en dehors des heures d'école**. 91.3% faisaient du sport **au moins une fois par semaine**, **75.1% au moins deux fois par semaine** et 36.9% **au moins quatre fois par semaine**. Seul-e-s 8.6% faisaient occasionnellement ou jamais (c'est-à-dire moins d'une fois par semaine) de sport en dehors des heures d'école.

De manière générale, quel que soit leur âge, les garçons sont proportionnellement plus nombreux que les filles à suivre la recommandation en matière d'activité physique et à faire du sport en dehors des heures d'école (et ceci plus souvent). De plus, l'activité physique suffisante et le sport en dehors des heures d'école diminuent avec l'âge.

Caractéristiques des élèves de 11 à 15 ans resp. 14 et 15 ans qui suivent la recommandation en matière d'activité physique (2018)

	Sociodémographie				Santé, bien-être et contexte social						
Activité physique pendant ≥ 1 heure par jour	Âge **15 ans** (vs. 11 ans)	Sexe **garçon** (vs. fille)	Région linguistique **FR+IT** (vs. ALL)	Forme de la famille** **pas MPE** (vs. MPE)	[14-15]Parents « au courant » **bas-moyen** (vs. élevé)	Soutien de la famille (perçu) **bas-moyen** (vs. élevé)	Soutien des ami-e-s (perçu) **bas-moyen** (vs. élevé)	Stressé par le travail scolaire **assez – très** (vs. un peu/pas du tout)	Satisfaction face à la vie **basse** (vs. élevée à très élevée)	Etat de santé perçu **moyen - mauvais** (vs. bon à excellent)	[14-15]Durée habituelle du sommeil avant les jours d'école **< 8h** (vs. ≥ **8h**)
	↘↘	↗↗	↘↘	×	×	↘	↘	×	↘↘	↘	×

Exemple de lecture: Relation statistique entre la satisfaction face à la vie et l'activité physique: les élèves peu ou pas du tout satisfait·e·s de leur existence ont une probabilité réduite de suivre la recommandation par rapport à ceux/celles qui ont une satisfaction élevée.

Notes: Il s'agit de résultats de modèles de régression logistique, dont les OR (rapports de cote) sont représentés ici par une ou deux flèches, qui indique également le sens de la relation (probabilité accrue = ↗ ; diminuée = ↘). Le nombre de flèches illustre la force de la relation statistique. Une flèche: 0.7 ≤ OR < 1 (↘); deux flèches: 1.7 ≤ OR ≤ 2.99 (↗↗) ou 0.5 ≤ OR < 0.7 (↘↘). Une croix (×): relation statistiquement non significative (OR = env. 1). Pour connaître la valeur exacte des OR, les résultats des tests de signification et les intervalles de confiance correspondants, se référer au chapitre 4 de ce rapport. Les relations concernent l'ensemble des 11 à 15 ans, excepté pour les caractéristiques 'parents « au courant »' et la durée habituelle du sommeil, qui ne concernent que les élèves de 14 et 15 ans. Ces exceptions sont indiquées dans le tableau par un [14-15] avant les indicateurs concernés.

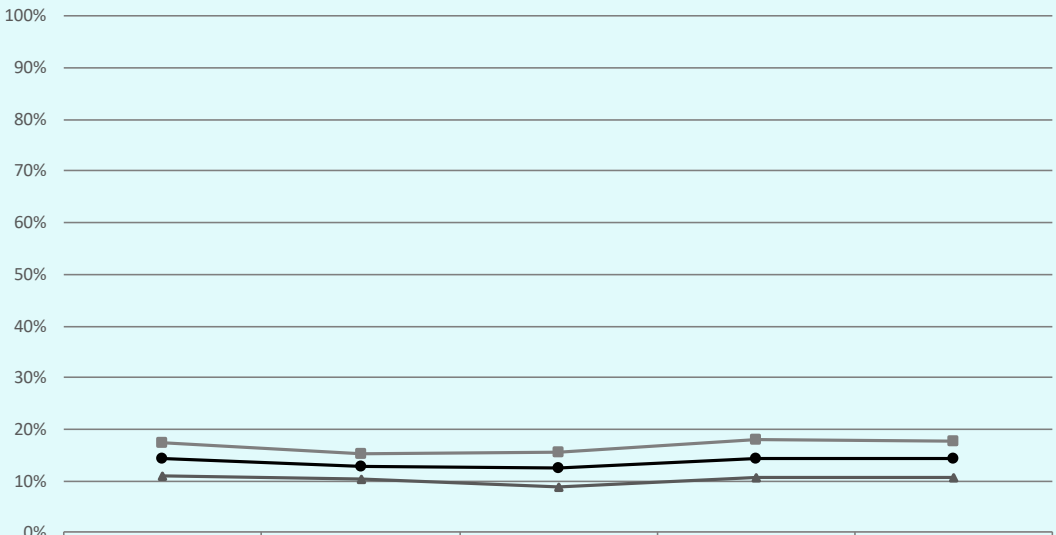
Précisions sur les caractéristiques retenues: Forme de la famille** : « MPE » signifie que l'Elève habite avec sa Mère et son Père ainsi qu'éventuellement d'autres personnes comme des frères et sœurs ou des grands-parents. Parents « au courant » : connaissance des parents des activités et fréquentations de l'élève dans son temps libre. Satisfaction face à la vie : satisfaction sur une échelle de 0 à 10.

**Ce qui est déterminant ce n'est pas la forme de la famille en tant que telle, mais bien davantage la qualité de la relation parents-enfant et la capacité des parents à répondre aux besoins de leur enfant. Autrement dit, aucune forme de famille n'est optimale en soi.

Évolution au fil du temps

Sur l'entier de la période d'observation (2002-2018), le **suivi de la recommandation en matière d'activité physique** par les élèves de 11 à 15 ans est resté relativement **stable** depuis 2002, avec tout au plus une légère baisse entre 2002 et 2006 et une légère hausse entre 2010 et 2014, qui ne s'est pas poursuivie en 2018 (figure 3).

Figure 3 *Évolution de la part d'élèves de 11 à 15 ans qui, au cours des 7 derniers jours, ont été **physiquement actifs/ives**[a] au moins 60 minutes **chaque jour** (HBSC 2002-2018, %)*



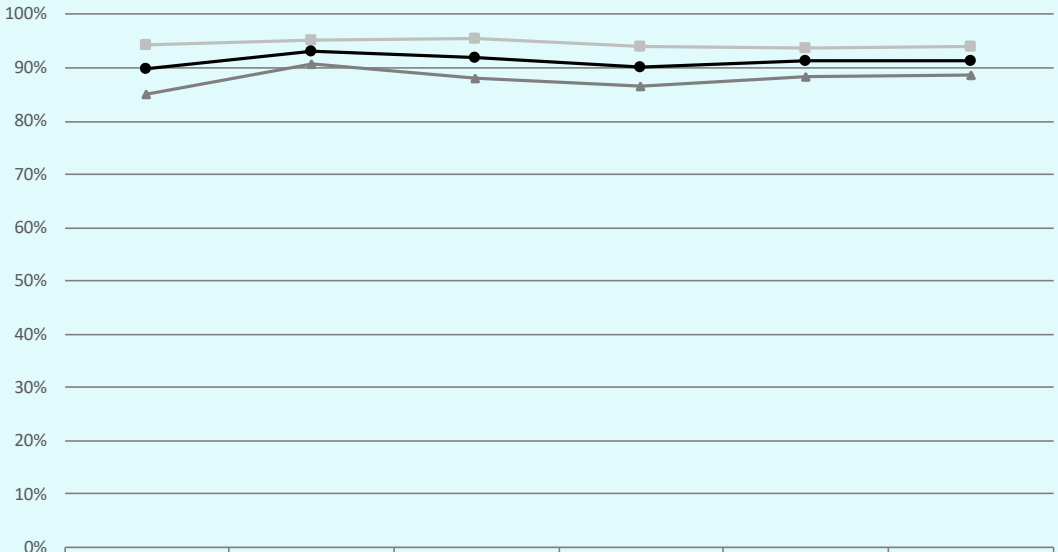
	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11-15 ans	17.4	15.1	15.7	18.0	17.5
Filles 11-15 ans	11.1	10.5	8.9	10.5	10.6
Total 11-15 ans	14.3	12.8	12.4	14.4	14.2

Exemple de lecture : **En 2018, 14.2% des élèves de 11 à 15 ans ont dit être physiquement actifs/ves au moins 60 minutes chaque jour (7 jours sur les 7 derniers jours).**

Remarque: **[a] Estimation : résultats basés sur des données déclaratives et non sur une mesure du mouvement**

Depuis 1998, la part des élèves de 11 à 15 ans qui **font du sport (au point de transpirer ou d'être essoufflé-e-s) en dehors des heures d'école au moins une fois par semaine**, fréquence qui suggère une certaine régularité de l'activité sportive, a oscillé entre 89% et 93%, avec le point le plus haut enregistré en 2002 (93.0%) (figure 4).

Figure 4 *Évolution des parts d'élèves de 11 à 15 ans qui **font du sport en dehors des heures d'école** au moins une fois par semaine (HBSC 1998-2018, %)*



	HBSC 1998	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11-15 ans	94.3	95.3	95.6	93.9	93.8	94.0
Filles 11-15 ans	85.0	90.6	88.1	86.4	88.5	88.5
Total 11-15 ans	89.8	93.0	91.9	90.3	91.2	91.3

Exemple de lecture : **En 2018, 91.3% des élèves de 11 à 15 ans font du sport en dehors des heures d'école au moins une fois par semaine.**

Statut pondéral, image corporelle et stratégies de perte de poids

Ce résumé présente une sélection des résultats présentés dans le chapitre 5.

Recommandation

Un poids corporel sain et une image corporelle positive contribuent de manière substantielle à la santé des élèves.

Précautions à prendre lors de l'interprétation

Dans le cadre de l'enquête HBSC, l'Indice de masse corporelle [IMC= poids en kg/(taille en m)^2] est calculé à partir des valeurs du poids et de la taille communiquées par les élèves, et non au moyen de mesures anthropométriques. Il est par conséquent sous-estimé et les résultats le concernant doivent être interprétés avec prudence.

Les seuils (*cut-offs*) du BMI retenus ici pour classer les jeunes par rapport à leur profil corporel sont ceux proposés par l'*International Obesity Task Force* (IOTF) pour les moins de 18 ans.

Situation en 2018

En 2018, selon l'IMC, **74.5%** des élèves de 11 à 15 ans auraient un **poids normal**, 10.3% présenteraient une **insuffisance pondérale légère**, 3.4% une **insuffisance pondérale modérée à forte**, 10.2% un **surpoids** et 1.7% une **obésité**.

Tandis que l'**excès pondéral** (surpoids et obésité considérés ensemble) est plus répandu chez les garçons et augmente entre les groupes d'âge, l'**insuffisance pondérale** (légère et modérée à forte considérées ensemble) s'observe plus souvent chez les filles et recule entre les groupes d'âge.

S'agissant de la **perception du poids corporel**, les garçons de 11 à 15 ans sont proportionnellement plus nombreux (53.7%) que les filles (49.8%) à estimer être à peu près du bon poids. Les filles s'estiment plus souvent un peu ou beaucoup trop grosses, alors que les garçons ont plus souvent l'impression d'être un peu ou beaucoup trop maigres.

En 2018, **12.9%** des élèves de 11 à 15 ans faisaient **un régime ou autre chose pour perdre du poids**, cette proportion étant plus élevée chez les filles (14.8%) que chez les garçons (11.0%). En outre, cette proportion a tendance à augmenter avec l'âge chez les filles alors qu'elle reste stable chez les garçons.

Des analyses conduites uniquement parmi les élèves de 15 ans montrent que :

Les garçons ont globalement une meilleure **image corporelle** (score moyen de 3.05 avec écart-type de 0.54 sur une échelle graduée de 1 à 4) que les filles (score moyen = 2.65 ; écart-type = 0.66).

Il n'y a souvent pas adéquation entre leur IMC et leur perception de leur poids corporel. Sous-estimer son poids est alors plus répandu chez les garçons, alors que le surestimer est plus fréquent chez les filles. Par exemple, environ la moitié des garçons et seulement un cinquième des filles qui s'estiment un peu ou beaucoup trop gros-ses ont un IMC qui indique effectivement un excès pondéral.

Faire un régime ou autre chose pour perdre du poids ne se retrouve pas uniquement chez les élèves qui s'estiment trop gros-ses : 4.9% des garçons et 9.2% des filles satisfait-e-s de leur poids corporel faisaient malgré tout quelque chose pour en perdre.

Caractéristiques des élèves de 11 à 15 ans resp. 14 et 15 ans qui ont un poids normal (2018)

	Sociodémographie				Santé, bien-être et contexte social						
	Âge **15 ans** (vs. 11 ans)	Sexe **garçon** (vs. fille)	Région linguistique **FR+IT** (vs. ALL)	Forme de la famille** **pas MPE** (vs. MPE)	[14-15]Parents « au courant » **bas-moyen** (vs. élevé)	Soutien de la famille (perçu) **bas-moyen** (vs. élevé)	Soutien des ami-e-s (perçu) **bas-moyen** (vs. élevé)	Stressé par le travail scolaire **assez - très** (vs. un peu/pas du tout)	Satisfaction face à la vie **basse** (vs. élevée à très élevée)	État de santé perçu **moyen - mauvais-** (vs. bon à excellent)	[14-15]Durée habituelle du sommeil avant les jours d'école < **8h** (vs. ≥ **8h**)
Poids normal (selon IMC)	↗	×	↘	×	×	×	↘	↘	↘	↘↘	×

Exemple de lecture : Relation statistique entre l'état de santé perçu et avoir un poids normal: les élèves qui évaluent leur état de santé comme moyen à mauvais ont une probabilité diminuée d'avoir un poids normal par rapport aux élèves qui l'évaluent comme bon à excellent.

Notes: Résultats de modèles de régression logistique, dont les OR (rapports de cote) sont représentés ici par une flèche, qui indique également le sens de la relation (probabilité accrue = ↗ ; diminuée = ↘). Le nombre de flèches illustre la force de la relation statistique. Une flèche: 1 < OR ≤ 1.69 (↗) ou 0.7 ≤ OR < 1 (↘). Deux flèches: 0.5 ≤ OR < 0.7 (↘↘). Une croix (×): relation statistiquement non significative (OR = env. 1). Pour connaître la valeur exacte des OR, les résultats des tests de signification et les intervalles de confiance correspondants, se référer au chapitre 5 de ce rapport. Les relations concernent l'ensemble des 11 à 15 ans, excepté pour les caractéristiques 'parents « au courant »' et la durée habituelle du sommeil, qui ne concernent que les élèves de 14 et 15 ans. Ces exceptions sont indiquées dans le tableau par un '[14-15]' avant les indicateurs concernés.

Précisions sur les caractéristiques retenues: Forme de la famille** : « MPE » signifie que l'Elève habite avec sa Mère et son Père ainsi qu'éventuellement d'autres personnes comme des frères et sœurs ou des grands-parents. Parents « au courant » : connaissance des parents des activités et fréquentations de l'élève dans son temps libre. Satisfaction face à la vie : satisfaction sur une échelle de 0 à 10.

**Ce qui est déterminant ce n'est pas la forme de la famille en tant que telle, mais bien davantage la qualité de la relation parents-enfant et la capacité des parents à répondre aux besoins de leur enfant. Autrement dit, aucune forme de famille n'est optimale en soi.

Évolution au fil du temps

Sur l'ensemble de la période d'observation (1990-2018 ; questions pas posées en 1998), la prévalence de l'**insuffisance pondérale (légère et modérée à forte)** chez les élèves de 11 à 15 ans est restée relativement **stable** entre les années, de sorte que celle enregistrée en 2018 est proche de celle de 1990 comme celle de 2014.

La prévalence de l'**excès pondéral (surpoids et obésité)** chez les élèves de 11 à 15 ans a augmenté légèrement et assez progressivement entre 1990 et 2014. En 2018, la prévalence a stagné au même niveau qu'en 2014 (figure 5).

Figure 5 *Évolution de la part d'élèves de 11 à 15 ans qui présentent **un excès pondéral (surpoids et obésité)**[a] (HBSC 1990-2018, %)*

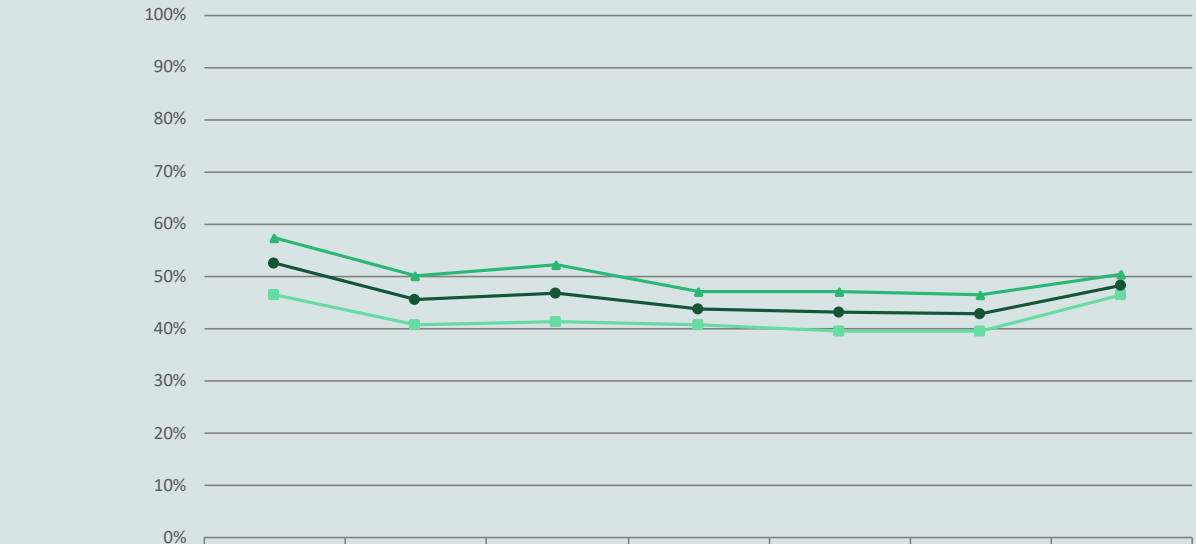
	HBSC 1990	HBSC 1994		HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11-15 ans	8.4	11.0		11.3	11.9	12.8	14.1	14.5
Filles 11-15 ans	5.5	7.0		7.1	6.4	7.1	8.4	8.9
Total 11-15 ans	7.0	8.9		9.3	9.2	10.0	11.4	11.8

Exemple de lecture : **En 2018, 11.8% des élèves de 11 à 15 ans présentaient un excès pondéral.**

Remarque: **[a] Selon IMC estimé ; résultats basés sur des données déclaratives (taille et poids corporels indiqués par les élèves) et non sur des mesures anthropométriques**

La part des élèves de 11 à 15 ans **insatisfait-e-s de leur poids corporel** avait nettement diminué entre 1994 et 1998, puis semblait légèrement diminuer jusqu'en 2014. En 2018, par contre, la part des insatisfait-e-s est repartie à la hausse, chez les garçons de façon plus marquée que chez les filles (figure 6).

Figure 6 *Évolution des parts d'élèves de 11 à 15 ans **insatisfait-e-s de leur poids corporel** (c'est-à-dire qui s'estiment un peu ou beaucoup trop gros-es ou un peu ou beaucoup trop maigres) (HBSC 1994-2018, %)*



	HBSC 1994	HBSC 1998	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11-15 ans	46.4	40.7	41.3	40.7	39.4	39.4	46.3
Filles 11-15 ans	57.2	50.2	52.1	47.0	47.1	46.3	50.2
Total 11-15 ans	52.6	45.4	46.6	43.8	43.2	42.7	48.2

Exemple de lecture : **En 2018, 48.2% des élèves de 11 à 15 ans étaient insatisfait-e-s de leur poids corporel.**

Globalement, sur l'ensemble de la période d'observation (2002-2018), la part des élèves de 11 à 15 ans qui ont **entrepris quelque chose pour perdre du poids** a légèrement oscillé entre 12.7% (2002) et 14.7% (2014), sans tendance claire.

Ausführliche Zusammenfassung

Die Studie « Health Behaviour in School-aged Children » (HBSC)

Die internationale Studie « Health Behaviour in School-aged Children » (HBSC) wird in mehr als 40 grösstenteils europäischen Ländern alle vier Jahre unter der Schirmherrschaft der Weltgesundheitsorganisation (WHO-Europa) durchgeführt.

In der Schweiz wird die HBSC-Studie seit 1986 von Sucht Schweiz durchgeführt. Bei der Studie im Jahr 2018 handelt es sich also um die neunte HBSC-Studie in der Schweiz. Ziel der Studie ist es, gesundheitsrelevante Verhaltensweisen von Jugendlichen im Alter von 11 bis 15 Jahren und deren Entwicklung über die Zeit zu beobachten.

Von allen Klassen des 5. bis 9. Schuljahrs (d.h. 7. bis 11. Jahr HarmoS) an öffentlichen Schulen wurden insgesamt 805 Schulklassen per Zufallsziehung für die nationale Schweizer HBSC-Studie 2018 ausgewählt.

Die HBSC-Studie basiert auf einem standardisierten schriftlichen Papierfragebogen, den die Schülerinnen und Schüler selbst ausfüllen. Es existieren zwei Fragebogenversionen. Die kurze Version ist für Schülerinnen und Schüler des 5. bis 7. Schuljahrs (d.h. 7. bis 9. Jahr HarmoS) vorgesehen, von denen die meisten zwischen 11 und 13 Jahren alt sind. Die lange Version richtet sich an Schülerinnen und Schüler des 8. und 9. Schuljahrs (d.h. 10. und 11. Jahr HarmoS), von denen die meisten 14 und 15 Jahre alt sind.

Die Teilnahme an der Befragung war freiwillig und anonym. Insgesamt nahmen 715 der 805 zufällig ausgewählten Klassen an der Studie teil (Teilnahmequote auf Klassenebene: 88.8%). Die nationale HBSC-Stichprobe 2018 umfasst 11’121 Schülerinnen und Schüler im Alter von 11 bis 15 Jahren.

Ernährungsgewohnheiten

Diese Zusammenfassung präsentiert eine Auswahl an Resultaten aus dem Kapitel 3.

Empfehlungen

Die "**Schweizer Lebensmittelpyramide**" fasst die aktuellen Empfehlungen für eine ausgewogene Ernährung zusammen. Diese dienten bei der Interpretation der Ergebnisse als Leitplanken.

Bei der Interpretation der Ergebnisse zu beachten

Ernährungsgewohnheiten sind komplexe Verhaltensweisen, die sich mit den wenigen Fragen zu diesem Thema im HBSC-Fragebogen nicht vollständig erfassen und verstehen lassen. Ausserdem erlauben es die Ergebnisse zur Konsumhäufigkeit nicht, Aussagen dazu zu machen, ob die Empfehlungen der "Schweizer Lebensmittelpyramide" eingehalten werden oder nicht.

Stand im Jahr 2018

Im Jahr 2018 nahmen **46.0%** der 11- bis 15-Jährigen **täglich ein richtiges Frühstück** zu sich (mehr als ein Glas Milch oder Fruchtsaft). Bei den Jungen (48.3%) war diese Gewohnheit verbreiteter als bei den Mädchen (43.5%). Das tägliche Frühstücken ging ausserdem mit dem Alter zurück.

91.4% der 11- bis 15-Jährigen (Jungen: 91.8%; Mädchen: 91.1%) nahmen **mehrmals pro Woche oder täglich gemeinsame Mahlzeiten mit ihren Familien** ein. Diesbezüglich gab es in keiner Altersgruppe Unterschiede zwischen den Jungen und den Mädchen.

45.7% der 11- bis 15-Jährigen **konsumierten täglich Früchte**. Der tägliche Konsum von Früchten war bei den Mädchen (50.8%) verbreiteter als bei den Jungen (40.9%); ausserdem kam er bei den jüngeren Jugendlichen häufiger vor als bei den älteren.

45.5% der 11- bis 15-Jährigen **konsumierten täglich Gemüse**. Der tägliche Konsum von Gemüse kam in allen Altersgruppen bei den Mädchen (49.8%) häufiger vor als bei Jungen (41.5%). Der tägliche Gemüsekonsum ging jedoch zwischen den 11- und 15-Jährigen nicht statistisch signifikant zurück.

Die "Schweizer Lebensmittelpyramide" empfiehlt den Verzehr von mindestens fünf Portionen Früchten und Gemüse pro Tag. In der HBSC-Studie 2018 wurde die Frage nach «5 am Tag» zum ersten Mal gestellt. **17.6%** der 11- bis 15-Jährigen konsumierten üblicherweise **mindestens fünf Portionen Früchte und Gemüse täglich (unabhängig von der Verteilung zwischen Früchte- und Gemüseportionen)**. Dieser Anteil nahm mit dem Alter ab, insbesondere bei den Jungen. Bei den Mädchen (20.4%) war der tägliche Konsum von mindestens fünf Portionen Früchten und Gemüse verbreiteter als bei den Jungen (14.8%).

Ausserdem weisen die Ergebnisse darauf hin, dass empfohlene Ernährungsverhaltensweisen tendenziell gemeinsam auftreten.

Im Jahr 2018 tranken 52.8% der 11- bis 15-Jährigen (Jungen: 59.5%; Mädchen: 45.8%) **mehr als einmal pro Woche Cola oder andere zuckerhaltige Getränke**; 9.7% tranken einmal pro Tag solche Getränke, 11.4% sogar mehrmals am Tag. Ausserdem konsumierten 9.7% der 11- bis 15-Jährigen **mehr als einmal pro Woche Energydrinks** (Jungen: 12.9%; Mädchen: 6.3%); rund 1.0% tranken gar mehrmals am Tag Energydrinks. Der mehrmals wöchentliche Konsum dieser beiden Getränkearten war in allen Altersgruppen bei den Jungen verbreiteter als bei den Mädchen und nahm mit dem Alter zu (sowohl bei den Mädchen als auch bei den Jungen).

Merkmale der 11- bis 15-Jährigen bzw. 14- und 15-Jährigen, die die Empfehlung zum Früchte- und Gemüsekonsum einhalten (2018)

	Soziodemografie				Gesundheit, Wohlbefinden und soziales Umfeld						
mindestens fünf Portionen Früchte und Gemüse pro Tag	Alter **15-Jährige** (vs. 11-Jährige)	Geschlecht **männlich** (vs. weiblich)	Sprachregion **FR+IT** (vs. DE)	Familienform** **nicht MVK** (vs. MVK)	[14-15]Elterliches Bescheidwissen **tief-mittel** (vs. hoch)	Wahrgenommene Unterstützung durch Familie **tief-mittel** (vs. hoch)	Wahrgenommene Unterstützung durch KollegInnen **tief-mittel** (vs. hoch)	gestresst durch Arbeit für Schule **sehr/einigermassen** (vs. ein bisschen/überhaupt nicht)	Lebenszufriedenheit **tief** (vs. hoch – sehr hoch)	Selbsteingeschätzter Gesundheitszustand **einigermassen gut/schlecht** (vs. gut/aus-gezeichnet)	[14-15]Übliche Schlafdauer vor Schultagen **< 8h** (vs. ≥ **8h**)
	↘	↘↘	↗	↘	↘	↘	↘	×	↘	↘↘	↘

Lesebeispiel: Starker statistischer Zusammenhang zwischen dem Geschlecht und dem täglichen Konsum von mindestens fünf Portionen Früchten und Gemüse: Jungen haben verglichen mit Mädchen eine geringere Wahrscheinlichkeit, die Empfehlung einzuhalten.

Anmerkungen: Dies sind die Ergebnisse logistischer Regressionsmodelle, deren ORs (Odds Ratios) hier durch einen oder zwei Pfeile dargestellt werden, die auch die Richtung der Beziehung angeben (höhere Wahrscheinlichkeit = ↗; geringere Wahrscheinlichkeit = ↘). Die Anzahl der Pfeile veranschaulicht die Stärke der statistischen Beziehung. Ein Pfeil: 1 < OR ≤ 1.69 (↗) oder 0.7 ≤ OR < 1 (↘); zwei Pfeile: 0.5 ≤ OR < 0.7 (↘↘). Ein Kreuz (×): statistisch nicht signifikante Beziehung (OR = ca. 1). Die OR in Zahlen-Form sowie detaillierte Angaben zu statistischer Signifikanz und Konfidenzintervallen sind im Kapitel 3 dieses Berichtes zu finden. Die Beziehungen betreffen alle 11- bis 15-Jährigen mit Ausnahme der Merkmale „Elterliches Bescheidwissen" und „übliche Schlafdauer", die nur 14- und 15-Jährige betreffen. Diese Ausnahmen sind in der Tabelle durch ein '[14-15]' vor den betreffenden Indikatoren gekennzeichnet.

Hinweise zu den untersuchten Merkmalen: Familienform**: «MVK-Familie» bedeutet, dass die Jugendlichen (Kind) mit Mutter und Vater sowie ggf. weiteren Personen wie Geschwistern oder Grosseltern in einem Haushalt leben; Elterliches Bescheidwissen: Einschätzung der Jugendlichen dazu, wie viel ihre Eltern über ihre (Freizeit-) Aktivitäten und ihren sozialen Umgang wissen; Lebenszufriedenheit: Zufriedenheit auf einer Skala von 0 bis 10.

**Nicht die Familienform als solche ist entscheidend, sondern es sind insbesondere die Qualität der Eltern-Kind-Beziehung sowie die Fähigkeit der Eltern, auf die Bedürfnisse der Kinder einzugehen, relevant. Anders formuliert: eine Familienform, die für sich genommen als ideal betrachtet werden kann, gibt es nicht.

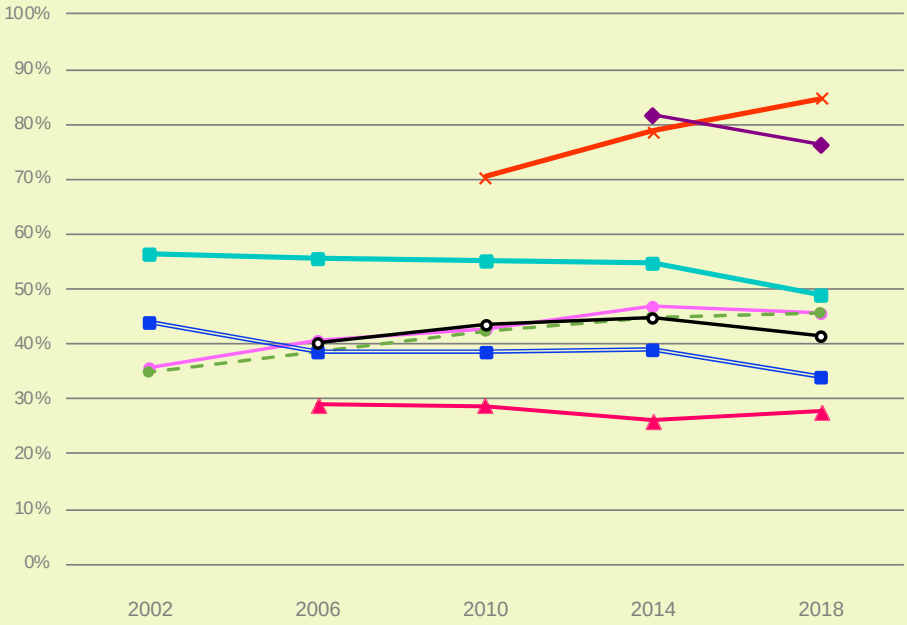
Zeitliche Entwicklung

Im Jahr **2018** unterschied sich der Anteil der 11- bis 15-Jährigen, die jeden Tag **richtig frühstückten**, kaum vom Anteil im Jahr 2002.

Darüber hinaus zeigt Abbildung 1 beispielsweise Folgendes:

Der Anteil der 11- bis 15-Jährigen, die **täglich Früchte** bzw. **täglich Gemüse** konsumieren, hat zwischen 2002 und 2014 zugenommen; im Jahr 2018 ist der Anteil jedoch ähnlich geblieben wie im Jahr 2014.

Abbildung 1 *Entwicklung des Konsums der **Lebensmittel und Getränke, deren Konsum empfohlen wird**, bei den 11- bis 15-Jährigen (HBSC 2002-2018, in %)*



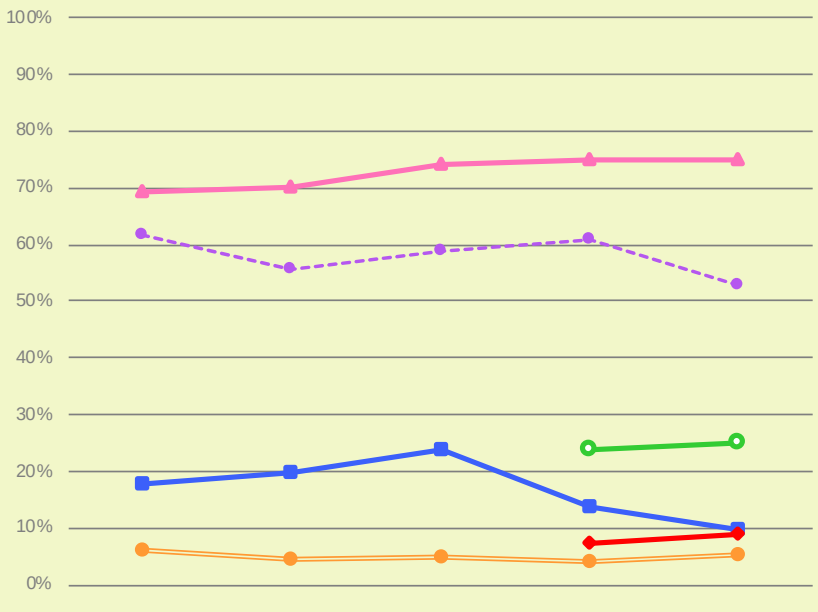
	2002	2006	2010	2014	2018
Wasser, andere ungesüsste Getränke (täglich)			70.5	78.8	84.6
Früchte (täglich)	35.9	40.9	42.8	46.7	45.7
Gemüse (täglich)	34.9	38.8	42.2	45.0	45.5
Milch (täglich)	56.6	55.7	55.0	54.9	49.1
Milchprodukte (täglich)	43.9	38.4	38.7	39.2	34.1
Fleisch (2 bis 4 Tage/Woche)		29.0	28.7	26.1	27.6
Fisch (≥ 1x/Woche)		40.2	43.4	44.8	41.5
Brot (≥ 5 Tage/Woche)				81.9	76.3

Lesebeispiel: **Im Jahr 2018 gaben 41.5% der 11- bis 15-Jährigen an, mindestens einmal pro Woche Fisch zu essen.**

Anmerkungen:

Brot: Weissbrot oder Vollkornbrot
Wasser oder andere ungesüsste Getränke: Es ist möglich, dass bestimmte Jugendliche bei der Beantwortung dieser Frage sogenannte "Light"- oder "Zero"-Getränke miteinbezogen haben. Deren Konsum wird jedoch wegen ihres Säuregehalts, der für den Zahnschmelz schädlich ist, nicht empfohlen.
Fleisch: In der Frage wurde nicht spezifiziert, welche Arten von Fleischprodukten unter den Begriff "Fleisch" fallen; es lässt sich daher nicht ausschliessen, dass bestimmte Jugendliche Geflügel und Wurstwaren nicht miteinbezogen haben.

Abbildung 2 *Entwicklung des Konsums von **Lebensmitteln und Getränken, die nur gelegentlich konsumiert werden sollten**, bei den 11- bis 15-Jährigen (HBSC 2002-2018, in %)*



	2002	2006	2010	2014	2018
Süssigkeiten, Schokolade (>1x/Woche)	69.5	70.0	74.0	74.9	75.0
Cola oder andere zuckerhaltige Getränke (>1x/Woche)	61.5	55.8	58.9	60.8	52.8
Energiedrinks (>1x/Woche)	18.0	19.9	23.7	13.6	9.7
Hamburgers, Hot Dogs (>1x/Woche)	6.3	4.5	5.1	4.1	5.2
Chips, Pommes frites (>1x/Woche)				23.8	24.9
Pizza (>1x/Woche)				7.4	8.9

Lesebeispiel: **Im Jahr 2018 gaben 75.0% der 11- bis 15-Jährigen an, mehr als einmal pro Woche Süssigkeiten oder Schokolade zu essen.**

Anmerkungen: **Cola oder andere zuckerhaltige Getränke: Es ist möglich, dass die Jugendlichen bei der Beantwortung dieser Frage "Light"- oder "Zero" miteinbezogen haben.**
Pizza ist ein Gericht, das je nach den darin enthaltenen Lebensmitteln als ausgewogen oder unausgewogen bezeichnet werden kann.

Abbildung 2 zeigt unter anderem:

Der mehrmals wöchentliche Konsum von **Cola und anderen zuckerhaltigen Getränken** sowie derjenige von **Energydrinks** haben sich seit 2002 unterschiedlich entwickelt. Im Jahr 2018 lag der Konsum beider Getränkearten jedoch **am tiefsten seit 2002**, wobei die Abnahme zwischen 2014 und 2018 besonders deutlich war.

Körperliche Aktivität

Diese Zusammenfassung enthält eine Auswahl an Resultaten aus dem Kapitel 4.

Empfehlung

Gemäss Bewegungsempfehlungen des Netzwerks HEPA (hepa.ch) sollten Jugendliche im Schulalter **täglich mindestens 60 Minuten körperlichen Aktivitäten von mittlerer bis hoher Intensität nachgehen**.

Zu beachten bei der Interpretation der Daten

Die Daten für das Ausmass an körperlicher Aktivität sind selbstberichtet (und subjektiv) da sie anhand der persönlichen Einschätzung der Jugendlichen erhoben wurden. Daher ist eine Über- oder Unterschätzung im Vergleich zu Daten, die z.B. von einem Bewegungssensor wie einem Beschleunigungsmesser erfasst werden, möglich.

Stand im Jahr 2018

Die Bewegungsempfehlung (**täglich mindestens 60 Minuten körperliche Aktivität mittlerer bis hoher Intensität**) wurde von **14.2%** der 11- bis 15-Jährigen (Jungen: 17.5%; Mädchen: 10.6%) eingehalten.

Rund 45% der 11- bis 15-Jährigen waren **an mindestens fünf der letzten sieben Tage** während mindestens 60 Minuten körperlich aktiv.

Im Jahr 2018 trieb die überwiegende Mehrheit der 11- bis 15-Jährigen **ausserhalb des Schulunterrichts Sport (d.h. sie bewegten sich intensiv, sodass sie ins Schwitzen bzw. ausser Atem kamen)**. **Mindestens einmal pro Woche** taten dies 91.3%, **75.1% mindestens zweimal pro Woche** und 36.9% **mindestens viermal pro Woche**. Nur 8.6% trieben gelegentlich oder nie (d.h. weniger als einmal pro Woche) ausserhalb des Schulunterrichts Sport.

Im Allgemeinen hielten sich Jungen unabhängig vom Alter eher als Mädchen an die Empfehlung für körperliche Aktivität und trieben eher ausserhalb des Schulunterrichts Sport (und dies häufiger). Ausreichende körperliche Aktivität und Sport ausserhalb des Schulunterrichts nahmen ausserdem mit dem Alter ab.

Merkmale der 11- bis 15-Jährigen bzw. 14- und 15-Jährigen, die die Bewegungsempfehlung einhalten (2018)

	Soziodemografie				Gesundheit, Wohlbefinden und soziales Umfeld						
Körperliche Aktivität während ≥ 1 Stunde pro Tag	Alter **15 Jahre** (vs. 11 Jahre)	Geschlecht **männlich** (vs. weiblich)	Sprachregion **FR+IT** (vs. DE)	Familienform** **nicht MVK** (vs. MVK)	[14-15]Elterliches Bescheidwissen **tief-mittel** (vs. hoch)	Wahrgenommene Unterstützung durch Familie **tief-mittel** (vs. hoch)	Wahrgenommene Unterstützung durch KollegInnen **tief-mittel** (vs. hoch)	gestrest durch Arbeit für Schule **sehr/einigermassen** (vs. ein bisschen/überhaupt nicht)	Lebenszufriedenheit **tief** (vs. hoch – sehr hoch)	Selbsteingeschätzter Gesundheitszustand **einigermassen gut/schlecht** (vs. gut/ausgezeichnet)	[14-15] Übliche Schlafdauer vor Schultagen **< 8h** (vs. ≥ 8h)
	↘↘	↗↗	↘↘	×	×	↘	↘	×	↘↘	↘	×

Lesebeispiel: Statistischer Zusammenhang zwischen Lebenszufriedenheit und körperlicher Aktivität: Die Jugendlichen, die mit ihrem Leben wenig oder gar nicht zufrieden sind, halten sich mit geringerer Wahrscheinlichkeit an die Bewegungsempfehlung als diejenigen, die eine hohe bis sehr hohe Lebenszufriedenheit aufweisen.

Anmerkungen: Dies sind die Ergebnisse logistischer Regressionsmodelle, deren ORs (Odds Ratios) hier durch einen oder zwei Pfeile dargestellt werden, die auch die Richtung der Beziehung angeben (höhere Wahrscheinlichkeit = ↗; geringere Wahrscheinlichkeit = ↘). Die Anzahl der Pfeile veranschaulicht die Stärke der statistischen Beziehung. Ein Pfeil: 0.7 ≤ OR < 1 (↘); zwei Pfeile: 1.7 ≤ OR ≤ 2.99 (↗↗) oder 0.5 ≤ OR < 0.7 (↘↘). Ein Kreuz (×): statistisch nicht signifikante Beziehung (OR = ca. 1). Die OR in Zahlen-Form sowie detaillierte Angaben zu statistischer Signifikanz und Konfidenzintervallen sind im Kapitel 4 dieses Berichtes zu finden. Die Beziehungen betreffen alle 11- bis 15-Jährigen mit Ausnahme der Merkmale „Elterliches Bescheidwissen" und „übliche Schlafdauer", die nur 14- und 15-Jährige betreffen. Diese Ausnahmen sind in der Tabelle durch ein '14-15' vor den betreffenden Indikatoren gekennzeichnet.

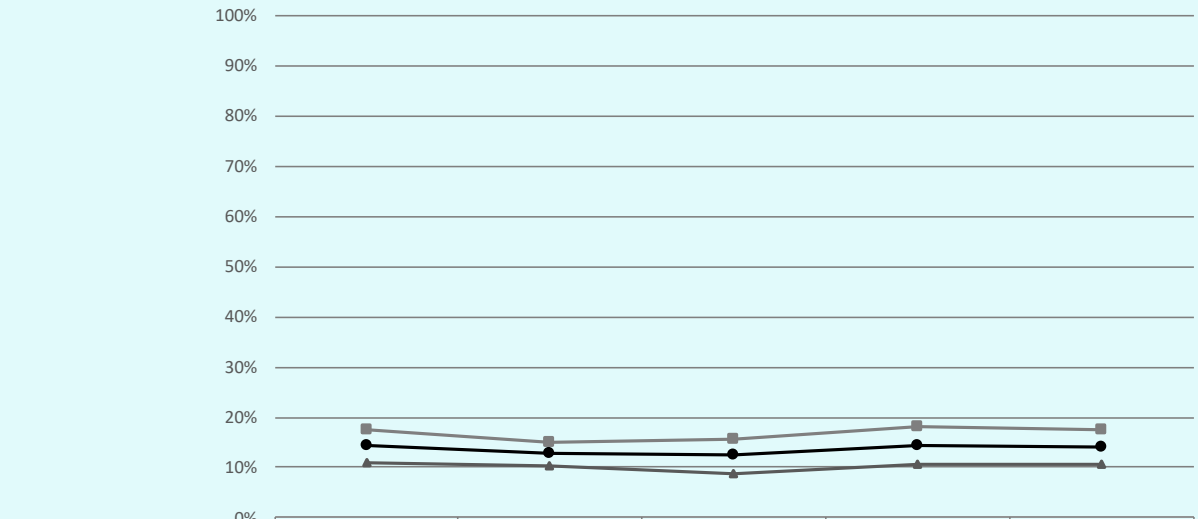
Hinweise zu den untersuchten Merkmalen: Familienform**: «MVK-Familie» bedeutet, dass die Jugendlichen (Kind) mit Mutter und Vater sowie ggf. weiteren Personen wie Geschwistern oder Grosseltern in einem Haushalt leben; Elterliches Bescheidwissen: Einschätzung der Jugendlichen dazu, wie viel ihre Eltern über ihre (Freizeit-) Aktivitäten und ihren sozialen Umgang wissen; Lebenszufriedenheit: Zufriedenheit auf einer Skala von 0 bis 10.

**Nicht die Familienform als solche ist entscheidend, sondern es sind insbesondere die Qualität der Eltern-Kind-Beziehung sowie die Fähigkeit der Eltern, auf die Bedürfnisse der Kinder einzugehen, relevant. Anders formuliert: eine Familienform, die für sich genommen als ideal betrachtet werden kann, gibt es nicht

Zeitliche Entwicklung

Betrachtet man den gesamten Beobachtungszeitraum von 2002 bis 2018, so ist **die Einhaltung der Bewegungsempfehlung** bei den 11- bis 15-Jährigen seit 2002 ziemlich **stabil** geblieben. Zwischen 2002 und 2006 war ein leichter Rückgang und zwischen 2010 und 2014 ein leichter Anstieg zu verzeichnen, der sich jedoch im Jahr 2018 nicht fortsetzte (Abbildung 3).

Abbildung 3 *Entwicklung des Anteils der 11- bis 15-Jährigen, die **an allen der letzten 7 Tage** während mindestens 60 Minuten pro Tag **körperlich aktiv**[a] waren (HBSC 2002-2018, in %)*



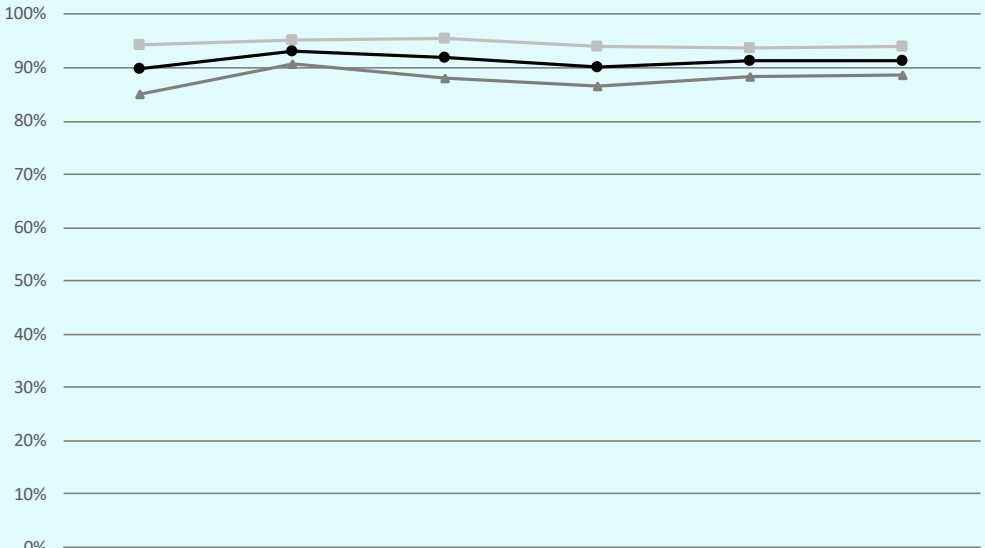
	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
11- bis 15-jährige Jungen	17.4	15.1	15.7	18.0	17.5
11- bis 15-jährige Mädchen	11.1	10.5	8.9	10.5	10.6
Total 11- bis 15-Jährige	14.3	12.8	12.4	14.4	14.2

Lesebeispiel: **Im Jahr 2018 gaben 14.2% der 11- bis 15-Jährigen an, an allen der letzten 7 Tage für mindestens 60 Minuten pro Tag körperlich aktiv gewesen zu sein.**

Anmerkung: **[a] Schätzung; die Ergebnisse basieren auf selbstberichteten Angaben und nicht auf einer Messung mittels eines Bewegungssensors**

Seit 1998 schwankt der Anteil der 11- bis 15-Jährigen, **die mindestens einmal pro Woche ausserhalb des Schulunterrichts Sport treiben (d.h. sich intensiv bewegen, sodass man ins Schwitzen bzw. ausser Atem kommt),** zwischen 89% und 93%. Dies lässt auf eine gewisse Regelmässigkeit der sportlichen Aktivität schliessen, wobei der höchste Wert im Jahr 2002 (93.0%) verzeichnet wurde (Abbildung 4).

Abbildung 4 *Entwicklung des Anteils der 11- bis 15-Jährigen, die <u>mindestens einmal pro Woche</u> **ausserhalb des Schulunterrichts Sport treiben** (HBSC 1998-2018, in %)*



	HBSC 1998	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
11- bis 15-jährige Jungen	94.3	95.3	95.6	93.9	93.8	94.0
11- bis 15-jährige Mädchen	85.0	90.6	88.1	86.4	88.5	88.5
Total 11- bis 15-Jährige	89.8	93.0	91.9	90.3	91.2	91.3

Lesebeispiel: **Im Jahr 2018 gaben 91.3% der 11- bis 15-Jährigen an, mindestens einmal pro Woche ausserhalb des Schulunterrichts Sport zu treiben.**

Gewichtsstatus, Körperbild und Strategien zur Gewichtsabnahme

Diese Zusammenfassung präsentiert eine Auswahl an Resultaten aus dem Kapitel 5.

Empfehlung

Ein gesundes Körpergewicht und ein positives Körperbild tragen wesentlich zur Gesundheit von Schülerinnen und Schülern bei.

Bei der Interpretation der Ergebnisse zu beachten

In der HBSC-Studie wird der Body-Mass-Index [BMI = Gewicht in kg/(Grösse in m)^2] aus erfragten Gewichts- und Grössenangaben berechnet; anthropometrische Messungen werden keine vorgenommen. Erfahrungsgemäss wird der BMI, wenn er auf selbstberichteten Angaben beruht, unterschätzt, weshalb die Angaben zum Gewichtsstatus in diesem Kapitel mit Vorsicht interpretiert werden müssen.

Die Schwellenwerte (*cut-offs*), die hier für die Enteilung des BMI bzw. Gewichtsstatus in Kategorien verwendeten wurden, sind diejenigen der *International Obesity Task Force* (IOTF) für die Altersgruppe der unter 18-Jährigen.

Situation im Jahr 2018

Im Jahr 2018 waren schätzungsweise **74.5%** der 11- bis 15-Jährigen gemäss ihrem BMI **normalgewichtig**, 10.3% **leicht untergewichtig**, 3.4% **mässig bis stark untergewichtig**, 10.2% **übergewichtig** und 1.7% **adipös**.

Während **Übergewicht** (Übergewicht und Adipositas zusammen betrachtet) häufiger bei Jungen auftrat und über die Altersgruppen hinweg zunahm, waren Mädchen häufiger von **Untergewicht** (leichtes und mässiges bis starkes Untergewicht zusammengenommen) betroffen. Letzteres nahm zwischen den Altersgruppen ab.

Was die **Wahrnehmung des Körpergewichts** betrifft, gaben anteilsmässig mehr 11- bis 15-jährige Jungen (53.7%) als gleichaltrige Mädchen (49.8%) an, dass sie denken, ein ungefähr richtiges Gewicht zu haben. Mädchen schätzten sich verhältnismässig häufiger als ein bisschen oder viel zu dick ein, während die Jungen eher den Eindruck hatten, ein bisschen oder viel zu dünn zu sein.

Im Jahr 2018 gaben **12.9%** der 11- bis 15-Jährigen an, eine **Diät oder etwas Anderes zu machen, um Gewicht zu verlieren**. Bei den Mädchen kam dies häufiger vor (14.8%) als bei den Jungen (11.0%). Darüber hinaus nahm der Anteil bei den Mädchen mit dem Alter signifikant zu, während er bei den Jungen stabil blieb.

Analysen, die nur bei den 15-Jährigen durchgeführt wurden, zeigen Folgendes:

Jungen hatten im Allgemeinen ein positiveres **Körperbild** (Mittelwert von 3.05 mit einer Standardabweichung von 0.54 auf einer Skala von 1 bis 4) als Mädchen (Mittelwert = 2.65; Standardabweichung = 0.66).

Oft stimmten der BMI und die Wahrnehmung des Körpergewichts nicht überein. Das eingene Gewicht zu unterschätzen, war bei Jungen verbreiteter, während Mädchen ihr Gewicht häufiger überschätzten. So hatten zum Beispiel etwa die Hälfte der Jungen und nur etwa ein Fünftel der Mädchen, die sich für ein bisschen oder viel zu dick hielten, einen BMI, der tatsächlich auf Übergewicht (inkl. Adipositas) hinweist.

Nicht nur Jugendliche die sich für zu dick hielten, versuchten, durch eine Diät oder auf eine andere Art Gewicht zu verlieren: 4.9% der Jungen und 9.2% der Mädchen, die mit ihrem Körpergewicht zufrieden waren, versuchten dennoch, Gewicht zu verlieren.

Merkmale der 11- bis 15-Jährigen bzw. 14- und 15-Jährigen, die Normalgewicht haben (2018)

	Soziodemografie				Gesundheit, Wohlbefinden und soziales Umfeld						
	Alter **15-Jährige** (vs. 11-Jährige)	Geschlecht **männlich** (vs. weiblich)	Sprachregion **FR+IT** (vs. DE)	Familienform** **nicht MVK** (vs. MVK)	[14-15]Elterliches Bescheid-wissen **tief-mittel** (vs. hoch)	Wahrgenommene Unterstützung durch Familie **tief-mittel** (vs. hoch)	Wahrgenommene Unterstützung durch KollegInnen **tief-mittel** (vs. hoch)	gestresst durch Arbeit für Schule **sehr/einigermassen** (vs. ein bisschen/überhaupt nicht)	Lebenszufriedenheit **tief** (vs. hoch – sehr hoch)	Selbsteingeschätzter Gesundheitszustand **einigermassen gut/schlecht** (vs. gut/ausgezeichnet)	[14-15]Übliche Schlafdauer vor Schultagen **< 8h** (vs. ≥ **8h**)
Normalgewicht (nach BMI)	↗	×	↘	×	×	×	↘	↘	↘	↘↘	×

Lesebeispiel: Statistischer Zusammenhang zwischen selbsteingeschätztem Gesundheitszustand und Normalgewicht: Jugendliche, die ihren Gesundheitszustand als schlecht bis einigermassen gut einschätzen, haben eine geringere Wahrscheinlichkeit, normalgewichtig zu sein, als Jugendliche, die ihn als gut bis ausgezeichnet bewerten.

Anmerkungen: Dies sind die Ergebnisse logistischer Regressionsmodelle, deren ORs (Odds Ratio) hier durch einen Pfeil dargestellt werden, der die Richtung der Beziehung angibt (höhere Wahrscheinlichkeit = ↗ ; geringere Wahrscheinlichkeit = ↘). Ein Pfeil: 1 < OR ≤ 1.69 (↗) oder 0.7 ≤ OR < 1 (↘); zwei Pfeile: 0.5 ≤ OR < 0.7 (↘↘). Ein Kreuz (×): statistisch nicht signifikante Beziehung (OR = ca. 1). Die OR in Zahlen-Form sowie detaillierte Angaben zu statistischer Signifikanz und Konfidenzintervallen sind im Kapitel 5 dieses Berichtes zu finden. Die Beziehungen betreffen alle 11- bis 15-Jährigen mit Ausnahme der Merkmale „Elterliches Bescheidwissen" und „übliche Schlafdauer", die nur 14- und 15-Jährige betreffen. Diese Ausnahmen sind in der Tabelle durch ein '14-15' vor den betreffenden Indikatoren gekennzeichnet.

Hinweise zu den untersuchten Merkmalen: Familienform**: «MVK-Familie» bedeutet, dass die Jugendlichen (Kind) mit Mutter und Vater sowie ggf. weiteren Personen wie Geschwistern oder Grosseltern in einem Haushalt leben; Elterliches Bescheidwissen: Einschätzung der Jugendlichen dazu, wie viel ihre Eltern über ihre (Freizeit-) Aktivitäten und ihren sozialen Umgang wissen; Lebenszufriedenheit: Zufriedenheit auf einer Skala von 0 bis 10.

**Nicht die Familienform als solche ist entscheidend, sondern es sind insbesondere die Qualität der Eltern-Kind-Beziehung sowie die Fähigkeit der Eltern, auf die Bedürfnisse der Kinder einzugehen, relevant. Anders formuliert: eine Familienform, die für sich genommen als ideal betrachtet werden kann, gibt es nicht.

Zeitliche Entwicklung

Über den gesamten Beobachtungszeitraum (1990-2018, keine Erhebung von Körpergewicht und -grösse im Jahr 1998) ist die Prävalenz von **Untergewicht (leicht und mässig bis stark)** bei den 11- bis 15-Jährigen relativ **stabil** geblieben. Die im Jahr 2018 festgestellte Prävalenz lag somit nahe an derjenigen von 1990 wie auch an derjenigen von 2014.

Die Prävalenz von **Übergewicht (Übergewicht und Adipositas)** bei den 11- bis 15-Jährigen nahm zwischen 1990 und 2014 tendenziell allmählich zu. Im Jahr 2018 verblieb die Prävalenz auf dem Niveau von 2014 (Abbildung 5).

*Abbildung 5 Entwicklung des Anteils der 11- bis 15-Jährigen mit **Übergewicht (Übergewicht und Adipositas)**[a] (HBSC 1990-2018, in %)*

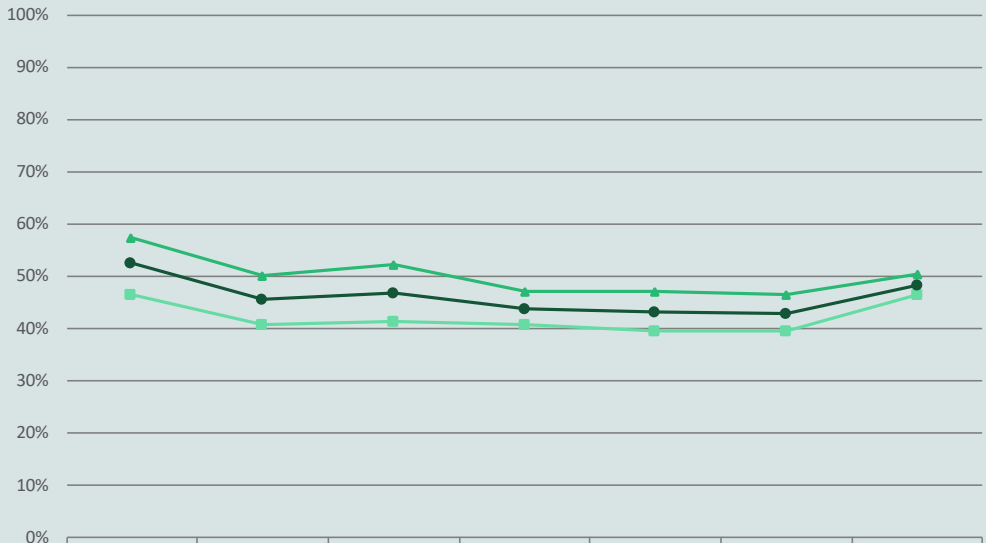
	HBSC 1990	HBSC 1994		HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
11- bis 15-jährige Jungen	8.4	11.0		11.3	11.9	12.8	14.1	14.5
11- bis 15-jährige Mädchen	5.5	7.0		7.1	6.4	7.1	8.4	8.9
Total 11- bis 15-Jährige	7.0	8.9		9.3	9.2	10.0	11.4	11.8

Lesebeispiel: **Im Jahr 2018 waren 11.8% der 11- bis 15-Jährigen übergewichtig bzw. adipös.**

Anmerkung: **[a] Basierend auf dem geschätzten BMI; die Ergebnisse basieren auf selbstberichteten Angaben (Körpergrösse und -gewicht der Jugendlichen) und nicht auf anthropometrischen Messungen**

Der Anteil der 11- bis 15-Jährigen, die **mit ihrem Körpergewicht unzufrieden** waren, nahm zwischen 1994 und 1998 deutlich ab und schien dann bis 2014 weiter leicht zu sinken. Im Jahr 2018 nahm der Anteil Unzufriedener wieder zu, wobei die Zunahme bei den Jungen ausgeprägter war als bei Mädchen (Abbildung 6).

*Abbildung 6 Entwicklung des Anteils der 11- bis 15-Jährigen, die **mit ihrem Körpergewicht unzufrieden** waren (d.h. die sich selbst als ein bisschen oder viel zu dick oder ein bisschen oder viel zu dünn betrachteten) (HBSC 1994-2018, in %)*



	HBSC 1994	HBSC 1998	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
11- bis 15-jährige Jungen	46.4	40.7	41.3	40.7	39.4	39.4	46.3
11- bis 15-jährige Mädchen	57.2	50.2	52.1	47.0	47.1	46.3	50.2
Total 11- bis 15-Jährige	52.6	45.4	46.6	43.8	43.2	42.7	48.2

Lesebeispiel: **Im Jahr 2018 waren 48.2% der 11- bis 15-Jährigen mit ihrem Körpergewicht unzufrieden.**

Insgesamt schwankte der Anteil der 11- bis 15-Jährigen, die **Massnahmen zur Gewichtsabnahme** ergriffen, über den gesamten Beobachtungszeitraum (2002-2018) leicht zwischen 12.7% (2002) und 14.7% (2014), ohne, dass ein eindeutiger Trend verzeichnet werden könnte

Sintesi dettagliata

L'inchiesta Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)

L'inchiesta internazionale « Health Behaviour in School-aged Children » (HBSC) viene realizzata ogni quattro anni in più di 40 paesi, la maggior parte dei quali europei, sotto l'egida dell'Organizzazione mondiale della sanità (OMS-Europa).

In Svizzera, l'inchiesta HBSC è realizzata da Dipendenze Svizzera dal 1986. Lo studio del 2018 è quindi il nono a essere stato realizzato nel nostro paese. L'obiettivo è quello di osservare i comportamenti in materia di salute degli allievi di età compresa tra gli 11 e i 15 anni e la loro evoluzione nel corso del tempo.

Per l'indagine nazionale HBSC 2018, 805 tra tutte le classi dalla quinta elementare alla quarta media (dal 7° all'11° anno di HarmoS) delle scuole pubbliche della Svizzera sono state selezionate in maniera aleatoria.

L'indagine HBSC è basata su un questionario scritto standardizzato autosomministrato, elaborato in due versioni. La versione breve è destinata agli allievi dalla quinta elementare alla seconda media (dal 7° al 9° anno di HarmoS), per la maggior parte di età compresa tra gli 11 e i 13 anni. La versione lunga è riservata invece agli allievi dalla terza media alla quarta media (corrispondenti al 10° e all'11° anno di HarmoS), per la maggior parte di età compresa tra i 14 e i 15 anni.

La partecipazione all'indagine è stata volontaria e anonima. In totale, 715 delle 805 classi selezionate in maniera casuale hanno preso parte all'indagine (tasso di partecipazione delle classi : 88.8%). Il campione nazionale HBSC 2018 include 11'121 allievi di età compresa tra gli 11 e i 15 anni.

Abitudini in materia di alimentazione

Questo riassunto presenta una selezione dei risultati del capitolo 3.

Raccomandazioni

Le raccomandazioni attuali in materia di alimentazione equilibrata sono riassunte dalla "Piramide alimentare svizzera". Queste sono state utilizzate come guida per l'interpretazione dei risultati.

Precauzioni da prendere durante l'interpretazione

Le abitudini in materia di alimentazione considerano degli elementi complessi e multidimensionali di cui non possiamo rendere conto a partire dai dati basati su alcune domande incluse nel questionario HBSC. Inoltre, i risultati concernenti le frequenze di consumo non permettono di pronunciarsi sul rispetto delle raccomandazioni della "Piramide alimentare svizzera".

Situazione nel 2018

Nel 2018, il **46,0%** degli allievi dagli 11 ai 15 anni faceva **una (vera) colazione ogni giorno** (considerata come qualcosa di più rispetto ad un bicchiere di latte o un succo di frutta). I ragazzi erano proporzionalmente più numerosi (48,3%) delle ragazze (43,5%) ad avere questa abitudine, che inoltre diminuisce con l'età.

Il 91,4% degli allievi dagli 11 ai 15 anni (ragazzi : 91,8%; ragazze : 91,1%) consumava i loro **pasti in famiglia più giorni a settimana o ogni giorno**. Non si rileva nessuna differenza tra ragazzi e ragazze, in tutte le fasce d'età.

Il 45,7% degli allievi dagli 11 ai 15 anni consumava **frutta ogni giorno**. Il consumo quotidiano di frutta era più frequente tra le ragazze (50,8%) che tra i ragazzi (40,9%), e ciò in misura maggiore per gli allievi più giovani rispetto ai più anziani.

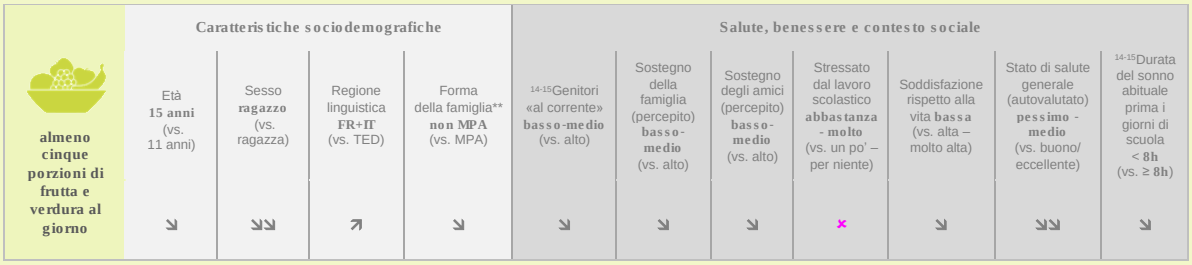
Il 45,5% degli allievi dagli 11 ai 15 anni consumava **verdura ogni giorno**. Il consumo quotidiano di verdura era più frequente tra le ragazze (49,8%) che tra i ragazzi (41,5%), e ciò rispetto a tutte le fasce d'età. Questo consumo non calava invece in maniera statisticamente significativa tra gli 11 e i 15 anni.

La "Piramide alimentare svizzera" raccomanda il consumo di almeno cinque porzioni di frutta e verdura al giorno. La domanda dedicata a « 5 al giorno » è stata inclusa per la prima volta nel questionario HBSC nel 2018. Il **17,6%** degli allievi dagli 11 ai 15 anni consumava abitualmente **almeno cinque porzioni di frutta e verdura al giorno (senza considerare la suddivisione tra le due categorie)**. Questa proporzione tendeva a diminuire con l'età, soprattutto tra i ragazzi. Per altro, le ragazze (20,4%) erano proporzionalmente più numerose a farlo rispetto ai ragazzi (14,8%).

I risultati suggeriscono inoltre che i comportamenti alimentari raccomandati tendono a cumulare.

Nel **2018**, il 52,8% degli allievi dagli 11 ai 15 anni (ragazzi : 59,5% ; ragazze : 45,8%) beveva **bibite zuccherate più di una volta a settimana** ; il 9.7% ne consumava una volta al giorno e l'11,4% più di una volta al giorno. Per altro, il 9.7% degli allievi consumava **bibite energizzanti più di una volta a settimana** (ragazzi : 12,9% ; ragazze : 16,3%) e circa l'1,0% ne consumava più volte al giorno. Il consumo di più di una volta a settimana di questi due tipi di bibite era più frequente tra i ragazzi che tra le ragazze in tutte le fasce di età e cresceva con l'età, sia tra i ragazzi che tra le ragazze.

Caratteristiche degli allievi dagli 11 ai 15 anni (o di 14 e 15 anni) che consumano almeno cinque porzioni di frutta e verdura al giorno (2018)



Esempio di lettura: forte relazione statistica tra sesso e consumo quotidiano di almeno cinque porzioni di frutta e verdura: i ragazzi hanno una probabilità ridotta rispetto alle ragazze di seguire la raccomandazione.

Note: Si tratta dei risultati dei modelli di regressione logica, di cui le OR (rapporti di probabilità) sono rappresentate da una o due frecce che indicano contemporaneamente il senso della relazione (probabilità più alta = ↗; probabilità più bassa = ↘). Il numero di frecce illustra la forza della relazione statistica. Una freccia: 1 < OR ≤ 1.69 (↗) o 0.7 ≤ OR < 1 (↘); due frecce: 0.5 ≤ OR < 0.7 (↘↘). Una croce (×): relazione statisticamente non significativa (OR = ca. 1). Per maggiori informazioni fare riferimento al capitolo 3 di questo rapporto. Le relazioni considerano l'insieme degli allievi dagli 11 ai 15 anni, fatta eccezione per le caratteristiche 'genitori "al corrente"' e della durata abituale del sonno, che concernono unicamente gli allievi di 14 e 15 anni. Queste eccezioni sono indicate nella tabella da un indice '14-15' posto prima degli indicatori considerati.

Precisioni sulle caratteristiche considerate: Forma della famiglia**: "MPA" significa che l'Allievo vive con sua Madre e suo Padre oltre che ad altre eventuali persone come fratelli, sorelle o nonni; Genitori « al corrente»: conoscenza da parte dei genitori delle attività e delle frequentazioni dell'allievo nel suo tempo libero; Soddisfazione rispetto alla vita: soddisfazione su una scala da 0 a 10.

**Ciò che è determinante non è la forma della famiglia in quanto tale ma più specificatamente la qualità della relazione genitori-bambino e la capacità di questi ultimi di rispondere ai bisogni del loro figlio. In altre parole, nessuna forma di famiglia è ottimale di per sè.

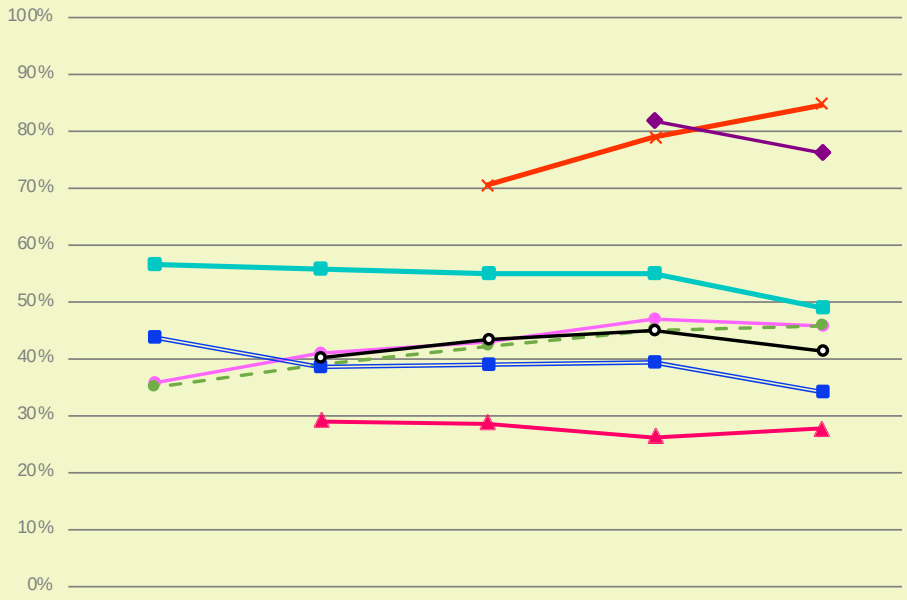
Evoluzione nel corso del tempo

Nel **2018**, la proporzione di allievi dagli 11 ai 15 anni che facevano una (**vera) colazione ogni giorno** era simile a quella del 2002.

D'altro canto, la figura 1 mostra per esempio che:

La proporzione di allievi dagli 11 ai 15 anni che **consumava frutta ogni giorno** risp. che **consumava verdura ogni giorno** ha avuto la tendenza ad aumentare tra il 2002 e il 2014, mentre nel 2018 è rimasta vicina al livello del 2014.

Figura 1 *Evoluzione del consumo di **alimenti e bevande il cui consumo è raccomandato**, tra gli allievi dagli 11 ai 15 anni (HBSC 2002-2018, %)*

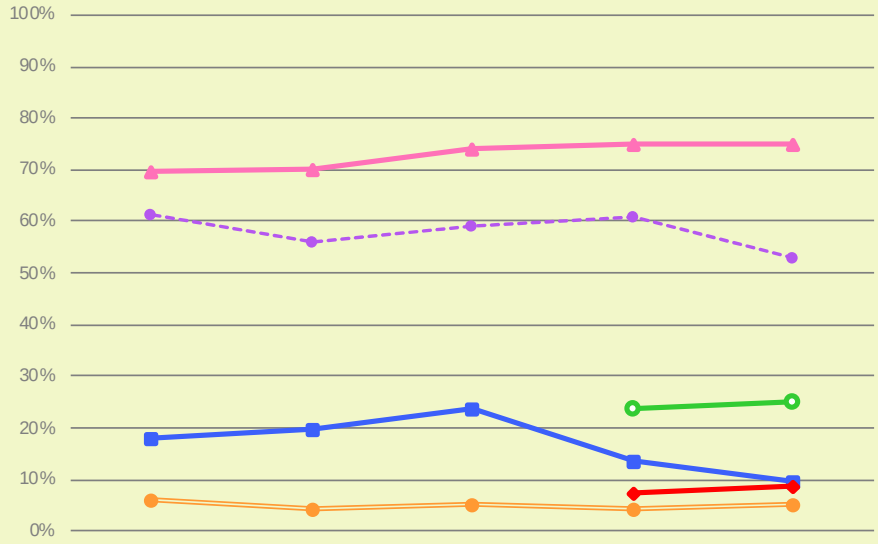


	2002	2006	2010	2014	2018
Acqua (ogni giorno)			70.5	78.8	84.6
Frutta (ogni giorno)	35.9	40.9	42.8	46.7	45.7
Verdura (ogni giorno)	34.9	38.8	42.2	45.0	45.5
Latte (ogni giorno)	56.6	55.7	55.0	54.9	49.1
Latticini (ogni giorno)	43.9	38.4	38.7	39.2	34.1
Carne (2 a 4 giorni/settimana)		29.0	28.7	26.1	27.6
Pesce (≥ 1x/settimana)		40.2	43.4	44.8	41.5
Pane (≥ 5 giorni/settimana)				81.9	76.3

Esempio di lettura: **Nel 2018, il 41,5% degli allievi dagli 11 ai 15 anni ha dichiarato di mangiare del pesce almeno una volta alla settimana.**

Precisioni : **Pane: bianco o integrale**
Acqua e altre bevande non zuccherate: non si può escludere che rispondendo a questa domanda, degli allievi abbiano incluso le bibite dette "light" o "zero", che non sono raccomandate in ragione del loro contenuto in acidi nefasti per lo smalto dei denti.
Carne: la domanda non precisa quali tipi di prodotti derivati della carne sono coperti dal termine "carne", a tal punto che gli allievi hanno potuto includervi o no il pollame e i salumi.

Figura 2 *Evoluzione del consumo di **alimenti e bevande il cui consumo dovrebbe restare occasionale**, tra gli allievi dagli 11 ai 15 anni (HBSC 2002-2018, %).*



	2002	2006	2010	2014	2018
Caramelle o cioccolato (>1x/settimana)	69.5	70.0	74.0	74.9	75.0
Cola o altre bibite zuccherate (>1x/settimana)	61.5	55.8	58.9	60.8	52.8
Bevande energetiche (>1x/settimana)	18.0	19.9	23.7	13.6	9.7
Hamburgers, hot dogs (>1x/settimana)	6.3	4.5	5.1	4.1	5.2
Chips, pommes frites (>1x/settimana)				23.8	24.9
Pizza (>1x/settimana)				7.4	8.9

Esempio di lettura: **Nel 2018, il 75,0% degli allievi dagli 11 ai 15 anni ha dichiarato di consumare caramelle o cioccolato più di una volta a settimana.**

Precisioni : **Cola o altre bibite zuccherate: non è possibile sapere se, rispondendo a questa domanda, gli allievi abbiano incluso le bibite dette "light" o "zero".**
La pizza è un piatto che, in funzione degli alimenti che lo compongono, può essere equilibrato o no.

La figura 2 mostra ad esempio che:

Il consumo più di una volta alla settimana di bevande zuccherate e quello di bevande energetiche hanno seguito tendenze differenti a partire dal 2002. Tuttavia, nel 2018 sono entrambi al livello più basso dal 2002, con un netto calo tra il 2014 e il 2018.

Attività fisica

Questo riassunto presenta una selezione dei risultati del capitolo 4.

Raccomandazione

Secondo la raccomandazione per un movimento salutare della Rete svizzera salute e movimento (hepa.ch), gli adolescenti in età scolare dovrebbero praticare **almeno 60 minuti al giorno un'attività fisica di intensità da media a elevata**.

Precauzioni da prendere durante l'interpretazione

I dati concernenti il livello dell'attività fisica sono dei dati dichiarativi (e soggettivi) perché sono stati raccolti facendo appello alla valutazione personale degli allievi. Questi dati sono dunque sovra- o sottostimati rispetto a dati raccolti per esempio per mezzo di un rilevatore di movimento come un accelerometro.

Situazione nel 2018

Nel 2018 la raccomandazione in materia di attività fisica (**almeno 60 minuti di attività fisica di intensità da media a elevata ogni giorno**) era seguita dal **14,2%** degli allievi dagli 11 ai 15 anni (ragazzi : 17,5% ; ragazze : 10,6%).

Circa il 45% degli allievi dagli 11 ai 15 anni è stato fisicamente attivo almeno 60 minuti al giorno **almeno 5 giorni nel corso degli ultimi 7 giorni**.

Nel 2018, la vasta maggioranza degli allievi dagli 11 ai 15 anni svolgeva un'attività sportiva (tanto da sudare o sentirsi affaticati) al di **fuori delle ore di scuola**. Il 91,3% praticava dello sport **almeno una volta alla settimana**, il 75,1% **almeno due volte alla settimana** e il 36,9% **almeno quattro volte alla settimana**. Solo l'8,6% praticava occasionalmente o mai (cioè meno di una volta a settimana) sport all'infuori delle ore di scuola.

In maniera generale, indipendentemente dalla loro età, i ragazzi erano in proporzione più numerosi delle ragazze a seguire la raccomandazione in materia di attività fisica e a fare sport all'infuori delle ore di scuola (e questo più frequentemente). In più, l'attività fisica sufficiente e lo sport all'infuori delle ore di scuola risultavano meno frequenti tra gli allievi più anziani rispetto a quelli più giovani.

Caratteristiche degli allievi dagli 11 ai 15 anni (o di 14 e 15 anni) che sono fisicamente attivi durante almeno 60 minuti al giorno

	Caratteristiche sociodemografiche				Salute, benessere e contesto sociale						
Attività fisica durante ≥ 1 ora al giorno	Età **15 anni** (vs. 11 anni)	Sesso **ragazzo** (vs. ragazza)	Regione linguistica **FR+IT** (vs. TED)	Forma della famiglia** **non MPA** (vs. MPA)	[14-15]Genitori «al corrente» **basso-medio** (vs. alto)	Sostegno della famiglia (percepito) **basso-medio** (vs. alto)	Sostegno degli amici (percepito) **basso-medio** (vs. alto)	Stressato dal lavoro scolastico **abbastanza - molto** (vs. un po' – per niente)	Soddisfazione e rispetto alla vita **bassa** (vs. alta – molto alta)	Stato di salute generale (autovalutato) **pessimo - medio** (vs. buono /eccellente)	[14-15]Durata del sonno abituale prima i giorni di scuola **< 8h** (vs. ≥ **8h**)
	↘↘	↗↗	↘↘	×	×	↘	↘	×	↘↘	↘	×

Esempio di lettura: relazione statistica tra la soddisfazione rispetto alla vita e all'attività fisica: gli allievi poco o per niente soddisfatti della loro esistenza hanno una probabilità ridotta di seguire la raccomandazione rispetto a quelli con una soddisfazione elevata.

Note: Si tratta dei risultati dei modelli di regressione logistica, di cui le OR (rapporti di probabilità) sono rappresentate da una o due frecce che indicano contemporaneamente il senso della relazione (probabilità più alta = ↗; probabilità più bassa = ↘). Il numero di frecce illustra la forza della relazione statistica. Una freccia: 0.7 ≤ OR < 1 (↘); due frecce: 1.7 ≤ OR ≤ 2.99 (↗↗) o 0.5 ≤ OR < 0.7 (↘↘). Una croce (×): relazione statisticamente non significativa (OR = ca. 1). Per maggiori informazioni fare riferimento al capitolo 4 di questo rapporto. Le relazioni considerano l'insieme degli allievi dagli 11 ai 15 anni, fatta eccezione per le caratteristiche 'genitori "al corrente"' e della durata abituale del sonno, che concernono unicamente gli allievi di 14 e 15 anni. Queste eccezioni sono indicate nella tabella da un indice '[14-15]' posto prima degli indicatori considerati.

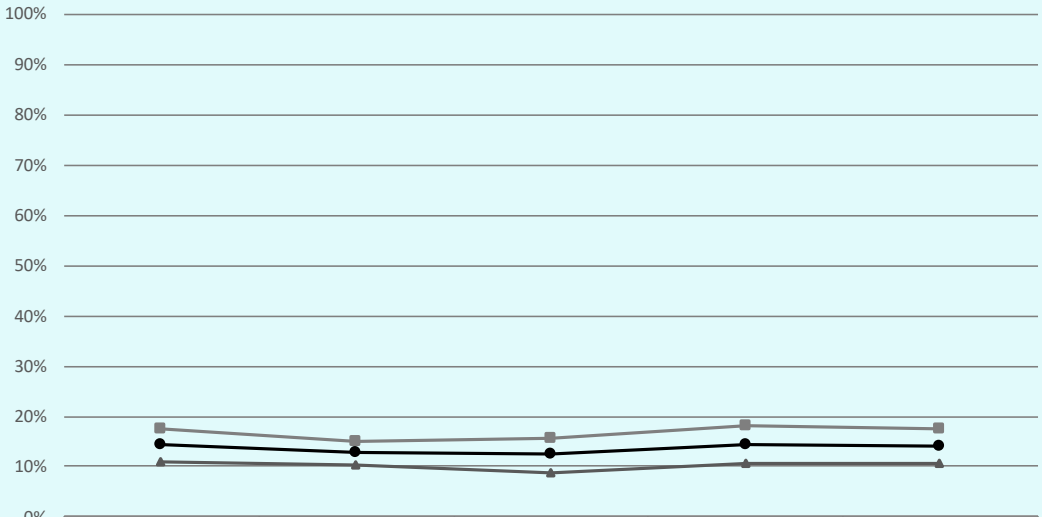
Precisioni sulle caratteristiche considerate: Forma della famiglia**: "MPA" significa che l'Allievo vive con sua Madre e suo Padre oltre che ad altre eventuali persone come fratelli, sorelle o nonni; Genitori « al corrente»: conoscenza da parte dei genitori delle attività e delle frequentazioni dell'allievo nel suo tempo libero; Soddisfazione rispetto alla vita: soddisfazione su una scala da 0 a 10.

**Ciò che è determinante non è la forma della famiglia in quanto tale ma più specificatamente la qualità della relazione genitori-bambino e la capacità di questi ultimi di rispondere ai bisogni del loro figlio. In altre parole, nessuna forma di famiglia è ottimale di per sè.

Evoluzione nel corso del tempo

Se si considera la totalità del periodo di osservazione (2002-2018), il **rispetto della raccomandazione in materia di attività fisica** tra gli allievi dagli 11 ai 15 anni è rimasto piuttosto **stabile** dal 2002, ad eccezione di una leggera flessione tra il 2002 e il 2006 seguita poi da un leggero innalzamento tra il 2010 e il 2014, che non è proseguito nel 2018 (figura 3).

Figura 3 *Evoluzione della proporzione di allievi dagli 11 ai 15 anni che, nel corso degli ultimi 7 giorni, sono stati **fisicamente attivi**[a] almeno 60 minuti al giorno (**sette giorni su sette**) (HBSC 2002-2018, %)*



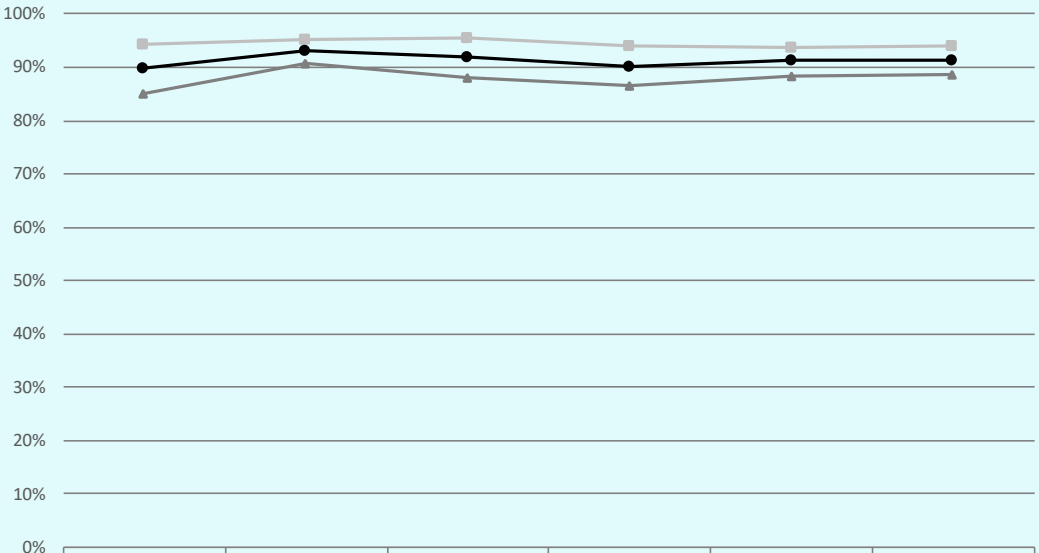
	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Ragazzi 11 a 15 anni	17.4	15.1	15.7	18.0	17.5
Ragazze 11 a 15 anni	11.1	10.5	8.9	10.5	10.6
Totale 11 a 15 anni	14.3	12.8	12.4	14.4	14.2

Esempio di lettura: **Nel 2018, il 14,2% degli allievi dagli 11 ai 15 anni ha dichiarato di essere fisicamente attivo per almeno 60 minuti al giorno.**

Precisione: **[a] Stima basata sulle dichiarazioni degli allievi e non su misure del movimento**

Dal 1998, la proporzione degli allievi dagli 11 ai 15 anni che praticavano uno **sport all'infuori delle ore di scuola almeno una volta a settimana**, frequenza che suggerisce una certa regolarità dell'attività sportiva, è oscillata tra l'89% e il 93%, con il punto massimo registrato nel 2002 (93%) (figura 4).

Figura 4 *Evoluzione della proporzione degli allievi dagli 11 ai 15 anni **che praticavano uno sport all'infuori delle ore di scuola** almeno una volta a settimana (HBSC 1998-2018, %)*



	HBSC 1998	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Ragazzi 11 a 15 anni	94.3	95.3	95.6	93.9	93.8	94.0
Ragazze 11 a 15 anni	85.0	90.6	88.1	86.4	88.5	88.5
Totale 11 a 15 anni	89.8	93.0	91.9	90.3	91.2	91.3

Esempio di lettura: **Nel 2018, il 91,3 % degli allievi dagli 11 ai 15 anni praticava uno sport all'infuori delle ore di scuola almeno una volta a settimana.**

Stato ponderale, immagine corporea e strategie di perdita di peso

Questo riassunto presenta una selezione dei risultati del capitolo 5.

Raccomandazione

Un peso corporeo sano e un'immagine corporea positiva sono essenziali per la salute degli allievi.

Precauzioni da prendere durante l'interpretazione

Nel ambito dell'indagine HBSC, l'Indice di Massa Corporea [IMC = peso in kg/(altezza in m)^2] è calcolato a partire dai valori del peso e dell'altezza comunicati dagli allievi, e non per mezzo di misure antropometriche. Di conseguenza è sottostimato e i risultati che lo considerano devono essere interpretati con prudenza.

Le soglie (*cut-offs*) dell'IMC considerati per classificare i giovani rispetto al loro stato ponderale sono proposti dall' *International Obesity Task Force* (IOTF) per i minori di 18 anni.

Situazione nel 2018

Nel 2018, rispetto al loro IMC, il **74,5%** degli allievi dagli 11 ai 15 anni aveva un **peso normale**, mentre il 10,3 % presentava un'**insufficienza ponderale leggera**, il 3,4 % un'**insufficienza ponderale da moderata a forte**, il 10,2% erano in **sovrappeso**, e l'1,7% era considerato **obeso**.

Mentre l'**eccesso ponderale** (sovrappeso e obesità considerati insieme) era più presente tra i ragazzi e gli allievi più anziani, l'**insufficienza ponderale** (leggera e da moderata a forte considerate insieme) si osservava più frequentemente tra le ragazze e gli allievi più giovani.

Per quanto riguarda la **percezione del peso corporeo**, i ragazzi dagli 11 ai 15 anni erano proporzionalmente più numerosi (53,7%) rispetto alle ragazze (49,8%) nello stimare se stessi più o meno del peso giusto. Le ragazze si stimavano più frequentemente un po' o decisamente troppo grasse, mentre i ragazzi avevano più frequentemente l'impressione di essere un po' o decisamente troppo magri.

Nel 2018, il **12,9%** degli allievi dagli 11 ai 15 anni faceva **una dieta o qualche cosa d'altro per perdere peso**, questa proporzione era più elevata tra le ragazze (14,8%) che tra i ragazzi (11,0%). Inoltre, questa proporzione tendeva ad aumentare significativamente con l'età tra le ragazze mentre restava stabile tra i ragazzi.

Delle analisi condotte unicamente tra gli allievi di 15 anni mostrano che:

i ragazzi hanno globalmente una migliore **immagine del proprio corpo** (risultato medio di 3.05 con scarto quadratico medio di 0.54 su una scala graduata da 1 a 4) rispetto alle ragazze (risultato medio = 2.65 ; scarto quadratico medio = 0.66).

Spesso non c'è corrispondenza tra il loro IMC e la loro percezione del proprio peso corporeo. Sottostimare il proprio peso è più frequente tra i ragazzi, mentre sovrastimarlo è più frequente tra le ragazze. Per esempio, circa la metà dei ragazzi e solamente un quinto delle ragazze che si stimano un po' o decisamente troppo grassi hanno un IMC che indica effettivamente un eccesso ponderale.

Fare una dieta o qualche cosa d'altro per perdere peso è un comportamento che non si trova unicamente tra gli allievi che pensano di avere eccesso di peso: il 4,9% dei ragazzi e il 9,2% delle ragazze che sono soddisfatti dal loro peso corporeo fanno, nonostante tutto, qualcosa per perderne.

Caratteristiche degli allievi dagli 11 ai 15 anni (o di 14 e 15 anni) che hanno un peso normale (2018)

	Caratteristiche sociodemografiche				Salute, benessere e contesto sociale						
	Età **15 anni** (vs. 11 anni)	Sesso **ragazzo** (vs. ragazza)	Regione linguistica **FR+IT** (vs. TED)	Forma della famiglia** **non MPA** (vs. MPA)	[14-15]Genitori « al corrente » **basso-medio** (vs. alto)	Sostegno della famiglia (percepito) **basso-medio** (vs. alto)	Sostegno degli amici (percepito) **basso-medio** (vs. alto)	Stress legato all'impegno scolastico **abbastanza - molto** (vs. un po' – per niente)	Soddisfazione rispetto alla vita **bassa** (vs. alta – molto alta)	Stato di salute autovalutato **pessimo - medio** (vs. buono/ eccellente)	[14-15]Durata del sonno abituale prima i giorni di scuola **< 8h** (vs. ≥ **8h**)
Peso normale (secondo l'IMC)	↗	×	↘	×	×	×	↘	↘	↘	↘↘	×

Esempio di lettura: Relazione statistica tra lo stato di salute percepito e avere un peso normale: gli allievi che valutano il loro stato di salute da medio a cattivo hanno una minor probabilità di avere un peso normale in rapporto agli allievi che lo valutano come buono o eccellente.

Note: Si tratta dei risultati dei modelli di regressione logistica, di cui le OR (rapporti di probabilità) sono rappresentate da una freccia che indica contemporaneamente il senso della relazione (probabilità più alta = ↗; probabilità più bassa = ↘). Il numero di frecce illustra la forza della relazione statistica. Una freccia: 1 < OR ≤ 1.69 (↗) o 0.7 ≤ OR < 1 (↘). Due frecce: 0.5 ≤ OR < 0.7 (↘↘). Una croce (×): relazione statisticamente non significativa (OR = ca. 1). Per maggiori informazioni fare riferimento al capitolo 5 di questo rapporto. Le relazioni considerano l'insieme degli allievi dagli 11 ai 15 anni, fatta eccezione per le caratteristiche 'genitori "al corrente"' e della durata abituale del sonno, che concernono unicamente gli allievi di 14 e 15 anni. Queste eccezioni sono indicate nella tabella da un indice '[14-15]' posto prima degli indicatori considerati.

Precisioni sulle caratteristiche considerate: Forma della famiglia**: "MPA" significa che l'Allievo vive con sua Madre e suo Padre oltre che ad altre eventuali persone come fratelli, sorelle o nonni. Genitori "al corrente" : conoscenza da parte dei genitori delle attività e delle frequentazioni dell'alunno nel suo tempo libero. Soddisfazione rispetto alla vita: soddisfazione su una scala da 0 a 10. Stato di salute generale: stato di salute autovalutato (soggettivo).

**quel che è determinante non è la forma della famiglia in quanto tale, ma molto di più la qualità della relazione tra genitori e figlio e la capacità dei genitori di rispondere ai bisogni del loro figlio. Detto altrimenti, nessuna forma particolare di famiglia è ottimale di per sè.

Evoluzione nel corso del tempo

Sull'insieme del periodo d'osservazione (1990-2018 ; le domande non sono state poste nel 1998) la prevalenza dell'**insufficienza ponderale** (leggera e media a forte) tra gli allievi dagli 11 ai 15 anni è rimasta abbastanza **stabile** durante gli anni considerati, di modo che quella registrata nel 2018 è simile a quella del 1990 come quella del 2014.

La prevalenza dell'**eccesso ponderale** (sovrappeso e obesità) tra gli allievi dagli 11 ai 15 anni è aumentata in modo abbastanza progressivo tra il 1990 e il 2014. Nel 2018, la prevalenza è rimasta allo stesso livello del 2014 (figura 5).

Figura 5 *Evoluzione della proporzione degli allievi dagli 11 ai 15 anni che presentavano **un eccesso ponderale (sovrappeso e obesità)**[a] (HBSC 1990-2018, %).*

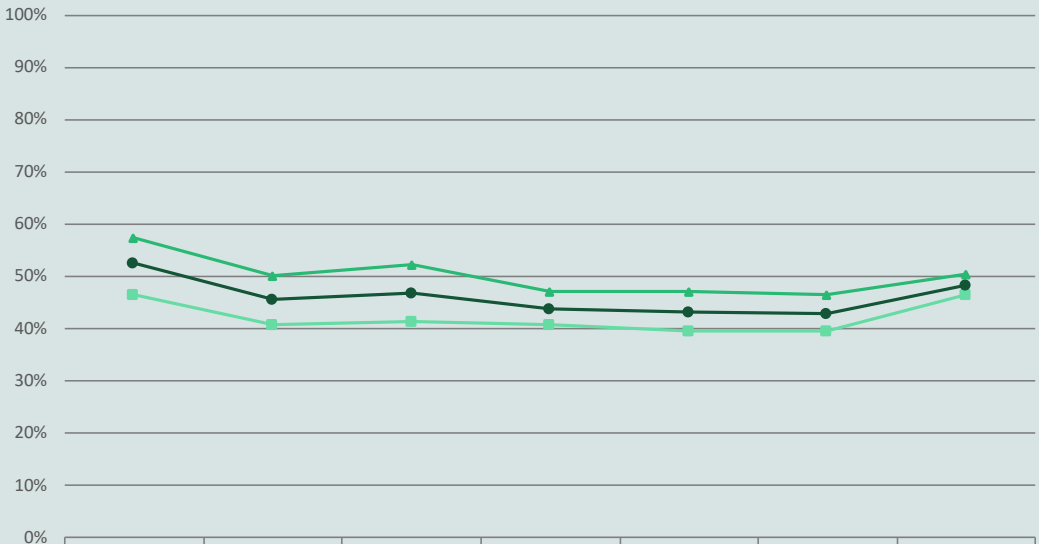
	HBSC 1990	HBSC 1994		HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Ragazzi 11 a 15 anni	8.4	11.0		11.3	11.9	12.8	14.1	14.5
Ragazze 11 a 15 anni	5.5	7.0		7.1	6.4	7.1	8.4	8.9
Totale 11 a 15 anni	7.0	8.9		9.3	9.2	10.0	11.4	11.8

Esempio di lettura : **Nel 2018, l'11,8% degli allievi dagli 11 ai 15 anni presentava un eccesso ponderale.**

Precisione: **[a] Secondo l'IMC stimato ; risultati basati su dei dati dichiarativi (altezza e peso corporeo sono indicati dagli allievi) e non su misure antropometriche.**

La proporzione di allievi dagli 11 ai 15 anni **insoddisfatti del loro peso corporeo** era nettamente diminuita tra il 1994 e il 1998, in seguito leggermente diminuita fino al 2014. Nel 2018 invece, la proporzione di allievi insoddisfatti è tornata a crescere, tra i ragazzi in modo più deciso che tra le ragazze (figura 6).

Figura 6 *Evoluzione della proporzione di allievi dagli 11 ai 15 anni **insoddisfatti del loro peso corporeo** (cioè che si stimano un po' o decisamente troppo grassi o un po' o decisamente troppo magri) (HBSC 1994-2018, %).*



	HBSC 1994	HBSC 1998	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Ragazzi 11 a 15 anni	46.4	40.7	41.3	40.7	39.4	39.4	46.3
Ragazze 11 a 15 anni	57.2	50.2	52.1	47.0	47.1	46.3	50.2
Totale 11 a 15 anni	52.6	45.4	46.6	43.8	43.2	42.7	48.2

Esempio di lettura : **Nel 2018, il 48,2% degli allievi dagli 11 ai 15 anni era insoddisfatti del loro peso corporeo.**

Globalmente, sull'insieme del periodo di osservazione (2002-2018), la proporzione di allievi dagli 11 ai 15 anni che facevano una **dieta o qualche cosa d'altro per perdere peso** è leggermente oscillata tra il 12,7% (2002) e il 14,7% (2014), senza una tendenza chiara.

1 Introduction

1.1 De l'importance de l'alimentation et de l'activité physique pour la santé des jeunes

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), les facteurs d'ordre comportemental figurent parmi les principaux facteurs de risque des maladies non transmissibles (MNT) (World Health Organization (WHO), 2015).

Le lien entre les habitudes en matière d'alimentation et la santé a fait l'objet de très nombreuses recherches épidémiologiques. Celles-ci attestent d'une relation entre certaines MNT et des facteurs d'ordre alimentaire comme une consommation insuffisante de fruits et légumes ou des apports excessifs en sel (Afshin et al., 2019 ; Federal Commission for Nutrition (FCN), 2019). À l'inverse, une alimentation modérée et équilibrée contribue à une bonne santé. Une activité physique suffisante présente quant à elle de nombreux bénéfices pour la santé des jeunes à court et long termes, que ce soit par sa participation au bien-être en général, par l'amélioration de la qualité des os et des muscles ou la réduction du risque de développer, plus tard, certaines MNT, entre autres (INSERM, 2014). Par contre, le manque d'activité physique et le temps prolongé passé en position assise, par exemple devant un écran, peut s'avérer néfaste pour la santé (Werkhausen et al., 2014).

L'alimentation et l'activité physique ont, entre autres, une influence sur le risque d'obésité, qui elle-même provoque ou aggrave de nombreuses MNT associées (James et al., 2004 ; Manson et al., 2004). Dans le monde, la prévalence du surpoids et de l'obésité chez les enfants et les adolescent-e-s s'accroît encore de nos jours, même si certains pays, dont la Suisse, observent une stagnation voire une baisse de celle-ci ; (Stamm et al., 2019). Il est cependant trop tôt pour dire s'il s'agit de signes précurseurs d'une réelle stabilisation voire d'une inversion de tendance.

L'obésité sévère chez les enfants et jeunes adolescent-e-s est associée à différentes pathologies physiques et psychiatriques ainsi qu'à de sérieuses conséquences sur le plan psychosocial (Daniels, 2009 ; Pulgarón, 2013 ; Reilly & Kelly, 2011 ; Stassen Berger, 2012). Les risques à court terme pour la santé sont, entre autres, l'hypertension artérielle, des complications hépatiques, le diabète de type II, les apnées obstructives du sommeil et certaines pathologies orthopédiques pédiatriques. Un lien a en outre été observé entre l'obésité sévère et des troubles tels que le trouble de déficit de l'attention avec hyperactivité (TDAH), certains troubles anxieux ou de l'humeur, ainsi que le manque d'estime de soi, le rejet par les pairs et l'isolement social. Enfin, l'obésité juvénile peut avoir des conséquences négatives à plus long terme, du fait qu'elle augmenterait le risque d'obésité à l'âge adulte et les risques pour la santé associés (Park et al., 2012 ; Singhal, 2016 ; Reilly & Kelly, 2011).

Durant la (petite) enfance, les comportements de santé sont très largement influencés par les modèles familiaux. Puis, à l'adolescence, les jeunes vont progressivement gagner en autonomie par rapport aux parents, se rapprocher de leurs pairs et expérimenter d'autres comportements, qu'ils/elles conserveront en partie à l'âge adulte (Papalia et al., 2010). De manière générale, le passage à l'adolescence a des répercussions non négligeables sur les comportements favorables à la santé, qui ont alors tendance à reculer, tandis que les comportements à risque tendent, eux, à devenir plus fréquents. L'adolescence constitue dès lors une phase clé pour la santé à court terme, ainsi que pour les fondements de la santé plus tard dans la vie (Wang et al., 2018). Cette période de transition vers l'âge adulte est par conséquent déterminante pour promouvoir des comportements sains tels que l'activité physique suffisante et une alimentation saine et équilibrée (Patton et al., 2016 ; Catalano et al., 2012).

En Suisse, au niveau fédéral, la Stratégie nationale Prévention des maladies non transmissibles 2017–2024 (ci-après nommée "Stratégie MNT") mise en œuvre depuis janvier 2017 a pour but d'améliorer la prévention du cancer, du diabète, des maladies cardio-vasculaires, des affections chroniques des voies respiratoires et des troubles musculo-squelettiques. Afin d'en maximiser les effets, ses mesures sont coordonnées avec celles de la Stratégie Addictions et de la prévention des maladies psychiques. De manière générale, l'objectif de la Stratégie MNT est de renforcer les compétences de la population en matière de santé et de mettre en place les conditions qui facilitent des comportements ayant un effet protecteur sur la santé, notamment une alimentation modérée et équilibrée et une activité physique régulière d'intensité moyenne à supérieure (Office fédéral de la santé publique (OFSP) & Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé (CDS), 2016 ; Office fédéral de la santé publique (OFSP) et al., 2016).

1.2 De l'importance de l'image corporelle à l'adolescence

L'adolescence se présente comme une phase d'adaptation importante, au cours de laquelle les jeunes vivent de nombreux changements corporels qui influencent directement leur développement émotionnel et psychosocial.

Durant l'adolescence, et suite aux modifications hormonales induites par la puberté, la silhouette, le poids et la composition physiologique de ce dernier sont susceptibles de varier de manière significative (McCabe et al., 2001 ; Widmer Howald et al., 2018). La maturation pubertaire se traduit notamment par un pic de croissance – qui intervient environ deux ans plus tôt chez les filles que chez les garçons –, et par l'apparition de caractères sexuels primaires et secondaires (DeRose & Brooks-Gunn, 2006). Chez les filles, les changements au niveau de la composition corporelle se traduisent principalement par une augmentation physiologique de la masse grasse, alors que chez les garçons ces changements portent surtout sur un accroissement considérable de la masse musculaire et osseuse (Kail, 2007) .

Tous ces changements obligent dès lors les jeunes adolescent-e-s à remanier leur image corporelle, c'est-à-dire l'image mentale subjective et individuelle qu'ils/elles ont de leur apparence (Schär & Weber, 2015). Or, peu sont ceux et celles qui accueillent sereinement ces transformations, et qui en sont de prime abord satisfait-e-s (Stassen Berger, 2012). En outre, la confrontation entre la réalité et les idéaux corporels socialement véhiculés peut être vécue comme une source d'insatisfaction et de souffrance importante (Neumark-Sztainer et al., 2006 ; Schär & Weber, 2015), qui risque d'inciter les jeunes à mettre en place des comportements néfastes pour leur santé (Schär & Weber, 2015). À ce propos, plusieurs études mettent en évidence qu'une image corporelle négative durant l'adolescence peut engendrer des problèmes psychiques – comme des symptômes dépressifs (Johnson & Wardle, 2005 ; Stice & Bearman, 2001) voire des troubles du comportement alimentaire (Narring et al., 2004 ; Schnyder et al., 2012) –, et expose les jeunes à un risque plus élevé de recourir à des comportements tels qu'une alimentation restrictive ou déséquilibrée (Neumark-Sztainer et al., 2006).

L'adolescence se présente donc comme une étape identitaire fondatrice, au cours de laquelle le corps et l'apparence jouent un rôle clé dans le développement de l'estime de soi et de l'image corporelle (Buddeberg-Fischer & Klaghofer, 2002 ; Potard et al., 2016). Afin de promouvoir un poids sain chez les adolescent-e-s – c'est-à-dire un poids considéré comme normal par distinction avec un excès pondéral ou une insuffisance pondérale –, il apparaît indispensable de les aider à développer une image corporelle positive, notamment par des démarches de prévention universelle et sélective ayant fait leur preuve d'efficacité, et de les encourager ainsi à mettre en place des comportements bénéfiques pour leur santé (Schär & Weber, 2015).

1.3 L'étude « Health Behaviour in School-aged Children » (HBSC)

L'étude internationale *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC) est réalisée tous les quatre ans dans plus de 40 pays, pour la plupart européens. L'étude est effectuée sous l'égide de l'Organisation mondiale de la santé (OMS-Europe). Son objectif est de récolter et d'analyser des données pertinentes sur l'évolution de la santé et des comportements de santé des élèves de 11 à 15 ans. De nombreux rapports et articles scientifiques illustrent l'importance de l'étude HBSC sur le plan international. La liste de ces publications est disponible sur le site internet du groupe international (www.hbsc.org > Publications).

En Suisse, l'étude HBSC est réalisée tous les quatre ans depuis 1986 par Addiction Suisse. L'étude de 2018 est donc la neuvième réalisée dans notre pays. L'enquête menée dans un échantillon aléatoire de classes de 5e à 9e années de programme (7e à 11e années HarmoS) de toutes les régions de Suisse a pour objectif de fournir aux acteurs nationaux et supranationaux actifs dans les domaines des politiques de santé et de la prévention, des évidences scientifiques sur l'émergence, l'ampleur et l'évolution des comportements à risque ou de protection ainsi que sur les facteurs associés. Ajoutées à celles issues d'autres sources statistiques, ces évidences peuvent contribuer à l'orientation des décisions relatives au maintien, à l'ajustement ou à la mise sur pied de mesures de prévention et de promotion de la santé. Les résultats des différentes enquêtes nationales HBSC réalisées en Suisse ont servi de base à de nombreuses publications, dont la liste complète peut être consultée sur le site Internet dédié au projet (www.hbsc.ch).

En Suisse, l'étude HBSC est l'unique étude multi-thème représentative au niveau national sur la santé et les comportements de santé des jeunes adolescent-e-s. Ainsi, les données récoltées auprès des 11 à 15 ans viennent s'ajouter à celles provenant d'études réalisées dans notre pays au sein de la population générale des 15 ans et plus, telles que l'Enquête suisse sur la santé (ESS). Ce faisant, elle participe à la construction de l'image statistique de la santé de la population suisse. L'enquête HBSC est notamment une des sources de données pour la plateforme en ligne du Système de monitorage suisse des Addictions et des Maladies non transmissibles (MonAM, www.obsan.admin.ch/fr/MonAM), développé, hébergé et géré par l'OBSAN sur mandat et avec le soutien de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP)[1] . MonAM collecte, décrit et répand des données à travers une série d'indicateurs étroitement liés aux objectifs et aux mesures des deux stratégies nationales 'Addictions' et 'Prévention des maladies non transmissibles'. L'enquête HBSC fournit au MonAM un indicateur sur le thème de la consommation de fruits et légumes.

1.4 Objectifs du rapport de recherche

Le présent rapport de recherche poursuit trois objectifs. Il décrit tout d'abord en détail, pour les élèves de 11 à 15 ans resp. 14 et 15 ans, les résultats nationaux de l'enquête HBSC 2018 relatifs aux comportements en matière d'alimentation et d'activité physique, ainsi qu'au thème du statut pondéral et de l'image corporelle. Il s'intéresse ensuite à leur évolution au fil du temps. Enfin, il a pour objectif d'étudier dans quelle mesure différentes caractéristiques des jeunes relevées dans le cadre de l'enquête HBSC – caractéristiques sociodémographiques ainsi que des indicateurs relatifs à la santé, au bien-être, à la famille et aux ami-e-s – sont associées à des indicateurs des comportements en matière d'alimentation, de l'activité physique et du statut pondéral.

Dans ce rapport de recherche est notamment présentée la part (estimée) des jeunes adolescent-e-s dont le comportement paraît en accord avec les recommandations actuelles en matière de santé, par rapport à un seuil considéré comme favorable à la santé. À ce sujet, il faut rappeler que ces recommandations se fondent sur l'état – en constante évolution – des connaissances scientifiques disponibles et que, pour cette raison, celles-ci ont évolué ces dernières décennies et sont régulièrement discutées.

[1] *https://www.obsan.admin.ch/fr/MonAM/search?keys=HBSC* pour un accès direct aux indicateurs issus de l'étude HBSC Suisse.

2 Méthode

Les aspects méthodologiques de l'enquête HBSC 2018 ont été décrit de manière détaillée dans le rapport de recherche de Delgrande Jordan et collègues (2019b) concernant la consommation de substances psychoactives chez les élèves de 11 à 15 ans. Ainsi, nous nous concentrons dans ce chapitre que sur des informations méthodologiques centrales et renvoyons à cet autre rapport pour de plus amples détails sur la méthode.

2.1 Population de référence et échantillonnage

La population cible de l'étude HBSC est celle des élèves âgé-e-s de 11 à 15 ans, c'est-à-dire des jeunes dans leur 12e à 16e année. La sélection aléatoire des élèves a été effectuée en suivant la méthode de l'échantillonnage par grappes (*cluster sampling*) qui consiste à choisir au hasard non pas des individus mais des classes d'école (= unités primaires d'échantillonnage) et à inviter tous les élèves (= unités secondaires; à la fois unités déclarantes et d'analyse) de ces classes à participer à l'enquête. Cette façon de procéder présente un important avantage sur le plan logistique, puisque l'on recourt aux structures scolaires existantes comme cadre pour la récolte des données.

L'ensemble des classes de 5e à 9e années de programme (c'est-à-dire 7e à 11e années HarmoS) des écoles publiques de Suisse, à l'exception des classes et écoles à enseignement spécialisé, a servi de population de référence pour la sélection aléatoire des classes.

La taille minimale de l'échantillon national final (après participation) visée était d'environ 11'000 élèves de 11 à 15 ans participant-e-s. Un échantillon de cette taille permet de procéder à des analyses dans des sous-groupes d'élèves, notamment par sexe et âge, avec une puissance statistique satisfaisante, c'est-à-dire une probabilité suffisante de rejeter à juste titre une hypothèse nulle erronée alors qu'une hypothèse alternative est vraie (Howell, 2008). Qui plus est, elle est conforme au protocole de recherche international HBSC (Inchley et al., 2018), qui recommande un échantillon final comprenant au minimum 1500 élèves par groupe d'âge, et cela en tenant compte de la complexité de l'échantillonnage par grappes. Un tel échantillon a une marge d'erreur d'environ +/- 3% pour une prévalence de 50% pour un *design effect* de 1.2 dans un groupe d'âge donné (pour les explications concernant le *design effect*, voir le sous-chapitre 2.5). Pour atteindre cet objectif d'environ 11'000 élèves de 11 à 15 ans, en faisant l'hypothèse que le taux de participation des classes avoisinerait les 85% (en tenant compte du fait qu'environ 10% des élèves des classes sélectionnées seraient hors de la tranche d'âge des 11 à 15 ans) et que le nombre moyen d'élèves par classe serait de 16 environ (moyenne pour l'enquête 2014 en Suisse: 9894 élèves/630 classes participantes), ce sont par conséquent 805 classes qui ont été choisies au hasard pour participer à l'enquête nationale.

La sélection aléatoire a été effectuée de façon stratifiée par canton et par année de programme, avec un minimum de cinq classes par canton. La première étape de la stratification a été de calculer dans chaque canton et pour chaque année de programme, la proportion que représentaient les classes d'une année de programme donnée par rapport au nombre total de classes de cette année de programme au niveau national. La seconde étape a consisté en la sélection aléatoire, dans chaque canton et pour chaque année de programme, du nombre de classes correspondant à cette proportion. Autrement dit, les classes sélectionnées ont été réparties entre les cantons proportionnellement à la taille (mesurée par le nombre de classes de 5e à 9e années de programme resp. 7e à 11e années HarmoS dans le canton) de ces derniers. Le département de l'éducation des demi-cantons d'Appenzell Rhodes-Intérieures, Bâle-Ville et Nidwald n'ayant pas autorisé le déroulement de l'enquête dans leurs écoles, le nombre de classes de chacun de ces cantons a été réassigné aux demi-cantons correspondant, à savoir Appenzell Rhodes-Extérieures, Bâle-Campagne et Obwald.

Les trois premières colonnes du tableau 2.1 montrent le nombre de classes de 5e à 9e années de programme (7e à 11e années HarmoS) existantes, pour chaque canton, leur part relative au total des classes en Suisse, ainsi que le nombre de classes sélectionnées aléatoirement pour participer à l'enquête nationale, par canton. Les autres colonnes du tableau 2.1 seront décrites dans le sous-chapitre 2.3 consacré au taux de participation.

Tableau 2.1 Aperçu de la sélection aléatoire des classes et de la participation[a] par canton (HBSC 2018)

Canton	Nombre de classes de 5e à 9e année (7e à 11e HarmoS ; année scolaire 2015/2016)[b]	Fréquence relative des classes (année scolaire 2015/2016)[b]	Nombre de classes sélectionnées pour l'enquête nationale	Nombre de classes ayant participé à l'enquête nationale	Fréquence relative des classes participantes	Nombre d'élèves partiticpant-e-s	Fréquence relative dans l'échantillon national
AG	1741	8.7%	70	62	8.7%	1073	8.5%
AI	49	0.2%	(2↘)	-	-	-	-
AR	154	0.8%	6+2 = 8	7	1.0%	115	0.9%
BE	2227	11.2%	90	82	11.5%	1462	11.5%
BL	644	3.3%	26+14 = 40	37	5.2%	698	5.5%
BS	334	1.7%	(14↗)	-	-	-	-
FR	863	4.3%	35	32	4.5%	619	4.9%
GE	1087	5.5%	44	40	5.6%	712	5.6%
GL	110	0.6%	5	4	0.6%	58	0.5%
GR	563	2.8%	23	22	3.1%	306	2.4%
JU	200	1.0%	8	8	1.1%	121	1.0%
LU	1058	5.3%	43	38	5.3%	649	5.1%
NE	470	2.4%	19	16	2.2%	260	2.1%
NW	113	0.6%	(5↘)	-	-	-	-
OW	107	0.5%	4+5 = 9	8	1.1%	119	0.9%
SG	1278	6.4%	52	46	6.4%	794	6.3%
SH	198	1.0%	8	7	1.0%	98	0.8%
SO	635	3.2%	26	26	3.6%	451	3.6%
SZ	399	2.0%	16	14	2.0%	231	1.8%
TG	686	3.4%	28	24	3.4%	439	3.5%
TI	742	3.7%	29	27	3.8%	536	4.2%
UR	104	0.5%	5	5	0.7%	80	0.6%
VD	1894	9.5%	77	68	9.5%	1250	9.9%
VS	836	4.2%	34	32	4.5%	568	4.5%
ZG	309	1.6%	13	13	1.8%	205	1.6%
ZH	3100	15.6%	123	97	13.6%	1821	14.4%
Total	19901	100.0%	805	715	100%	12665	100%

Remarques:

[a] Taux de participation brut, c'est-à-dire avant nettoyage des données.

[b] Base pour les calculs: liste des classes des écoles publiques de Suisse fournie par l'Office fédéral de la statistique pour l'année scolaire 2015/2016 (tous les cantons excepté le Tessin) et liste des classes cantonales tessinoises pour l'année scolaire 2017/2018.

2.2 Questionnaire et déroulement de l'enquête dans les classes

L'enquête HBSC est basée sur un questionnaire standardisé écrit autoadministré, élaboré en deux versions, soit une version courte destinée aux élèves des 5e à 7e années de programme (c'est-à-dire 7e à 9e années HarmoS) et une version longue destinée aux élèves des 8e et 9e années de programme (c'est-

à-dire 10e et 11e années HarmoS). Toutes les questions incluses dans la version courte sont également comprises dans la version longue. Les questions concernant par exemple l'usage de drogues illégales, la sexualité, certains comportements agressifs, les maladies chroniques et le sommeil n'ont par contre été posées que dans la version longue du questionnaire, ceci afin d'assurer aux élèves les plus jeunes suffisamment de temps pour compléter le questionnaire tout entier. À cela s'ajoutent des considérations éthiques liées aux thèmes qui peuvent être abordés avec les élèves les plus jeunes (voir sous-chapitre 2.9). Ces deux versions comprennent, en complément des nombreuses questions internationales obligatoires pour les pays et régions participants (*mandatory questions*), quelques questions internationales facultatives (*optional packages*) et quelques questions nationales, qui permettent d'aborder d'autres thèmes ou d'approfondir certains sujets spécifiques.

Les enseignant-e-s des classes sélectionnées pour participer à l'enquête ont reçu les questionnaires par colis postal début de l'année 2018. Les questionnaires, anonymes, ont été remplis en classe, en présence du titulaire responsable de la classe. Les enseignant-e-s concerné-e-s, qui avaient reçu des instructions détaillées sur la façon de procéder à la passation des questionnaires, avaient environ trois mois pour le faire, soit entre mi-janvier et début mai 2018. Les élèves avaient 45 minutes à disposition pour remplir le questionnaire. La première page du questionnaire comprenait des instructions sur la façon de le remplir ainsi que des informations sur l'anonymat des participant-e-s, sur le traitement confidentiel des données et sur la possibilité de ne pas répondre aux questions jugées trop intrusives ou dérangeantes. Les élèves ont reçu une enveloppe neutre pour y glisser le questionnaire rempli, avant de la remettre, scellée, à l'enseignant-e.

Les questionnaires ont été retournés par l'enseignant-e au secteur Recherche d'Addiction Suisse au moyen des colis préaffranchis mis à leur disposition. Les questionnaires ont ensuite été scannés puis enregistrés dans une base de données électronique.

2.3 Taux de participation

Les quatre dernières colonnes du tableau 2.1 montrent la distribution des classes participantes resp. des élèves participant-e-s par canton. De son côté, le tableau 2.2 montre les taux de participation par année de programme, en faisant une distinction entre le taux de participation au niveau de la classe et le taux de participation au niveau des élèves. Le premier se rapporte à la proportion des classes dont l'enseignant-e a renvoyé les questionnaires remplis, alors que le second fait référence à la proportion des élèves des classes participantes ayant rempli le questionnaire.

Sur les 805 classes de 5e à 9e années de programme (c'est-à-dire 7e à 11e années HarmoS) qui ont été sélectionnées au hasard pour prendre part à l'enquête nationale, 715 y ont participé, ce qui représente un taux de participation au niveau des classes de 88.8%.

Selon les chiffres fournis par les autorités scolaires cantonales ou communales, les établissements scolaires ou les chiffres consignés par les enseignant-e-s dans le protocole d'enquête, les classes participantes comptaient 13'586 élèves au total. Parmi ces élèves, 12'665 ont rempli au moins partiellement le questionnaire, ce qui correspond à un taux de participation au niveau des élèves de 93.2%.

Le tableau 2.2 décrit le taux de participation des classes resp. des élèves selon l'année de programme. Celui-ci est comparativement le plus bas (86.4%) parmi les classes de 5e année de programme (7e année HarmoS), tandis qu'il est au plus haut (91.8%) parmi les classes de 8e année de programme (10e année HarmoS). Le taux de participation des élèves (dans les classes participantes) oscille entre 92.2% (9e année de programme resp. 11e année HarmoS) et 93.9% (7e année de programme resp. 9e année HarmoS). Le taux de participation combiné, qui est obtenu en multipliant le taux de participation des classes par le taux de participation des élèves, est de 82.8%.

Tableau 2.2 Taux de participation brut[a], selon l'année de programme[b] (HBSC 2018)

Année de programme:	5e	6e	7e	8e	9e	Total[c]
Au niveau des classes						
nombre de classes sélectionnées	162	149	160	159	176	805
nombre de classes participantes	140	131	139	146	159	715
taux de participation	86.4%	87.9%	86.9%	91.8%	90.3%	88.8%
Au niveau des élèves						
effectif des élèves	2701	2570	2619	2642	3022	13586
nombre d'élèves participant-e-s	2527	2399	2460	2472	2787	12665
taux de participation	93.6%	93.3%	93.9%	93.6%	92.2%	93.2%
Taux de participation combiné	80.9%	82.0%	81.6%	85.9%	83.2%	82.8%

Remarques:
[a] Taux de participation brut = taux de participation avant nettoyage des données.
[b] Les 5e, 6e, 7e, 8e et 9e années de programme correspondent aux 7e, 8e, 9e, 10e et 11e années HarmoS.
[c] Les classes couvrant plusieurs années de programme ont été réparties entre les années de programme (n arrondis). Comme 7 classes à niveaux multiples sélectionnées resp. 5 classes à niveaux multiples participantes comprenaient des élèves de 4e année de programme (6e année HarmoS), chacun des n et taux de participation figurant dans la colonne 'Total' ne correspond pas exactement au total en ligne des

2.4 Description de l'échantillon national 2018

Une fois les questionnaires scannés et la base de données électronique constituée, la qualité du scannage a été vérifiée (2.5% des questionnaires ont été vérifiés), puis les réponses des 12'665 élèves participant-e-s (voir tableaux 2.1 et 2.2) ont été soumises à de nombreux contrôles de plausibilité. Pour cela, la version 22.0 du logiciel statistique SPSS a été utilisée. Dans le cadre de cette procédure, 15 cas (0.1%) ont été exclus immédiatement, car seule une petite partie du questionnaire avait été remplie (leurs questionnaires comprenaient plus de 66% de valeurs manquantes) et 28 autres cas (0.2%) ont été exclus parce que leurs questionnaires comportaient de nombreuses réponses objectivement impossibles ou contradictoires. Pour 341 autres cas (2.7%), les données concernant l'âge et/ou le sexe étaient manquantes. Vu que ces données comptent parmi les déterminants des comportements de santé les plus importants, ces cas ont été exclus des analyses.

Le tableau 2.3 donne un aperçu de l'âge des 12'281 élèves/cas restants, selon l'année de programme. En particulier dans les classes de 5e et de 9e années de programme, des élèves étaient hors de la tranche d'âge des 11 à 15 ans. 1160 cas (9.4%) ont été écartés de l'analyse pour cette raison. Les analyses présentées dans ce rapport de recherche se basent donc sur un échantillon national final (net, c'est-à-dire après nettoyage des données) comprenant 11'121 élèves de 11 à 15 ans.

Tableau 2.3 Nombre d'élèves par âges (révolus), selon l'année de programme[a] (HBSC 2018)

Âge révolu (en années)	5e année (137 classes)	6e année (124 classes)	7e année (152 classes)	8e année (153 classes)	9e année (171 classes)	5/6 e. année (44 classes)	Autres classes à niveaux multiples(24 classes)	Total (805 classes)
10 ou moins	603	3	0	0	0	78	28	712
11	1327	540	5	0	0	324	34	2230
12	146	1237	590	2	0	250	37	2262
13	10	181	1423	585	13	39	73	2324
14	0	7	248	1366	641	4	90	2356
15	0	0	12	309	1567	0	61	1949
16 ou plus	0	0	2	38	397	0	11	448
Total	2086	1968	2280	2300	2618	695	334	12281
Total 11-15	1483	1965	2278	2262	2221	617	295	11121

Remarque: **[a] Les 5e, 6e, 7e, 8e et 9e années de programme correspondent aux 7e, 8e, 9e, 10e et 11e années HarmoS.**

Le tableau 2.4 montre que l'objectif d'au moins 1500 élèves participant-e-s par groupe d'âge recommandé par le protocole de recherche international HBSC est largement atteint (voir sous-chapitre 2.1). Il montre par ailleurs que dans l'échantillon national, la distribution des élèves participant-e-s selon l'âge, le sexe resp. la région linguistique est proche de celle observée dans la population générale des 11 à 15 ans en Suisse à fin décembre 2017 (Office fédéral de la statistique (OFS), 2019b). On note néanmoins une légère sur-représentation des 14 ans resp. des filles et une légère sous-représentation des garçons resp. des 15 ans. Compte tenu de l'évolution rapide de comportements au cours de l'adolescence (p.ex. la prévalence de la consommation quotidienne de fruits diminue rapidement entre les groupes d'âge) et des différences entre les sexes (p.ex. la consommation quotidienne de fruits est moins répandue chez les garçons), ceci peut conduire à des résultats légèrement biaisés lorsque des totaux sont calculés (p.ex. légère sur-estimation de la prévalence de la consommation quotidienne de fruits chez les 11-15 ans considérés ensemble). Le sous-chapitre 2.6 reviendra plus en détails sur les conséquences méthodologiques de ces écarts.

Tableau 2.4 Échantillon national 2018[a] : distribution des cas selon l'âge, le sexe et la région linguistique (HBSC 2018)

	Âge révolu (en années)					Sexe		Région linguistique			
	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	Garçons	Filles	allemand[b]	français	italien	Échantillon total
Nombre de cas (n)	2230	2262	2324	2356	1949	5523	5598	7711	2953	457	11121
Proportion (%)	20.1%	20.3%	20.9%	21.2%	17.5%	49.7%	50.3%	69.3%	26.6%	4.1%	100.0%

Remarque: **[a] Echantillon national final (net, c'est-à-dire après nettoyage des données).**
[b] Les élèves de ces classes sont ainsi inclus-e-s dans la catégorie ‚allemand'.

Le tableau 2.5 montre la répartition des caractéristiques des élèves de l'échantillon national selon l'âge et le sexe. En toute logique, l'âge moyen des élèves au sein d'un groupe d'âge donné est plus élevé d'environ une demi-année que l'âge révolu. Chez les 15 ans, l'âge moyen est un peu plus bas (15.4), probablement du fait qu'une partie des 15 ans les plus âgé-e-s ont déjà terminé leur 9e année de programme (11e année HarmoS) et ne se trouvaient donc plus dans des classes éligibles pour participer à l'étude.

Tableau 2.5 *Echantillon national 2018[a] : Nombre de cas et âge moyen par sous-groupes d'analyse (HBSC 2018)*

	Garçons						Filles						Total					
	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Nombre de cas (n)	1119	1126	1154	1129	995	5523	1111	1136	1170	1227	954	5598	2230	2262	2324	2356	1949	11121
Fréquence (%)	20.3	20.4	20.9	20.4	18.0	100.0	19.8	20.3	20.9	21.9	17.0	100.0	20.1	20.3	20.9	21.2	17.5	100.0
Âge moyen (années)	11.5	12.5	13.5	14.5	15.4	13.5	11.5	12.5	13.5	14.5	15.4	13.4	11.5	12.5	13.5	14.5	15.4	13.4

Remarque: **[a] Echantillon national final (net, c'est-à-dire après nettoyage des données)**

Comme mentionné plus haut, les données ont été récoltées au moyen de deux versions du questionnaire. Pour des raisons logistiques, chacune des classes sélectionnées n'a en principe reçu qu'une version du questionnaire: les classes de 5e à 7e années de programme (7e à 9e années HarmoS) n'ont reçu que la version courte, tandis que les classes de 8e et 9e années de programme (10e et 11e années HarmoS) n'ont reçu que la version longue. Les classes à niveaux multiples incluant une ou plusieurs années de programme inférieures à la 8e (10e année HarmoS) ont reçu uniquement la version courte du questionnaire. Pour cette raison, et aussi parce que de nombreuses classes à niveau unique comprenaient des élèves d'âges différents, un certain nombre d'élèves de 14 et 15 ans ont rempli la version courte du questionnaire, alors qu'un certain nombre d'élèves de 13 ans ont rempli la version longue. Le tableau 2.6 montre la distribution des élèves selon leur âge, leur sexe et la version du questionnaire.

Tableau 2.6 *Nombre de cas et âge moyen par sous-groupes d'analyse, selon que les élèves aient rempli la version courte (11, 12 et 13 ans) resp. la version longue (14 et 15 ans) du questionnaire (HBSC 2018)*

	Version courte du questionnaire								Version longue du questionnaire					
	Garçons				Filles				Garçons			Filles		
	11	12	13	Total	11	12	13	Total	14	15	Total	14	15	Total
Nombre de cas (n)	1119	1122	850	3091	1111	1135	866	3112	925	957	1882	1072	919	1991
Proportion (%)	36.2	36.3	27.5	100.0	35.7	36.5	27.8	100.0	49.1	50.9	100.0	53.8	46.2	100.0
Âge moyen (années)	11.5	12.4	13.4	12.4	11.5	12.4	13.4	12.4	14.5	15.4	15.0	14.5	15.4	14.9

Remarques: **Les chiffres de ce tableau ne sont pas directement comparables à ceux du tableau 2.5 car ici seul-e-s les élèves de 11, 12 et 13 ans ayant rempli la version courte du questionnaire resp. seul-e-s les élèves de 14 et 15 ans ayant rempli la version longue du questionnaire sont pris en compte.**

2.5 Analyses statistiques

Les différences de prévalence observées entre les garçons et les filles ont été soumises à des **tests statistiques** du khi carré (chi^2), de même que les différences de prévalence entre les groupes d'âge, entre deux années d'enquête ou encore entre deux types de comportement. Les résultats de ces tests sont mentionnés en note de bas de page. Le seuil de signification est à 5%.

Par ailleurs, des **intervalles de confiance** ont été calculés. Ceux-ci apparaissent dans les graphiques consacrés à la situation en 2018. Un intervalle de confiance indique la zone (par exemple une fourchette de pourcentages) dans laquelle il est très probable que se situe le résultat pour la population cible par rapport à l'estimateur obtenu au sein de l'échantillon (Neyman, 1937; cité dans Bortz, 2005). À ce sujet, il faut préciser que lorsque deux estimateurs (par exemple deux prévalences/pourcentages) ont des intervalles de confiance qui n'incluent pas une même valeur, la différence entre les deux prévalences/pourcentages est statistiquement significative. S'ils ont des valeurs en commun, on ne peut en revanche pas prédire si la différence est statistiquement significative ou non. Il faut alors nécessairement soumettre la différence à un test statistique (Knezevic, 2008).

Des **modèles de régression logistique** bivariés et multivariés, sous contrôle de l'âge, sont estimés. Les rapports des cotes (odds ratio, abrégés "OR" dans la suite du rapport) et les limites inférieure et supérieure de leurs intervalles de confiance (IC 95%) ont été calculés. Un OR décrit le niveau d'association entre la variable indépendante (dans ce cas la caractéristique des élèves), et la variable dépendante (le suivi de la recommandation de consommer au moins cinq portions de fruits et légumes par jour). L'association documentée est considérée comme significative si les intervalles de confiance ne comprennent pas la valeur 1. Un OR dont la valeur est supérieure à 1 indique une probabilité de réalisation du comportement plus élevée, alors qu'un OR dont la valeur est inférieure à 1 indique une probabilité de réalisation du comportement moins élevée. En raison du caractère transversal de l'enquête, les OR sont présentés ici uniquement en tant que coefficients d'associations.

Les tests statistiques ont été calculés au moyen du logiciel statistique Stata 15.0 (Stata Corp, 2017) en recourant à la fonction «svy». Il en a été de même des intervalles de confiance.

Dans ce rapport, pour chaque indicateur étudié, plusieurs tests statistiques ont été calculés. Or, le calcul de nombreux tests peut conduire à l'obtention d'une certaine proportion de résultats positifs (par exemple des différences de comportements statistiquement significatives entre les sous-groupes étudiés), simplement du fait du hasard. On parle alors d'**inflation de l'erreur de type I** (alpha) (voir par exemple Bland & Altman, 1995). Autant que possible, il a été tenu compte de ce problème dans la description des résultats, où aussi bien les résultats positifs (différences statistiquement significatives) que négatifs (pas de différence significative) ont été mis en évidence. De plus, le lecteur peut, pour chaque indicateur, estimer le nombre de tests effectués au total.

Enfin, pour l'interprétation des différences entre filles et garçons, la variable **sexe** ne doit alors pas être considérée uniquement comme un déterminant biologique sur lequel il est difficile d'intervenir, mais aussi comme un déterminant social. La notion de **genre**, selon laquelle les catégories 'homme' et 'femme' sont considérées comme des rôles et statuts sociaux spécifiques, devrait donc être prise en considération (Schwarz et al., 2019).

2.6 Effet du plan d'échantillonnage et implications pour les analyses

Comme déjà mentionné dans le sous-chapitre 2.1, la sélection aléatoire des élèves a été effectuée en suivant la méthode de l'échantillonnage par grappes (*cluster sampling*), ce qui signifie que ce sont des classes – et non pas les élèves eux/elles-mêmes – qui ont été sélectionnées au hasard pour participer à

l'enquête. Etant donné que les données individuelles des élèves sont issues d'un échantillon composé de classes, elles sont différentes de ce qu'elles auraient été si les élèves avaient été sélectionné-e-s directement (p.ex. au moyen d'un échantillon aléatoire simple). En effet, il faut considérer que les individus (élèves) d'une même grappe (classe d'école) tendent, du fait de leur proximité, à se ressembler davantage sur certaines caractéristiques contextuelles que si ces individus avaient été choisis au hasard dans des classes voire des établissements scolaires différents. Ainsi peut-on considérer que ces individus se ressemblent également davantage en matière de comportements de santé, notamment du fait qu'ils s'influencent mutuellement (Groves et al., 2009). Par exemple, il est probable que le comportement en matière de consommation d'alcool de 20 élèves d'une même classe de 11e HarmoS soit plus comparable entre eux/elles que celui de 20 élèves qui appartiendraient à différentes classes de 11e HarmoS situées à différents endroits de la Suisse.

Du point de vue statistique, cela signifie que la variance des caractéristiques des individus inclus dans un échantillon par grappes a tendance à être plus faible que si ces individus avaient été sélectionnés au hasard directement. En fait, l'échantillon par grappes perd en précision statistique, par exemple comparé à un échantillon aléatoire simple (erreur aléatoire plus grande). On parle alors d'effet du plan d'échantillonnage (*design effect*). Si cet effet n'est pas pris en compte lors des calculs des tests statistiques, il peut mener à des résultats biaisés – et des interprétation erronées – dans la mesure où, par exemple, une petite différence observée entre deux prévalences serait considérée par erreur comme statistiquement significative en raison d'une marge d'erreur sous-estimée (Groves et al., 2009). Dans le cadre de ce rapport de recherche, la procédure utilisée pour calculer l'ensemble des tests statistiques tient donc compte de la complexité de l'échantillonnage par grappes, en ajustant les intervalles de confiance et les statistiques de test (valeur F) pour cet effet du plan d'échantillonnage. Autrement dit, les tests statistiques sont calculés en se basant sur des paramètres de dispersion qui sont ajustés pour tenir compte de l'effet du plan d'échantillonnage, et ceci spécifiquement pour chaque indicateur et sous-groupe d'analyse.

2.7 Stratifications et pondération

Chaque nouvelle enquête HBSC est basée sur un nouvel échantillon national représentatif d'élèves âgé-e-s de 11 à 15 ans en Suisse. Or, il faut prendre en considération le fait que, pour chaque enquête nationale HBSC, la distribution des élèves selon le sexe et l'âge (c'est-à-dire les groupes d'âge 11, 12, 13, 14 et 15 ans) de l'échantillon diffère légèrement de leur distribution au sein de la population totale effective des 11 à 15 ans en Suisse pour l'année d'enquête correspondante. S'agissant de l'échantillon national de l'étude de 2018, ceci a été mis en évidence au sous-chapitre 2.4 (tableau 2.5).

Une comparaison directe entre les échantillons nationaux successifs de l'enquête HBSC doit donc être effectuée en respectant certaines exigences méthodologiques. Afin d'éviter des biais d'interprétation liés à la légère différence de distribution du sexe et de l'âge entre chacun des échantillons nationaux et l'effectif total de la population des 11 à 15 ans en Suisse pour l'année d'enquête correspondante, stratifier les résultats par sous-groupes d'âge et de sexe combinés est une solution. Cette façon de procéder est d'ailleurs tout à fait pertinente au vu des rapides changements des comportements en matière de santé et des différences souvent importantes entre filles et garçons observés au cours de la (pré)adolescence. De plus, la taille de l'échantillon national permet de procéder à des analyses stratifiées par sexe et âge tout en conservant une puissance statistique satisfaisante (*statistical power*). Dans les parties de ce rapport de recherche qui présentent les prévalences de 2018 et les trends, l'accent est ainsi mis sur les résultats par sous-groupes d'âge et de sexe combinés.

Toutefois, des totaux sont également présentés. Or, si l'on souhaite calculer des totaux pour une année donnée, que ce soit pour l'ensemble des filles de 11 à 15 ans, pour l'ensemble des garçons de 11 à 15 ans ou pour le total des garçons et des filles de 11 à 15 ans, il est préférable de recourir à une pondération des

résultats par rapport à une population de référence. Aussi avons-nous, pour le présent rapport de recherche, pondéré chaque échantillon national utilisé (1990, 1994, 1998, 2002, 2006, 2010, 2014 et 2018) au moyen des chiffres de la structure par sexe et âge (garçons et filles de 11, 12, 13, 14 et 15 ans) de la population résidente permanente suisse de l'année en question mis à disposition par l'OFS (les chiffres pour l'année 2018 ont été publiés par l'OFS fin août 2019). Les prévalences totales (colonnes « total ») présentées dans les tableaux figurant en annexes de ce rapport sont donc pondérées et aussi bien les n pondérés que non pondérés sont présentés.

2.8 Comparaisons à travers le temps : études HBSC 1990-2018

Etant donné que l'enquête HBSC est réalisée tous les quatre ans selon une méthodologie comparable, un suivi au fil du temps des comportements est possible. Il est cependant important de garder à l'esprit qu'en raison du caractère transversal de l'étude, celle-ci offre tous les quatre ans un cliché instantané des comportements des élèves et non pas un suivi longitudinal de ceux-ci.

Même si la méthode de l'échantillonnage par grappes a été appliquée pour chaque année d'enquête, chaque étude présente néanmoins des caractéristiques qui lui sont propres (voir Delgrande Jordan et al., 2019b, sous chapitre 1.6).

Le tableau 2.7 décrit, pour chaque année d'enquête prise en compte dans le présent rapport de recherche, le nombre de cas non pondérés pour chacun des sous-groupes d'analyse. Il apparaît que la taille des sous-groupes d'âge et de sexe varie entre les années d'enquête, en raison de différences dans la taille des échantillons initiaux et/ou du taux de participation.

Tableau 2.7 Nombre de cas et répartition dans les différentes études HBSC 1990 à 2018, selon le groupe d'analyse

		HBSC 1990		HBSC 1994		HBSC 1998		HBSC 2002		HBSC 2006		HBSC 2010		HBSC 2014		HBSC 2018	
Âge en années		Nombre de cas (n)	Répartition selon le groupe d'âge	Nombre de cas (n)	Répartition selon le groupe d'âge	Nombre de cas (n)	Répartition selon le groupe d'âge	Nombre de cas (n)	Répartition selon le groupe d'âge	Nombre de cas (n)	Répartition selon le groupe d'âge	Nombre de cas (n)	Répartition selon le groupe d'âge	Nombre de cas (n)	Répartition selon le groupe d'âge	Nombre de cas (n)	Répartition selon le groupe d'âge
11	garçons	261	45.2%	856	44.4%	751	50.0%	752	48.2%	898	50.6%	840	50.1%	879	49.3%	1119	50.2%
	filles	317	54.8%	1071	55.6%	751	50.0%	807	51.8%	875	49.4%	836	49.9%	903	50.7%	1111	49.8%
12	garçons	491	50.8%	1434	47.2%	949	52.7%	857	48.9%	1094	52.3%	1073	50.4%	974	50.0%	1126	49.8%
	filles	476	49.2%	1607	52.8%	851	47.3%	897	51.1%	996	47.7%	1054	49.6%	974	50.0%	1136	50.2%
13	garçons	458	49.4%	1619	48.0%	926	49.5%	1046	47.8%	1048	48.8%	1111	49.7%	1016	48.3%	1154	49.7%
	filles	469	50.6%	1754	52.0%	946	50.5%	1144	52.2%	1099	51.2%	1126	50.3%	1088	51.7%	1170	50.3%
14	garçons	478	51.3%	1676	49.0%	880	48.5%	983	49.0%	995	47.9%	1078	49.9%	1078	48.3%	1129	47.9%
	filles	453	48.7%	1745	51.0%	936	51.5%	1022	51.0%	1084	52.1%	1081	50.1%	1155	51.7%	1227	52.1%
15	garçons	524	51.5%	1591	49.8%	863	50.5%	965	51.3%	864	50.8%	954	49.6%	925	50.6%	995	51.1%
	filles	494	48.5%	1602	50.2%	845	49.5%	915	48.7%	838	49.2%	970	50.4%	902	49.4%	954	48.9%

Remarques: **Les données se basent sur des échantillons non pondérés, y compris pour les années 1986 et 1994 (voir rapport de recherche Delgrande Jordan et al., 2019b).**

Enfin, il faut signaler que les résultats pour l'année 2018 obtenus dans les cadre des analyses pour les comparaisons à travers le temps (à partir de la base de données 'trends 1986-2018') peuvent être très légèrement différents de ceux obtenus dans le cadre des analyses relatives à 2018 uniquement (à partir de la base de données '2018'). Ceci est dû au fait que la base de données 'trends 1986-2018' a fait l'objet d'un nettoyage de données additionnel, qui est venu s'ajouter à celui effectué spécifiquement sur la base de données '2018' (voir sous-chapitre 2.4), afin d'améliorer la comparabilité des résultats entre les années d'enquête. Lorsque pour un indicateur et un seuil d'analyse (cut off) donnés un faible écart est constaté entre la prévalence 2018 hors comparaison à travers le temps et la même prévalence 2018 mais cette fois incluse dans les comparaisons à travers le temps, c'est cette dernière qui devra être retenue lorsqu'on souhaite citer la prévalence dans une autre publication.

Les résultats relatifs aux comparaisons à travers le temps sont présentés dans des graphiques en ligne. Ce type de présentation graphique peut laisser penser que la baisse ou l'augmentation des prévalences est linéaire entre deux années d'enquête, alors qu'en réalité les prévalences ont peut-être fluctué entre chaque enquête quadriennale. Pour des raisons de lisibilité, ce type de présentation graphique a toutefois été préféré et, de plus, seuls les résultats relatifs aux comportements des élèves âgé-e-s de 11, 13 et 15 ans sont représentés. Les résultats concernant les élèves âgé-e-s de 12 et 14 ans se trouvent cependant dans les annexes.

2.8.1 Différences de contenu entre les études 1990-2018

Aux changements dans la méthode d'échantillonnage entre les différentes études HBSC s'ajoutent les modifications apportées aux questionnaires de ces études. La majorité de ces modifications ont été sur initiative du réseau HBSC international. L'équipe HBSC Suisse doit les prendre en compte pour respecter le protocole international de recherche HBSC, permettant d'assurer la comparabilité des résultats au niveau international.

Concernant le thème de l'alimentation, en 2018, une nouvelle question sur le nombre de portions de fruits et légumes consommées habituellement par jour a été ajoutée. En revanche, en ce qui concerne le thème de l'activité physique, la question concernant le nombre d'heures de sport effectuées par semaine en dehors des heures d'école n'a pas été posée en 2018. Enfin, une nouvelle batterie de questions a été posée en 2018 sur l'image du corps.

2.9 Considérations éthiques

Lors de la planification et des travaux préparatoires de l'enquête HBSC, une attention particulière a été portée aux exigences éthiques.

Addiction Suisse a déposé une requête auprès de la commission d'éthique CER-VD. Cette dernière, qui s'est prononcée sur le contenu du questionnaire et sur les modalités de passation de celui-ci dans les classes, a pris position en date du 10 octobre 2017. Elle a considéré que le projet n'entrait pas dans le champs d'application de la Loi fédérale relative à la recherche sur l'être humain (LRH) dans la mesure où il porte sur des données anonymes (art 2 al 2 LRH). Selon elle, tout indiquait que le projet se déroulerait dans le respect de la législation en vigueur, en particulier de la loi sur la protection des données.

2.9.1 Autorisations et consentement

Durant la phase préparatoire de l'enquête, Addiction Suisse a demandé au Département de l'instruction publique de chaque canton l'autorisation de réaliser l'enquête dans ses écoles. Aucun questionnaire n'a

été envoyé dans les classes d'un canton avant que ce dernier n'ait explicitement autorisé Addiction Suisse à le faire. Ainsi, aucune école des demi-cantons d'Appenzell Rhodes-Intérieures, Bâle-Ville et Nidwald, qui n'avaient pas autorisé le déroulement de l'enquête, n'a reçu les questionnaires.

Avant d'envoyer les questionnaires aux classes, un contact a été pris par écrit avec la direction de chaque établissement scolaire concerné. Ce courrier, qui annonçait l'envoi des questionnaires aux classes sélectionnées, précisait que la participation des élèves était volontaire.

Les instructions qui accompagnaient les questionnaires – destinées aux enseignant-e-s – insistaient également bien sur ce point. Ainsi, les enseignant-e-s étaient chargé-e-s d'expliquer d'emblée aux élèves qu'ils/elles pouvaient décider de participer ou non à l'enquête. Cette lettre d'information, qui contenait toutes les instructions nécessaires au bon déroulement de l'enquête dans la classe, précisait que « si un élève manifestait le désir de ne pas participer à l'enquête pour des raisons personnelles, il en a tout à fait le droit » et que « il est important d'expliquer aux élèves les remarques et instructions figurant sur la page de couverture du questionnaire et de préciser que si un thème les met mal à l'aise ils peuvent passer au thème suivant ».

Le texte d'introduction figurant sur la page de couverture du questionnaire informait les élèves sur les buts et le contenu de l'enquête et soulignait le fait qu'ils/elles n'étaient pas obligés de répondre aux questions qu'ils/elles jugeaient dérangeantes.

Sur demande de certains cantons ou établissements scolaires spécifiques, d'autres mesures ont été prises, notamment celle de soumettre une lettre d'information et/ou un formulaire de consentement aux parents. Dans le cadre des démarches entreprises en vue d'obtenir l'autorisation des départements cantonaux de l'instruction publique, ces derniers ont eu l'occasion d'exiger que les parents des élèves concernés soient informés des modalités de l'enquête ou donnent préalablement leur consentement pour la participation de leur enfant. Des copies de la lettre d'information resp. du formulaire de consentement ont été envoyées aux enseignant-e-s des cantons qui en ont fait la demande afin qu'ils/elles les transmettent aux parents, tandis que dans les cantons qui n'en avaient pas fait la demande, ces documents étaient mis à disposition des directeurs/trices d'établissement au besoin.

2.9.2 Anonymat et confidentialité

Le principe de confidentialité et d'anonymisation des réponses a été appliqué dès la phase de collecte des données. Les élèves ont été informés du fait qu'ils/elles ne devaient en aucun cas écrire leur nom sur le questionnaire (cf. page de couverture du questionnaire et instructions données par l'enseignant-e). Les élèves ont en outre reçu une enveloppe neutre pour y glisser leur questionnaire rempli, avant de la remettre, scellée, à l'enseignant-e. De surcroît, les enseignant-e-s avaient pour consigne de veiller à ce que les élèves ne se sentent pas surveillé-e-s pendant qu'ils/elles remplissaient le questionnaire.

L'ensemble des données incluses dans la base de données de l'enquête HBSC 2018 sont anonymes. Seuls le sexe, le mois et l'année de naissance, le canton de domicile des élèves ainsi que l'identifiant numérique des classes sont inclus dans la base de données. Par identifiant numérique de la classe on entend le numéro que chaque classe se voit attribuer par Addiction Suisse et qui, selon recommandation de la CER-VD, est complètement différent du numéro attribué à la classe dans la liste nationale des classes mise à disposition par l'OFS resp. la liste des classes fournie par le canton du Tessin. Ainsi, cet identifiant permet de repérer les élèves d'une même classe, sans que la classe soit identifiable en tant que telle. Cela s'avère nécessaire pour pouvoir tenir compte du *design effect* lors du calcul des tests de signification et des intervalles de confiance (voir sous-chapitre 2.6).

3 Habitudes en matière d'alimentation

3.1 Recommandations de la « Pyramide alimentaire suisse »

En Suisse, la principale source d'informations détaillées relative à une alimentation saine et équilibrée est la « Pyramide alimentaire suisse » développée par la Société Suisse de Nutrition (SSN) et l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires (OSAV). Les recommandations préconisées par la « Pyramide alimentaire suisse » permettent d'assurer un apport suffisant en nutriments essentiels et en énergie nécessaires pour rester en bonne santé, prévenir les maladies et se sentir bien (Société Suisse de Nutrition (SSN), 2011b)[2]. Ces recommandations s'adressent en premier lieu aux adultes en bonne santés âgé-e-s de 19 à 65 ans, mais s'appliquent également aux adolescent-e-s et aux personnes plus âgées. Les besoins énergétiques des individus varient en fonction de l'âge et du sexe et de ce fait ceux des adolescent-e-s font l'objet de recommandations légèrement différentes (Société Suisse de Nutrition (SSN), 2011a).

La figure 3.1 représente « la Pyramide alimentaire suisse » où les six étages correspondent à des groupes spécifiques d'aliments et boissons répartis en fonction de leur composition nutritionnelle. Les aliments et boissons des étages inférieurs peuvent être consommés en plus grande quantité que ceux des étages supérieurs. Seuls quelques représentants caractéristiques de chaque groupe sont illustrés.

Figure 3.1 *« Pyramide alimentaire suisse » de la Société Suisse de Nutrition (SSN) et de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires (OSAV)*

Source : **(Société Suisse de Nutrition (SSN), 2011b)**

[2] Dans son rapport d'expert-e-s publié en décembre 2019 (Federal Commission for Nutrition (FCN), 2019), la Commission fédérale de la nutrition (CFN) conclut que se conformer aux recommandations de la Pyramide alimentaire suisse est généralement associé à un faible risque de maladies chroniques non transmissibles (MNT) liées à la nutrition. Toutefois, elle précise qu'il existe des évidences scientifiques certes limitées mais non négligeables selon lesquelles la consommation de jus de fruits ne partage pas les mêmes effets bénéfiques que la consommation de fruits frais entiers car elle apporte davantage de sucre et moins de fibres alimentaires. Ainsi, selon la CFN, le jus de fruit ne devrait pas être proposé comme un substitut d'un fruit frais. Elle souligne en outre l'existence d'évidences selon lesquelles la consommation de légumineuses, noix et de céréales complètes décroît probablement le risque de MNT et qu'il faudrait donc évaluer le bien-fondé de recommander une augmentation de leur consommation.

Le socle de la « Pyramide alimentaire suisse » est constitué par les **boissons de préférence non sucrées qui n'apportent pas de calories**. Il est recommandé d'en consommer chaque jour 1 à 2 litres. Le lait et les boissons lactées et les jus de légumes ou de fruits n'entrent pas dans cette catégorie car ils apportent également d'autres substances (protéines, lipides, vitamines). Les boissons dites « light » ou « zero », bien qu'elles contiennent moins de sucre, ne sont pas non plus classées dans ce groupe en raison de leur teneur en acides néfastes pour l'émail des dents. C'est la raison pour laquelle elles devraient être consommées avec modération (Société Suisse de Nutrition (SSN), 2015).

Les **fruits et légumes** constituent le deuxième étage de la pyramide. La consommation recommandée est d'au moins 5 portions par jour, idéalement au moins 3 portions de légumes et 2 portions de fruits en variant les couleurs et en diversifiant les modes de préparation. Une portion correspond à une poignée de légumes ou de fruits. Il est possible de remplacer une portion quotidienne par un verre de jus de fruits ou de légumes.

Les **produits céréaliers, pommes de terre et légumineuses** forment le troisième étage. Il est recommandé d'en consommer 3 portions chaque jour, où une portion peut correspondre à 75-125g de pain/pâte ou à 60-100g de légumineuses non hydratées, à 180-300g de pommes de terre ou à 45-75g de biscottes/crackers/flocons de céréales.

Le quatrième étage est constitué par les **produits protéiques** (les produits laitiers, la viande, le poisson, les œufs et le tofu, seitan, etc.). Il est recommandé d'en consommer 3 portions chaque jour. Une portion correspond à 2 dl de lait ou à 150-200g de yogourt/séré/cottage/autres laitages ou à 30g de fromage à pâte dure ou à 60g de fromage à pâte molle. En plus, la consommation chaque jour d'une portion d'un autre aliment riche en protéines tel que la viande, la volaille, le poisson, les œufs ou le tofu est recommandée.

Les **huiles, matières grasses et fruits à coques** viennent compléter le cinquième étage de la pyramide alimentaire. Il est recommandé de consommer chaque jour 2 à 3 cuillères à soupe (20-30 g) d'huile d'origine végétale et 1 portion de fruits à coque ou de graines (20-30 g) non salés.

Le sommet de la « Pyramide alimentaire suisse » est constitué par les **douceurs, sucreries, snacks salés et l'alcool.** Il contient également les **boissons sucrées** (colas, limonades, etc.), les **boissons énergisantes** et les **boissons allégées**. Ces aliments et boissons sont à consommer avec modération notamment parce qu'ils apportent beaucoup de calories et/ou augmentent le risque de maladies non transmissibles. Les boissons énergisantes, dont il existe désormais des versions « light » ou « zero », sont placées au sommet de la pyramide aussi en raison de leur forte teneur en caféine[3], de leur taux d'acidité particulièrement élevé et de leur teneur en diverses substances telles que la taurine, le glucuronolactone et la L-carnitine.

[3] Consommées en quantité excessive, les boissons énergisantes peuvent poser problème en raison de leur forte teneur en caféine. Un excès de caféine (plus de 400 mg par jour) peut engendrer des troubles du sommeil, de l'angoisse et une accélération du rythme cardiaque. Les adolescent-e-s, en particulier, ne devraient pas ingérer plus de 100 mg de caféine par jour (Addiction Suisse, 2013). Certaines contiennent en outre une grande quantité de sucre. Un apport excessif de sucre peut engendrer du diabète et une surcharge pondérale, sans parler des problèmes dentaires auxquels la consommation de boissons sucrées est généralement associée. Les boissons énergisantes sont par ailleurs riches en acides, qui attaquent eux aussi l'émail des dents.

3.2 Liste des indicateurs présentés

Les habitudes en matière d'alimentation recouvrent des éléments complexes et multidimensionnels dont on ne peut rendre compte à partir des données déclaratives basées sur les quelques questions incluses dans le questionnaire HBSC[4], même si celles-ci se rapportent aux six étages de la « Pyramide alimentaire suisse ». Toutefois, ces questions donnent de bonnes estimations de certaines habitudes alimentaires des élèves, de leurs corrélats et de leur évolution au fil du temps.

Dans le cadre de l'enquête HBSC 2018, les élèves de 5e à 9e années de programme (7e à 11e année HarmoS) ont été interrogé-e-s sur :

- le nombre de jour (jours d'école et jours du week-end) où ils/elles prennent un vrai petit déjeuner
- la fréquence à laquelle ils/elles prennent leurs repas avec leur famille
- la fréquence à laquelle ils/elles consomment habituellement différents aliments et boissons (*Food frequency questionnaire*); la liste d'aliments et boissons comprenait :
    - fruits
    - légumes
    - bonbons, chocolat
    - cola ou autres boissons sucrées
    - chips, frites
    - pizza
    - hamburger, hot-dogs
    - lait
    - autres produits laitiers (fromage, yogourts, chocodrinks, sérés, etc.)
    - pain
    - viande
    - poisson
    - boissons énergisantes (Red Bull®, etc.)
    - eau, autres boissons non sucrées

La version longue du questionnaire HBSC 2018, destinée uniquement aux élèves de 8e et 9e années de programme (10e et 11e années HarmoS), comprenait en outre une question sur:

- le nombre de portions de fruits et de légumes qu'ils/elles consomment habituellement par jour
  Cet indicateur est présenté sur le site du Système de monitorage suisse des Addictions et des Maladies non transmissibles (MonAM)

Il est important de souligner que cette liste de 14 aliments et boissons ne couvre qu'une petite partie des aliments et boissons mentionnés par la « Pyramide alimentaire suisse » (par exemple, le riz, les œufs, les légumineuses ou le tofu ne figurent pas dans la liste) et que les questions portent uniquement sur la fréquence de consommation et non sur les apports énergétiques et les quantités. Ces éléments méthodologiques excluent donc la possibilité de se prononcer sur le suivi des recommandations de la « Pyramide alimentaire suisse » par les élèves.

[4] Il serait idéal de pouvoir mesurer précisément tout ce que les élèves mangent et boivent, et donc de peser et documenter chaque ingrédient, par exemple par des carnets d'enregistrement sur des jours consécutifs ou par les rappels des 24 heures (INSERM, 2014).

3.3 Opérationnalisation des indicateurs et précautions à prendre lors de l'interprétation

3.3.1 Fréquence du (vrai) petit déjeuner (jours d'école et du week-end)

La question suivante a été posée aux élèves : « Généralement, quand prends-tu un vrai petit déjeuner (pas seulement un verre de lait ou un jus de fruit) ? ». Ils/elles devaient répondre séparément pour les cinq jours d'école et pour les deux jours du week-end. Les catégories de réponse pour les jours d'école étaient: « les jours d'école, je ne prends jamais de petit déjeuner », « un jour », « 2 jours », « 3 jours », « 4 jours » et « 5 jours ». Les catégories de réponse pour les jours du week-end étaient : « le week-end, je ne prends jamais de petit déjeuner », « le week-end, je ne prends qu'un seul jour un petit déjeuner (samedi ou dimanche) » et « le week-end, je prends les deux jours un petit déjeuner (samedi et dimanche) ».

Les tableaux 3.1 et 3.2 dans les annexes de ce rapport présentent en détails comment les élèves de 11 à 15 ans ont répondu à cette question. Étant donné que la consommation quotidienne d'un vrai petit déjeuner est indirectement recommandée par la « Pyramide alimentaire suisse » (Société Suisse de Nutrition (SSN), 2011b), le seuil d'analyse « chaque jour » a été choisi. Par ailleurs, les élèves qui prennent habituellement un petit déjeuner ont une plus faible probabilité d'être en surpoids (voire obèse) comparé-e-s à ceux/celles qui ne le font pas (*breakfast skipping*) (Monzani et al., 2019); cependant, les explications pour cette association sont encore hypothétiques (Monzani et al., 2019). Selon d'autres publications des indices suggèrent que prendre un petit déjeuner (comparé à ne pas en prendre) est associé à des effets positifs pour certains types de fonctionnement cognitif (attention, mémoire, fonctions exécutives) (Adolphus et al., 2016).

Les élèves semblent avoir eu de la facilité à estimer le nombre de jours où ils/elles prennent un vrai petit déjeuner. Par contre – même si ce n'était pas l'objectif de la question – l'étude ne permet pas de savoir quels sont les aliments et boissons habituellement consommés à cette occasion (p.ex. s'il s'agit de lait, de pain complet, de céréales ou même de boissons énergisantes).

3.3.2 Fréquence des repas en famille

La question concernant la fréquence à laquelle les élèves de 11 à 15 ans prennent les repas avec leur famille était formulée ainsi : « Habituellement, à quelle fréquence prends-tu tes repas avec ta famille ? ». Les catégories de réponse étaient : « tous les jours », « plusieurs jours par semaine », « à peu près 1 fois par semaine », « moins souvent » et « jamais ».

Le seuil d'analyse choisi est « au moins plusieurs jours par semaine ». Il a été choisi sur la base de certaines études qui suggèrent que les élèves pourraient tirer avantage à prendre fréquemment des repas en famille (p.ex. en consommant plus de fruits et légumes, en particulier si les repas fréquents sont combinés avec des bonnes pratiques parentales en lien avec la consommation de fruits et légumes) (Watts et al., 2017), en consommant davantage d'aliments sains et moins d'aliments peu recommandés (p.ex. Hammons & Fiese, 2011). Par ailleurs, comparé-e-s aux autres, les élèves – en particulier les filles – qui prennent fréquemment des repas en famille présentent, entre autres, moins de troubles du comportement alimentaire, moins de consommation de substances psychoactives et moins de préoccupations au sujet de l'image corporelle, sachant que les raisons de ces liens ne sont pas encore claires (Harrison et al., 2015).

Une définition précise du terme « famille » n'a pas été incluse dans l'énoncé de la question, et ce afin de permettre à chaque élève de donner une réponse indépendamment de la forme de sa propre famille (c'est-à-dire avec quelles personnes il/elle vit). Ceci peut, malgré l'intention initiale, avoir posé problème. En effet, durant la phase pilote du projet, certain-e-s élèves n'ont pas su s'il fallait cocher seulement une des

réponses positives si toutes les personnes habitant dans leur ménage (p.ex. mère, père et sœur) étaient présentes lors d'un repas. Un autre élément qui peut avoir été interprété de manière différente par les élèves est le terme « repas » ; certain-e-s élèves ont peut-être aussi pensé à un snack ensemble devant le téléviseur, tandis que d'autres élèves ont peut-être exclu ce type de situation.

3.3.3 Fréquence de consommation de différents aliments et boissons

Dans le cadre de l'étude HBSC 2018, une liste de 14 aliments et boissons a été soumise aux élèves de 11 à 15 ans qui ont indiqué combien de fois par semaine ils/elles les consommaient (« Généralement, combien de fois par semaine bois-tu ou manges-tu les aliments suivants ? »). Les catégories de réponse étaient : « jamais », « moins d'une fois par semaine », « une fois par semaine », « 2 à 4 jours par semaine », « 5 à 6 jours par semaine », « une fois par jour », « plusieurs fois par jour ». La liste des aliments et boissons comprenait : « fruits », « légumes », « bonbons, chocolat », « cola ou autres boissons sucrées », « chips, frites », « pizza », « hamburger, hot-dogs », « lait », « autres produits laitiers », « pain », « viande », « poisson », « boissons énergisantes » et « eau, autres boissons non sucrées ». À noter qu'il s'agit d'une mesure d'une *fréquence* de consommation, ne permettant pas de tirer des conclusions par rapport aux quantités consommées. Il existe par contre une question séparée concernant le nombre de portions de fruits et légumes consommés (voir point 3.3.4).

Pour chaque aliment ou boisson, le seuil d'analyse retenu s'inspire de la « Pyramide alimentaire suisse », sans pour autant permettre d'établir une comparaison avec ses recommandations nutritionnelles et, par conséquent, d'évaluer dans quelle mesure la population étudiée les respecte. Pour les fruits, les légumes, l'eau (ou autres boissons non sucrées[5]), le lait et les autres produits laitiers, le seuil d'analyse « au moins une fois par jour » a été défini. Pour le pain, le seuil d'analyse « au moins 5 jours par semaine » a été retenu. Pour la viande il s'agissait de « 2 à 4 jours par semaine » et pour le poisson « au moins une fois par semaine », fréquences censées refléter le fait qu'il convient d'alterner les produits protéiques. Pour les aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle (« bonbons, chocolat », « cola, autres boissons sucrées », « chips, frites », « hamburger, hotdogs » et « boissons énergisantes »), ainsi que pour le plat « pizza », le seuil d'analyse « au maximum une fois par semaine » a été retenu.

La batterie de questions relative à la consommation de différents aliments et boissons n'informe pas sur la composition de certains aliments ou sur la façon dont ils sont cuisinés. De plus, devoir estimer la fréquence habituelle de consommation de certains aliments et boissons peut représenter un défi pour les élèves. Ceci entre autres parce qu'ils/elles – surtout les plus jeunes – ne préparent normalement pas régulièrement leurs repas et/ou n'observent pas consciemment ce qu'ils/elles mangent et boivent. Qui plus est, on ne peut exclure que les élèves bien conscient-e-s du fait que certains aliments sont recommandés aient indiqué en consommer plus fréquemment (p.ex. des fruits et légumes), respectivement moins souvent des aliments dont la consommation devrait rester occasionnelle (« biais de désirabilité »).

3.3.4 Nombre de portions de fruits et légumes consommées

Il a été demandé aux élèves d'indiquer le nombre de portions de fruits et légumes qu'ils/elles consomment habituellement par jour (« Combien de portions de fruits/légumes manges-tu habituellement par jour ? Une portion correspond à une poignée de fruits/légumes. »). Ils/elles pouvaient donner leur réponse en cochant une des sept catégories de réponse suivantes : « je ne mange jamais de fruits/légumes », « moins d'une portion », « 1 portion », « 2 portions », « 3 portions », « 4 portions » et « 5 portions ou plus ».

[5] Il n'est pas exclu qu'en répondant à cette question, des élèves aient inclus les boissons dites « light » ou « zéro » car contenant peu ou pas de sucre. Ces boissons ne sont pas recommandées en raison de leur teneur en acides qui nuisent aux dents.

Comme il est recommandé de consommer plusieurs portions de fruits (idéalement au moins deux portions) et de légumes (idéalement au moins trois portions) par jour (Société Suisse de Nutrition (SSN), 2011b), la combinaison entre la fréquence de consommation de fruits respectivement de légumes et le nombre de portions de fruits resp. légumes habituellement consommées par jour a été analysée, et les élèves ont ainsi été regroupé-e-s en trois catégories : 1) ceux/celles qui consomment au total au moins 5 portions de fruits et légumes par jour[6] ; 2) ceux/celles qui consomment des fruits et/ou des légumes moins souvent et/ou en moins grande quantité quotidienne[7] 3) ceux/celles qui ne consomment ni fruits, ni légumes chaque jour; 3)[8]. À noter que le nombre total de portions de fruits et légumes consommés correspond simplement à la somme des portions de fruits et des portions de légumes consommées, sans que ne soit investigué les parts de fruits ou de légumes qui composent ce total. Un-e élève peut donc aussi bien se retrouver dans la première catégorie (décrite ci-dessus) s'il/elle consomme quatre portions de fruits et une portion de légumes par jour. Cela résulte en un total de cinq portions, mais ne correspond pas exactement à la recommandation officielle qui propose deux portions de fruits et trois portions de légumes par jour. Les élèves dans la première catégorie sont donc les élèves qui suivent ou qui sont (très) proches de suivre, selon leurs réponses, la recommandation de la « Pyramide alimentaire suisse » par rapport à la consommation de fruits et légumes.

Comme la fréquence de la consommation, le nombre de portions de fruits et légumes habituellement consommées par jour peut être difficile à estimer. Ceci particulièrement lorsque, par exemple, un repas est composé de différents légumes. Dans ce cas, il est possible que le nombre de portions consommées soit sous- ou surestimé, ce qui ne peut pas être déterminé ici. De plus, le nombre de portions de fruits et légumes consommées peut éventuellement être sous-estimé par le fait que les jus de fruits et de légumes n'ont pas été inclus explicitement dans la question. Toutefois, si les jus avaient été inclus, il aurait été nécessaire de donner une définition précise pour distinguer les jus[9] (c'est-à-dire sans ajout de sucre et/ou d'eau) des boissons de table ou des nectars de fruits (p.ex. jus avec sucre ajouté), boissons dont la consommation devrait, elle, rester occasionnelle. Comme pour la fréquence de consommation on ne peut pas exclure qu'une certaine partie des élèves aient indiqué consommer habituellement plus de portions de fruits et légumes par jour qu'ils/elles ne le font en réalité (« biais de désirabilité »).

3.3.5 Échelle de scores « aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle »

Une échelle de score résumant la fréquence de consommation de différents aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle (« bonbons, chocolat », « cola, autres boissons sucrées », « chips, frites », « hamburger, hot-dogs » et « boissons énergisantes ») a été créée. Pour chaque élève, la somme de ses réponses relatives à la fréquence de consommation de ces cinq aliments et boissons a été calculée qui pouvait correspondre à une valeur entre 5 et 35. Ensuite, cette somme a été divisée par 5 afin d'obtenir une échelle de scores dont les valeurs correspondent à celles des catégories de réponse des questions originales (valeurs entre 1 et 7). Moins la valeur obtenue par l'élève est élevée, moins souvent il/elle consomme les aliments et boissons mentionnés (valeur 1 = minimum = « jamais ») ; à l'inverse, plus

[6] Ces élèves ont dit consommer des fruits et des légumes une ou plusieurs fois par jour (réponses à la question par rapport à la fréquence de consommation) ; en plus ils/elles ont dit consommer au total 5 portions ou plus de fruits et légumes par jour (somme des réponses à la question sur le nombre de portions de fruits et légumes consommées).

[7] Ces élèves ont dit soit consommer des fruits et des légumes une ou plusieurs fois par jour (réponses à la question par rapport à la fréquence de consommation), mais au total 0.5-4.5 portions (somme des réponses à la question sur le nombre de portions de fruits et légumes consommées), soit consommer des fruits une ou plusieurs fois par jour mais pas des légumes une ou plusieurs fois par jour, soit consommer des légumes une ou plusieurs fois par jour mais pas des fruits une ou plusieurs fois par jour.

[8] Ces élèves ne consomment **pas** des fruits une ou plusieurs fois par jour et **pas** des légumes une ou plusieurs fois par jour (réponses à la question par rapport à la fréquence de consommation).

[9] L'ordonnance du Département fédéral de l'intérieur No 817.022.12, article 18, al. 1, définit les exigences auxquelles doivent satisfaire les jus de fruits, notamment ne pas être additionnés de sucre (lettre e).

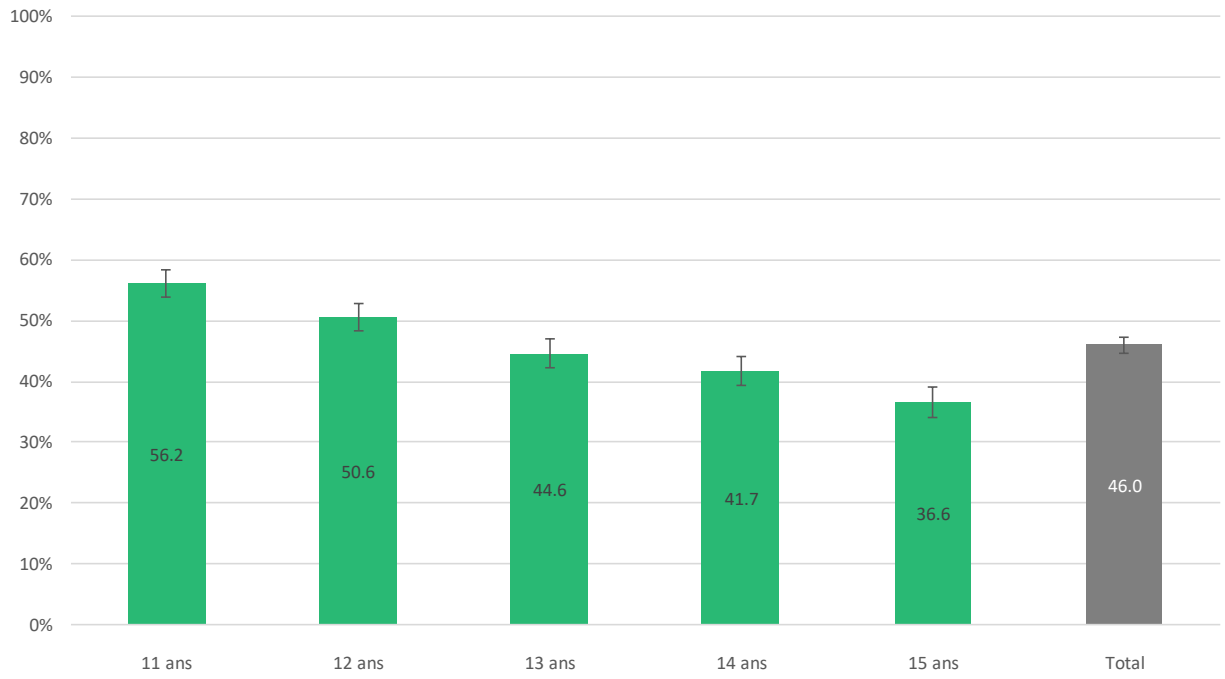
la valeur est élevée, plus il/elle consomme souvent les aliments et boissons mentionnés (valeur 7 = maximum = « plusieurs fois par jour »).

3.4 Situation en 2018

3.4.1 Fréquence du (vrai) petit déjeuner

Sur l'**ensemble de la semaine**, on observe qu'en 2018 un peu moins de la moitié (46.0%) des élèves de 11 à 15 ans prenaient un vrai petit déjeuner chaque jour (pas seulement un verre de lait ou un jus de fruit), c'est-à-dire **sept jour sur sept** (figure 3.2), les garçons étant proportionnellement plus nombreux (48.3%) que les filles (43.5%) à avoir cette habitude[10] (figure 3.3). Cette différence selon le sexe s'observe dans tous les groupes d'âge, mais n'est statistiquement significative que parmi les 11, 14 et 15 ans[11]. Par ailleurs, on observe un recul du vrai petit déjeuner quotidien entre les groupes d'âge aussi bien chez les garçons que chez les filles [12].

Figure 3.2 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui prennent un **vrai petit déjeuner** chaque jour (c'est-à-dire 7 jours sur 7), selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 46.0% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré prendre un vrai petit déjeuner chaque jour**

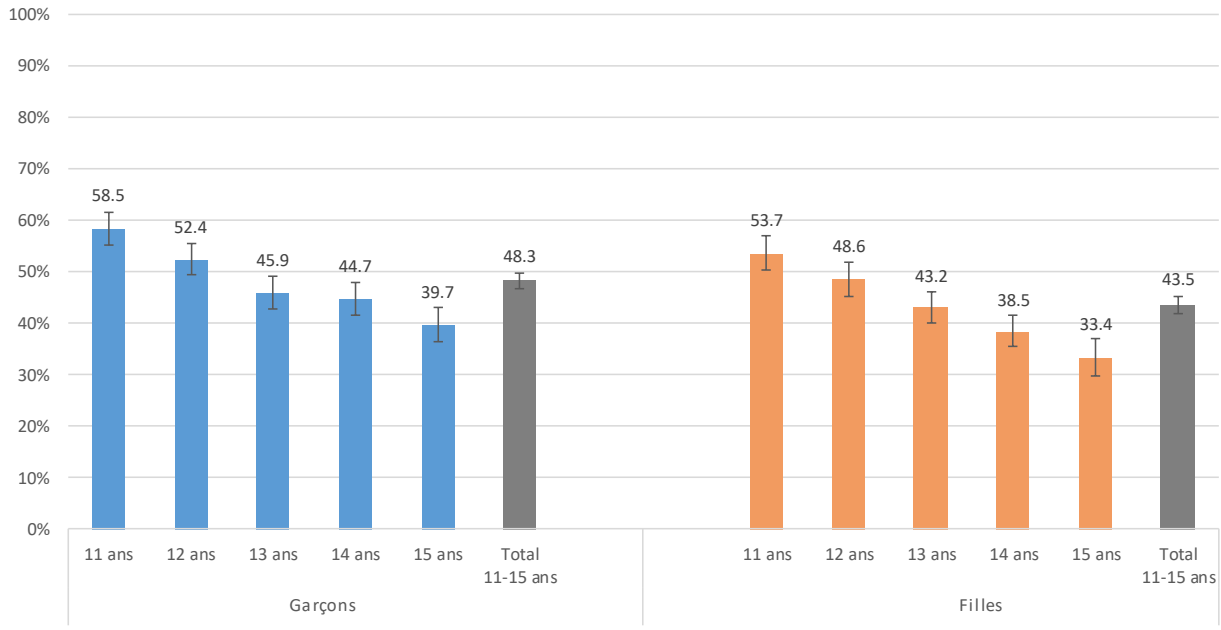
Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

[10] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles: F(1, 714)=23.4974, p<.001

[11] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 11 ans: F(1, 714)= 4.37, p<.001 ; de 14 ans: F(1, 714)=9.77, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 714)=6.92, p<.001

[12] Différence de distribution entre les âges statistiquement significative pour les garçons: F(3.95, 2823.65)=20.87, p=0, Kendall's tau-b =0.1132; filles: F(3.89, 2779.12)= 23.31, p=0, Kendall's tau-b =0.1258

Figure 3.3 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui prennent un **vrai petit déjeuner** chaque jour (c'est-à-dire 7 jours sur 7), selon le sexe et l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 58.5% des garçons de 11 ans et 53.7% des filles du même âge ont déclaré prendre un vrai petit déjeuner chaque jour**

Remarques: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

Si l'on s'intéresse aux **cinq jours d'école** uniquement (voir annexe 3.1), en 2018, 56.5% des élèves de 11 à 15 ans ont déclaré prendre un vrai petit déjeuner chaque fois qu'ils/elles ont école. Cette habitude devient de moins en moins fréquente entre les groupes d'âge, aussi bien chez les filles[13] que chez les garçons[14]. Ces derniers sont proportionnellement plus nombreux[15] (60.7%) à prendre un vrai petit déjeuner chaque jour d'école que les filles (52.2%). À l'opposé, environ un quart 23.4% des élèves de 11 à 15 ans ont dit ne jamais prendre un vrai petit déjeuner les jours d'école.

S'agissant des **deux jours du week-end** (voir annexe 3.2), en 2018 71.0% des élèves de 11 à 15 ans prenaient un vrai petit déjeuner chaque jour du week-end. Contrairement aux jours d'école, on ne constate pas de différence statistiquement significative entre les garçons et les filles le week-end[16]. Par contre, l'habitude de prendre un vrai petit déjeuner les deux jours du week-end tend à diminuer entre les groupes d'âge, aussi bien chez les filles[17] que chez les garçons[18]. Chez les plus jeunes, environ quatre élèves sur cinq prenaient un vrai petit déjeuner chaque jour du week-end (garçons de 11 ans : 78.0%; filles de 11 ans : 79.9%), contre environ deux tiers chez les plus âgé-e-s (garçons de 15 ans : 64.0% ; filles de 15 ans : 63.8%).

[13] Différence de distribution entre les âges statistiquement significative pour les filles: F(3.89, 2777.11)=22.0462, p<.001

[14] Différence de distribution entre les âges statistiquement significative pour les garçons: F(3.92, 2796.35)=18.8792, p<.001

[15] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles: F(1, 714)=78.9934, p<.001

[16] Différence statistiquement non significative entre les garçons et les filles: F(1, 714)=3.5747, p=0.0591

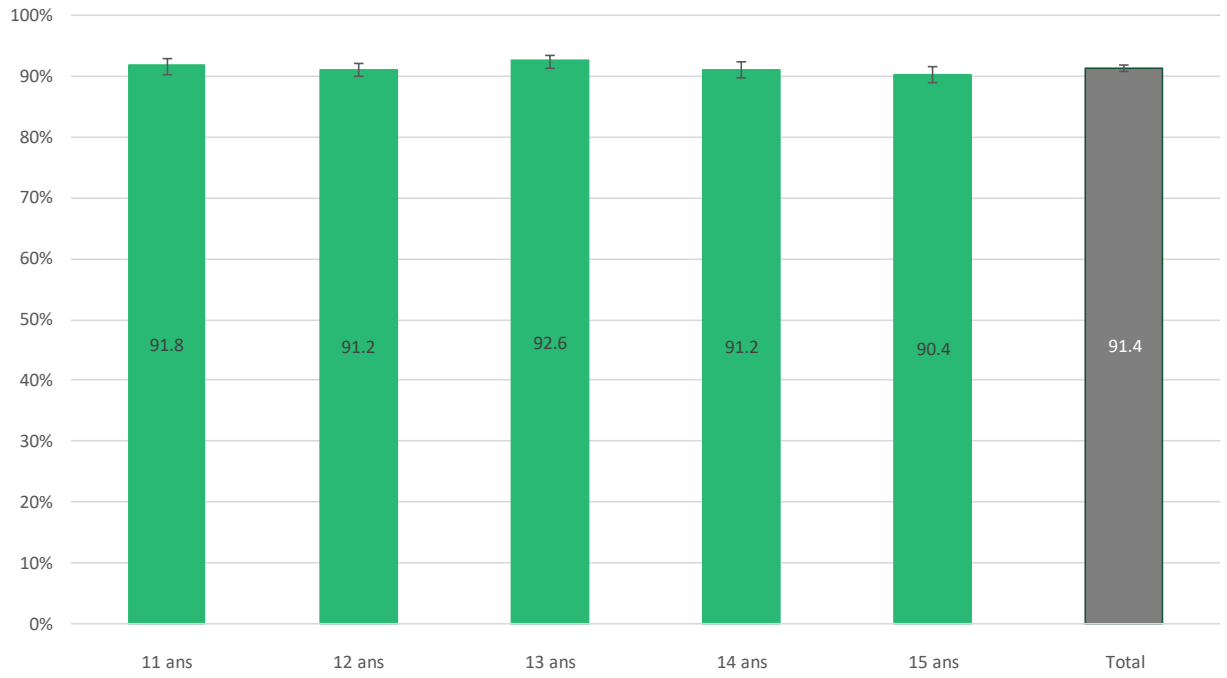
[17] Différence de distribution entre les âges statistiquement significative pour les filles: F(3.92, 2797.10)=20.7777, p<.001

[18] Différence de distribution entre les âges statistiquement significative pour les garçons: F(3.93, 2806.29)=12.8764, p<.001

3.4.2 Fréquence des repas en famille

Les figures 3.4 et 3.5 illustrent la proportion des élèves de 11 à 15 ans qui ont déclaré prendre leurs repas plusieurs jours par semaine à chaque jour avec leur famille.

Figure 3.4 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui prennent leurs **repas en famille** plusieurs jours par semaine à chaque jour, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*

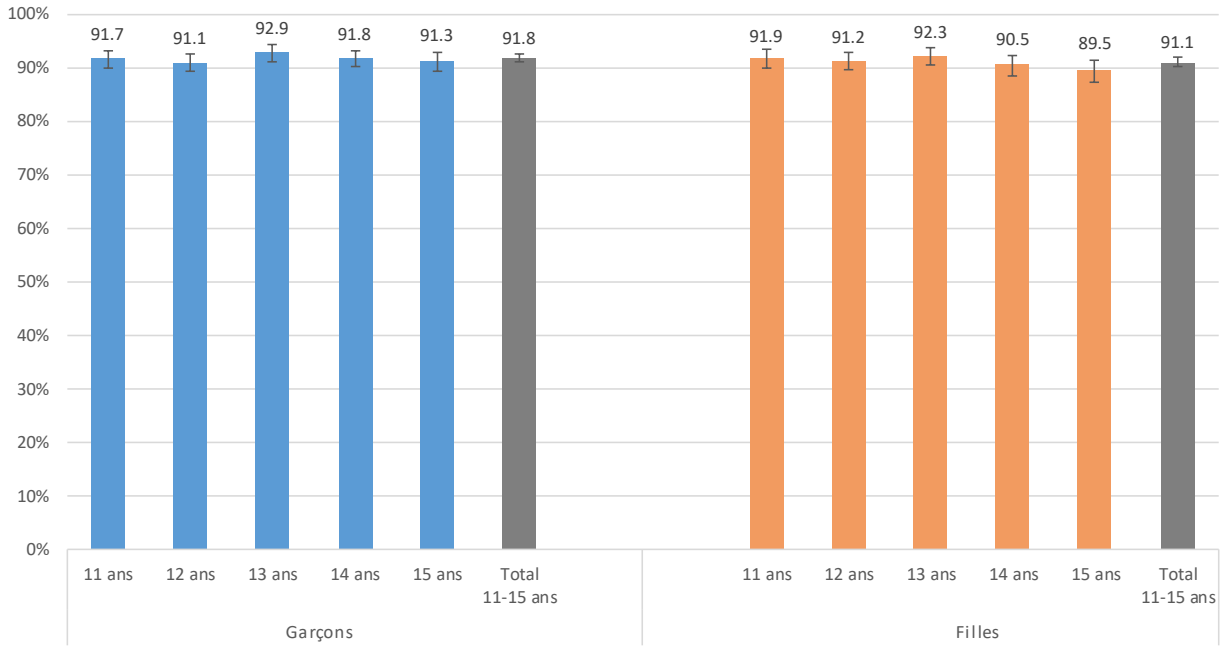


Exemple de lecture: **en 2018, 91.4% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré prendre leurs repas en famille plusieurs jours par semaine à tous les jours**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

En 2018, une vaste majorité de garçons et filles de 11 à 15 ans (91.4%) partageaient leurs repas plusieurs jours par semaine à chaque jour avec leur famille. La proportion de garçons et de filles qui avait l'habitude de prendre leurs repas en famille restait relativement la même, aussi bien chez les plus jeunes que chez les plus âgés.

Figure 3.5 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui prennent leurs **repas en famille** plusieurs jours par semaine à chaque jour, selon le sexe et l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 91.7% des garçons de 11 ans et 91.9% des filles du même âge ont déclaré prendre leurs repas en famille plusieurs jours par semaine à chaque jour**

Remarques: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

3.4.3 Fréquence de consommation de différents aliments et boissons

Le tableau 3.1 présente la fréquence de consommation habituelle d'une petite sélection d'aliments et de boissons, en distinguant deux groupes, soit les aliments et boissons dont la consommation est recommandée et les aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle/qui devraient être consommés avec modération.

Le questionnaire HBSC inclut deux plats dont l'appartenance à l'un ou l'autre groupe dépend de leur composition, qui peut être très variable. Il s'agit tout d'abord de la pizza, qui peut constituer un repas plutôt sain (p.ex. si les ingrédients de garniture sont essentiellement des légumes) ou un repas non recommandé (p.ex. garniture essentiellement de type salami ou autres ingrédients gras). La pizza est donc attribuée à une catégorie 'Autre'. Le second plat est le hamburger, dont la qualité nutritionnelle dépend également beaucoup de sa composition et des aliments qui l'accompagnent. Comme la question l'associe au hot dog, le hamburger a été attribué au groupe des aliments dont la consommation devrait rester occasionnelle.

Pour chaque aliment ou boisson, une fréquence de consommation spécifique est proposée. À ce sujet, il est important de préciser que chaque fréquence s'inspire d'une recommandation de la « Pyramide alimentaire suisse », mais ne permet en aucun cas une comparaison avec celle-ci. En effet, **une fréquence ne permet de refléter ni les quantités consommées, ni le mode de préparation de l'aliment**.

Les réponses plus détaillées des élèves de 11 à 15 ans figurent dans les annexes 3.5 à 3.18. Pour la bonne compréhension des résultats présentés, il est important de savoir ce que recouvrent les questions posées. À cet effet, nous renvoyons le lecteur/la lectrice au point 3.3.3.

Tableau 3.1 *Proportions des élèves de 11 à 15 ans qui consomment habituellement les **aliments** ou les **boissons** suivants selon la **fréquence** indiquée, selon le sexe et l'âge (HBSC 2018)*

		11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	Δ âges	Total 11-15 ans[a]	Total 11-15 ans[b]
		%	%	%	%	%	Chi2 ajusté	%	%
Aliments et boissons dont la consommation est recommandée									
Eau, autres boissons non sucrées	garçons	82.0	80.7	82.5	81.3	82.3	n.s.	81.8	84.6
au moins une fois par jour	filles	85.5	87.8	88.5	88.2	88.0	n.s.	87.6	
Fruits	garçons	49.1	45.8	39.3	38.2	31.7	***	40.9	45.7
au moins une fois par jour	filles	55.2	55.4	49.3	46.2	47.7	***	50.8	
Légumes	garçons	45.5	42.0	40.2	40.9	38.8	n.s.	41.5	45.5
au moins une fois par jour	filles	51.6	50.6	48.5	49.2	48.9	n.s.	49.8	
Pain	garçons	80.4	75.0	78.7	77.9	77.0	*	77.8	76.3
au moins 5 jours par semaine	filles	74.3	79.2	73.8	73.5	72.8	**	74.7	
Lait	garçons	56.1	52.4	53.6	57.5	51.5	*	54.2	49.1
au moins une fois par jour	filles	47.1	44.9	43.8	42.6	40.2	*	43.7	
Produits laitiers	garçons	36.2	33.5	36.3	38.3	36.1	n.s.	36.1	34.1
au moins une fois par jour	filles	32.2	35.4	30.7	30.9	31.3	n.s.	32.1	
Viande	garçons	30.2	28.3	25.1	24.3	23.7	**	26.3	27.6
2 à 4 jours par semaine	filles	28.9	29.7	29.6	29.3	27.6	n.s.	29.0	
Poisson	garçons	43.4	44.0	46.5	49.7	44.7	n.s.	45.7	41.5
au moins une fois par semaine	filles	34.3	35.2	36.9	39.7	39.6	n.s.	37.1	
Aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle									
Hamburgers, hot dogs	garçons	94.6	94.5	92.2	93.2	92.7	n.s.	93.5	94.8
maximum une fois par semaine	filles	96.5	96.7	96.1	95.9	95.7	n.s.	96.2	
Bonbons ou chocolats	garçons	32.2	28.2	22.7	26.0	22.7	***	26.4	25.0
maximum une fois par semaine	filles	29.0	25.3	22.1	21.6	19.2	***	23.5	
Cola ou autres boissons sucrées	garçons	52.4	47.7	37.2	34.0	31.3	***	40.5	47.2
maximum une fois par semaine	filles	60.8	59.0	51.4	51.8	48.2	***	54.2	
Boissons énergisantes	garçons	95.8	90.6	87.0	81.2	80.5	***	87.1	90.3
maximum une fois par semaine	filles	98.3	96.9	93.7	90.6	88.7	***	93.7	
Chips, frites	garçons	77.1	76.1	72.1	67.9	67.7	***	72.2	75.1
maximum une fois par semaine	filles	81.5	81.7	74.1	77.1	76.6	***	78.2	
Autre									
Pizza	garçons	91.4	90.7	89.5	87.0	87.1	**	89.2	91.1
maximum une fois par semaine	filles	93.1	93.7	92.4	93.7	92.3	n.s.	93.0	

Exemple de lecture: **en 2018, 31.7% des garçons de 15 ans et 47.7% des filles du même âge ont déclaré manger des fruits au moins une fois par jour**

Remarques:

[a] Le 'total 11 à 15 ans' pour les garçons resp. les filles se base sur des données pondérées.

[b] Le 'total 11 à 15 ans' (garçons et filles considérés ensemble) se base sur des données pondérées.

Δ âge: pour chaque aliment et boisson, un test de significativité statistique a été calculé pour la distribution des prévalences entre les groupes d'âge, séparément pour les garçons et pour les filles. Seuil de significativité : * = p < .05 ; ** = p < .01 ; *** = p < .001 ; n.s. = non significatif.

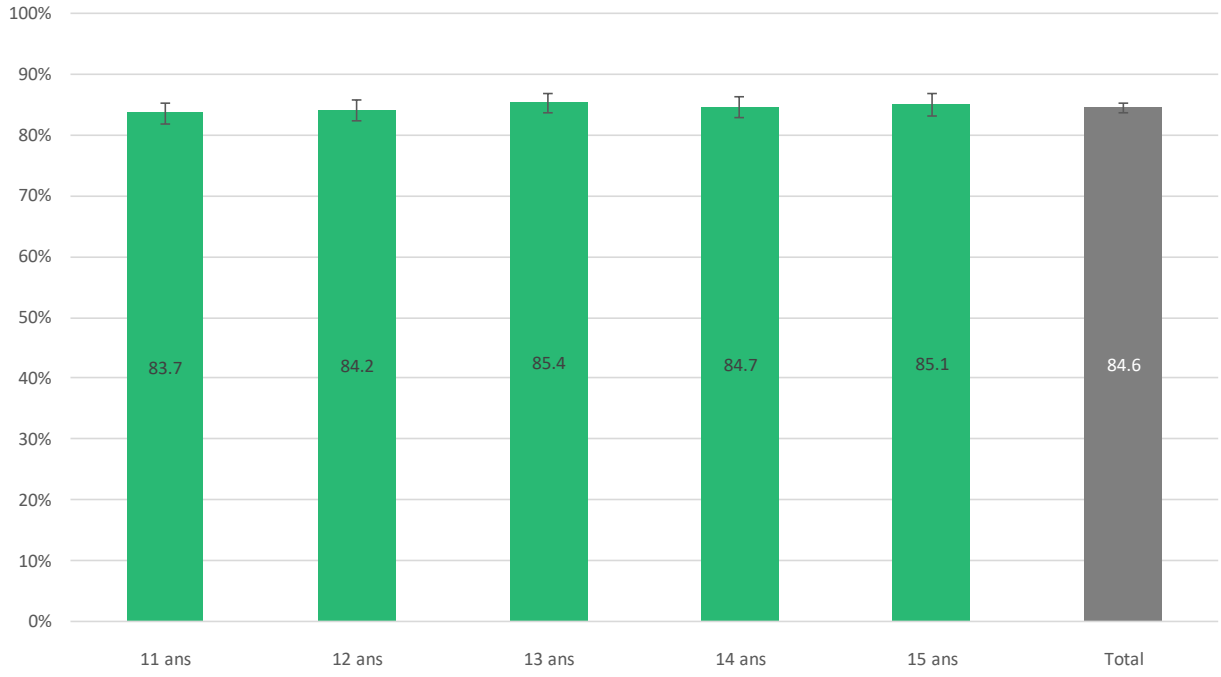
3.4.3.1 Aliments et boissons dont la consommation est recommandée

Consommation d'eau ou d'autres boissons non sucrées

Il est possible qu'en répondant à cette question, des élèves aient inclus les boissons dites « light » ou « zero », car celles-ci contiennent peu ou pas de sucre. Or, en raison de leur teneur en acides néfastes pour l'émail des dents, ces boissons sont classées dans la même catégorie que les colas.

En 2018, la plupart (84.6%) des élèves de 11 à 15 ans buvaient de l'eau ou d'autres boissons non sucrées **au moins une fois par jour** (figure 3.6), cette habitude étant encore plus répandue chez les filles (87.6%) que chez les garçons (81.8%)[19] (tableau 3.1). La différence selon le sexe s'observe d'ailleurs dans tous les groupes d'âge[20]. En revanche, la consommation quotidienne d'eau et d'autres boissons non sucrées reste relativement stable entre les groupes d'âge, aussi bien chez les filles que chez les garçons[21].

Figure 3.6 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui boivent de l'**eau ou d'autres boissons non sucrées** au moins une fois par jour, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 84.6% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré boire de l'eau ou d'autres boissons non sucrées au moins une fois par jour**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

[19] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles: F(1, 714)=71.7594, p<.001

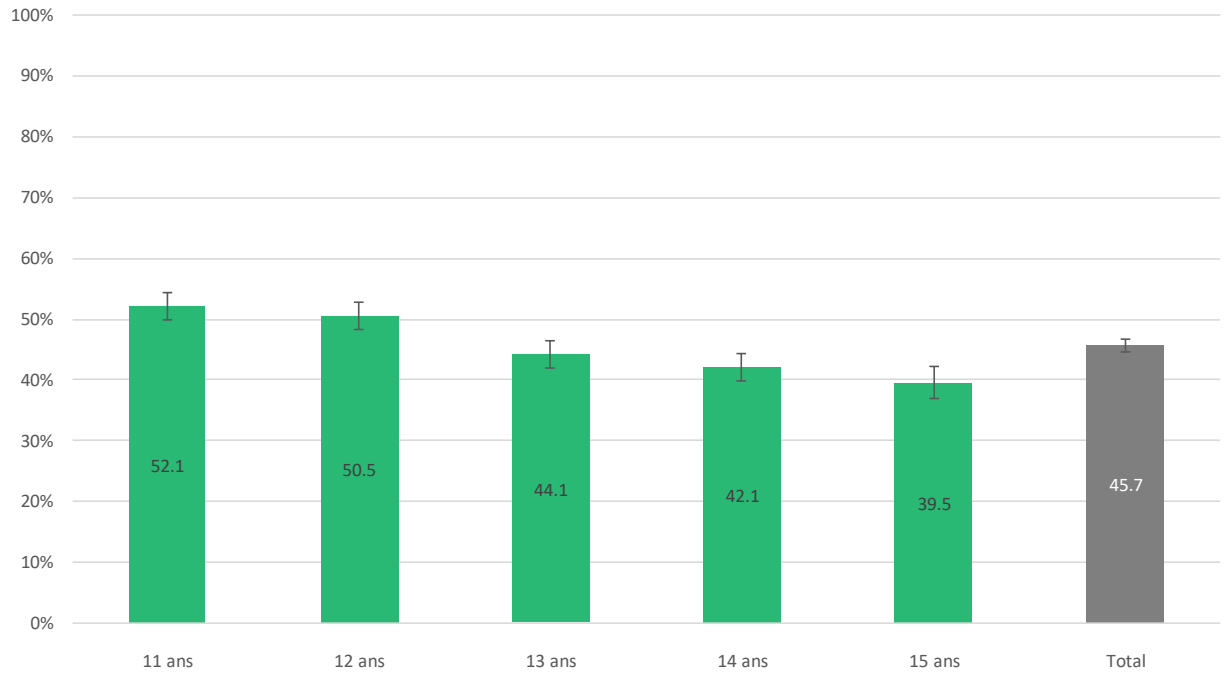
[20] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 11 ans: F(1, 714)=6.3215, p<.05 ; de 12 ans: F(1, 714)=19.6042, p<.001 ; de 13 ans: F(1, 714)=16.5038, p<.001 ; de 14 ans: F(1, 714)=20.2558, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 714)=12.8244, p<.001

[21] Différence de distribution statistiquement non significative entre les âges chez les garçons: F(3.99, 2846.47)=0.34, p=0.854 ; chez les filles: F(3.96, 2825.47)=1.28, p=0.276

Consommation de fruits

En 2018, 45.7% des élèves de 11 à 15 ans (figure 3.7), soit environ deux garçons sur cinq (40.9%) et environ une fille sur deux (50.8%)[22], consommaient des fruits **au moins une fois par jour**. La consommation quotidienne de fruits perd toutefois du terrain entre les 11 et les 15 ans[23]. Et quel que soit l'âge, elle est moins répandue chez les garçons que chez les filles (tableau 3.1). L'écart entre garçons et filles est particulièrement marqué chez les 15 ans[24] (16 points de pourcentage de plus chez les filles).

Figure 3.7 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent des **fruits** au moins une fois par jour, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 45.7% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré manger des fruits au moins une fois par jour**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

[22] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles: F(1, 714)=94.9266, p<.001

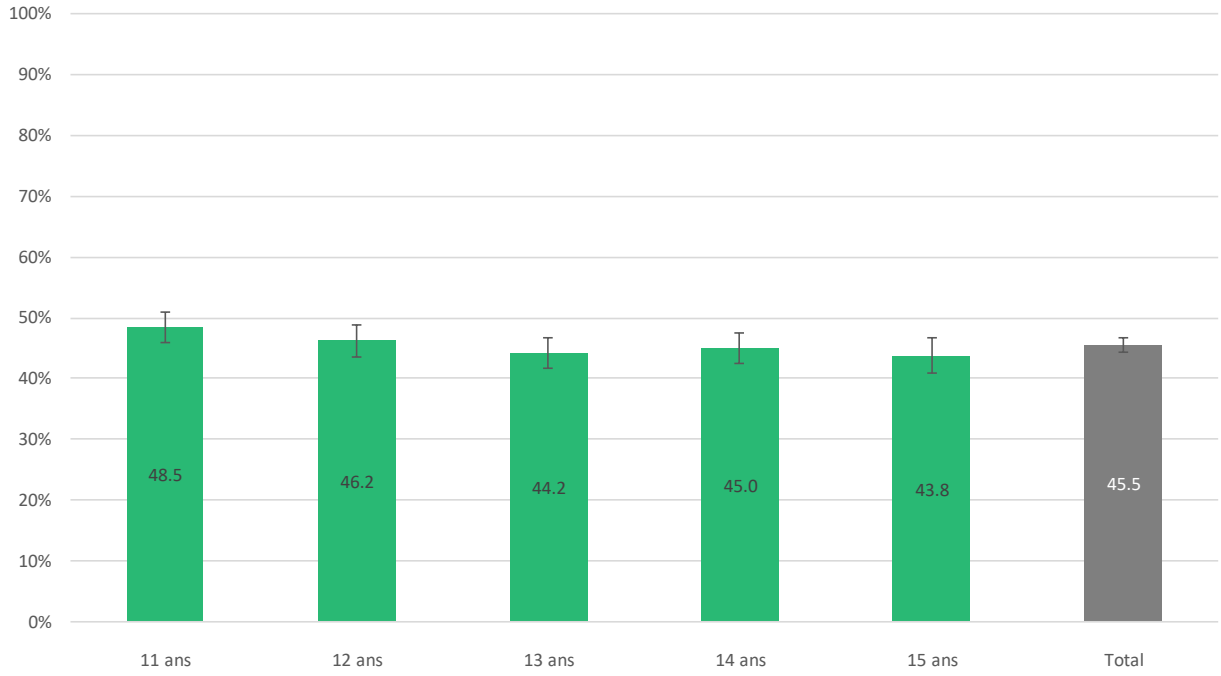
[23] Différence de distribution statistiquement significative entre les âges chez les garçons: F(3.96, 2828.60)=18.40, p<0.001 ; chez les filles: F(3.85, 2749.32)=7.33, p<0.001

[24] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 11 ans: F(1, 714)= 7.86, p<.001 ; de 12 ans: F(1, 714)=20.10, p<.001 ; de 13 ans: F(1, 714)=22.20, p<.001 ; de 14 ans: F(1, 714)=13.96, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 714)=41.74, p<.001

Consommation de légumes

Les résultats relatifs à la consommation quotidienne de légumes présentent des similitudes par rapport à ceux observés pour les fruits. En 2018, 45.5% des élèves de 11 à 15 ans consommaient des légumes **au moins une fois par jour** (figure 3.8), soit environ deux garçons sur cinq (41.5%) et environ une fille sur deux (49.8%) (tableau 3.1)[25]. Les filles étaient à tout âge proportionnellement plus nombreuses que les garçons à en manger à cette fréquence[26]. Par contre, la prévalence de la consommation quotidienne de légumes est relativement comparable entre les groupes d'âge chez les filles[27] et son léger recul entre les 11 ans et les 15 ans chez les garçons n'est pas non plus statistiquement significatif[28].

Figure 3.8 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent des **légumes** au moins une fois par jour, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 45.5% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré manger des légumes au moins une fois par jour**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

[25] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles: F(1, 714)=71.9100, p<.001

[26] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 11 ans: F(1, 714)=7.1313, p<.01 ; de 12 ans: F(1, 714)=16.8084, p<.001 ; de 13 ans: F(1, 714)=15.2459, p<.001 ; de 14 ans: F(1, 714)=15.9085, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 714)=18.2221, p<.001

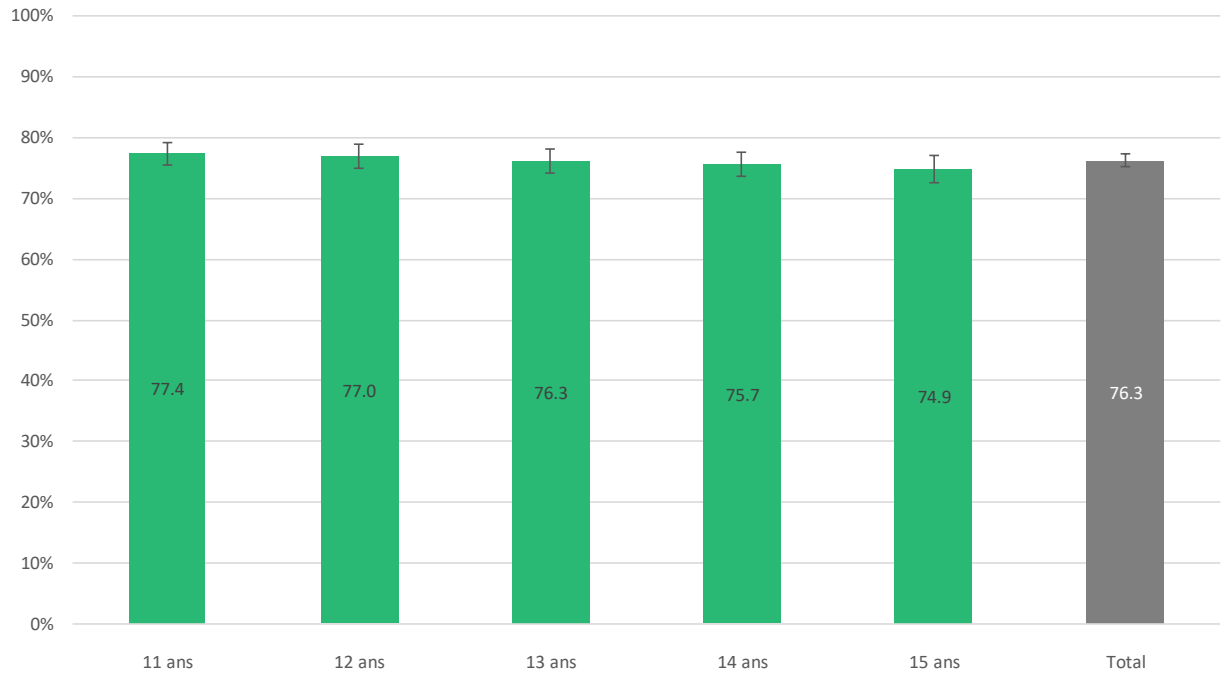
[27] Différence de distribution statistiquement non significative entre les âges chez les filles: F(3.92, 2799.78)=2.13, p=0.0028

[28] Différence de distribution statistiquement non significative entre les âges chez les garçons: F(3.92, 2801.08)=2.13, p=0.075

Consommation de pain

En 2018, environ trois quarts des élèves de 11 à 15 ans (76.3%) mangeaient du pain **au moins 5 jours par semaine** (figure 3.9) – la question ne permet pas de savoir s'il s'agit de pain blanc ou complet – (garçons : 77.8% ; filles : 74.7%)[29]. Les fluctuations observées entre les groupes d'âge sont statistiquement significatives aussi bien chez les garçons que chez les filles. Par ailleurs, les filles étaient proportionnellement moins nombreuses à consommer du pain au moins cinq jours par semaine que les garçons[30].

Figure 3.9 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent du **pain** au moins cinq jours par semaine, selon l'**âge** (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 76.3% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré manger du pain au moins cinq jours par semaine**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

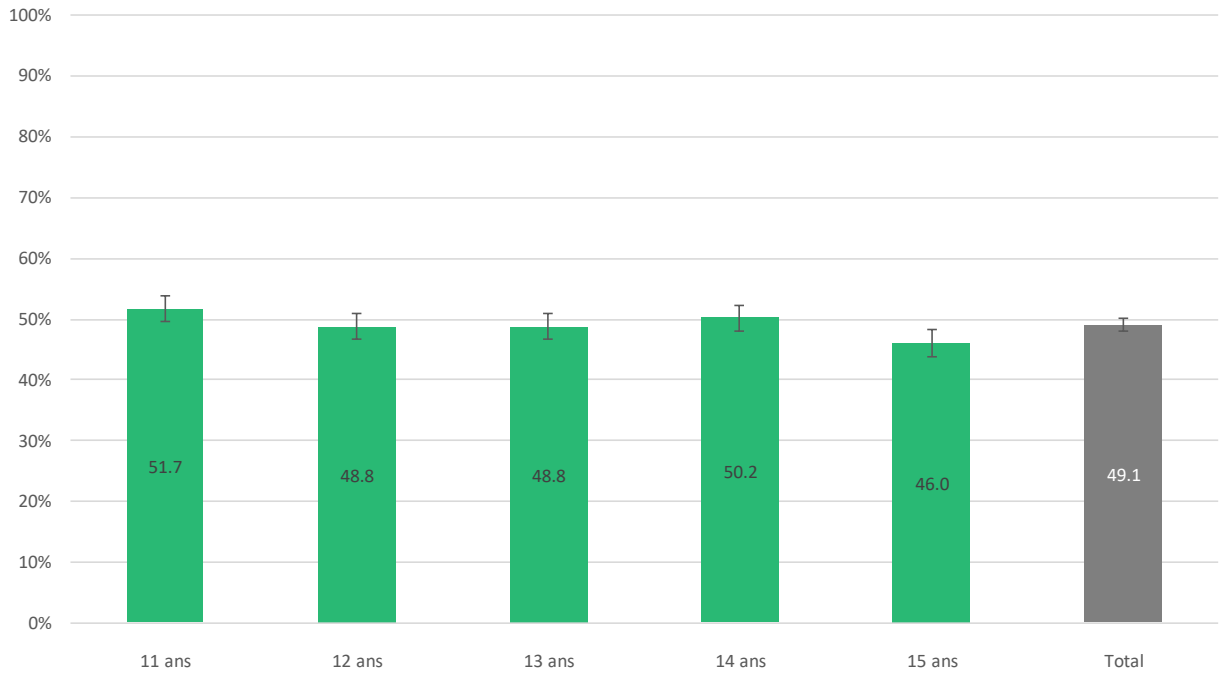
[29] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles: F(1, 714)=14.9544, p<.001

[30] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 11 ans: F(1, 714)=12.9317, p<.001 ; de 12 ans: F(1, 714)=5.7494, p<.05 ; de 13 ans: F(1, 714)=7.7854, p<.01 ; de 14 ans: F(1, 714)=6.2559, p<.05 ; de 15 ans: F(1, 714)=5.6254, p<.05

Consommation de lait

En 2018, la moitié (49.1%) des élèves de 11 à 15 ans buvaient du lait **au moins une fois par jour**, les garçons (54.2%) davantage que les filles (43.7%)[31] (figure 3.10). Une différence entre garçons et filles se retrouve d'ailleurs dans tous les groupes d'âge[32]. Par ailleurs, chez les filles la consommation quotidienne de lait diminuait progressivement entre les 11 ans et les 15 ans, mais pas parmi les garçons où cette consommation fluctue entre les groupes d'âge.

Figure 3.10 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui boivent du **lait** au moins une fois par jour, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 49.1% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré boire du lait au moins une fois par jour**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

[31] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles: F(1, 714)=107.9970, p<.001

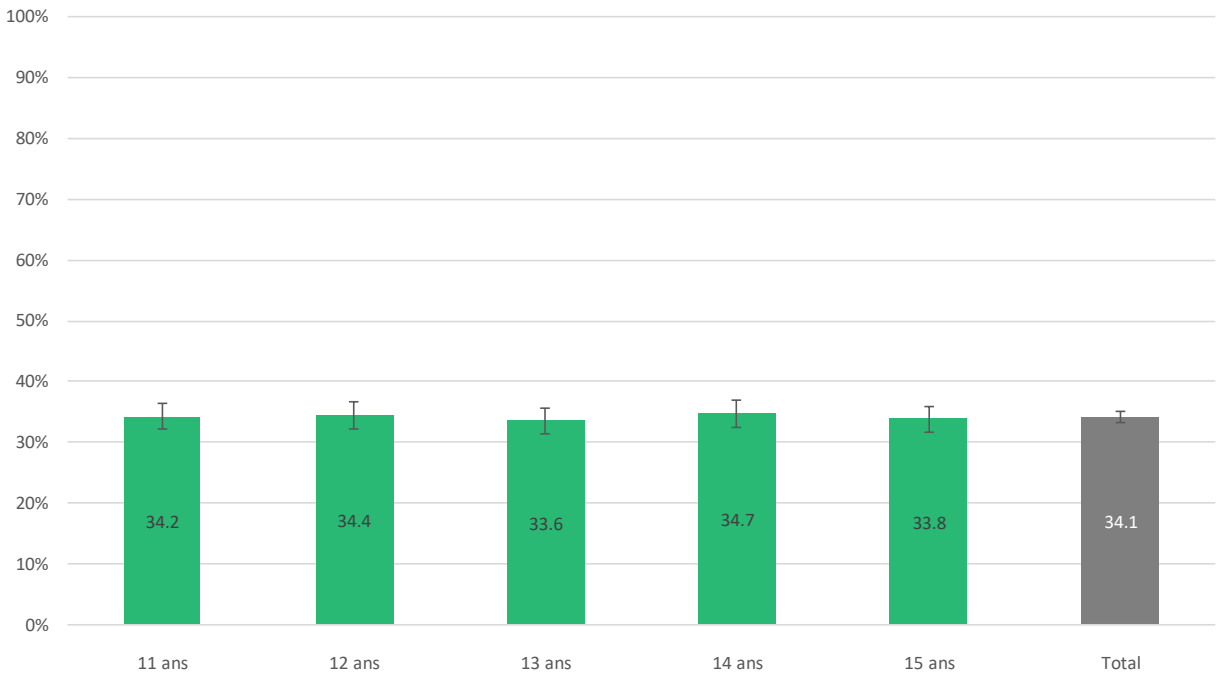
[32] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 11 ans: F(1, 714)=16.0295, p<.001 ; de 12 ans: F(1, 714)=11.5594, p<.001 ; de 13 ans: F(1, 714)=21.4408, p<.001 ; de 14 ans: F(1, 714)=53.9340, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 714)=22.7855, p<.001

Consommation de produits laitiers

Dans la batterie de questions dédiée à la fréquence de consommation d'aliments et boissons, les produits laitiers tels que fromage, yogourts, chocodrinks et séré font l'objet d'une question distincte de celle portant sur le lait (figure 3.11).

En 2018, environ un tiers (34.1%) des élèves de 11 à 15 ans mangeaient de tels produits **au moins une fois par jour**, avec une proportion plus élevée chez les garçons (36.1%) que chez les filles (32.1%)[33]. Les légères fluctuations observables entre les groupes d'âge ne sont pas statistiquement significatives, tandis que l'écart entre les garçons et les filles n'est statistiquement significatif que chez les 13 à 15 ans[34].

Figure 3.11 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent d'**autres produits laitiers** au moins une fois par jour, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 34.1% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré manger d'autres produits laitiers au moins une fois par jour**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

[33] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles: F(1, 714)=20.4785, p<.001

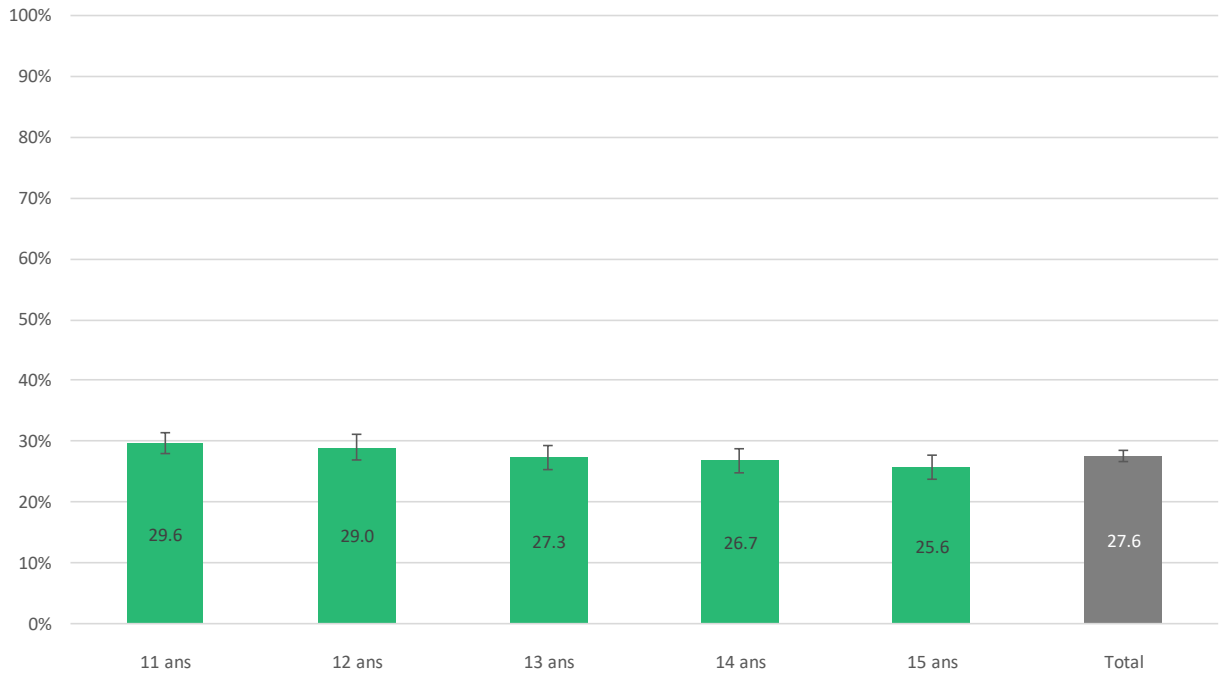
[34] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 13 ans: F(1, 714)=7.3744, p<.01 ; de 14 ans: F(1, 714)=14.4966, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 714)=6.3522, p<.05

Consommation de viande

Dans le questionnaire HBSC, la question relative à la consommation de viande ne précise pas quels types de produits carnés sont couverts par le terme 'viande', si bien que les élèves ont pu y inclure ou non la volaille et la charcuterie. En 2018, 27.6% des élèves de 11 à 15 ans - 26.3% des garçons et 29.0% des filles[35] - mangeaient de la viande entre **2 et 4 jours par semaine** (tableau 3.1), soit à une fréquence permettant une alternance avec d'autres aliments protéiques (figure 3.12). À titre de comparaison, les 11 à 15 ans qui mangent de la viande 2 à 4 jours par semaine sont moins nombreux que ceux/celles qui en mangent plus souvent : 24.1% en mangent **5 à 6 jours par semaine** et 33.8% **une ou plusieurs fois par jour**) (annexe 3.11). À l'opposé, 3.6% des 11 à 15 ans en consomment, mais **moins d'une fois par semaine**, et 3.0% n'en consomment **jamais**.

La part des filles qui mangent de la viande **entre 2 et 4 jours par semaine** est relativement stable entre les 11 ans et les 15 ans, alors qu'elle recule chez les garçons. Chez ces derniers, ce recul va de pair avec une augmentation, entre les 11 ans et les 15 ans, de la part de ceux qui mangent de la viande 5 jours ou plus par semaine[36] (annexe 3.11).

Figure 3.12 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent de la **viande** de 2 à 4 jours par semaine, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 27.6% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré manger de la viande de 2 à 4 jours par semaine**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

[35] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles: F(1, 714)=8.7894, p<.01

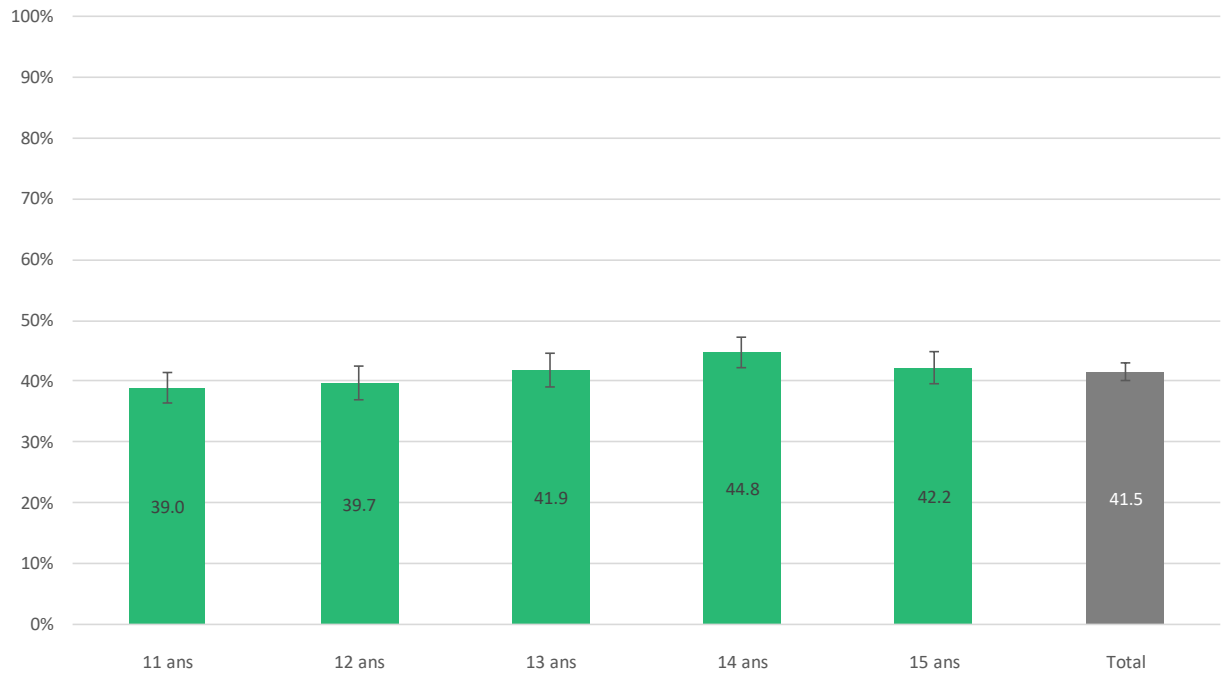
[36] Différence de distribution entre les âges statistiquement significative pour les garçons: F(3.96, 2827.51)=19.1163, p<.001

Consommation de poisson

En 2018, 41.5% des élèves de 11 à 15 ans (figure 3.13), soit un peu moins de la moitié des garçons (45.7%) et plus d'un tiers de filles (37.1%)[37] (tableau 3.1), mangeaient du poisson **au moins une fois par semaine**. Chez les filles comme chez les garçons, la proportion ne varie guère entre les groupes d'âge et la différence entre garçons et filles s'observe dans tous les groupes d'âge[38]. Par ailleurs, 38.8% des 11 à 15 ans en consomment, mais **moins d'une fois par semaine**, et 19.7% n'en consomment **jamais** (annexe 3.12).

À noter que dans le cadre de l'enquête HBSC 2018, 2.1% des élèves de 11 à 15 ans - 1,1% des garçons et 3,1% des filles - disaient **manger ni poisson, ni viande** (ce résultat ne figure pas dans le tableau 3.1). Une alimentation qui exclut ces deux aliments protéiques est caractéristique des régimes végétariens, dont il existe plusieurs déclinaisons.

Figure 3.13 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent du **poisson** au moins une fois par semaine, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 41.5% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré manger du poisson au moins une fois par semaine**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

[37] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles: F(1, 714)=76.2829, p<.001

[38] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 11 ans: F(1, 714)=17.0023, p<.001 ; de 12 ans: F(1, 714)=18.4980, p<.001 ; de 13 ans: F(1, 714)=20.0413, p<.001 ; de 14 ans: F(1, 714)=21.6686, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 714)=4.5940, p<.05

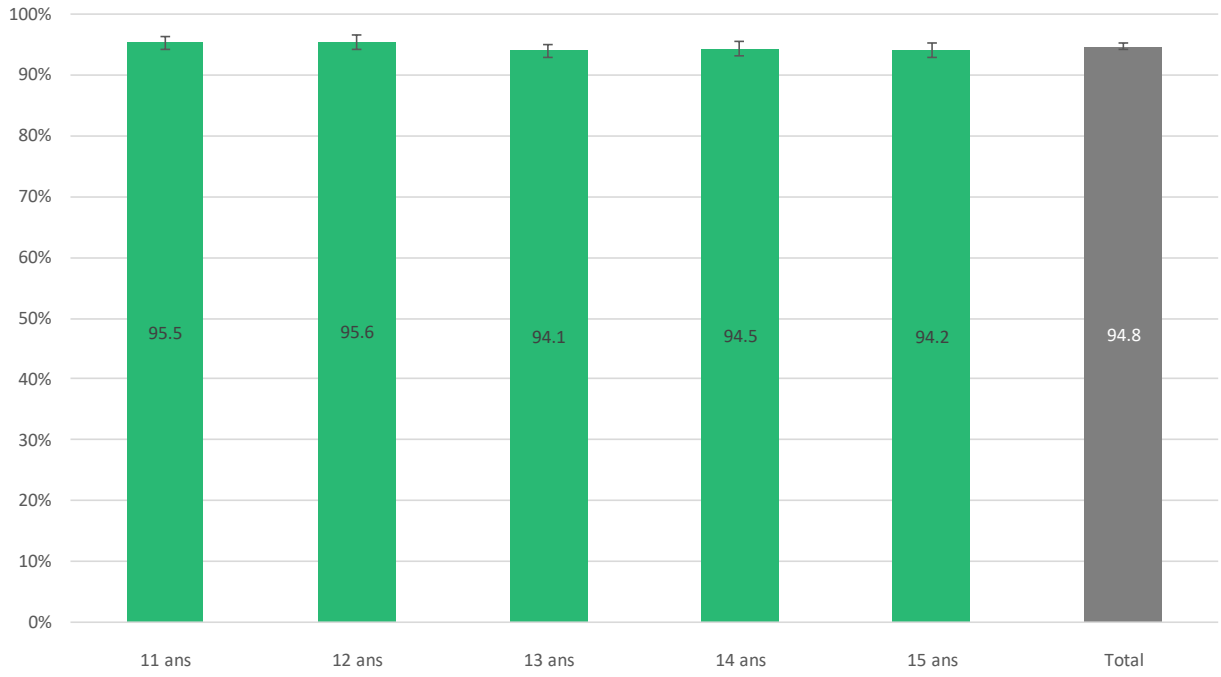
3.4.3.2 Aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle

Ici, pour tous les aliments et boissons, la fréquence 'au maximum une fois par semaine' a été retenue, ceci afin de rendre compte du fait que la consommation de ces produits devrait rester occasionnelle. Dans l'interprétation des résultats, il faudra donc rester bien attentif au fait que la fréquence de consommation d'un aliment/boisson donné est en réalité d'autant plus basse que la prévalence présentée est élevée.

Consommation de hamburgers/hot dogs

En 2018, la vaste majorité des élèves de 11 à 15 ans (94.8%) – 93.5% des garçons et 96.2% des filles[39] - mangeaient les plats que sont les hamburgers/hot dogs **au maximum une fois par semaine**, sans variation statistiquement significative entre les groupes d'âge, chez les filles comme chez les garçons (figure 3.14). À tout âge, filles étaient proportionnellement plus nombreuses à en consommer à cette fréquence que les garçons[40], ce qui signifie que ces plats sont consommés plus souvent par ces derniers.

Figure 3.14 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent des **hamburgers/hots dogs** au maximum une fois par semaine, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 94.8% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré manger des hamburgers/hots dogs au maximum une fois par semaine**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

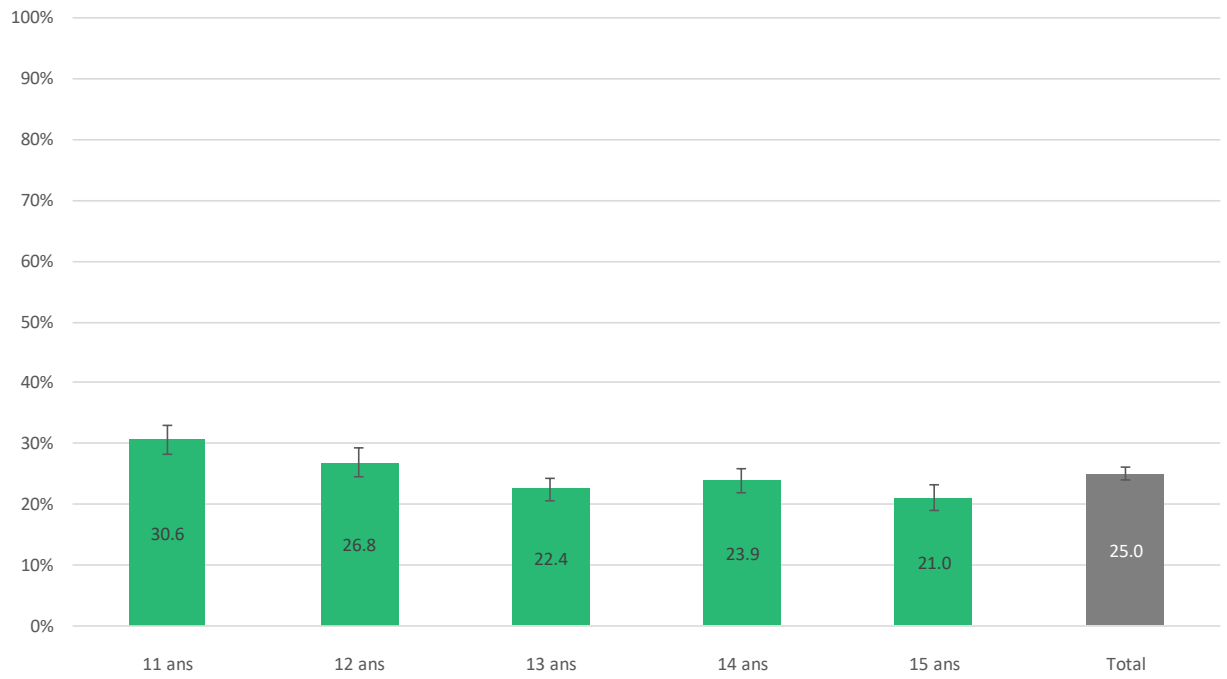
[39] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles: F(1, 714)=48.0421, p<.001

[40] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 11 ans: F(1, 714)=5.0284, p<.05 ; de 12 ans: F(1, 714)=7.1726, p<.01 ; de 13 ans: F(1, 714)=16.6361, p<.001 ; de 14 ans: F(1, 714)=8.4878, p<.01 ; de 15 ans: F(1, 714)=8.2746, p<.01

Consommation de bonbons/chocolats

En 2018, environ un quart des élèves de 11 à 15 ans (25.0%), soit 26.4% des garçons et 23.5% des filles[41], mangeaient des bonbons ou chocolats **au maximum une fois par semaine** (figure 3.15). On ne constate pas de différence statistiquement significative entre les garçons et les filles dans les différents groupes d'âge[42], excepté pour les 14 ans[43] (proportion plus élevée chez les garçons). En revanche, chez les filles et chez les garçons, la proportion diminue entre les groupes d'âge. Autrement dit, la consommation de ce type de produits devient plus fréquente avec l'âge au fil de l'adolescence.

Figure 3.15 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent des **bonbons/chocolats** au maximum une fois par semaine, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 25.0% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré manger des bonbons/chocolats au maximum une fois par semaine**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

[41] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles: F(1, 714)=11.7202, p<.001

[42] Différence statistiquement non significative entre les garçons et les filles de 11 ans: F(1, 714)=2.6125, p=0.1065 ; de 12 ans: F(1, 714)=2.1788, p=0.1404 ; de 13 ans: F(1, 714)=0.0995, p=0.7525 ; de 15 ans: F(1, 714)=3.6404, p=0.0568

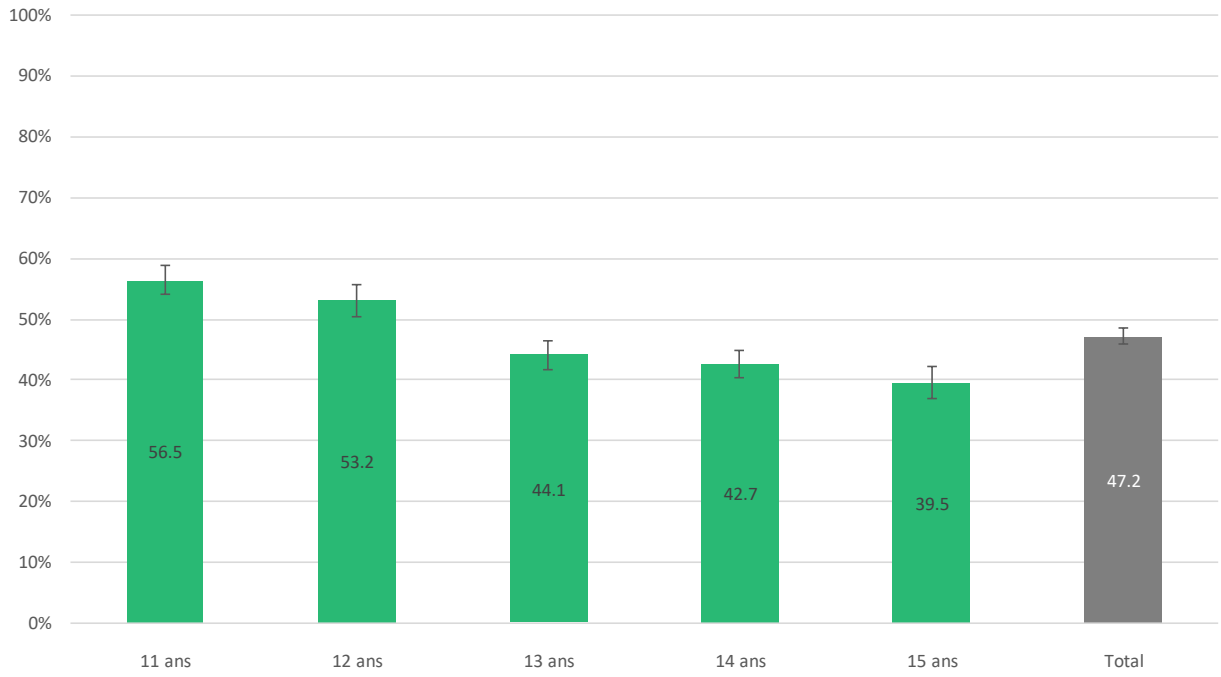
[43] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 14 ans: F(1, 714)=5.9495, p<.05

Consommation de cola ou autres boissons sucrées

Il n'est pas possible de savoir si, en répondant à cette question, les élèves ont (ou non) pris en compte les boissons dites « light » ou « zero », que la Pyramide alimentaire suisse classe dans la même catégorie que les colas.

En 2018, près de la moitié (47.2%) des élèves de 11 à 15 ans - soit environ deux garçons sur cinq (40.5%) et plus de la moitié des filles (54.2%)[44] - buvaient des colas ou autres boissons sucrées **au maximum une fois par semaine** (figure 3.16). Comme pour les bonbons et chocolats, la consommation à cette fréquence relativement peu élevée de colas et autres boissons sucrées diminue entre les 11 ans et les 15 ans, ce qui signifie que ces boissons sont consommées plus fréquemment avec l'âge au cours de l'adolescence. Les écarts observés entre les garçons et les filles sont également tous statistiquement significatifs, ce qui permet de dire que ces boissons sont consommées plus fréquemment par les garçons[45] (tableau 3.1).

Figure 3.16 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui boivent du **cola ou d'autres boissons sucrées** au maximum une fois par semaine, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 47.2% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré boire du cola ou d'autres boissons sucrées au maximum une fois par semaine**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

[44] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles: F(1, 714)=206.2266, p<.001

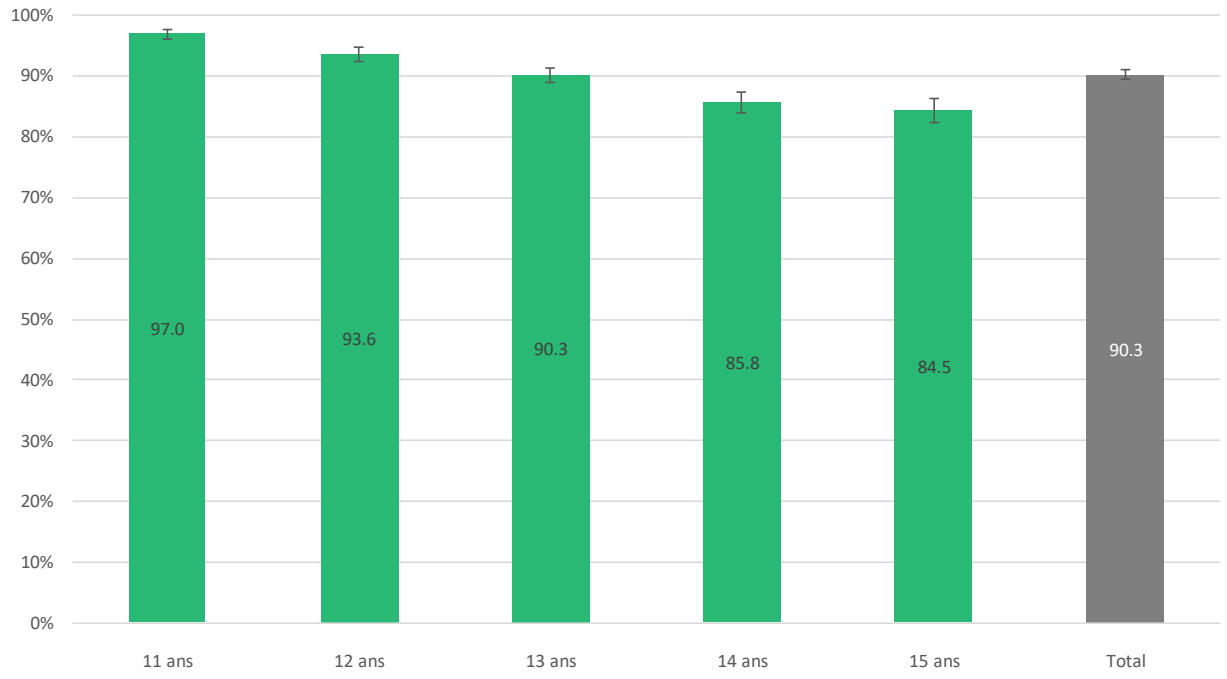
[45] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 11 ans: F(1, 714)=15.9775, p<.001 ; de 12 ans: F(1, 714)=29.1406, p<.001 ; de 13 ans: F(1, 714)=49.7805, p<.001 ; de 14 ans: F(1, 714)=83.0004, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 714)=55.6325, p<.001

Consommation de boissons énergisantes

Chez les 11 à 15 ans, les boissons énergisantes sont moins prisées que les colas et autres boissons sucrées (figure 3.17). En effet, en 2018, la vaste majorité des élèves de 11 à 15 ans (90.3%) consommaient ce type de boissons **au maximum une fois par semaine**, les garçons (87.1%) étant moins souvent dans ce cas que les filles (93.7%) (tableau 3.1)[46]. Autrement dit, 9.7% des 11 à 15 ans (garçons : 12.9% ; filles : 6.4%) consommaient des boissons énergisantes **plus d'une fois par semaine.** Ceux/celles qui le faisaient **plusieurs fois par jour** étaient environ 1% (voir annexe 3.16).

Le constat que ces boissons sont davantage prisées par les garçons que par les filles vaut pour tous les groupes d'âge[47]. Par ailleurs, la consommation au maximum une fois par semaine diminue entre les 11 ans et les 15 ans aussi bien chez les filles que chez les garçons, ce qui signifie que ces boissons sont consommées plus fréquemment avec l'âge au cours de l'adolescence.

Figure 3.17 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui boivent des **boissons énergisantes** au maximum une fois par semaine, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 90.3% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré boire des boissons énergisantes au maximum une fois par semaine**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

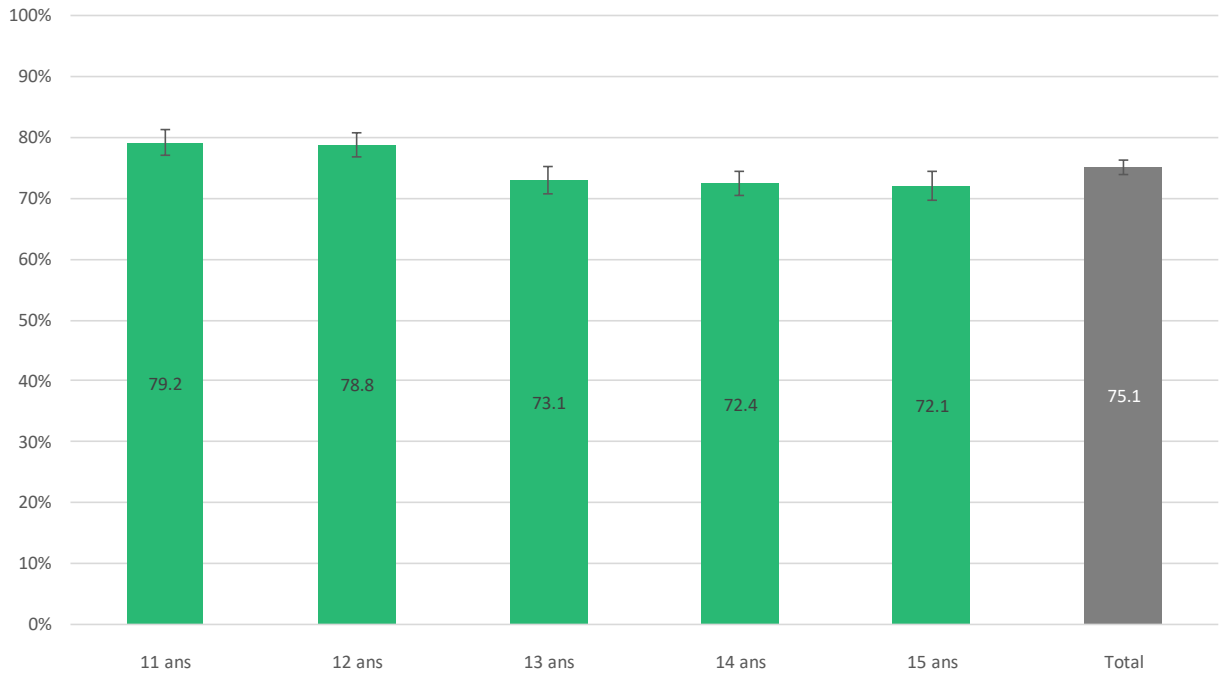
[46] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles: F(1, 714)=112.1307, p<.001

[47] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 11 ans: F(1, 714)=10.6083, p<.01 ; de 12 ans: F(1, 714)=32.5224, p<.001 ; de 13 ans: F(1, 714)=27.2875, p<.001 ; de 14 ans: F(1, 714)=35.8681, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 714)=21.6829, p<.001

Consommation de chips/frites

En 2018, environ trois quarts (75.1%) des élèves de 11 à 15 ans - 72.2% des garçons et 78.2% des filles[48] - consommaient des chips ou frites **au maximum une fois par semaine** (figure 3.18). Cette fréquence de consommation est d'ailleurs plus répandue chez les filles que chez les garçons dans tous les groupes d'âge[49] excepté chez les 13 ans[50]. Chez les filles, les proportions varient de manière statistiquement significative entre les groupes d'âge, mais pas de façon linéaire. Chez les garçons, en revanche, la consommation de ces aliments à cette fréquence tend à reculer entre les 11 ans et les 15 ans. En d'autres termes, les chips/frites sont davantage prisées par les garçons, chez qui leur consommation devient plus fréquente avec l'âge au fil de l'adolescence.

Figure 3.18 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent des **chips/frites** au maximum une fois par semaine, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 75.1% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré manger des chips/frites au maximum une fois par semaine**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

[48] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles: F(1, 714)=47.5698, p<.001

[49] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 11 ans: F(1, 714)=6.6969, p<.01 ; de 12 ans: F(1, 714)=9.8779, p<.01 ; de 14 ans: F(1, 714)=20.3315, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 714)=18.4560, p<.001

[50] Différence statistiquement non significative entre les garçons et les filles de 13 ans: F(1, 714)=1.1920, p=0.2753

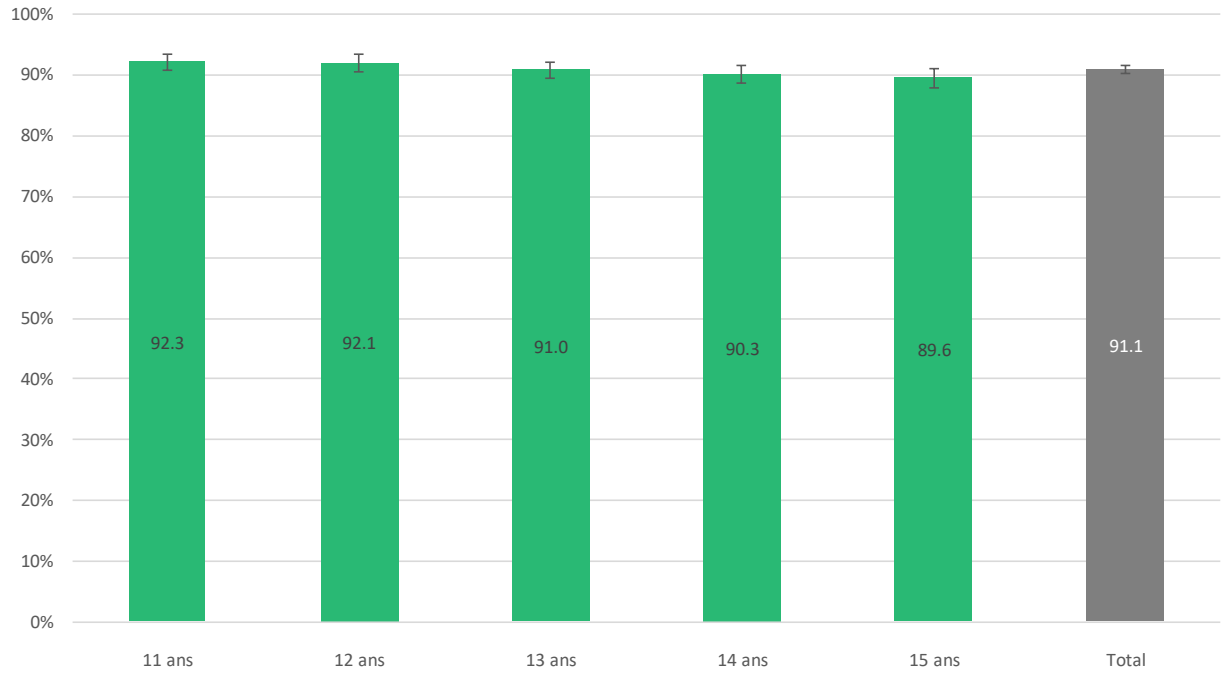
3.4.3.3 Autre

Consommation de pizza

La pizza est un plat qui, en fonction des aliments qui le composent, peut être considéré comme équilibré ou non.

En 2018, la vaste majorité des élèves de 11 à 15 ans (91.1%) - les garçons (89.2%) à peu près autant que les filles (93.0%)[51] - mangeaient de la pizza au maximum une fois par semaine (figure 3.19). Cette fréquence de consommation est plus répandue chez les filles que chez les garçons dans tous les groupes d'âge[52] à l'exception des 11 ans[53] (tableau 3.1). Par ailleurs, cette fréquence de consommation relativement peu élevée tend à diminuer entre les groupes d'âge chez les garçons, ce qui signifie que chez eux ce plat est plus fréquemment consommé avec l'âge. Ce n'est par contre par le cas chez les filles, où ce type de consommation reste relativement stable entre les 11 ans et les 15 ans.

Figure 3.19 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui mangent des **pizzas** au maximum une fois par semaine, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 91.1% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré manger des pizzas au maximum une fois par semaine**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

[51] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles: F(1, 714)=50.1975, p<.001

[52] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 12 ans: F(1, 714)=7.2575, p<.01 ; de 13 ans: F(1, 714)=6.3255, p<.05 ; de 14 ans: F(1, 714)=29.4411, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 714)=13.9658, p<.001

[53] Différence statistiquement non significative entre les garçons et les filles de 11 ans: F(1, 714)=2.2092, p=0.1376

3.4.4 Suivi de la recommandation concernant le nombre de portions de fruits et légumes (estimation sur la base de données déclaratives)

Dans le cadre de l'enquête HBSC 2018, deux questions ont pour la première fois été posées concernant le nombre de portions de fruits et de légumes consommées habituellement par jour. Sur cette base, un indicateur a pu être créé qui permet d'estimer, sur la base de leurs déclarations, la part des élèves de 11 à 15 ans qui consomment au moins cinq portions de fruits et légumes chaque jour (voir point 3.3.4).

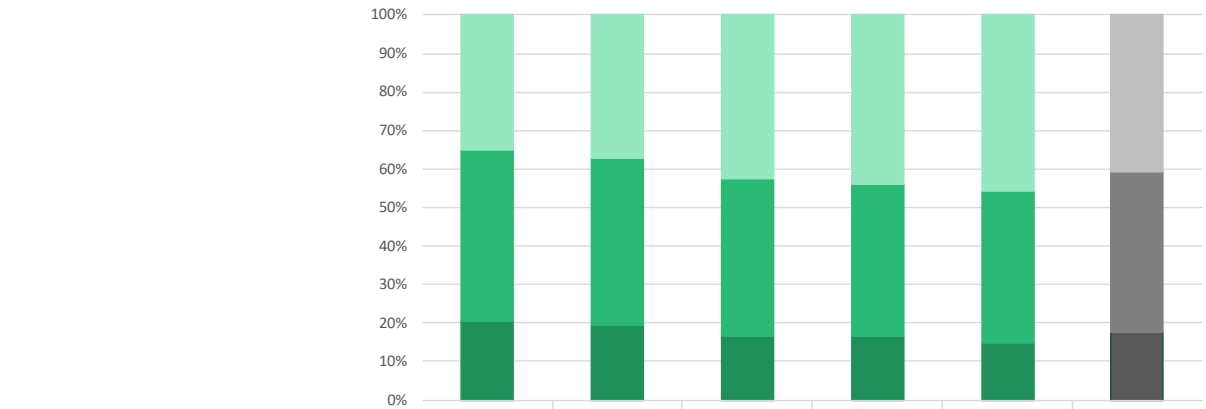
La figure 3.20 montre, parmi les élèves de 11 à 15 ans qui ont répondu aux deux questions (fréquence de consommation et nombre de portions consommées), les proportions de ceux/celles qui

1) *suivent la recommandation de consommer au moins 5 portions de fruits et légumes chaque jour, indépendamment de la répartition des portions entre fruits et légumes*

2) *ne suivent pas la recommandation relative au nombre de portions quotidiennes, mais consomment chaque jour des fruits et/ou des légumes*

3) *ne consomment ni fruits, ni légumes chaque jour*

Figure 3.20 *Suivi ou non de la **recommandation de consommer au moins cinq portions de fruits et légumes chaque jour** (estimation)[a], parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	Total
ne consomme ni fruits ni légumes chaque jour	35.0	37.1	42.5	43.9	45.7	40.8
ne suit pas la recommandation, mais mange des fruits et/ou des légumes chaque jour	44.6	43.4	40.9	39.6	39.5	41.6
suit la recommandation 'au moins 5 portions de fruits et légumes chaque jour'	20.4	19.5	16.6	16.6	14.8	17.6

Exemple de lecture: **en 2018, 17.6% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré consommer chaque jours 5 portions ou plus de fruits et légumes**

Remarque: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
[a] Résultats basés sur des données déclaratives et non sur une mesure des portions

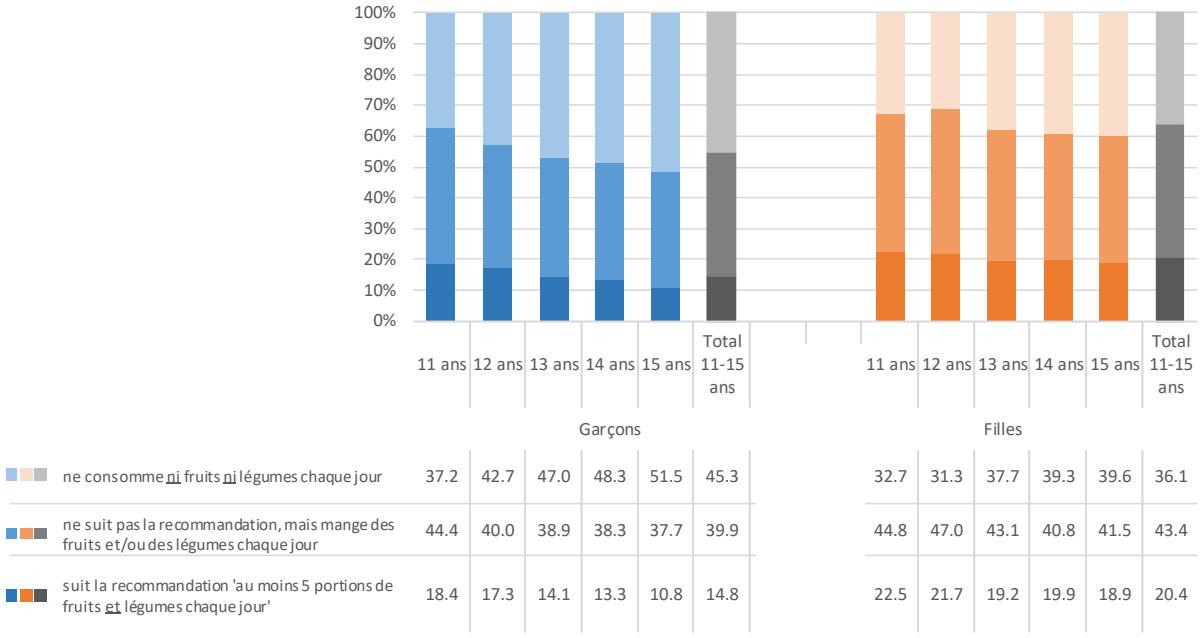
Sur la base de cet indicateur, on peut estimer qu'en 2018, environ un-e élève de 11 à 15 ans sur six mangeait habituellement au moins cinq portions de fruits et légumes par jour (peu importe la répartition entre portions de fruits et portions de légumes), sachant que cette proportion diminue entre les 11 ans et les 15 ans chez les garçons[54] (figure 3.21). La baisse qui se dessine chez les filles n'est en revanche pas

[54] Différence de distribution entre les âges statistiquement significative pour les garçons: F(3.95, 2820.13)=7.4730, p<.001

statistiquement significative. Par ailleurs, les filles sont proportionnellement plus nombreuses à consommer chaque jour au moins cinq portions de fruits et légumes que les garçons dans tous les groupes d'âge[55] (figure 3.21).

À l'inverse, on observe que 40.8% des élèves de 11 à 15 ans ne consommaient ni fruits, ni légumes chaque jour (figure 3.20). Cette proportion était plus grande chez les garçons que chez les filles (figure 3.21), dans tous les groupes d'âge.

Figure 3.21 *Suivi ou non de la **recommandation de consommer au moins cinq portions de fruits et légumes chaque jour** (estimation)[a], parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe et l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 14.8% des garçons de 11 à 15 ans et 20.4% des filles du même groupe d'âge ont déclaré manger au moins cinq portions de fruits et légumes chaque jour**

Remarques: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**
[a] Résultats basés sur des données déclaratives et non sur une mesure des portions.

[55] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 11 ans: F(1, 714)=5.1691, p<.05 ; de 12 ans: F(1, 714)=7.5318, p<.01 ; de 13 ans: F(1, 714)=9.4433, p<.01 ; de 14 ans: F(1, 714)=15.8186, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 714)=19.9516, p<.001

3.4.5 Score moyen des « aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle »

Comme décrit au point 3.3.5, une échelle de score de consommation d'aliments et boissons qui ne devraient être consommés que de manière occasionnelle a été créée. Le score des élèves varie de 1 et 7. Les élèves avec un score de 1 ne consomment jamais d'aliments/boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle (c'est-à-dire des hamburgers/hot-dogs, bonbons/chocolats, colas ou autres boissons sucrées, chips/frites, boissons énergisantes). Les élèves avec une valeur égale à 7, à l'opposé, consomment ces aliments/boissons plusieurs fois par jour.

Tableau 3.2 Score « aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle », moyenne et écart-type par groupe d'âge, selon le sexe (HBSC 2018)

		score moyen sur une échelle graduée de 1 à 7	*écart type*
Total[a]	11 ans	2.80	.81
	12 ans	2.89	.82
	13 ans	3.05	.84
	14 ans	3.13	.90
	15 ans	3.16	.87
	Total 11 à 15 ans	3.01	.86
Garçons[b]	11 ans	2.89	.83
	12 ans	2.99	.85
	13 ans	3.15	.87
	14 ans	3.28	.91
	15 ans	3.28	.89
	Total 11 à 15 ans	3.12	.89
Filles[b]	11 ans	2.71	.77
	12 ans	2.79	.77
	13 ans	2.94	.79
	14 ans	2.98	.86
	15 ans	3.04	.84
	Total 11 à 15 ans	2.89	.82

Exemple de lecture: **en 2018, chez les garçons de 11 ans le score moyen sur une échelle de 1 à 7 est de 2.89, avec un écart-type de 0.83.**

Remarques:
[a] Les résultats se basent sur des données pondérées.
[b] Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.

Le tableau 3.2 présente, séparément pour les filles et les garçons et pour l'ensemble des élèves de 11 à 15 ans, la moyenne et l'écart-type de ce score par groupe d'âge. Une analyse de variance (ANOVA à un facteur) réalisée séparément pour les garçons et pour les filles montre que le score tend à augmenter entre les groupes d'âge [garçons : $F(4, 5477) = 44.937$, $p < .001$; filles : $F(4, 5218) = 29.972$, $p < .001$]. Ainsi, chez les garçons de 11 ans la moyenne est de 2.89, alors que chez les garçons de 15 ans elle atteint 3.28

(écart-type=0.89)[56]. Les filles de 11 ans ont un score moyen de 2.71 tandis que la moyenne atteint une valeur de 3.04 (écart-type=0.84) chez les filles de 15 ans[57].

On peut par ailleurs constater que le score moyen est, dans tous les groupes d'âge, plus élevé chez les garçons que chez les filles[58], ce qui signifie que les garçons ont, comparés aux filles, tendance à manger plus fréquemment des aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle[59].

3.4.6 Relation entre différentes habitudes en matière d'alimentation

Existe-t-il une relation entre la fréquence du vrai petit déjeuner et les portions de fruits et légumes consommées quotidiennement resp. la consommation d'aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle ? Pour répondre à ces questions, des modèles de régression ont été calculés (pour les détails voir annexe 3.20)[60].

Les résultats d'une régression logistique multiple – exprimés en Odds Ratios (OR, rapports de cotes) – montrent que les élèves 11 à 15 ans qui prennent **un vrai petit déjeuner chaque jour** ont une **plus grande probabilité de consommer au moins cinq portions de fruits et de légumes par jour** que les élèves qui font ce repas moins souvent (OR = 1.75, p < .001, IC 95% : 1.57, 1.94 ; pour l'interprétation des OR, voir le sous-chapitre 2.5)[61]. Ceci vaut indépendamment de l'âge et du sexe des élèves.

De leur côté, les résultats d'une régression linéaire multiple – exprimés au moyen d'un coefficient de régression b non standardisé – montrent que les élèves de 11 à 15 ans qui prennent **un vrai petit déjeuner chaque jour** sont **moins enclin-e-s à consommer des aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle** (b = .22, p < 0.001, IC 95% : .18, .25) et ceci indépendamment de leur sexe et de leur âge. À noter que la variance expliquée (R^2) atteint une valeur de 6% seulement. Ainsi, pour prédire (au sens statistique) de manière appropriée si un-e élève consomme fréquemment des aliments et/ou boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle, de nombreux autres facteurs entrent en ligne de compte.

Ces résultats suggèrent que des comportements recommandés en matière d'alimentation ont tendance à se cumuler. Ils vont ainsi dans le sens de la littérature qui montre que les comportements favorables à la santé sont souvent étroitement corrélés entre eux (tout comme les comportements à risque le sont entre eux) (Spring et al., 2012).

[56] Post-hoc comparaisons (avec correction selon Bonferroni), garçons : différence entre les 11 et 12 ans : p = n.s. ; différence les 12 et 13 ans : p < .001 ; différence les 13 et 14 ans : p = .005 ; différence entre les 14 et 15 ans : p = n.s.

[57] Post-hoc comparaisons (avec correction selon Bonferroni), filles : différence les 11 et 12 ans : p = n.s. ; différence entre les 12 et 13 ans : p < .001 ; différence entre les 13 et 14 ans : p = n.s. ; différence entre les 14 et 15 ans : p = n.s.

[58] Comparaisons entre les garçons et les filles, selon le groupe d'âge : 11 ans : $t(2153) = 5.20$, $p < .001$; 12 ans : $t(2149) = 5.80$, $p < .001$; 13 ans : $t(2140) = 5.90$, $p < .001$; 14 ans : $t(2134) = 8.00$, $p < .001$; 15 ans : $t(2121) = 6.55$, $p < .001$

[59] Les analyses présentées ont été calculées à l'aide du logiciel SPSS (IBM SPSS Statistics version 22). Les analyses ont été recalculées à l'aide du logiciel Stata (Stata/SE 15.0, StataCorp LLC) afin de pouvoir tenir compte de l'effet de l'échantillon par grappes. Les résultats correspondent aux résultats présentés.

[60] Pour les deux analyses statistiques effectuées séparément, l'indicateur suivant a été utilisé comme variable indépendante : fréquence du vrai petit-déjeuner (catégorie d'intérêt = 1'chaque jour'). Les variables dépendantes (expliquées) sont le 'score d'aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle' (valeurs de 1 à 7, où 7 signifie la fréquence maximum) et 'nombre de portions de fruits et légumes consommées par jour' (catégorie d'intérêt=1'oui').

[61] Pour les besoins de cette analyse, l'indicateur qui permet d'estimer le nombre de portions de fruits et légumes consommés habituellement par jour (voir point 3.3.4) a été dichotomisé, ce qui permet de comparer deux groupes distincts : les élèves qui consomment au moins cinq portions de fruits et légumes par jour et ceux/celles qui en consomment moins.

3.5 Évolution au fil du temps

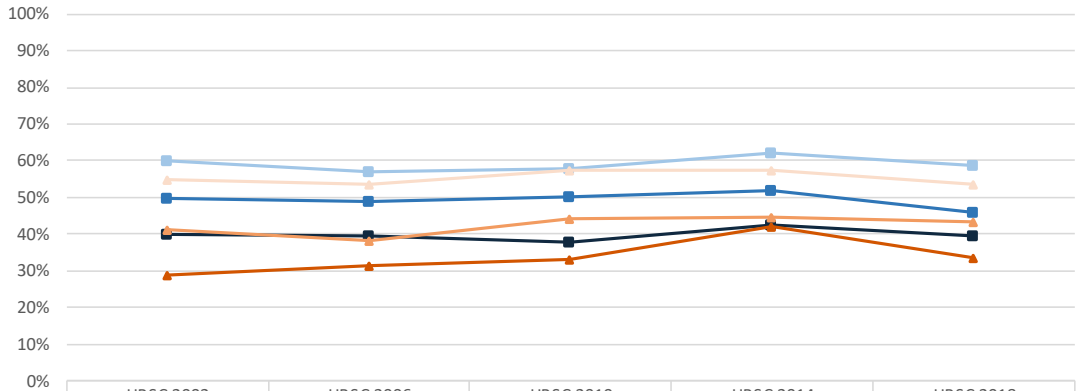
Dans le cadre de l'enquête HBSC, la plupart des questions dédiées aux habitudes alimentaires ont été introduites dans le questionnaire en 2002 et permettent ainsi un suivi sur 16 années. Les exceptions relatives à l'étendue de la période d'observation sont signalées dans le texte.

3.5.1 Fréquence du (vrai) petit déjeuner

Globalement, la part des élèves de 11 à 15 ans qui prennent un vrai petit déjeuner tous les jours de la semaine a légèrement augmenté en 2014 par rapport à 2010, puis a légèrement baissé en 2018. Ainsi, en 2018 (46.0%) la part était similaire à celle enregistrée en 2002 (46.1%).

La figure 3.22 représente le détail pour les garçons et de filles de 11, 13 et 15 ans. De manière générale, on ne constate que peu d'évolution entre 2002 et 2010[62]. Ensuite, les proportions semblent légèrement augmenter entre 2010 et 2014 dans certains sous-groupes d'âge et de sexe[63] [64], puis partir à la baisse entre 2014 et 2018, bien que ce recul ne soit statistiquement significatif que pour les garçons de 13 ans[65]. Le sous-groupe des filles de 15 ans fait exception, en affichant une augmentation des proportions entre 2002 (29.0%) et 2014 (42.2%)[66], suivie d'une baisse significative en 2018 (33.4%)[67].

Figure 3.22 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui prennent un **vrai petit déjeuner** tous les jours, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018)*



	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	60.2	57.1	57.8	62.0	58.5
Garçons 13 ans	49.9	48.8	50.0	52.0	45.9
Garçons 15 ans	40.2	39.4	37.8	42.5	39.7
Filles 11 ans	54.9	53.5	57.5	57.4	53.7
Filles 13 ans	41.3	38.4	44.3	44.6	43.2
Filles 15 ans	29.0	31.5	33.2	42.2	33.4
Total 11 - 15 ans	46.1	44.4	45.9	49.3	46.0

Exemple de lecture: **en 2018, 39.7% des garçons de 15 ans et 33.4% des filles du même âge ont déclaré prendre un vrai petit déjeuner chaque jour**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

[62] Différence statistiquement non significative entre les enquête 2002 et 2010 pour les 11 à 15 ans: $F(1, 1216)=0.1498$, $p=0.6987$.

[63] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2010 et 2014 pour les garçons de 13 ans: $F(1, 1049)=4.6524$, $p<.05$; de 15 ans: $F(1, 1049)=7.6856$, $p<.01$; les filles de 15 ans: $F(1, 1049)=17.9002$, $p<.001$.

[64] Différence statistiquement non significative entre les enquête 2010 et 2014 pour les garçons de 11 ans: $F(1, 1049)=2.5327$, $p=0.1118$; les filles de 11 ans: $F(1, 1049)=0.3870$, $p=0.5340$; de 13 ans: $F(1, 1049)=0.0238$, $p=0.8775$.

[65] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les garçons de 13 ans: $F(1, 1343)=6.6104$, $p<.05$.

[66] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2002 et 2014 pour les filles de 15 ans: $F(1, 1217)=29.4138$, $p<.001$.

[67] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les filles de 15 ans: $F(1, 1343)=11.2125$, $p<.001$.

3.5.2 Fréquence de consommation d'aliments et boissons

On distingue ici trois groupes d'aliments et boissons, soit ceux dont la consommation est recommandée, ceux dont la consommation devrait rester occasionnelle et une catégorie « autre » incluant la pizza, plat dont la qualité nutritionnelle dépend dans une large mesure de sa composition. Pour plus d'informations concernant la constitution de ces trois groupes, se référer au point 3.4.3.

Pour chaque aliment ou boisson, une fréquence de consommation spécifique est proposée. À ce sujet, il est important de préciser que chaque fréquence s'inspire d'une recommandation de la « Pyramide alimentaire suisse », mais ne permet en aucun cas une comparaison avec celle-ci. En effet, **une fréquence ne permet de refléter ni les quantités consommées, ni le mode de préparation de l'aliment**. Les réponses plus détaillées des élèves de 11 à 15 ans figurent dans les annexes 3.5 à 3.18. Pour la bonne compréhension des résultats présentés, il est important de savoir ce que recouvrent les questions posées. À cet effet, nous renvoyons le lecteur/la lectrice au sous-chapitre 3.3.

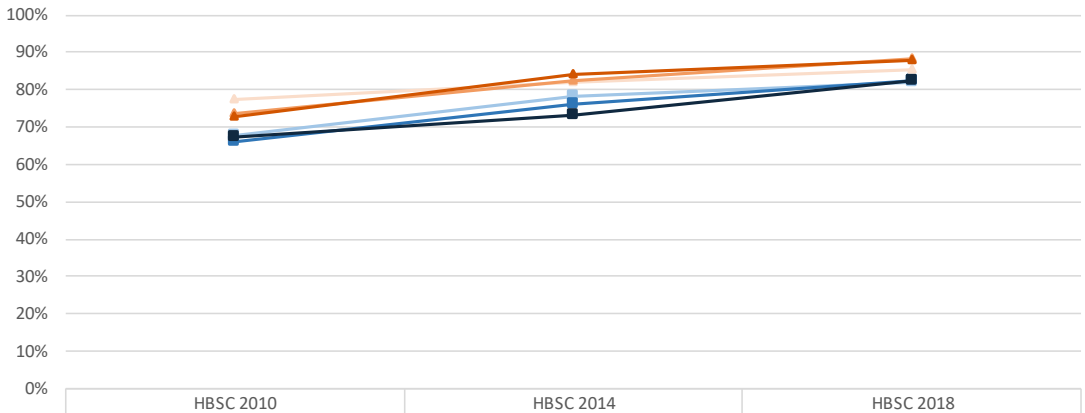
3.5.2.1 Aliments et boissons dont la consommation est recommandée

Consommation d'eau et d'autres boissons non sucrées

La question concernant l'eau et les autres boissons non sucrées a été posée pour la première fois en 2010. Par ailleurs, il est possible qu'en répondant à cette question, des élèves aient inclus les boissons dites « light » ou « zero », car celles-ci contiennent peu ou pas de sucre. Or, en raison de leur teneur en acides néfastes pour l'émail des dents, ces boissons sont classées dans la même catégorie que les colas.

Globalement, la part des élèves de 11 à 15 ans qui boivent de l'eau ou d'autres boissons non sucrées au moins une fois par jour a augmenté de manière linéaire entre 2010 (70.5%) et 2018 (84.6%).

Figure 3.23 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui boivent de l'**eau ou d'autres boissons non sucrées** au moins une fois par jour, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2010-2018)*



	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	67.7	78.2	82.0
Garçons 13 ans	66.1	76.0	82.5
Garçons 15 ans	67.3	73.3	82.3
Filles 11 ans	77.2	81.8	85.5
Filles 13 ans	73.8	82.3	88.5
Filles 15 ans	72.7	84.0	88.0
Total 11-15 ans	70.5	78.8	84.6

Exemple de lecture: **en 2018, 82.0% des garçons de 11 ans et 85.5% des filles du même âge ont déclaré boire de l'eau ou d'autres boissons non sucrées au moins une fois par jour**

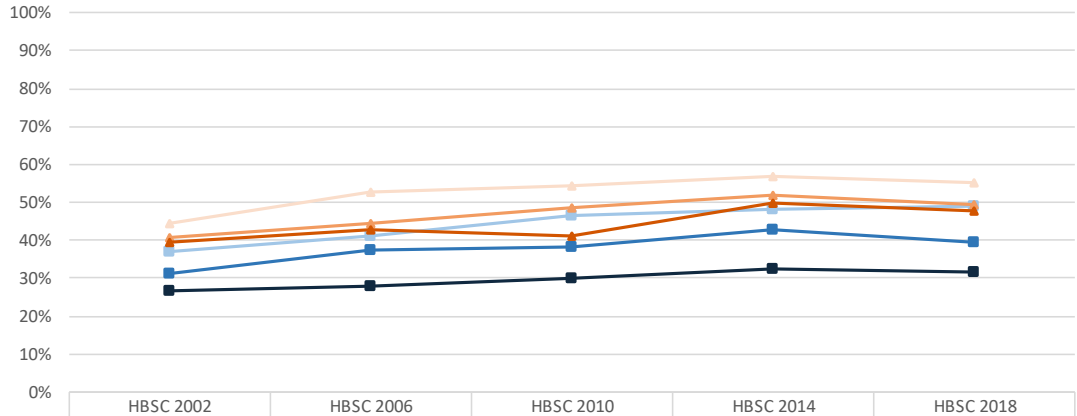
Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

Dans le détail, on voit que chez les garçons de 11, 13 et 15 ans (figure 3.23), les proportions sont passées respectivement de 67.7%, 66.1% et 67.3% en 2010, à 78.2%, 76.0% et 73.3% en 2014[68], pour atteindre finalement 82.0%, 82.5% et 82.3% en 2018[69]. Chez les filles, ces proportions atteignaient respectivement 77.2%, 73.8% et 72.7% en 2010, 81.8%, 82.3% et 84.0% en 2014[70], et 85.5%, 88.5% et 88.0% en 2018[71].

Consommation de fruits

Globalement, la part des élèves de 11 à 15 ans qui consomment des fruits au moins une fois par jour a eu tendence à augmenter entre 2002 (35.9%) et 2014 (46.7%), tandis qu'en 2018 (45.7%) cette part est restée à un niveau proche de celui de 2014.

Figure 3.24 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment des **fruits** au moins une fois par jour, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018)*



	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	37.0	41.3	46.6	48.3	49.1
Garçons 13 ans	31.4	37.2	38.2	42.9	39.3
Garçons 15 ans	26.6	27.8	29.8	32.5	31.7
Filles 11 ans	44.3	52.6	54.3	57.0	55.2
Filles 13 ans	40.8	44.4	48.6	52.0	49.3
Filles 15 ans	39.5	42.7	41.3	49.9	47.7
Total 11 - 15 ans	35.9	40.9	42.8	46.7	45.7

Exemple de lecture: **en 2018, 49.1% des garçons de 11 ans et 55.2% des filles du même âge ont déclaré manger des fruits au moins une fois par jour**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

Dans le détail (figure 3.24), on constate une augmentation entre 2002 et 2014 autant chez les garçons que chez les filles de tous les groupes d'âge. Chez les garçons, les proportions sont passées de 37.0% chez les 11 ans, 31.4%, chez les 13 ans et, 26.6% chez les 15 ans en 2002, à respectivement 48.3%, 42.9% et 32.5% en 2014[72]. Chez les filles, les proportions sont passées de 44.3% chez les 11 ans, 40.8% chez les

[68] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2010 et 2014 pour les garçons de 11 ans: F(1, 1049)=22.3360, p<.001 ; de 13 ans: F(1, 1049)=19.7622, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 1049)=6.8839, p<.05.

[69] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les garçons de 11 ans: F(1, 1343)=4.3277, p<.05 ; de 13 ans: F(1, 1343)=11.2938, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 1343)=19.4935, p<.001.

[70] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2010 et 2014 pour les filles de 11 ans: F(1, 1049)=4.8532, p<.05 ; de 13 ans: F(1, 1049)=20.1908, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 1049)=29.7587, p<.001.

[71] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les filles de 11 ans: F(1, 1343)=4.3094, p<.05 ; de 13 ans: F(1, 1343)=15.4915, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 1343)=5.5129, p<.05.

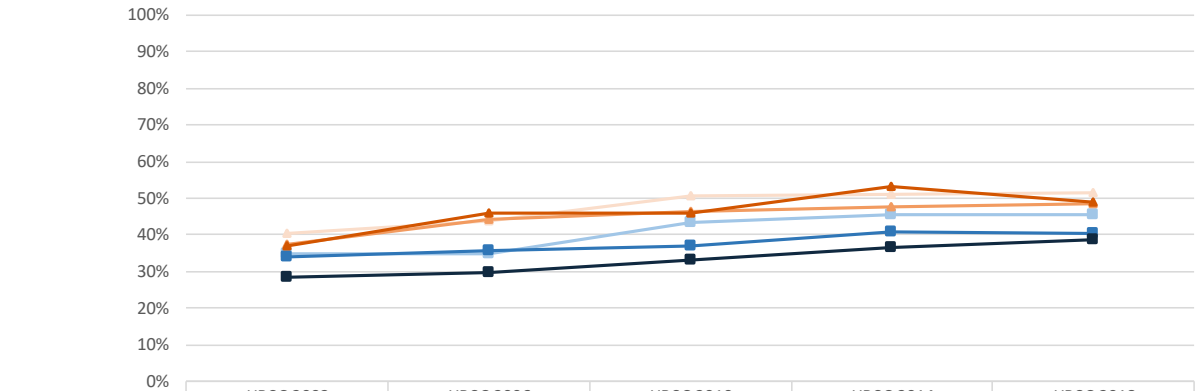
[72] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2002 et 2014 pour les garçons de 11 ans: F(1, 1217)=20.2849, p<.001 ; de 13 ans: F(1, 1217)=26.7614, p<.001; de 15 ans: F(1, 1217)=6.4205, p<.05.

13 ans et, 39.5% chez les 15 ans en 2002, à respectivement 57.0%, 52.0% et 49.9% en 2014[73]. En 2018, les proportions semblent rester à un niveau similaire à celui de 2014, autant chez les garçons que chez les filles de tous les groupes d'âge[74] [75].

Consommation de légumes

Globalement, à l'instar de ce qui est observé pour les fruits, la part des élèves de 11 à 15 ans qui consomment des légumes au moins une fois par jour a eu tendance à augmenter entre 2002 (34.9%) et 2014 (45.0%), tandis qu'en 2018 (45.5%) cette part est restée à un niveau proche de celui de 2014.

Figure 3.25 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment des **légumes** au moins une fois par jour, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018)*



	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	34.7	34.9	43.5	45.7	45.5
Garçons 13 ans	33.9	35.9	36.8	40.7	40.2
Garçons 15 ans	28.5	29.8	33.1	36.8	38.8
Filles 11 ans	40.5	43.9	50.8	51.1	51.6
Filles 13 ans	37.6	44.4	46.5	47.7	48.5
Filles 15 ans	36.9	45.9	45.9	53.2	48.9
Total 11 - 15 ans	34.9	38.8	42.2	45.0	45.5

Exemple de lecture: **en 2018, 45.5% des garçons de 11 ans et 51.6% des filles du même âge ont déclaré manger des légumes au moins une fois par jour**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

Dans le détail (figure 3.25), on observe une nette augmentation des proportions d'élèves qui consomment des légumes au moins une fois par jour entre 2002 et 2014 dans tous les sous-groupes d'âge et de sexe[76]. Cette augmentation est particulièrement marquée chez les élèves de 11 ans entre 2006 (garçons: 34.9% ; filles: 43.9%) et 2010 (garçons: 43.5% ; filles: 50.8%)[77], ainsi que chez les filles de 15 ans entre 2010

[73] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2002 et 2014 pour les filles de 11 ans: F(1, 1217)=25.5003, p<.001 ; de 13 ans: F(1, 1217)=25.4247, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 1217)=15.5358, p<.001.

[74] Différence statistiquement non significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les garçons de 11 ans: F(1, 1343)=0.1460, p=0.7024 ; de 13 ans: F(1, 1343)=2.5907, p=0.1077 ; de 15 ans: F(1, 1343)=0.0947, p=0.7584.

[75] Différence statistiquement non significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les filles de 11 ans: F(1, 1343)=0.5870, p=0.4437 ; de 13 ans: F(1, 1343)=1.4035, p=0.2363 ; de 15 ans: F(1, 1343)=0.6976, p=0.4037.

[76] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2002 et 2014 pour les garçons de 11 ans: *F*(1, 1217)=19.8062, p<.001; de 13 ans: *F*(1, 1217)=7.7548, p<.01; de 15 ans: *F*(1, 1217)=12.7566, p<.001; les filles de 11 ans: *F*(1, 1217)=16.0090, p<.001; de 13 ans: *F*(1, 1217)=16.7729, p<001; de 15 ans: *F*(1, 1217)=34.9252, p<.001.

[77] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2006 et 2010 pour les garçons de 11 ans: *F*(1, 1216)=12.8654, p<.001; les filles de 11 ans: *F*(1, 1216)=6.9615, p<.01.

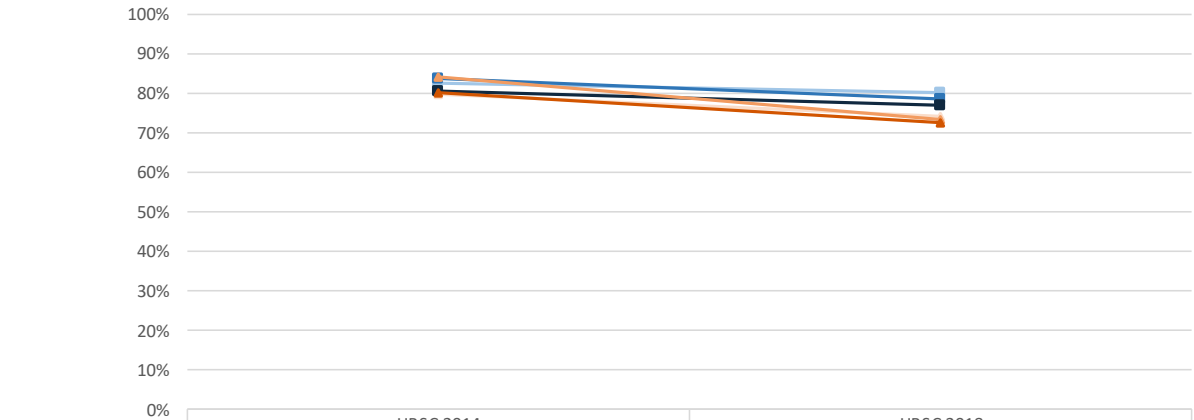
(45.9%) et 2014 (53.2%)[78]. En 2018, les proportions apparaissent à un niveau similaire à celui de 2014, autant chez les garçons que chez les filles de tous les groupes d'âge[79].

Consommation de pain

Depuis 2014, la question concernant le pain ne permet pas de faire la distinction entre pain blanc et pain complet.

Globalement, la part des élèves de 11 à 15 ans qui mangent du pain au moins 5 jours par semaine est plus basse en 2018 (76.3%) qu'en 2014 (81.9%).

Figure 3.26 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui mangent du **pain** au moins 5 jours par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2014-2018)*



	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	82.8	80.4
Garçons 13 ans	84.0	78.7
Garçons 15 ans	80.7	77.0
Filles 11 ans	80.1	74.3
Filles 13 ans	84.4	73.8
Filles 15 ans	80.5	72.8
Total 11 - 15 ans	81.9	76.3

Exemple de lecture: **en 2018, 80.4% des garçons de 11 ans et 74.3% des filles du même âge ont déclaré manger du pain au moins 5 jours par semaine**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

Entre 2014 et 2018, la part des élèves de 11, 13 et 15 ans qui mangent du pain au moins 5 jours par semaine a diminué dans la plupart des sous-groupe d'âge et de sexe considérés (figure 3.26). Font exception les garçons de 11 ans (2014: 82.8%; 2018: 80.4%) et 15 ans (2014: 80.7%; 2018: 77.0%[80]), chez qui la légère baisse observée n'est pas statistiquement significative. La baisse est par contre bien marquée

[78] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2010 et 2014 pour les filles de 15 ans: F(1, 1049)=6.8220, p<.05.

[79] Différence statistiquement non significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les garçons de 11 ans: F(1, 1343)=0.0095, p=0.8222 ; de 13 ans: F(1, 1343)00.0361, p=0.8493 ; de 15 ans: F(1, 1343)=0.6664, p=0.4145 ; les filles de 11 ans: F(1, 1343)=0.0539, p=0.8164, de 13 ans: F(1, 1343)=0.1020, p=0.7495 ; de 15 ans: F(1, 1343)=2.3818, p=0.1230.

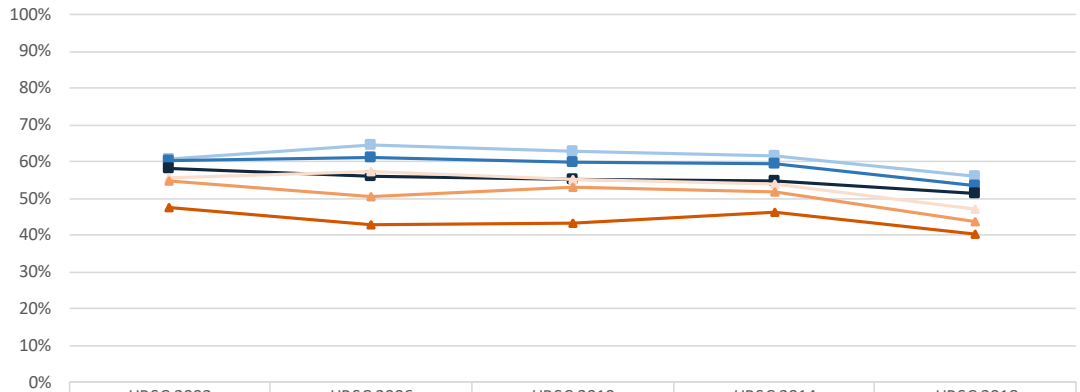
[80] Différence statistiquement non significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les garçons de 11 ans: F(1, 1343)=1.6569, p=0.1982 ; de 15 ans: F(1, 1343)=3.2711, p=0.0707.

chez les garons de 13 ans (2014: 84.0%; 2018: 78.7%[81]) et surtout chez les filles de 11 ans (2014: 80.1%; 2018: 74.3%), de 13 ans (2014: 84.4%; 2018: 73.8%) et de 15 ans (2014: 80.5%; 2018: 72.8%)[82].

Consommation de lait

Globalement, la part des élèves de 11 à 15 ans qui consomment du lait au moins une fois par jour est restée assez stable entre 2002 (56.6%) et 2014 (54.9%), ce qui vaut d'ailleurs pour tous les sous-groupes d'âge et de sexe[83] (figure 3.27). En revanche, on observe une nette diminution entre 2014 et 2018 (49.1%).

Figure 3.27 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment du **lait** au moins une fois par jour, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018)*



	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	60.8	64.7	63.0	61.6	56.1
Garçons 13 ans	60.2	61.3	59.9	59.4	53.6
Garçons 15 ans	58.0	56.2	55.1	54.9	51.5
Filles 11 ans	55.8	57.2	55.1	54.1	47.1
Filles 13 ans	54.7	50.6	52.9	51.9	43.8
Filles 15 ans	47.4	43.0	43.2	46.4	40.2
Total 11 - 15 ans	56.6	55.7	55.0	54.9	49.1

Exemple de lecture: **en 2018, 56.1% des garçons de 11 ans et 47.1% des filles du même âge ont déclaré consommer du lait au moins une fois par jour**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

La diminution observée entre 2014 et 2018 concerne autant les garçons de 11 ans (2014: 61.6% ; 2018: 56.1%), 13 ans (2014: 59.4% ; 2018: 53.6%)[84] et 15 ans (2014: 54.9% ; 2018: 51.5% ; différence toutefois non statistiquement significative[85]), que les filles de 11 ans (2014: 54.1% ; 2018: 47.1%), 13 ans (2014: 51.9% ; 2018: 43.8%) et 15 ans (2014: 46.4% ; 2018 : 40.2%)[86].

[81] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les garçons de 13 ans: F(1, 1343)=8.9193, p<.05.

[82] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2014 2018 pour les filles de 11 ans: F(1, 1343)=7.5692, p<.05 ; de 13 ans: F(1, 1343)=30.5387, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 1343)=13.4164, p<.011.

[83] Différence statistiquement non significative entre les enquêtes 2002 et 2014 pour les garçons de 11 ans: F(1, 1217)=0.0889, p=0.7656 ; de 13 ans: F(1, 1217)=0.1070, p=0.7436 ; de 15 ans: F(1, 1217)=1.6094, p=0.2048 ; les filles de 11 ans: F(1, 1217)=0.4504, p=0.5023 ; de 13 ans: F(1, 1217)=1.8841, p=0.1701 ; de 15 ans: F(1, 1217)=0.1600, p=0.6892.

[84] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les garçons de 11 ans: F(1, 1343)=5.3341, p<.05 ; de 13 ans: F(1, 1343)=7.5431, p<.05.

[85] Différence statistiquement non significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les garçons de 15 ans: F(1, 1343)=2.1083, p=0.1467.

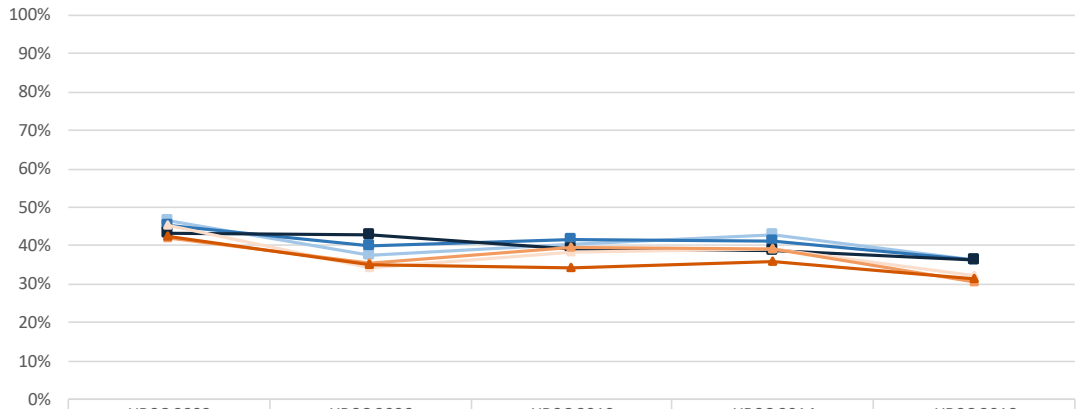
[86] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les filles de 11 ans: F(1, 1343)=8.5497, p<.05 ; de 13 ans: F(1, 1343)=14.3489, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 1343)=6.3701, p<.05.

Consommation de produits laitiers

Dans la batterie de questions dédiée aux aliments et boissons, les produits laitiers tels que fromage, yogourts, chocodrinks et séré font l'objet d'une question séparée de celle consacrée au lait.

Globalement, la part des élèves de 11 à 15 ans qui consomment des produits laitiers au moins une fois par jour a reculé entre 2002 (43.9%) et 2006 (38.4%), ce qui vaut d'ailleurs pour tous les sous-groupes d'âge et de sexe[87] excepté les garçons de 15 ans[88]. S'en suit une relative stabilité jusqu'en 2014 (39.2%), puis à nouveau une baisse en 2018 (34.1%).

Figure 3.28 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment **des produits laitiers** au moins une fois par jour, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018)*



	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	46.4	37.5	40.3	42.7	36.2
Garçons 13 ans	45.2	39.7	41.5	41.1	36.3
Garçons 15 ans	43.1	42.7	39.1	38.7	36.1
Filles 11 ans	45.4	34.1	38.3	38.9	32.2
Filles 13 ans	42.1	35.6	39.4	39.0	30.7
Filles 15 ans	42.4	35.0	34.2	35.8	31.3
Total 11 - 15 ans	43.9	38.4	38.7	39.2	34.1

Exemple de lecture: **en 2018, 36.2% des garçons de 11 ans et 32.2% des filles du même âge ont déclaré consommer des produits laitiers au moins une fois par jour**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

Dans le détail (figure 3.28), les proportions passent ainsi de 42.7% chez les garçons de 11 ans et 41.1% chez ceux de 13 ans en 2014 à respectivement 36.2% et 36.3% en 2018[89]. Chez les filles, elles passent de 38.9% chez les 11 ans, 39.0% chez les 13 ans et 35.8% chez les 15 ans en 2014, à respectivement 32.2%, 30.7% et 31.3% en 2018. Chez les garçons de 15 ans, les proportions semblent diminuer de manière linéaire entre 2006 (42.7%) et 2018 (36.1%)[90].

[87] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2002 et 2006 pour les garçons de 11 ans: F(1, 1177)=11.3708, p<.001 ; de 13 ans: F(1, 1177)=5.7862, p<.05 ; les filles de 11 ans: F(1, 1177)=21.2630, p<.001 ; de 13 ans: F(1, 1177)=9.6584, p<.05 ; de 15 ans: F(1, 1177)=9.2831, p<.05.

[88] Différence statistiquement non significative entre les enquête 2002 et 2006 pour les garçons de 15 ans: F(1, 1177)=0.0261, p=0.8718.

[89] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les garçons de 11 ans: F(1, 1343)=8.3671, p<.05 ; de 13 ans: F(1, 1343)=4.7847, p<.05 ; les filles de 11 ans: F(1, 1343)=8.5569, p<.05 ; de 13 ans: F(1, 1343)=14.4844, p<.001 ; de 15 ans: F(1, 1343)=4.0217, p<.05.

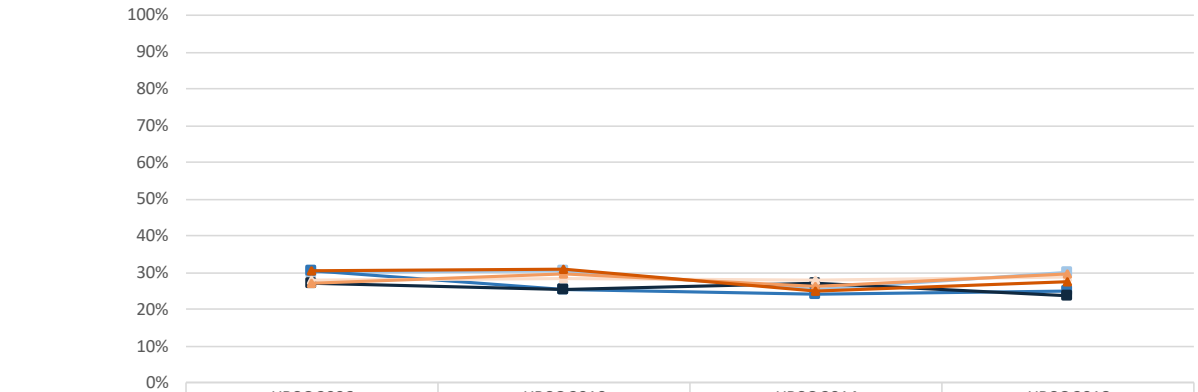
[90] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2006 et 2018 pour les garçons de 15 ans: F(1, 1303)=8.5989, p<.05.

Consommation de viande

Incluse dans le questionnaire HBSC depuis 2006, la question relative à la consommation de viande ne précise pas quels types de produits carnés sont couverts par le terme 'viande', si bien que les élèves ont pu par exemple y inclure ou non la volaille et la charcuterie.

Globalement, sur la période 2006-2018, la part des élèves de 11 à 15 ans qui consomment de la viande 2 à 4 jours par semaine – fréquence qui laisse supposer une alternance dans les produits protéiques consommés – est restée relativement stable, oscillant entre 26.1% (2014) et 29.0% (2006).

Figure 3.29 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment de la **viande** 2 à 4 jours par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2006-2018)*



	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	29.9	30.5	25.2	30.2
Garçons 13 ans	30.7	25.5	23.9	25.1
Garçons 15 ans	27.1	25.6	27.0	23.7
Filles 11 ans	27.8	28.3	27.9	28.9
Filles 13 ans	27.1	29.8	26.3	29.6
Filles 15 ans	30.5	30.9	25.1	27.6
Total 11 - 15 ans	29.0	28.7	26.1	27.6

Exemple de lecture: **en 2018, 30.2% des garçons de 11 ans et 28.9% des filles du même âge ont déclaré consommer de la viande 2 à 4 jours par semaine**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

Dans le détail (figure 3.29), on observe une évolution un peu différente en fonction du sous-groupe d'âge et de sexe considéré. Chez les garçons de 11 ans et chez les filles de 15 ans, les proportions étaient plus basses en 2014 (resp. 25.2% et 25.1%) qu'en 2010 (resp. 30.5% et 30.9%[91]), et semblent augmenter légèrement à nouveau en 2018 (resp.30.2% et 27.6%), bien que la différence ne soit significative d'un point de vue statistique que pour les garçons de 11 ans[92]. Les garçons de 13 ans affichent une diminution des proportions en 2014 (23.9%) par rapport à 2006 (30.7%)[93], tandis qu'en 2018 (25.2%) le taux est resté à un niveau comparable à 2014[94]. Pour les autres sous-groupes, on ne constate pas de changement significatif au fil du temps.

[91] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2010 et 2014 pour les garçons de 11 ans: F(1, 1049)=5.3874, p<.05 ; les filles de 15 ans: F(1, 1049=7.7213, p<.05.

[92] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les garçons de 11 ans: F(1, 1343)=5.7800, p<.05 ; non significative pour les filles de 15 ans: F81, 1343)=1.3149, p=0.2517.

[93] Différence statistiquement significative entre les enquête 2006 et 2014 pour les garçons de 13 ans: *F*(1, 1217)=10.6351, p<.01.

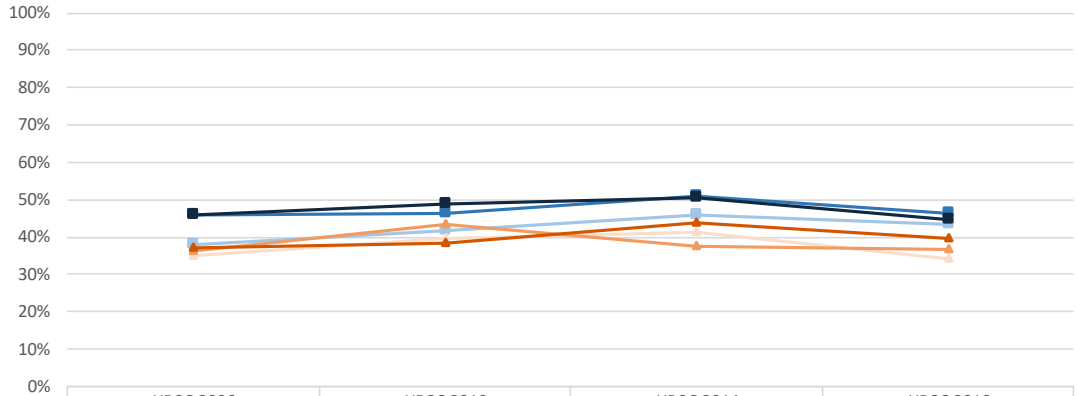
[94] Différence statistiquement non significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les garçons de 13 ans: *F*(1, 1343)=0.3539, p=0.5520.

Consommation de poisson

La question concernant le poisson a été incluse dans le questionnaire HBSC en 2006.

Globalement, comme pour la viande, il ne se dégage pas de tendance claire pour la période 2006-2018 s'agissant de la part des élèves de 11 à 15 ans qui consomment du poisson au moins une fois par semaine. Celle-ci oscille entre 40.2% (2006) et 44.8% (2014).

Figure 3.30 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment du **poisson** au moins une fois par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2006-2018)*



	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	38.0	41.8	45.9	43.4
Garçons 13 ans	45.9	46.3	50.8	46.5
Garçons 15 ans	46.1	48.7	50.7	44.7
Filles 11 ans	34.9	39.6	41.2	34.3
Filles 13 ans	36.4	43.4	37.7	36.9
Filles 15 ans	37.2	38.3	43.8	39.6
Total 11 - 15 ans	40.2	43.4	44.8	41.5

Exemple de lecture: **en 2018, 43.4% des garçons de 11 ans et 34.3% des filles du même âge ont déclaré consommer du poisson au moins une fois par semaine**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

Dans le détail (figure 3.30), la part des élèves qui consomment du poisson au moins une fois par semaine apparaît plus élevée en 2014 qu'en 2006 chez les garçons de 11 ans (resp. 38.0% et 45.9%), de 13 ans (resp. 45.9% et 50.8%), de 15 ans (resp. 46.1% et 50.7%), ainsi que chez les filles de 11 ans (resp. 34.9% et 41.2%) et de 15 ans (resp. 37.2% et 43.8%). La différence n'est toutefois statistiquement significative que pour les garçons de 11 ans et les filles de 11 et 15 ans[95]. Cette part semble ensuite diminuer en 2018, mais le recul n'est statistiquement significatif que pour les garçons de 15 ans et pour les filles de 11 ans[96]. Chez les filles de 13 ans, cette proportion augmente quant à elle entre 2006 (36.4%) et 2010 (43.4%)[97], diminue en 2014 (37.7%)[98] et reste à un niveau comparable en 2018 (36.9%)[99].

[95] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2006 et 2014 pour les garçons de 11 ans: $F(1, 1217)=8.3359$, $p<.01$; les filles de 11 ans: $F(1, 1217)=5.4778$, $p<.05$; de 15 ans: $F(1, 1217)=4.9966$, $p<.05$; non significative pour les garçons de 13 ans: $F(1, 1217)=3.8336$, $p=0.0505$; de 15 ans: $F(1, 1217)=3.2821$, $p=0.0703$; les filles de 13 ans: $F(1, 1217)=0.2731$, $p=0.6014$.

[96] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les garçons de 15 ans: $F(1, 1343)=5.8615$, $p<.05$; les filles de 11 ans: $F(1, 1343)=7.2063$, $p<.01$; non significative pour les garçons de 11 ans: $F(1, 1343)=1.0069$, $p=0.3158$; de 13 ans: $F(1, 1343)=3.1726$, $p=0.0751$; les filles de 15 ans: $F(1, 1343)=2.5079$, $p=0.1135$.

[97] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2006 et 2010 pour les filles de 13 ans: $F(1, 1216)=7.0603$, $p<.01$.

[98] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2010 et 2014 pour les filles de 13 ans: $F(1, 1049)=4.9937$, $p<.05$.

[99] Différence statistiquement non significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les filles de 13 ans: $F(1, 1343)=0.1208$, $p=0.7282$.

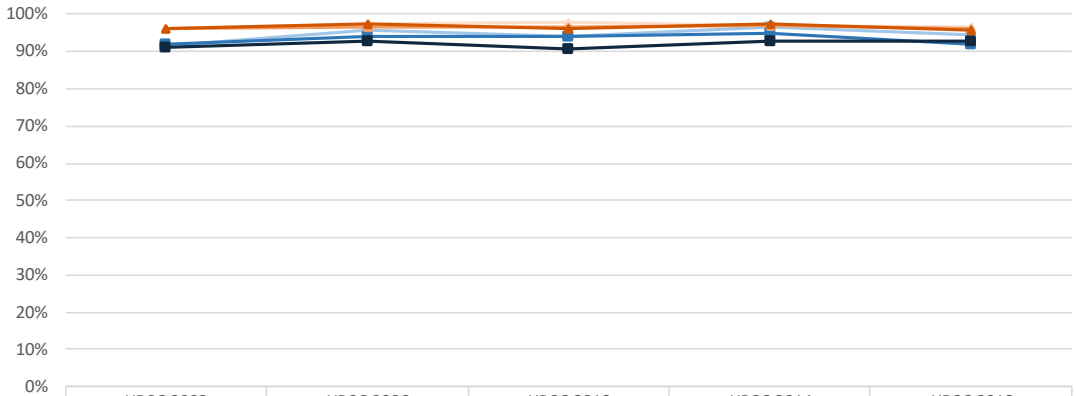
3.5.2.2 Aliments et boissons dont la consommation devrait rester occasionnelle

Ici, pour tous les aliments et boissons, la fréquence 'au maximum une fois par semaine' a été retenue, ceci afin de rendre compte du fait que la consommation de ces produits devrait rester occasionnelle. Dans l'interprétation des résultats, il faudra donc rester bien attentif au fait que la fréquence de consommation d'un aliment/boisson donné est en réalité d'autant plus basse que la prévalence présentée est élevée.

Consommation de hamburgers/hot dogs

Globalement, depuis 2002 la part des élèves de 11 à 15 ans qui consomment des hamburgers/hot dogs au maximum une fois par semaine dépasse les 90% et n'affiche que de minimes variations entre les années.

Figure 3.31 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment des **hamburgers/hot dogs** au maximum une fois par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018)*



	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	91.7	95.7	94.2	96.4	94.6
Garçons 13 ans	92.1	94.0	94.2	95.0	92.2
Garçons 15 ans	91.3	93.0	90.8	92.8	92.7
Filles 11 ans	96.3	97.4	98.1	97.0	96.5
Filles 13 ans	96.0	96.7	96.4	97.0	96.1
Filles 15 ans	96.0	97.5	96.0	97.5	95.7
Total 11 - 15 ans	93.7	95.5	94.9	95.9	94.8

Exemple de lecture: **en 2018, 94.6% des garçons de 11 ans et 96.5% des filles du même âge ont déclaré consommer des hamburgers/hot dogs au maximum une fois par semaine**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

Le constat global vaut pour tous les sous-groupes d'âge et de sexe. Seuls les garçons de 11 ans montrent une augmentation de cette proportion entre 2002 (91.7%) et 2006 (95.7%)[100], proportion qui est ensuite restée relativement stable jusqu'en 2018 (94.6%)[101].

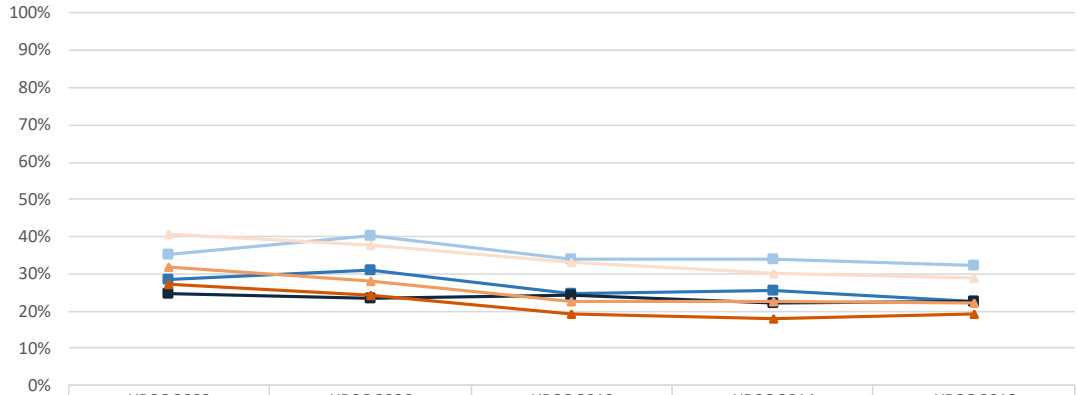
[100] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2002 et 2006 pour les garçons de 11 ans: $F(1, 1177)=11.2883$, $p<.001$.

[101] Différence statistiquement non significative entre les enquêtes 2006 et 2018 pour les garçons de 11 ans: $F(1, 1303)=1.2802$, $p=0.2581$.

Consommation de bonbons/chocolats

Globalement, la part des élèves de 11 à 15 ans qui mangent des bonbons/chocolats au maximum une fois par semaine a suivi une légère tendance à la baisse entre 2002 (30.5%) et 2014 (25.1%), puis est restée au même niveau en 2018 (25.0%).

Figure 3.32 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment des **bonbons/chocolats** au maximum une fois par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018)*



	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	35.2	40.3	34.1	33.8	32.2
Garçons 13 ans	28.6	30.8	24.7	25.6	22.7
Garçons 15 ans	24.6	23.5	24.1	22.0	22.7
Filles 11 ans	40.7	37.8	33.0	30.1	29.0
Filles 13 ans	31.9	27.8	22.6	22.5	22.1
Filles 15 ans	27.1	24.2	19.0	17.8	19.2
Total 11 - 15 ans	30.5	30.0	26.0	25.1	25.0

Exemple de lecture: **en 2018, 32.2% des garçons de 11 ans et 29.0% des filles du même âge ont déclaré consommer des bonbons/chocolats au maximum une fois par semaine**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

On observe toutefois des évolutions un peu différentes selon le sous-groupe d'âge et de sexe considéré. En effet, chez les garçons de 15 ans, la proportion concernée semblent rester stable entre les différentes années d'enquête[102]. Pour les garçons âgés de 11 ans et 13 ans, on constate une diminution des proportions entre 2006 et 2010[103], puis des proportions qui semblent diminuer légèrement les années suivantes, sans que les différences ne soient statistiquement significatives, pour arriver à respectivement 32.2% et 22.7% en 2018[104].

Chez les filles de 11, 13 et 15 ans, un constat similaire peut se poser avec des proportions qui diminuent entre 2006 et 2010 (différences néanmoins non significatives pour les 11 ans[105]) et qui restent stables les années suivantes[106].

[102] Différence statistiquement non significative entre les enquêtes 2002 et 2018 pour les garçons de 15 ans: $F(1, 1303)=0.8438$, $p=0.3585$.

[103] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2006 et 2010 pour les garçons de 11 ans: $F(1, 1216)=6.9414$, $p<.01$; de 13 ans: $F(1, 1216)=9.6528$, $p<.01$.

[104] Différence statistiquement non significative entre les enquêtes 2010 et 2018 pour les garçons de 11 ans: $F(1, 1342)=0.7444$, $p=0.3884$; de 13 ans: $F(1, 1342)=1.3089$, $p=0.2528$.

[105] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2006 et 2010 pour les filles de 13 ans: $F(1, 1216)=6.7866$, $p<.05$; de 15 ans: $F(1, 1216)=6.2037$, $p<.05$; non significative pour les filles de 11 ans: $F(1, 1216)=2.9819$, $p=0.0845$.

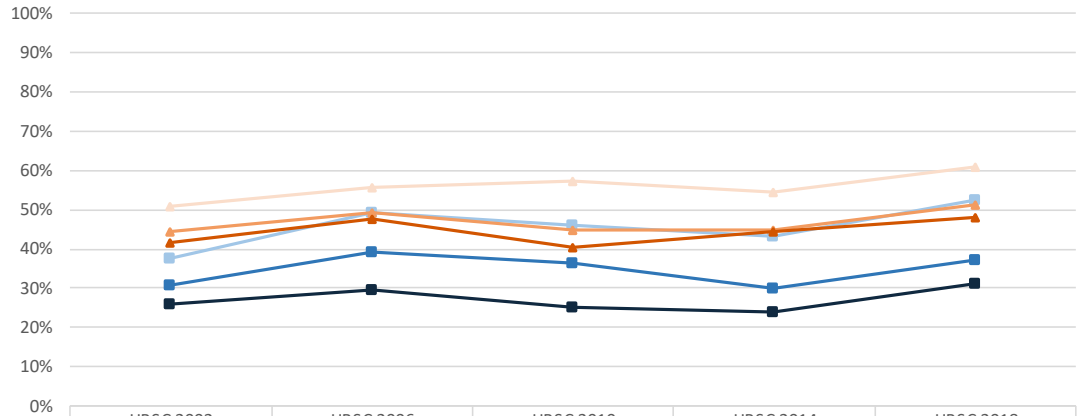
[106] Différence statistiquement non significative entre les enquêtes 2010 et 2018 pour les filles de 11 ans: $F(1, 1342)=2.4060$, $p=0.1211$; de 13 ans: $F(1, 1342)=0.0498$, $p=0.8235$; de 15 ans: $F(1, 1342)=0.0099$, $p=0.9209$.

Consommation de cola ou autres boissons sucrées

Il n'est pas possible de savoir si, en répondant à cette question, les élèves ont (ou non) pris en compte les boissons dites « light » ou « zero », que la Pyramide alimentaire suisse classe dans la même catégorie que les colas.

Globalement, sur la période 2002-2018, la part des élèves de 11 à 15 ans qui consomment du cola ou d'autres boissons sucrées au maximum une fois par semaine a évolué sans tendance claire, atteignant son niveau le plus haut en 2018 (47.2%). Autrement dit, en 2018 ce type de boisson est moins souvent consommé qu'en 2014.

Figure 3.33 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment du **cola ou d'autres boissons sucrées** au maximum une fois par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018)*



	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	37.5	49.5	46.1	43.1	52.4
Garçons 13 ans	30.9	39.1	36.3	29.8	37.2
Garçons 15 ans	26.1	29.4	25.1	23.9	31.3
Filles 11 ans	51.1	55.9	57.4	54.4	60.8
Filles 13 ans	44.6	49.1	45.0	44.8	51.4
Filles 15 ans	41.8	47.8	40.3	44.5	48.2
Total 11 - 15 ans	38.5	44.2	41.1	39.2	47.2

Exemple de lecture: **en 2018, 31.3% des garçons de 15 ans et 48.2% des filles du même âge ont déclaré consommer du cola ou d'autres boissons sucrées au maximum une fois par semaine**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

Dans le détail (figure 3.33), entre 2002 et 2018, l'évolution de la proportion des élèves qui consomment du cola ou d'autres boissons sucrées au maximum une fois par semaine est différente selon le sous-groupe d'âge et de sexe, si bien qu'aucune tendance claire ne s'oberve pour ce type de boisson. 2018 paraît néanmoins être l'année où la prévalence est la plus élevée, excepté pour les garçons de 13 ans.

Chez les filles de 11 ans, cette proportion augmente de manière linéaire entre 2002 (51.1%) et 2010 (57.4%)[107], puis diminue légèrement en 2014 (54.4%; différence néanmoins non statistiquement significative[108]) et affiche finalement une forte hausse en 2018 (60.8% ; taux le plus haut)[109]. Chez les filles

[107] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2002 et 2010 pour les filles de 11 ans: $F(1, 1216)=5.3616$, $p<.05$.

[108] Différence statistiquement non significative entre les enquêtes 2010 et 2014 pour les filles de 11 ans: $F(1, 1049)=1.4471$, $p=0.2293$.

[109] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les filles de 11 ans: $F(1, 1343)=6.9780$, $p<.05$.

de 15 ans, on constate une augmentation de cette proportion entre 2002 (41.8%) et 2006 (47.8%)[110], puis une baisse en 2010 (40.3%)[111], suivi d'une nouvelle augmentation linéaire les années suivantes jusqu'à atteindre un plus haut point en 2018 (48.2%)[112]. Chez les filles de 13 ans et les garçons de 11, 13 et 15 ans, on constate une augmentation des proportions entre 2002 (resp. 44.6%, 37.5%, 30.9% et 26.1%) et 2006 (resp. 49.1%, 49.5%, 39.1% et 29.4% ; différence néanmoins non significative pour les garçons de 15 ans[113]), suivi d'une diminution linéaire de ces proportions jusqu'en 2014 (resp. 44.8%, 43.1%, 29.8% et 23.9% ; différence néanmoins non significative pour les filles de 13 ans[114]), avec au final une augmentation jusqu'à un plus haut point en 2018 (resp. 51.4%, 52.4%, 37.2% et 31.3%)[115].

Consommation de boissons énergisantes

Globalement, la part des élèves de 11 à 15 ans qui consomment des boissons énergisantes au maximum une fois par semaine suit depuis 2002 (82.0%) une courbe en forme de V, avec son point le plus bas en 2010 (76.3%) et le plus haut en 2018 (90.3%). Autrement dit, en 2018 ce type de boisson est moins souvent consommé qu'en 2014 et que lors des précédentes enquêtes.

On constate toutefois une évolution 2002-2018 différente entre les élèves de 11 ans et les autres sous-groupes d'âge et de sexe (figure 3.34). Chez les 13 et 15 ans l'évolution suit la courbe en forme de V, alors que chez les 11 ans elle suit une tendance à la hausse depuis 2006.

Dans le détail, les élèves de 11 ans affichent une relative stabilité de ces proportions entre 2002 et 2006 tant pour les garçons que pour les filles[116], suivi d'une augmentation linéaire les années suivantes jusqu'à atteindre leur point le plus haut en 2018[117].

Si chez les élèves de 15 ans, on observe une forte diminution des proportions entre 2006 et 2010[118], ces proportions restent relativement stables chez les élèves de 13 ans[119]. En 2014, une augmentation des proportions se constate pour ces deux groupes d'âge[120], jusqu'à atteindre leur point le plus haut en 2018 (différence néanmoins non significative statistiquement[121]).

[110] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2002 et 2006 pour les filles de 15 ans: $F(1, 1177)=5.6459$, $p<.05$.

[111] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2006 et 2010 pour les filles de 15 ans: $F(1, 1216)=9.0389$, $p<.05$.

[112] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2010 et 2018 pour les filles de 15 ans: $F(1, 1342)=9.4736$, $p<.05$.

[113] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2002 et 2006 pour les garçons de 11 ans: $F(1, 1177)=5.6459$, $p<.5$; de 13 ans: $F(1, 1177)=14.4207$, $p<.001$; les filles de 13 ans: $F(1, 1177)=3.9650$, $p<.05$; non significative pour les garçons de 15 ans: $F(1, 1177)=2.1884$, $p=0.1393$.

[114] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2006 et 2014 pour les garçons de 11 ans: $F(1, 1217)=6.3373$, $p<.05$; de 13 ans: $F(1, 1217)=16.7272$, $p<.001$; de 15 ans: $F(1, 1217)=6.4298$, $p<.05$; non significative pour les filles de 13 ans: $F(1, 1217)=3.4638$, $p=0.0630$.

[115] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les garçons de 11 ans: $F(1, 1343)=14.5096$, $p<.001$; de 13 ans: $F(1, 1343)=11.6266$, $p<.001$; de 15 ans: $F(1, 1343)=11.8282$, $p<.001$; les filles de 13 ans: $F(1, 1343)=8.4352$, $p<.05$.

[116] Différence statistiquement non significative entre les enquêtes 2002 et 2006 pour les garçons de 11 ans: $F(1, 1177)=1.7815$, $p=0.1822$; les filles de 11 ans: $F(1, 1177)=0.0567$, $p=0.8119$.

[117] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2006 et 2018 pour les garçons de 11 ans: $F(1, 1303)=113.0403$, $p<.001$; les filles de 11 ans: $F(1, 1303)=44.3586$, $p<.001$.

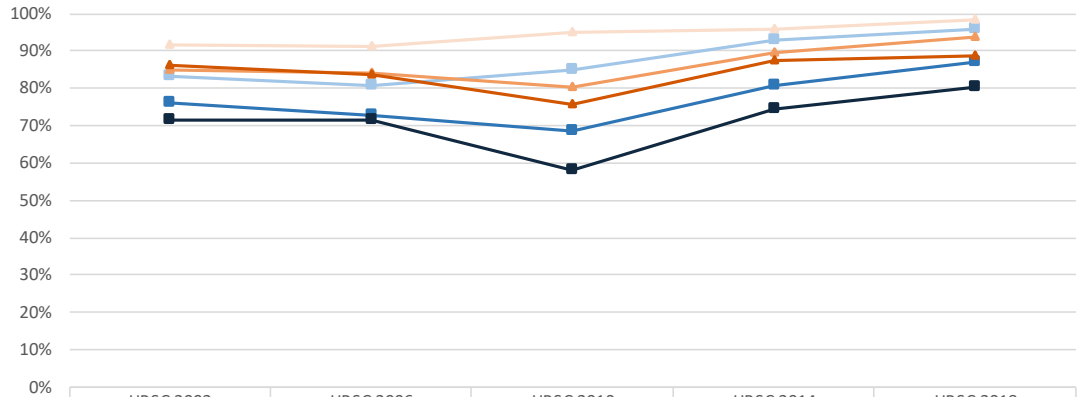
[118] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2006 et 2010 pour les garçons de 15 ans: $F(1, 1216)=26.4568$, $p<.001$; les filles de 15 ans: $F(1, 1216)=11.0317$, $p<.001$.

[119] Différence statistiquement non significative entre les enquêtes 2006 et 2010 pour les garçons de 13 ans: $F(1, 1216)=3.4463$, $p=0.0636$; les filles de 13 ans: $F(1, 1216)=3.8356$, $p=0.0504$.

[120] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2010 et 2014 pour les garçons de 13 ans: $F(1, 1049)=29.8404$, $p<.001$; de 15 ans: $F(1, 1049)=26.4568$, $p<.001$; les filles de 13 ans: $F(1, 1049==24.9511$, $p<.001$; de 15 ans: $F(1, 1049)=30.6049$, $p<.001$.

[121] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les garçons de 13 ans: $F(1, 1343)=13.5025$, $p<.001$; de 15 ans: $F(1, 1343)=8.4206$, $p<.05$; les filles de 13 ans: $F(1, 1343)=11.0708$, $p<.001$; non significative pour les filles de 15 ans: $F(, 1343)=0.5129$, $p=0.4740$.

Figure 3.34 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment des **boissons énergisantes** au maximum une fois par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018)*



	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	83.2	80.5	84.8	92.8	95.8
Garçons 13 ans	76.3	72.6	68.4	80.7	87.0
Garçons 15 ans	71.7	71.4	58.2	74.3	80.5
Filles 11 ans	91.5	91.2	94.9	96.1	98.3
Filles 13 ans	84.8	84.1	80.4	89.4	93.7
Filles 15 ans	86.2	83.7	75.8	87.5	88.7
Total 11 - 15 ans	82.0	80.1	76.3	86.4	90.3

Exemple de lecture: **en 2018, 80.5% des garçons de 15 ans et 88.7% des filles du même âge ont déclaré consommer des boissons énergisantes au maximum une fois par semaine**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

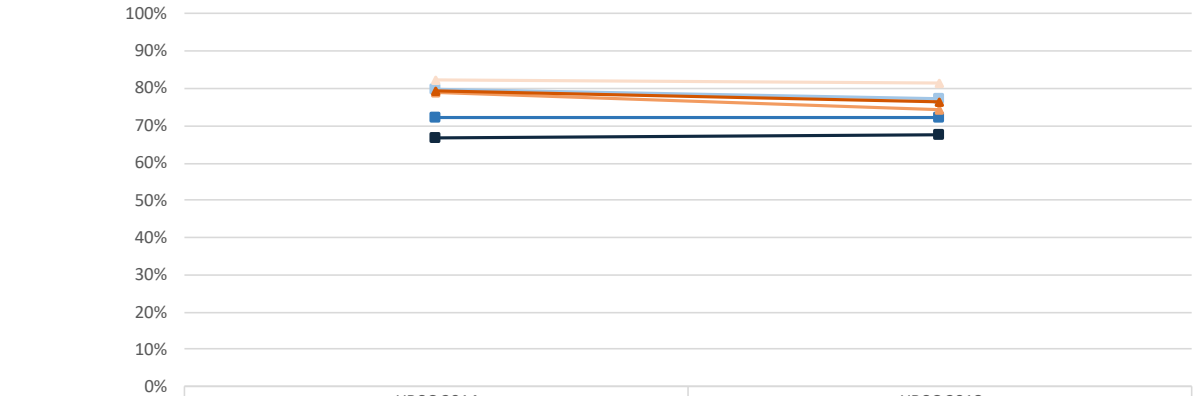
Consommation de chips/frites

Pour les chips/frites on dispose de données depuis 2014 seulement.

Globalement, la consommation de chips/frites au maximum une fois par semaine est restée stable entre 2014 et 2018 chez les élèves de 11 à 15 ans.

La légère baisse qui semble s'esquisser chez les garçons de 11 ans, ainsi que chez les filles de 13 et 15 ans n'est pas statistiquement significative[122], contrairement à celle observée chez les filles de 13 ans (figure 3.35)[123].

Figure 3.35 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment des **chips/frites** au maximum une fois par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2014-2018)*



	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	79.6	77.1
Garçons 13 ans	72.1	72.1
Garçons 15 ans	66.9	67.7
Filles 11 ans	82.3	81.5
Filles 13 ans	78.9	74.1
Filles 15 ans	79.2	76.6
Total 11 - 15 ans	76.2	75.1

Exemple de lecture: **en 2018, 67.7% des garçons de 15 ans et 76.6% des filles du même âge ont déclaré consommer des chips/frites au maximum une fois par semaine**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

[122] Différence statistiquement non significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les garçons de 11 ans: $F(1, 1343)=1.7089$, $p=0.1913$; de 13 ans: $F(1, 1343)=0.0000$, $p=0.9985$; de 15 ans: $F(1, 1343)=0.1265$, $p=0.7221$; les filles de 11 ans: $F(1, 1343)=0.1604$, $p=0.6889$; de 15 ans: $F(1, 1343)=1.3609$, $p=0.2436$.

[123] Différence statistiquement significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les filles de 13 ans: $F(1, 1343)=5.5754$, $p<.05$.

3.5.2.3 Autre

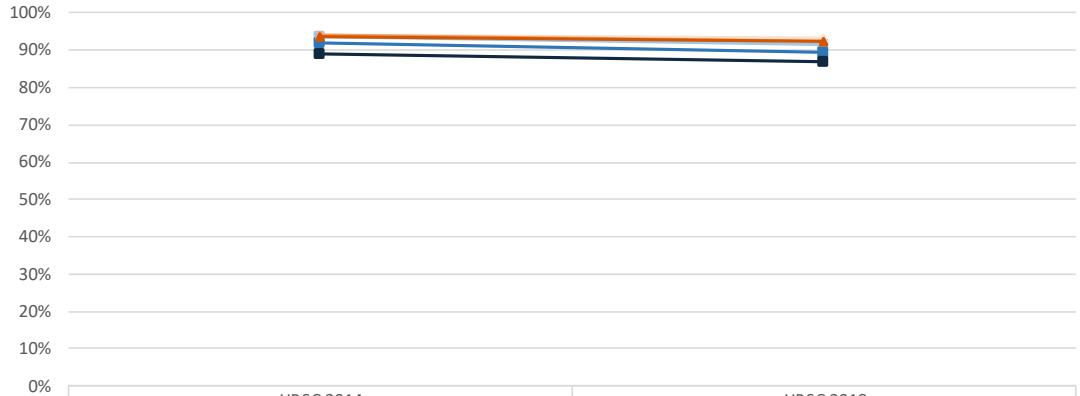
Consommation de pizza

La question concernant la pizza a été posée pour la première fois en 2014.

La pizza est un plat qui, en fonction des aliments qui le composent, peut être considéré comme équilibré ou non.

Globalement, la part des élèves de 11 à 15 ans qui consomment de la pizza au maximum une fois par semaine est restée stable entre 2014 et 2018, un peu au-dessus de 90%.

Figure 3.36 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui consomment de la **pizza** au maximum une fois par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2014-2018)*



	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	93.8	91.4
Garçons 13 ans	91.9	89.5
Garçons 15 ans	89.1	87.1
Filles 11 ans	93.9	93.1
Filles 13 ans	94.0	92.4
Filles 15 ans	93.6	92.3
Total 11 - 15 ans	92.6	91.1

Exemple de lecture: **en 2018, 87.1% des garçons de 15 ans et 92.3% des filles du même âge ont déclaré consommer de la pizza au maximum une fois par semaine**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

Dans les différents sous-groupes d'âge et sexe, les proportions oscillent toutes aux alentours de 90% (figure 3.36)[124]. Les proportions sont pour les garçons de 11, 13 et 15 ans de respectivement 93.8%, 91.9% et 89.1% en 2014, et de 91.4%, 89.5% et 87.1% en 2018. Chez les filles de 11, 13 et 15 ans, ces proportions sont de respectivement 93.9%, 94.0% et 93.6% en 2014 et de 93.1%, 92.4% et 92.3% en 2018.

[124] Différence statistiquement non significative entre les enquêtes 2014 et 2018 pour les garçons de 11 ans: $F(1, 1343)=3.6431$, $p=0.0565$; de 13 ans: $F(1, 1343)=3.0457$, $p=0.0812$; de 15 ans: $F(1, 1343)=1.5942$, $p=0.2069$; les filles de 11 ans: $F(1, 1343)=0.4359$, $p=0.5092$; de 13 ans: $F(1, 1343)=1.8619$, $p=0.1726$; de 15 ans: $F(1, 1343)=0.9987$, $p=0.3178$.

3.6 Caractéristiques des élèves de 11 à 15 ans resp. 14 et 15 ans qui mangent habituellement au moins cinq portions de fruits et légumes par jour

Afin d'observer s'il existe un lien entre le suivi de la recommandation de consommer au moins cinq portions de fruits et légumes par jour (selon estimation basée sur l'indicateur 'portions de fruits et légumes') et certaines caractéristiques des élèves – c'est-à-dire des caractéristiques sociodémographiques et celles en lien avec la santé, le bien-être et le contexte social –, deux types de modèles de régression logistique ont été estimés (pour la description des caractéristiques considérées, voir l'encadré 1).

Dans un premier temps, l'association entre le suivi de la recommandation et les quatre variables sociodémographiques que sont l'âge, le sexe, la région linguistique et la forme de la famille a été investiguée au moyen d'une régression logistique multiple.

Dans un second temps, les sept variables en lien avec la santé, le bien-être et le contexte social – parents « au courant », soutien perçu de la part de la famille resp. des ami-e-s, stress (perçu) lié au travail scolaire, satisfaction face à l'existence, état de santé autoévalué et durée habituelle du sommeil avant les jours d'école – ont été considérées séparément comme variables indépendantes (autrement dit comme prédicteur) dans le cadre de modèles de régression logistique multiple.

Les tableaux 3.3 et 3.4 présentent les rapports de cotes (odds ratio abrégé OR) et leurs intervalles de confiance à 95% (abrégé IC 95%), contrôlés le cas échéant pour les effets de l'âge et du sexe. Pour l'interprétation des rapports de cotes (OR) voir le sous-chapitre 2.5.

Il est important de rappeler que l'enquête HBSC est une enquête transversale et que, de ce fait, les associations statistiques documentées ne peuvent pas être interprétées comme preuves d'un lien de causalité. Les odds ratios (**OR**) rapportés sont ainsi **considérés seulement comme des coefficients d'association**. Pour plus de détails sur la manière d'interpréter ces résultats, se référer au chapitre méthode du rapport de recherche Delgrande Jordan et al. (2019a).

Encadré 1 – Caractéristiques des élèves (variables indépendantes) prises en compte dans les modèles de régression logistique présentés dans ce chapitre ainsi qu'aux chapitres 4 et 5.

Caractéristiques sociodémographiques

Âge : 11, 12, 13, 14 et 15 ans (catégorie de référence = 11 ans)
ou 14 et 15 ans (catégorie de référence = 14 ans)

Sexe : garçons vs. filles (catégorie de référence = fille)

Région linguistique : régions francophone et italophone considérées ensemble vs. région germanophone (catégorie de référence = région germanophone)

Forme de la famille : famille autre que «MPE» vs. famille MPE
(catégorie de référence = famille «MPE»)
Famille «MPE» signifie ici les familles dans lesquelles l'élève vit avec sa mère et son père et éventuellement d'autres personnes (frères, soeurs, grands-parents, etc.).

Caractéristiques liées à la santé, au bien-être, à la famille et aux ami-e-s

Parents « au courant » (selon l'évaluation des adolescent-e-s ; question posée seulement dans la version longue du questionnaire): bas/moyen vs. élevé (catégorie de référence = élevé)
Parent « au courant » signifie ici que les parents en savent beaucoup sur où leur enfant se trouve après l'école, comment il/elle occupe ses loisirs, comment il/elle dépense sont argent de poche, où il/elle sort le soir et avec qui.

Soutien de la part de la famille (perception de l'élève): bas/moyen vs. élevé
(catégorie de référence = élevé);

Soutien de la part des ami-e-s (perception de l'élève): bas/moyen vs. élevé
(catégorie de référence = élevé);

Stress ressenti en lien avec le travail scolaire : assez/très vs. un peu/pas du tout
(catégorie de référence = un peu/pas du tout)

Satisfaction face à l'existence (échelle graduée de 0 à 10) : bas (0 à 5 points) resp. moyen (6 à 7 points) vs. élevée à très élevée (8 à 10 points)
(catégorie de référence = élevée à très élevée);

État de santé autoévalué par l'élève : mauvais à moyen vs. bon à excellent
(catégorie de référence = bon à excellent)

Durée habituelle du sommeil avant les jours d'école (question posée seulement dans la version longue du questionnaire): moins de huit heures vs. huit heures ou plus par nuit
(catégorie de référence = huit heures ou plus par nuit)

Une autre caractéristique sociodémographique qui fait l'objet d'une question dans le cadre de l'enquête HBSC est celle du statut socio-économique (SES) de la famille, estimé au moyen de l'échelle FAS (« family affluence scale »). Or, cette échelle ne permet qu'une estimation du SES et, de surcroît, ne constitue pas une mesure valide du SES dans les pays à PIB élevé tels que la Suisse. C'est pourquoi cet indicateur n'a pas été intégré aux analyses.

Tableau 3.3 *Association entre les caractéristiques sociodémographiques et le suivi de la recommandation de consommer **au moins cinq portions de fruits et légumes par jour**, chez les élèves de 11 à 15 ans – modèle de régression logistique multiple (HBSC 2018)*

	11 à 15 ans (n_{max}=11'121)		
	OR		*IC 95%*
Âge[1]			
12 ans	0.96	n.s.	[0.82, 1.13]
13 ans	0.78	**	[0.67, 0.92]
14 ans	0.78	**	[0.66, 0.91]
15 ans	0.70	***	[0.59, 0.84]
Sexe[2] (garçons)	0.68	***	[0.61, 0.75]
Région linguistique[3] (franco- et italophone)	1.25	***	[1.10, 1.41]
Forme de la famille[4] (autre que MPE)	0.85	*	[0.75, 0.97]

Remarques: **OR = Odds Ratio (coefficients d'association) ; IC 95% = intervalle de confiance à 95% (calculé en tenant compte de l'effet de l'échantillonnage par grappes)**
Seuil de significativité : * = p < .05 ; ** = p < .01 ; *** = p < .001 ; n.s. = non significatif
1) Âge : catégorie de référence = 11 ans ; 2) Sexe : catégorie de référence = filles
3) Région linguistique : catégorie de référence = Suisse alémanique ; la région francophone et la région italophone ont été analysées ensemble (voir encadré 1).
4) Forme de la famille : catégorie de référence = « famille MPE » ; famille « MPE » signifie ici les familles dans lesquelles l'élève vit avec sa mère et son père et éventuellement d'autres personnes (frères, sœurs, grands-parents, etc.) dans le même ménage (voir encadré 1).

Exemple de lecture: **Les garçons en comparaison aux filles ont environ 0.7 fois moins de probabilité d'avoir consommé au moins 5 portions de fruits et légumes par jour (OR=0.68, IC 95%: 0.61, 0.75). Cela est valable quel que soit l'âge, la région linguistique ou la forme de la famille.**

Les résultats pour les élèves de 11 à 15 ans concernant les variables sociodémographiques confirment que la consommation d'au moins cinq portions de fruits et légumes par jour est associée à l'âge des élèves (tableau 3.3). En comparaison aux 11 ans (catégorie de référence), et bien que les 12 ans ne diffèrent pas significativement des 11 ans en la matière, les autres groupes d'âge ont tous des OR significativement inférieurs à 1. Ainsi, comparé-e-s aux 11 ans, les 13 ans, les 14 ans et les 15 ans ont clairement des probabilités diminuées de suivre la recommandation. De même, être un garçon ou vivre dans une famille autre que « MPE »[125] va de pair avec une diminution significative de la probabilité de suivre la recommandation. Finalement, vivre en Suisse romande ou en Suisse italienne apparaît être associé de manière « favorable » (ou positive ; OR>1) à la consommation d'au moins 5 portions de fruits et légumes par jour, ceci en comparaison des élèves qui vivent en Suisse alémanique.

[125] Précautions lors de l'interprétation : Ce qui est déterminant c'est bien davantage la qualité de la relation parents-enfant et la capacité des parents à répondre aux besoins de leur enfant. Autrement dit, aucune forme de famille n'est optimale en soi.

Tableau 3.4 *Associations entre les indicateurs de la santé, du bien-être et du contexte social et le suivi de la recommandation de consommer **au moins cinq portions de fruits et légumes par jour** – sept modèles de régression logistique, sous contrôle de l'âge et du sexe (HBSC 2018)*

	11 à 15 ans (n_{max}=11'121) resp. 14 et 15 ans (n_{max}=4'305)	
	OR	*IC 95%*
Parents «au courant»[1] (14 et 15 ans)		
bas - moyen	0.76 *	[0.60, 0.96]
Soutien (perçu) de la part de la famille[2] (11 à 15 ans)		
bas - moyen	0.78 **	[0.67, 0.90]
Soutien (perçu) de la part des ami-e-s[2] (11 à 15 ans)		
bas - moyen	0.82 **	[0.71, 0.94]
Stress (perçu) lié au travail scolaire[3] (11 à 15 ans)		
moyen - élevé	0.93 n.s.	[0.83, 1.06]
Satisfaction face à la vie sur une échelle graduée de 0 à 10[4] (11 à 15 ans)		
moyenne (valeurs comprises entre 6 et 7)	0.80 **	[0.71, 0.91]
basse (valeurs comprises entre 0 et 5)	0.72 ***	[0.61, 0.85]
État de santé autoévalué[5] (11 à 15 ans)		
mauvais - moyen	0.63 ***	[0.53, 0.75]
Durée habituelle du sommeil avant les jours d'école[6] (14 et 15 ans)		
moins de 8 heures	0.83 *	[0.70, 0.99]

Remarques: **OR = Odds Ratio (coefficients d'association) ; IC 95% = intervalle de confiance à 95% (calculé en tenant compte de l'effet de l'échantillonnage par grappes)**
Seuil de significativité : * = p < .05 ; ** = p < .01 ; *** = p < .001 ; n.s. = non significatif
Le tableau présente un aperçu des résultats des sept régressions logistiques multiples (toutes sous contrôle de l'âge et du sexe).
1) Parents «au courant» (évalué par les adolescent-e-s) : catégorie de référence = élevé ;
2) Soutien (perçu) de la part de la famille resp. des ami-e-s : catégorie de référence = élevé ;
3) Stress (perçu) lié au travail scolaire : catégorie de référence = pas du tout / un peu ;
4) Satisfaction face à la vie : catégorie de référence = élevée à très élevée (valeurs 8 - 10) ;
5) Etat de santé autoévalué : catégorie de référence = bon à excellent ;
6) Durée habituelle du sommeil avant les jours d'école : catégorie de référence = 8 heures ou plus

Exemple de lecture: **Les élèves qui évaluent leur état de santé comme moyen à mauvais ont environ 0.6 fois moins de probabilité d'avoir consommé au moins 5 portions de fruits et légumes par jour que les élèves des mêmes âges qui évaluent leur état de santé comme bon (OR=0.63, IC 95%: 0.53, 0.75). Cela est valable quel que soit l'âge et le sexe.**

Concernant l'association avec les caractéristiques relatives à la santé, au bien-être et au contexte social (tableau 3.4), les élèves de 11 à 15 ans qui évaluent leur propre état de santé comme mauvais à moyen ont une probabilité diminuée de consommer au moins 5 portions de fruits et légumes par jour comparé-e-s aux autres élèves. Une probabilité diminuée s'observe également parmi les élèves qui sont moyennement ou peu satisfait-e-s de leur existence ainsi que chez les élèves qui perçoivent un soutien bas à moyen de la part de leur famille resp. de leurs ami-e-s. Chez les 14 et 15 ans, les élèves qui estiment que leurs

parents savent peu à moyennement de choses sur leur vie et les élèves qui dorment habituellement moins de 8 heures les nuits avant les jours d'école ont une probabilité significativement moins élevée de consommer au moins 5 portions de fruits et légumes par jour. En revanche, chez les élèves de 11 à 15, ans aucun lien significatif n'apparaît entre la consommation d'au moins 5 portions de fruits et légumes tous les jours et le stress ressenti en lien avec le travail scolaire.

3.7 Discussion

Ce chapitre est consacré aux comportements en matière d'alimentation auxquelles l'enquête HBSC a dédié quelques questions. En tant qu'étude multithème basées sur les données déclaratives des élèves, l'enquête HBSC ne peut ni rendre compte de la complexité et de la multidimensionnalité de leur alimentation, ni se prononcer sur le respect des recommandations de la « Pyramide alimentaire suisse ». En revanche, elle apporte des points de repère pour certaines habitudes alimentaires, leurs corrélats et leur évolution au fil du temps.

3.7.1 Des différences selon le sexe et l'âge

Chez les 11 à 15 ans, les **habitudes en matière d'alimentation évoluent avec l'âge**. On peut dire de façon très simplifiée que les comportements en matière d'alimentation auxquels on prête des bienfaits pour la santé ont tendance à reculer au fil de l'adolescence. Il existe toutefois des exceptions selon l'aliment et le sexe.

Les changements de certains comportements alimentaires entre les 11 ans et les 15 ans peuvent être attribués à de nombreux facteurs, dont ceux liés aux changements sur les plans psychosocial et environnemental ayant cours durant l'adolescence et qui se manifestent notamment par le fait que le choix des aliments et le rythme des repas y est moins dicté par les parents que durant l'enfance. Le passage du niveau primaire au niveau secondaire, qui étend généralement l'éventail des possibilités de se restaurer à midi, une accessibilité accrue des produits (notamment en lien avec le pouvoir d'achat des jeunes), l'influence croissante des pairs et des messages véhiculés par les réseaux sociaux jouent probablement aussi un rôle chez des jeunes en quête d'expérimentation et d'autonomie par rapport aux adultes. Ce sont là autant d'éléments à prendre en considération dans le cadre de mesures destinées à promouvoir une alimentation saine et équilibrée.

Les résultats montrent par ailleurs de **nombreuses différences entre les filles et les garçons**, certains comportements en matière d'alimentation favorables à la santé étant plus répandus chez les filles, alors que d'autres le sont davantage chez les garçons.

Les écarts observés entre les filles et les garçons reflètent probablement des différences en matière de préférences alimentaires – comme c'est par ailleurs le cas pour les boissons alcooliques (Delgrande Jordan et al., 2019b) ou les disciplines sportives (Lamprecht et al., 2015), par exemple – ou des différences dans les attitudes ou normes vis-à-vis de l'alimentation, possiblement en relation avec l'image corporelle, les préoccupations dans ce domaine étant plus fréquentes chez les filles (voir chapitre 5).

3.7.2 « 5 par jour »

Selon la « Pyramide alimentaire suisse », il est **recommandé de manger au moins cinq portions de fruits et légumes par jour**. En 2018, le questionnaire HBSC a inclus pour la première fois une question dédiée à cette recommandation.

Une petite partie des élèves de 11 à 15 ans (17.6%) parviennent à mettre en pratique cette recommandation, les filles davantage que les garçons et les plus jeunes davantage que les plus âgé-e-s. À titre indicatif – une comparaison directe avec une autre étude est impossible compte tenu que le groupe d'âge considéré et la formulation de la question ne sont pas les mêmes –, 32% des 6 à 11 ans ayant participé à l'étude nationale représentative SOPHYA 2013-2014 (sur la base des informations fournies par leurs parents) mangeaient au moins cinq portions de fruits et légumes par jour (Bringolf-Isler et al., 2016). Même si ces deux études ne sont pas directement comparables, elles s'accordent sur le fait que seulement **une petite minorité des jeunes** suivent cette recommandation.

En plus d'être plus répandue chez les filles et chez les élèves les plus jeunes, la consommation d'au moins cinq portions de fruits et légumes par jour est corrélée négativement à des **conditions relatives à la famille plutôt défavorables** (méconnaissance des parents par rapport aux activités de loisirs et aux fréquentations de leur enfant, perception d'un soutien faible à moyen de la part de la famille resp. des amis) et suggérant **un certain mal-être** (état de santé jugé moyen ou mauvais, faible ou moyenne satisfaction face à l'existence, durée habituelle du sommeil inférieure à celle recommandée pour cet âge). Il est important de préciser que ces résultats reflètent des mécanismes complexes seulement partiellement expliqués à ce jour et que la méthodologie transversale de l'étude de permet pas de se prononcer sur une relation de cause à effet.

3.7.3 Éléments de promotion de la santé

Les résultats de l'enquête HBSC montrent **quelques signes d'amélioration** mais surtout la nécessité de **poursuivre les efforts** en vue de favoriser une alimentation équilibrée et adaptée aux besoins des jeunes adolescent-e-s et ceci, dans une perspective d'égalité des chances, en particulier auprès de ceux/celles ayant le plus de difficultés à suivre les recommandations nutritionnelles. En outre, comme c'est le cas pour la consommation de substances psychoactives (Delgrande Jordan et al., 2019b), les résultats présentés confirment l'attention à accorder, dans le cadre des efforts de prévention et de promotion de la santé, au bien-être des jeunes et au rôle majeur joué par la famille et les pairs.

De manière générale, promouvoir une alimentation équilibrée implique des actions à plusieurs niveaux (Keller et al., 2012): renforcer les compétences nutritionnelles et les compétences en santé des jeunes et de leurs parents et, en complément, améliorer les informations nutritionnelles figurant sur les produits alimentaires (destinées aux consommateurs/trices) et mettre en place des mesures structurelles visant à accroître la disponibilité et l'accessibilité des produits sains.

S'agissant des settings dans lesquels sont proposées des interventions axées sur les compétences nutritionnelles, pour les enfants en âge de scolarité l'accent est mis sur l'école, les structures d'accueil et les loisirs, car ces settings permettent d'atteindre facilement les jeunes pour des interventions en matière d'alimentation et d'activité physique (Ackermann & Amstad, 2019), thèmes qui sont d'ailleurs intégrés aux plans d'étude romand et alémanique (https://www.lehrplan21.ch/, https://www.plandetudes.ch/)[126].

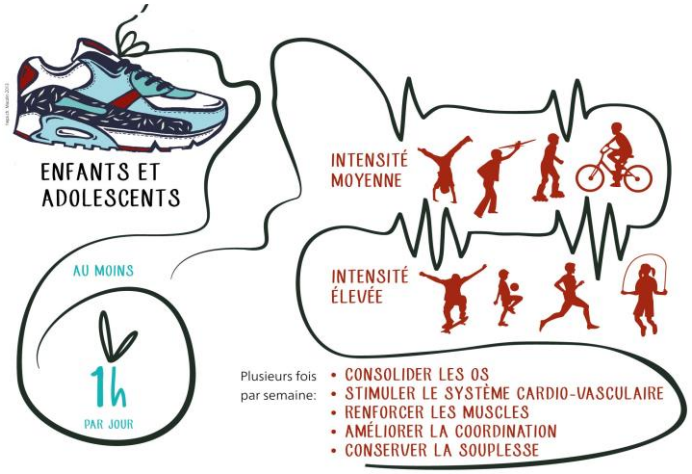
[126] Au niveau fédéral, la Stratégie suisse de nutrition 2017–2024, qui s'appuie sur la stratégie nationale Prévention des maladies non transmissibles (stratégie MNT) vise à créer les conditions générales qui permettent à tout un chacun d'opter en toute conscience pour un mode de vie sain.

4 Activité physique

4.1 Recommandations du Réseau suisse Santé et activité physique

Pour la Suisse, les recommandations du Réseau suisse Santé et activité physique (hepa.ch)[127] stipulent que les adolescent-e-s d'âge scolaire devraient **pratiquer au moins une heure par jour une activité physique d'intensité moyenne à élevée** en plus de leurs activités quotidiennes. Une activité d'intensité moyenne doit entraîner au moins un léger essoufflement, alors que les activités d'intensité supérieure accélèrent la respiration tout en faisant transpirer (hepa.ch, 2013). Il est également important pour un bon développement de varier les activités physiques et sportives, que ce soit dans le cadre de cette heure d'activité physique ou en plus de celle-ci, et ce afin de consolider les os, stimuler le système cardiovasculaire, renforcer les muscles et améliorer ou maintenir la souplesse et la coordination (hepa.ch, 2013).

Figure 4.1 Recommandations du Réseau suisse Santé et activité physique (hepa.ch)



Source: **hepa.ch, 2013**

4.2 Liste des indicateurs présentés

Dans le cadre de l'enquête HBSC 2018, les élèves de 5e à 9e années de programme (7e à 11e année HarmoS) ont été interrogé-e-s sur :

- le nombre de jours, au cours des sept derniers jours, durant lesquels l'activité physique a été d'au moins 60 minutes au total
- en dehors des heures d'école, la fréquence de l'activité sportive au point de transpirer ou d'être essoufflé-e

[127] Recommandations de 2013, rédigées par le Réseau suisse Santé et Activité physique hepa.ch sur mandat de l'Office fédéral de la santé publique OFSP et de l'Office fédéral du sport OFSPO, en collaboration avec les institutions suivantes: bpa – Bureau de prévention des accidents, Promotion Santé Suisse, Santé Publique Suisse, Société suisse de pédiatrie, Société suisse de médecine du sport SSMS, Société suisse des sciences du sport 4S, suva.

4.3 Opérationnalisation des indicateurs et précautions à prendre lors de l'interprétation

Dans le cadre de l'enquête HBSC, les activités physiques des élèves sont mesurées à l'aide d'une question portant sur le niveau d'activité physique en général et d'une autre question portant, elle, sur la fréquence de la pratique sportive en dehors des heures d'école. À noter que dans ce rapport de recherche le terme « activités physiques » au pluriel englobe les différentes activités physiques mesurées dans le questionnaire, alors que le terme « activité physique » au singulier renvoie à l'indicateur basé sur la première question.

4.3.1 Activité physique d'intensité moyenne à élevée au cours des sept derniers jours

Dans le questionnaire HBSC 2018, la question permettant d'estimer le **niveau d'activité physique** est précédée de ce texte introductif : « Par activité physique nous entendons toutes les activités qui augmentent les battements de ton cœur et qui t'essoufflent par moments. Il s'agit du sport (à l'école ou durant le temps libre) et d'autres activités physiques, comme par exemple faire du vélo, jouer au foot, aller à pied à l'école, faire du trampoline, faire du skateboard ou du roller, courir, danser, se défouler avec ses ami-e-s, monter à cheval ou nager. »[128].

Puis la question est formulée ainsi : « Au cours des 7 derniers jours, combien de jours as-tu fait de l'activité physique pendant au moins 60 minutes ? Calcule, s'il te plaît, le temps total que tu consacres chaque jour à l'activité physique[129] ». Les catégories de réponse proposées étaient au nombre de huit, « 0 jour », « 1 jour », « 2 jours » ; « 3 jours », « 4 jours », « 5 jours », « 6 jours » et « 7 jours ». Cet indicateur relatif au niveau d'activité physique est utilisé pour **estimer la part des élèves de 11 à 15 ans qui suivent la recommandation en matière d'activité physique** pour les enfants et les adolescent-e-s. Pour rappel, il est actuellement recommandé que les adolescent-e-s scolarisé-e-s pratiquent une activité physique d'intensité moyenne à élevée pendant au moins 60 minutes par jour (tous les jours).

Les données obtenues par le biais de cet indicateur sont des données déclaratives (et subjectives) dans le sens où elles ont été récoltées en faisant appel à l'appréciation personnelle des élèves. Or, l'activité physique est un comportement complexe qui comprend tous les mouvements corporels et pas seulement la participation à des activités sportives (Comlavi Guinhouya et al., 2009). Il peut donc s'avérer difficile, notamment pour les enfants les plus jeunes, d'évaluer le temps total qu'ils/elles consacrent aux activités physiques par jour, notamment du fait que les enfants les plus jeunes ont des activités physiques plus séquencées avec de courtes mais nombreuses périodes d'activités physiques intenses ponctuelles, en lien par exemple avec un mode de transport ou au cours de jeux libres (Comlavi Guinhouya et al., 2009 ; Bringolf-Isler et al., 2016). Pour les adolescent-e-s plus âgé-e-s, le sport au sens strict joue un rôle plus important et il est plus facile pour eux/elles d'identifier des phases d'activités physiques intenses, bien qu'il puisse encore rester laborieux d'évaluer le temps consacré à l'activité physique en dehors de ces périodes définies (Bringolf-Isler et al., 2016). Cela explique probablement en grande partie les différences relativement importantes observées, s'agissant du temps consacré par jour aux activités physiques, entre des données déclaratives et des données plus objectives, récoltées par exemple au moyen d'un capteur de mouvement tel qu'un accéléromètre (appareil porté - souvent à la hanche - pour enregistrer les accélérations et décélérations occasionnées par les mouvements de l'individu) (INSERM, 2014). Ainsi, pour des données obtenues de manière auto-rapportée, il faut partir du principe qu'elles ne reflètent pas nécessairement la durée réelle quotidienne d'activité physique (sur- ou sous-estimation possible).

[128] Ce paragraphe introductif a été modifié en 2010 pour inclure le sport à l'école (leçon d'éducation physique)

[129] Cette deuxième partie de la question faisait partie du paragraphe d'introduction lors des précédentes enquêtes.

Cet indicateur apporte néanmoins certaines informations sur les habitudes en matière d'activité physique, à savoir suivre l'évolution de l'activité physique au fil du temps, comparer des sous-groupes d'élèves et observer l'association entre activité physique et divers facteurs de risque et de protection.

4.3.2 Fréquence de la pratique sportive en dehors des heures d'école

La question portant sur la **fréquence de la pratique sportive en dehors des heures d'école** (ce qui exclut les leçons d'éducation physique) est formulée ainsi : « En dehors des heures d'école, combien de fois fais-tu du sport au point de transpirer ou d'être essoufflé-e ? ». Les options de réponses étaient au nombre de sept, « chaque jour », « 4 à 6 fois par semaine », « 2 à 3 fois par semaine », « une fois par semaine », « une fois par mois », « moins d'une fois par mois » et « jamais ». La question ne permet pas de distinguer entre activités sportives au sens strict (c'est-à-dire activités organisées et en dehors des leçons d'éducation physique obligatoires) des activités sportives au sens large (incluant, en plus, les activités sportives non organisées et sporadiques comme le ski, les randonnées en famille, le football avec les ami-e-s) (Lamprecht et al., 2015). La question est posée de manière à exclure les heures d'éducation physique obligatoires à l'école. Or, on ne peut que supposer que les réponses des élèves englobent le sport scolaire facultatif. En effet, certain-e-s élèves n'y ont peut-être pas pensé puisqu'il est organisé par l'école.

4.4 Situation en 2018

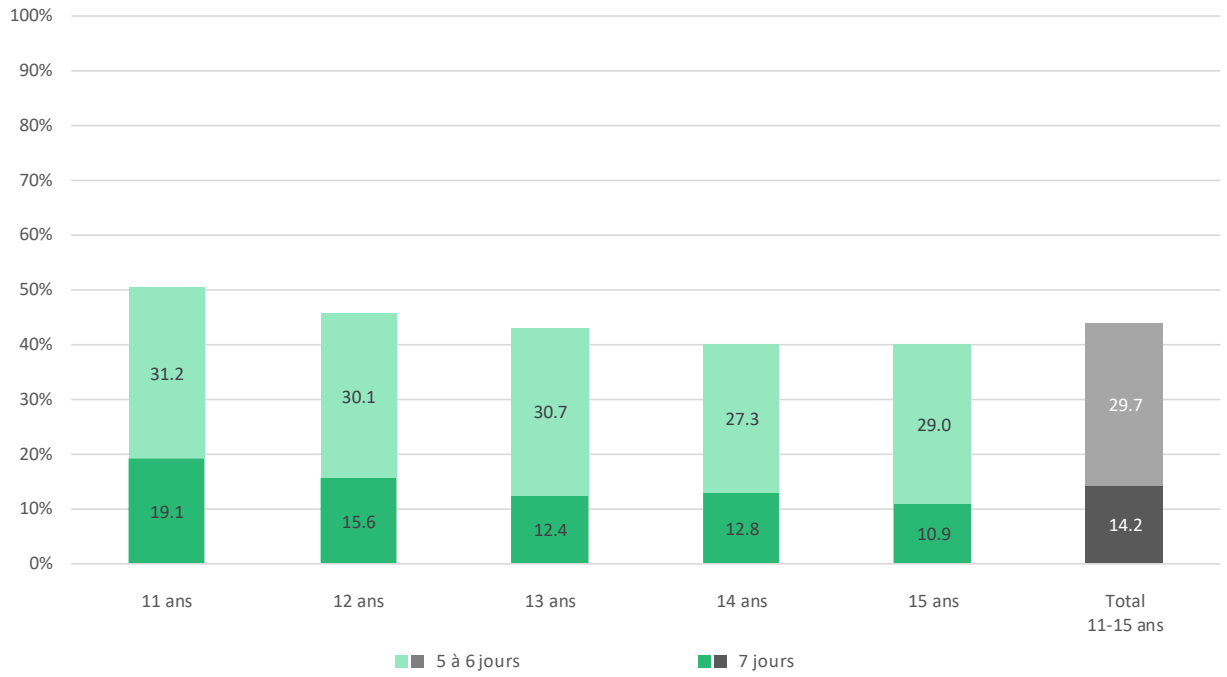
4.4.1 Fréquence de l'activité physique

4.4.1.1 Suivi de la recommandation en matière d'activité physique pour les enfants et les adolescent-e-s (estimation sur la base de données déclaratives)

En 2018, environ un-e élève de 11 à 15 ans sur sept (14.2%) a dit avoir été **physiquement actifs/ves pendant au moins 60 minutes par jour sept jours sur sept** au cours des sept derniers jours (figure 4.2) – ce qui correspond à la **recommandation du Réseau suisse Santé et activité physique** (voir le sous-chapitre 4.1).

La part des élèves qui, eux/elles, ont dit atteindre le **seuil moins strict de 5 à 6 jours par semaine** est deux fois plus élevée (29.7%). Ainsi, au total, environ 45% des élèves peuvent être considéré-e-s comme souvent actifs/ives.

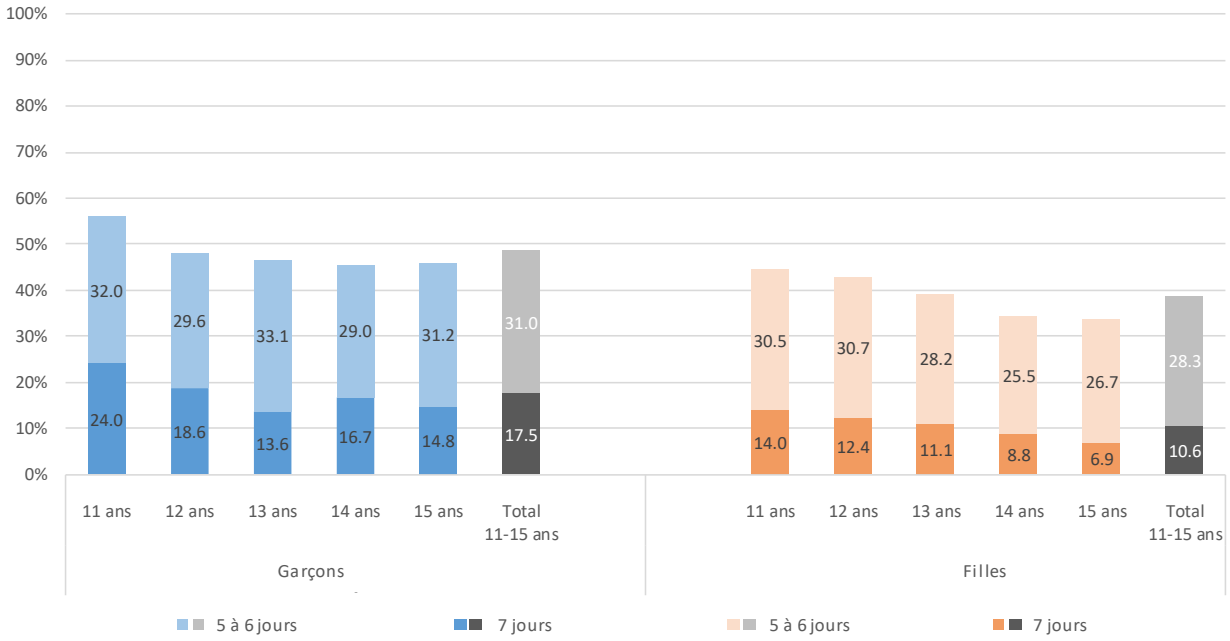
Figure 4.2 *Proportion (estimée[a]) des élèves de 11 à 15 ans qui, au cours des 7 derniers jours, ont été **physiquement actifs/ives au moins 60 minutes par jour** (7 jours par semaine resp. 5 à 6 jours par semaine), selon l'âge (HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 14.2% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré faire au moins 60 minutes d'activité physique chaque jour**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
[a] Résultats basés sur des données déclaratives et non sur une mesure par capteur de mouvement

Figure 4.3 *Proportion (estimée[a]) des élèves de 11 à 15 ans qui, au cours des 7 derniers jours, ont été **physiquement actifs/ives au moins 60 minutes par jour** (7 jours par semaine resp. 5 à 6 jours par semaine), selon le sexe et l'âge (HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 24.0% des garçons de 11 ans et 14.0% des filles du même âge ont déclaré faire au moins 60 minutes d'activité physique chaque jour**

Remarques: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**
[a] Résultats basés sur des données déclaratives et non sur une mesure par capteur de mouvement

La part des élèves physiquement actifs/ves pendant au moins 60 minutes par jour, sept jours sur sept, décroît entre les groupes d'âge, reculant de moitié entre les 11 ans (19.1%) et les 15 ans (10.9%) (figure 4.2)[130]. Un tel recul ne s'observe en revanche pas pour la proportion d'élèves pratiquant au moins 60 minutes d'activité physique pendant 5 à 6 jours par semaine[131].

La figure 4.3 met quant à elle en évidence les différences selon le sexe. En 2018, le suivi de la recommandation d'être **physiquement actifs/ves pendant au moins 60 minutes par jour** est plus répandu chez les garçons (17.5%) que chez les filles (10.6%) de 11 à 15 ans[132]. Cet écart s'observe d'ailleurs dans tous les groupes d'âge[133], y compris chez les 13 ans où il n'est toutefois pas statistiquement significatif[134].

Le recul du suivi de la recommandation entre les 11 ans et les 15 ans mentionné plus haut est progressif chez les filles, mais pas chez les garçons pour qui une variation entre les groupes d'âge est certes observée, mais pas linéaire[135] [136].

[130] Différence de distribution statistiquement significative entre les âges: $F(3.91, 2791.68)=14.5710$, $p<.001$.

[131] Différence de distribution non significative entre les âges: $F(3.94, 2811.49)=2.0176$, $p=0.0905$.

[132] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 11 à 15 ans: $F(1, 714)=101.9653$, $p<.001$.

[133] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 11 ans: $F(1, 714)=38.8455$, $p<.001$; de 12 ans: $F(1, 714)=14.3655$, $p<.001$; de 14 ans: $F(1, 714)=36.9152$, $p<.001$; de 15 ans: $F(1, 714)=34.7700$, $p<.001$.

[134] Différence statistiquement non significative entre les garçons et les filles de 13 ans: $F(1, 714)=3.0986$, $p=0.0788$.

[135] Différence de distribution entre les âges chez les garçons: $F(3.97, 2833.41)=10.9425$, $p<.001$; chez les filles: $F(3.92, 2798.43)=8.1472$, $p<.001$.

[136] Différence statistiquement significative entre les garçons de 13 ans et ceux de 14 ans: $F(1, 535)=3.9433$, $p<.05$.

La différence selon le sexe est comparativement moins marquée pour la pratique d'une activité physique **au moins 60 minutes entre 5 à 6 jours par semaine**, avec un écart statistiquement significatif chez les 13 et 14 ans uniquement [137] [138]. Par ailleurs, les faibles variations entre groupes d'âge observées chez les garçons et chez les filles ne sont pas statistiquement significatives[139].

4.4.1.2 Les élèves comparativement (très) peu actifs/ves (estimation sur la base de données déclaratives)

Si l'on s'intéresse aux élèves **comparativement peu actifs/ves**, ce sont plus de la moitié des 11 à 15 ans (56.1%) qui ont dit avoir été physiquement actifs/ives (au moins 60 minutes dans la journée) **0 à 4 jours** au cours des sept derniers jours (voir annexe 4.1).

Dans le détail, s'agissant des moins actifs/ves d'entre eux/elles, 2.4% des élèves de 11 à 15 ans n'ont **aucun jour au cours des sept derniers jours** atteint un total de 60 minutes ou plus d'activité physique dans la journée et 5.6% **un jour seulement** (annexe 4.1).

La proportion d'élèves qui ont été physiquement actifs/ives aucun jour sur les sept derniers jours augmente entre les groupes d'âge, et ceci aussi bien chez les garçons (11 ans: 1.2%, 15 ans: 3.3%) que chez les filles (11 ans: 1.7% ; 15 ans: 4.2%)[140]. Compte tenu du fait que ces jeunes sont à l'école obligatoire, qui prévoit au moins deux périodes d'éducation physique par semaine, on peut supposer qu'il s'agit d'élèves qui, pour la période de sept jours considérée, avaient une dispense pour maladie ou accident.

Par contre, aucune variation statistiquement significative entre les groupes d'âge ne s'observe pour les élèves un peu plus actifs/ives (1 jour/7)[141], ceci autant chez les garçons que chez les filles[142].

4.4.2 Fréquence de la pratique sportive en dehors des heures d'école

4.4.2.1 Les élèves sportifs/ves (au moins une fois par semaine en dehors des heures d'école)

En 2018, la vaste majorité des élèves de 11 à 15 ans étaient sportifs/ves : environ neuf sur dix (91.3%) faisaient du sport au point de transpirer ou d'être essoufflé-e-s **au moins une fois par semaine** en dehors des heures d'école, fréquence qui suggère une certaine régularité de l'activité sportive (figure 4.4).

Dans le détail, 16.3% le faisaient **une fois par semaine**, environ quatre sur dix (38.2%) **deux à trois fois par semaine** et plus d'un tiers (36.9%) **au moins quatre fois par semaine**.

Une baisse de la fréquence de l'activité sportive en dehors de l'école entre les groupes d'âge est toutefois à relever. Ainsi, la proportion d'élèves pratiquant un sport au moins quatre fois par semaine passe de 44.6%

[137] Différence statistiquement non significative entre les garçons et les filles de 11 ans: $F(1, 714)=0.5329$, $p=0.4656$; de 12 ans: $F(1, 714)=0.3209$, $p=0.5712$; de 15 ans: $F(1, 714)=3.4944$, $p=0.0620$.

[138] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 13 ans: $F(1, 14)=6.7210$, $p<.05$; de 14 ans: $F(1, 714)=3.9225$, $p<.05$.

[139] Différence de distribution statistiquement non significative entre les âges chez les garçons: $F(3.87, 2763.05)=1.3095$, $p=0.2649$; chez les filles: $F(3.88, 2770.89)=2.2525$, $p=0.0631$.

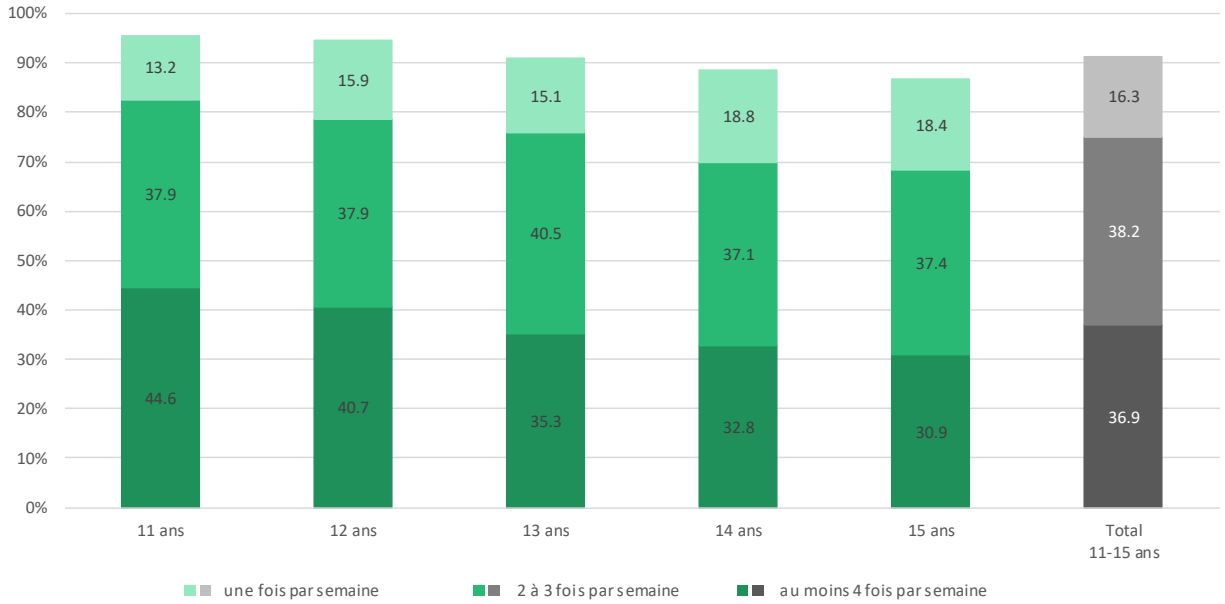
[140] Différence de distribution statistiquement significative entre les âges chez les garçons: $F(3.99, 2845.92)=3.0903$, $p<.05$; chez les filles: $F(3.97, 2835.10)=5.4177$, $p<.001$.

[141] Différence de distribution entre les âges statistiquement significative pour les élèves pas du tout actifs/ives (0 jour): $F(3.98, 2840.75)=7.8001$, $p<.001$; non significative pour les élèves peu actifs/ives (1 jour): $F(3.95, 2819.05)=0.9117$, $p=0.4551$.

[142] Différence de distribution statistiquement non significative entre les âges chez les garçons: $F(3.91, 2792.27)=0.5022$, $p=0.7300$; chez les filles: $F(3.94, 2812.99)=1.2468$, $p=0.2891$.

chez les 11 ans à 30.9% chez les 15 ans[143], alors qu'à l'inverse la part des élèves qui pratiquent un sport une fois par semaine augmente entre les groupes d'âge (de 13.2% chez les 11 ans à 18.4% chez les 15 ans[144]). La part des élèves pratiquant un sport deux à trois fois par semaine ne suit pas d'évolution linéaire entre les groupes d'âge[145].

Figure 4.4 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui **font du sport en dehors des heures d'école au moins une fois par semaine** (1 fois par semaine, 2 à 3 fois par semaine resp. au moins 4 fois par semaine), selon l'âge (HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 16.3% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont dit faire du sport (en dehors des heures d'école) une fois par semaine**

Remarque: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**

Comme c'est le cas pour le suivi de la recommandation en matière d'activité physique (voir point 4.4.1.1), les garçons font plus souvent du sport que les filles (figure 4.5). Globalement, 94.0% des garçons contre 88.6% des filles de 11 à 15 ans font du sport **au moins une fois par semaine** en dehors des heures d'école[146]. Dans le détail, on constate par ailleurs que pratiquer un sport **au moins quatre fois par semaine** est bien plus répandu chez les garçons (45.2%) que chez les filles (28.2%), alors qu'à contrario pratiquer un sport **deux à trois fois par semaine** ou **une fois par semaine** est plus répandu chez les filles[147].

[143] Différence de distribution statistiquement significative entre les âges: F(3.94, 2814.45)=24.8924, p<.001.

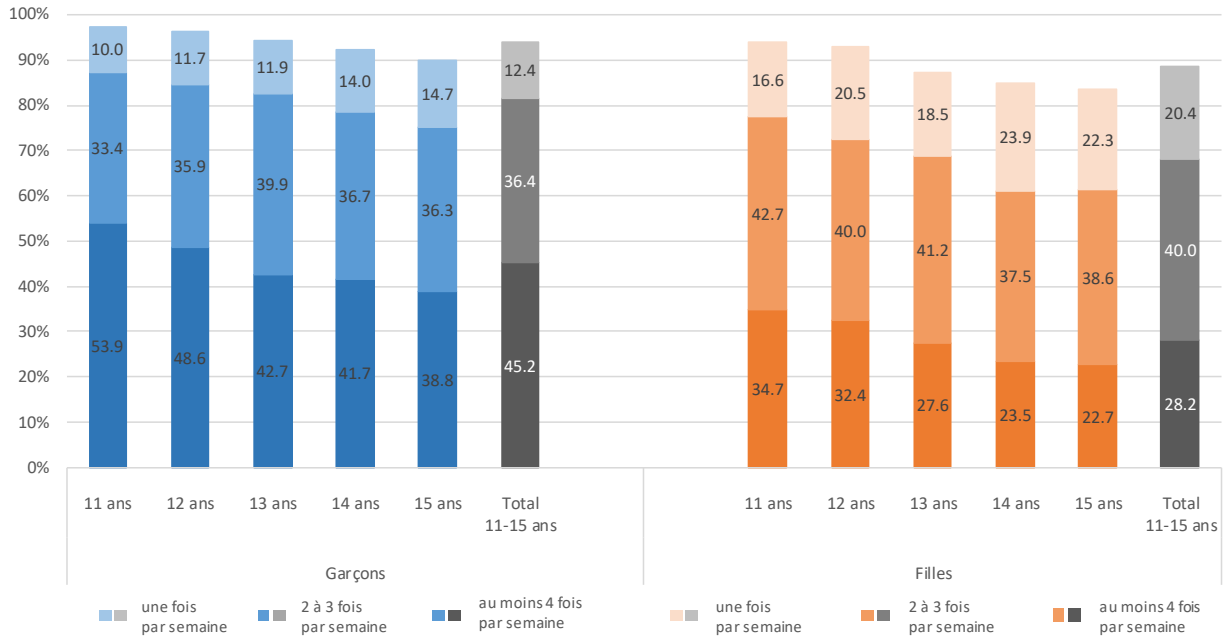
[144] Différence de distribution statistiquement significative entre les âges: *F*(3.98, 2842.85)=8.7908, p<.001.

[145] Différence de distribution statistiquement non significative entre les âge: *F*(3.97, 2833.93)=1.6033, p=0.1711.

[146] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles de 11 à 15 ans: *F*(1, 714)=116.8949, p<.001.

[147] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles qui pratiquent un sport au moins 4 fois par semaine: *F*(1, 714)=288.3302, p<.001 ; entre 2 à 3 fois par semaine: *F*(1, 714)=12.6494, p<.001 ; une fois par semaine: *F*(1, 714)=116.8949, p<.001..

Figure 4.5 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui **font du sport en dehors des heures d'école au moins une fois par semaine** (1 fois par semaine, 2 à 3 fois par semaine resp. au moins 4 fois par semaine), selon le sexe et l'âge (HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 39.9% des garçons de 13 ans et 41.2% des filles du même âge ont déclaré faire du sport (en dehors des heures d'école) 2 à 3 fois par semaine**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

Par ailleurs, le recul de l'activité sportive entre les 11 ans et les 15 ans concerne aussi bien les filles que les garçons (figure 4.5). En effet, la part des élèves qui pratiquent un sport **au moins quatre fois par semaine** s'amenuise entre les groupes d'âge, autant chez les filles que chez les garçons[148], tandis que pratiquer un sport **une fois par semaine** devient plus répandu entre les groupes d'âge chez les garçons (chez les filles, la proportion varie de façon statistiquement significative entre les groupes d'âge, mais pas de façon linaire)[149]. Enfin, pour la pratique d'un sport à une fréquence de **deux à trois fois par semaine**, la proportion varie entre les groupes d'âge aussi bien chez les filles que chez les garçons, mais pas de façon linéaire[150] [151].

4.4.2.2 Les élèves comparativement peu ou pas du tout sportifs/ves (moins d'une fois par semaine ou jamais en dehors des heures d'école)

En 2018, près d'un-e élève de 11 à 15 ans sur dix (8.6%) faisaient du sport au point de transpirer ou d'être essoufflé-e-s **occasionnellement (moins d'une fois par semaine) ou jamais** en dehors des heures d'école, c'est-à-dire de façon non obligatoire (figure 4.6). De manière détaillée, 3.1% en faisaient une fois par mois, 2.5% moins d'une fois par mois et 3.0% jamais.

[148] Différence de distribution statistiquement significative entre les âges chez les garçons: $F(3.90, 2781.72)=13.5099$, $p<.001$; chez les filles: $F(3.96, 2828.79)=13.8860$, $p<.001$.

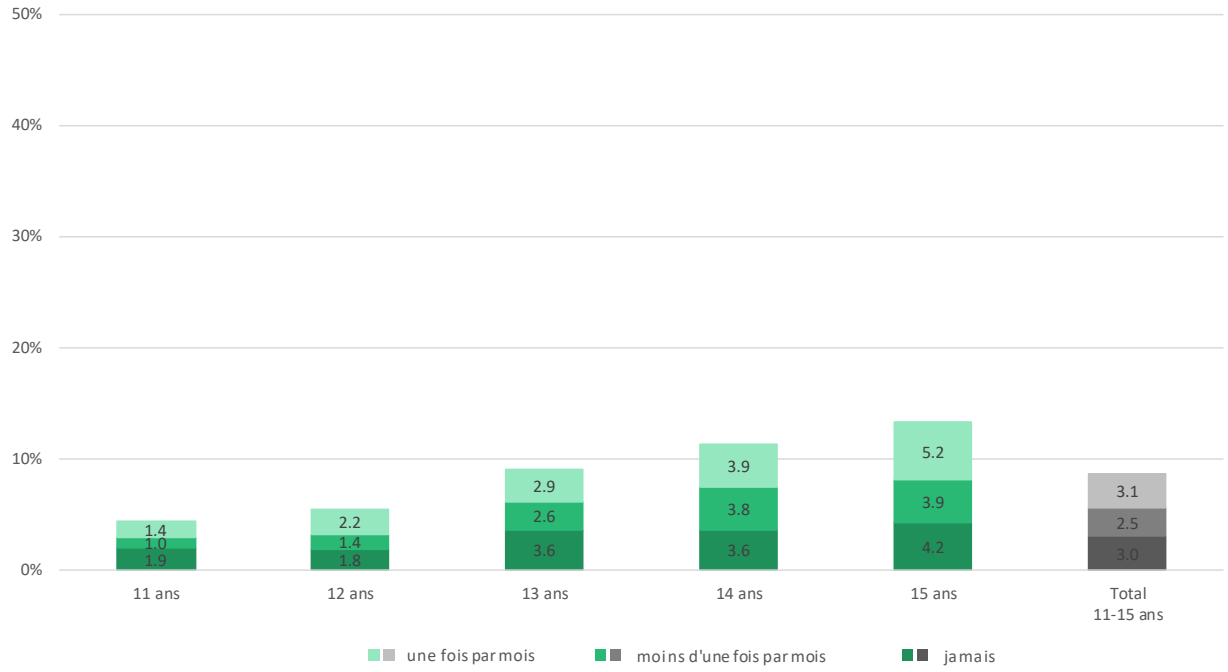
[149] Différence de distribution statistiquement significative entre les âges chez les garçons: $F(3.98, 2838.33)=3.4082$, $p<.05$; chez les filles: $F(3.99, 2846.40)=5.8596$, $p<.001$.

[150] Différence de distribution statistiquement non significative entre les âges chez les filles: $F(3.95, 2820.12)=1.7934$, $p=0.1282$.

[151] Différence de distribution statistiquement non significative entre les âges chez les garçons: $F(3.97, 2836.86)=2.3287$, $p=0.0544$.

La part des peu ou non sportifs/ves croît de manière continue entre les groupes d'âge. En effet, 1.9% des 11 ans ne pratiquaient jamais de sport, resp. 1.0% le faisaient moins d'une fois par mois et 1.4% une fois par mois, contre respectivement 4.2%, 3.9% et 5.2% des élèves des 15 ans[152].

Figure 4.6 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui **font occasionnellement ou jamais du sport en dehors des heures d'école** (une fois par mois, moins d'une fois par mois resp. jamais), selon l'âge (HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 3.0% des 11 à 15 ans ne faisaient jamais de sport en dehors des heures d'école**

Remarque: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**

La hausse de la part des peu ou pas du tout sportifs/ves entre les 11 ans et les 15 ans vaut aussi bien pour les garçons que pour les filles (figure 4.7)[153].

Chez les 11 à 15 ans, les filles sont proportionnellement plus nombreuses que les garçons à ne jamais faire de sport en dehors des heures d'école (resp. 4.2% et 1.9%), à pratiquer un sport moins d'une fois par mois (resp. 3.2% et 1.9%), resp. à le faire une fois par mois (resp. 4.1% et 2.2%)[154]. Ce constat est valable pour la plupart des sous-groupes d'âge et de sexe[155] [156].

[152] Différence de distribution statistiquement significative entre les âges pour les élèves qui ne pratiquent jamais de sport: $F(3.91, 2789.59)=7.9496$, $p<.001$; qui en pratique moins d'une fois par mois: $F(3.91, 2793.65)=16.4527$, $p<.001$; qui en pratiquent une fois par mois: $F(3.96, 2824.99)=14.6861$, $p<.001$.

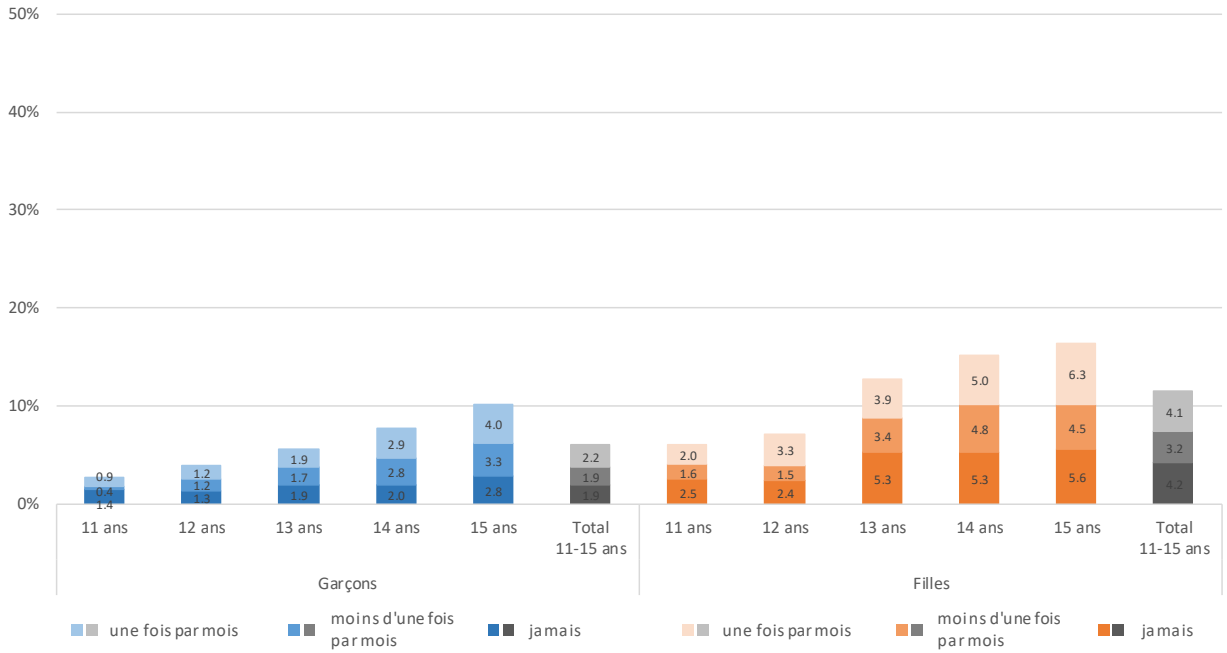
[153] Différence de distribution statistiquement significative entre les âges chez les garçons: $F(3.97, 2834.64)=15.7764$, $p<.001$; chez les filles: $F(3.97, 2836.06)=23.1484$, $p<.001$.

[154] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles pour les élèves qui ne pratiquent jamais de sport: $F(1, 714)=49.5302$, $p<.001$; qui en pratiquent moins d'une fois par mois: $F(1, 714)=16.3964$, $p<001$; qui en pratiquent une fois par mois: $F(1, 714)=32.2709$, $p<.001$.

[155] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles pour les élèves qui ne pratiquent jamais de sport chez les 13 ans: $F(1, 714)=18.3536$, $p<.001$; les 14 ans: $F(1, 714)=18.0467$, $p<.001$; les 15 ans: $F(1, 714)=8.8918$, $p<.01$; qui en pratiquent moins d'une fois par mois chez les 11 ans: $F(1, 714)=8.9068$, $p<.01$; les 13 ans: $F(1, 714)=7.2193$, $p<.01$; les 14 ans: $F(1, 714)=6.2483$, $p<.05$; qui en pratiquent une fois par mois chez les 11 ans: $F(1, 714)=4.3168$, $p<.05$; les 12 ans: $F(1, 714)=11.0562$, $p<.001$; les 13 ans: $F(1, 714)=8.5242$, $p<.01$; les 14 ans: $F(1, 714)=6.3787$, $p<.05$; les 15 ans: $F(1, 714)=5.6111$, $p<.05$.

[156] Différence statistiquement non significative entre les garçons et les filles pour les élèves qui ne pratiquent jamais de sport chez les 11 ans: $F(1, 714)=3.0756$, $p=0.0799$; les 12 ans: $F(1, 714)=2.9827$, $p=0.0846$; qui en pratiquent moins d'une fois par mois chez les 12 ans: $F(1, 714)=0.2651$, $p=0.6068$; les 15 ans: $F(1, 714)=2.1071$, $p=0.1471$.

Figure 4.7 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui **font occasionnellement ou jamais du sport en dehors des heures d'école** (une fois par mois, moins d'une fois par mois resp. jamais), selon le sexe et l'âge (HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 1.4% des garçons de 11 ans et 2.5% des filles du même âge ne faisaient jamais de sport en dehors des heures d'école**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

4.5 Évolution au fil du temps

4.5.1 Suivi de la recommandation d'activité physique pour les enfants et les adolescent-e-s (estimation sur la base de données déclaratives)

Compte tenu des limitations méthodologiques mentionnées au point 4.3.1, il importe de considérer ici le tracé des courbes et non l'ampleur des prévalences.

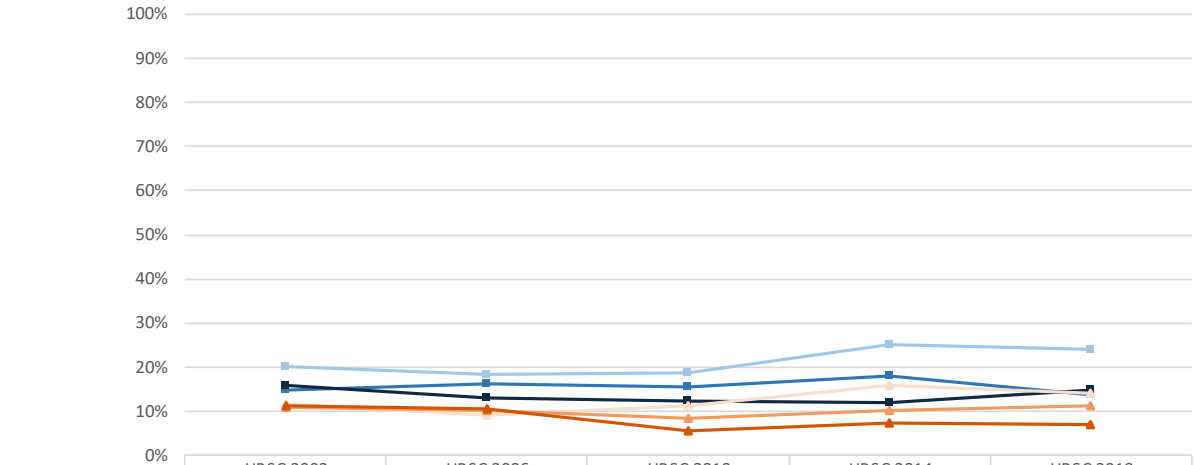
Globalement, la part des élèves de 11 à 15 ans qui ont dit avoir été physiquement actifs/ves pendant au moins 60 minutes par jour sept jours sur sept (c.-à-d. sept jours au cours des sept derniers jours) – ce qui correspond à la recommandation du Réseau suisse Santé et activité physique (voir sous-chapitre 4.1) – est restée assez stable depuis 2002. On note tout au plus une légère baisse entre 2002 et 2006[157] puis une légère hausse entre 2010 et 2014[158], qui ne s'est pas poursuivie en 2018[159]. À ce sujet, il faut néanmoins rappeler que depuis l'enquête de 2010, les leçons d'éducation physique ont été ajoutées aux exemples d'activité physique inclus dans le paragraphe introductif précédent la question (voir point 4.3.1), ce qui pourrait expliquer en partie la légère augmentation constatée entre 2010 et 2014.

[157] Différence statistiquement significative entre les années d'enquête 2002 et 2006: $F(1, 1177)=5.0881$, $p<.05$.

[158] Différence statistiquement significative entre les années d'enquête 2010 et 2014: $F(1, 1049)=10.7141$, $p<.01$.

[159] Différence statistiquement non significative entre les années d'enquête 2014 et 2018: $F(1, 1343)=0.0919$, $p=0.7618$.

Figure 4.8 *Évolution des parts (estimées)[a] d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui, au cours des 7 derniers jours, ont été **physiquement actifs/ives au moins 60 minutes par jour** (7 jours sur 7), selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018)*



	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	20.0	18.4	18.6	25.1	24.0
Garçons 13 ans	14.9	16.2	15.5	18.1	13.6
Garçons 15 ans	15.7	13.0	12.2	11.9	14.8
Filles 11 ans	11.4	9.2	11.3	15.8	14.0
Filles 13 ans	10.8	10.0	8.3	10.3	11.1
Filles 15 ans	11.0	10.6	5.6	7.3	6.9
Total 11 - 15 ans	14.3	12.8	12.4	14.4	14.2

Exemple de lecture: **en 2018, 24.0% des garçons de 11 ans et 14.0% des filles du même âge ont déclaré être physiquement actifs/ves au moins 60 minutes par jour (7 jours/7)**

Remarques: **[a] Résultats basés sur des données déclaratives et non sur une mesure par capteur de mouvement**
Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.

La figure 4.8 met quant à elle en évidence l'évolution en fonction du sexe et de l'âge. On y voit que les courbes évoluent à des niveaux différents, celles des plus jeunes dominant celles des plus âgé-e-s, mais ont pour la plupart en commun la hausse entre 2010 et 2014 et la relative stagnation entre 2014 et 2018.

À noter qu'une hausse entre 2010 et 2014 n'est pas constatée chez les garçons de 15 ans et n'est statistiquement significative que chez les garçons et les filles de 11 ans[160]. En outre, s'agissant de la période récente 2014-2018, on voit que chez les filles, quel que soit leur âge, la situation en 2018 est similaire à celle de 2014. C'est aussi le cas pour les garçons de 11 ans, tandis que ceux de 13 ans affichent une diminution entre 2014 et 2018 [161]. Pour les garçons de 15 ans, la proportion était en diminution depuis 2002 jusqu'en 2014[162], et semble avoir retrouvé en 2018 son niveau de 2002 (augmentation néanmoins non statistiquement significative[163]).

[160] Différence entre 2010 et 2014 parmi les garçons; 11 ans: F1,1049=9.08, p=.003; 13 ans: F1,1049=2.29, n.s.; 15 ans: F1,1049=0.04, n.s.; parmi les filles; 11 ans: F1,1049=5.29, p=.022; 13 ans: F1,1049=2.29, n.s.; 15 ans: F1,1049=1.95, n.s.

[161] Différence statistiquement significative entre les années d'enquête 2014 et 2018 pour les garçons de 13 ans: $F(1, 1343)=7.4503$, $p<.05$; non significative pour ceux de 11 ans: $F(1, 1343)=7.4503$, $p=0.3853$.

[162] Différence statistiquement significative entre les années d'enquête 2002 et 2014 pour les garçons de 15 ans: $F(1, 1217)=5.2593$, $p<.05$.

[163] Différence statistiquement non significative entre les années d'enquête 2014 et 2018 pour les garçons de 15 ans: $F(1, 1343)=3.0089$, $p=0.0830$.

Enfin, les différences selon le sexe relevées en 2018 (voir point 4.4.1.1) étaient déjà observables lors des précédentes enquêtes. En effet, de 2002 à 2018, les filles de 11 à 15 ans sont proportionnellement moins nombreuses que les garçons du même âge à respecter la recommandation de pratiquer une activité physique au moins 60 minutes chaque jour [164]. Ceci vaut d'ailleurs pour tous les groupes d'âge.

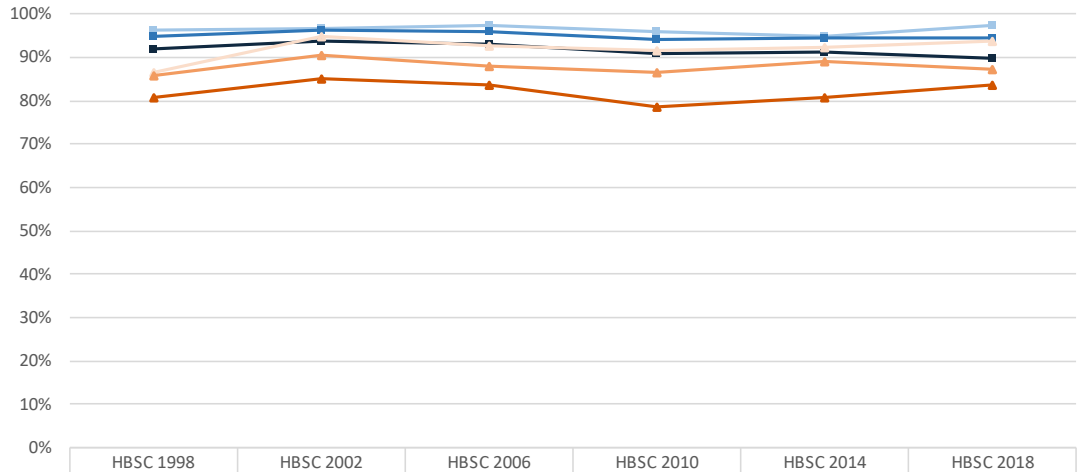
S'agissant de la part des élèves de 11 à 15 ans qui sont physiquement actifs/ves **au moins 60 minutes pendant au moins cinq jours par semaine**, on observe une légère augmentation entre 2006, 2010 et 2014, qui ne s'est pas poursuivie en 2018 (voir annexe 4.1).

4.5.2 Fréquence de la pratique d'un sport en dehors des heures d'école

4.5.2.1 Les élèves sportifs/ves (au moins une fois par semaine en dehors des heures d'école)

Globalement, sur l'ensemble de la période 1998-2018, la part des élèves de 11 à 15 ans qui font du sport (au point de transpirer ou d'être essoufflé-e-s) en dehors des heures d'école au moins une fois par semaine est restée assez stable autour de 90%, avec le point le plus bas de la courbe en 1998 (89.8%) et le plus haut en 2002 (93.0%)[165].

Figure 4.9 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui **font du sport en dehors des heures d'école** au moins une fois par semaine, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 1998-2018)*



	HBSC 1998	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	96.4	96.8	97.4	95.9	95.1	97.3
Garçons 13 ans	94.8	96.3	95.9	94.0	94.5	94.4
Garçons 15 ans	91.9	93.6	93.1	90.8	91.4	89.8
Filles 11 ans	86.5	94.8	92.8	91.6	92.3	93.9
Filles 13 ans	86.0	90.7	88.0	86.7	89.3	87.3
Filles 15 ans	80.7	85.2	83.6	78.7	80.9	83.6
Total 11 - 15 ans	89.8	93.0	91.9	90.3	91.2	91.3

Exemple de lecture: **en 2018, 97.3% des garçons de 11 ans et 93.9% des filles du même âge ont déclaré pratiquer un sport en dehors des heures d'école au moins une fois par semaine**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées**

[164] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles pour l'enquête 2002: $F(1, 10205)=57.1932$, $p<.001$; l'enquête 2006: $F(1, 10205)=40.1206$, $p<.001$; l'enquête 2010: $F(1, 10205)=99.3638$, $p<.001$; l'enquête 2014: $F(1, 10205)=91.0675$, $p<.001$; l'enquête 2018: $F(1, 10205)=99.8348$, $p<.001$.

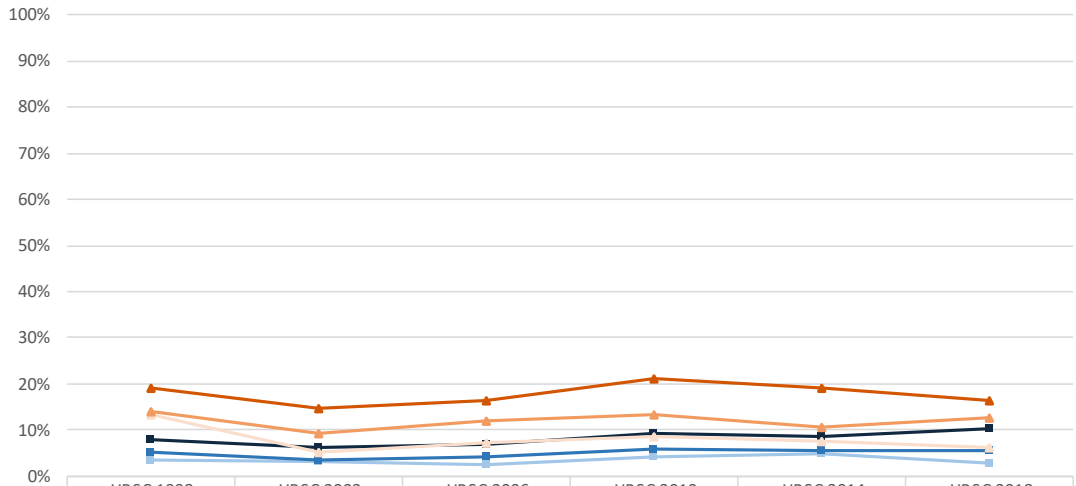
[165] Différence statistiquement significative entre les années d'enquête 1998 et 2002: $F(1, 1127)=49.2232$, $p<.001$.

La figure 4.9 présente quant à elle l'évolution entre 1998 et 2018 pour les garçons et les filles de 11, 13 et 15 ans. Le tracé de la courbe diffère selon le sous-groupe d'âge et de sexe considéré, sachant que depuis 1998 les filles sont proportionnellement moins nombreuses (entre 78% et 95% selon le groupe d'âge considéré) que les garçons (entre 89% et 98%) à pratiquer un sport au moins une fois par semaine en dehors de l'école, quel que soit l'année d'enquête et le groupe d'âge considéré.

4.5.2.2 Les élèves comparativement peu ou pas du tout sportifs/ves (moins d'une fois par semaine ou jamais en dehors des heures d'école)

Globalement, sur l'ensemble de la période 1998-2018, la part des élèves de 11 à 15 ans qui font du sport (au point de transpirer ou d'être essoufflé-e-s) en dehors des heures d'école moins d'une fois par semaine ou jamais a oscillé entre 7.0% (2002) et 10.2% (1998), sans tendance claire.

Figure 4.10 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui **font du sport en dehors des heures d'école** moins d'une fois par semaine ou jamais, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 1998-2018)*



	HBSC 1998	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	3.6	3.2	2.6	4.1	4.9	2.7
Garçons 13 ans	5.2	3.7	4.1	6.0	5.5	5.6
Garçons 15 ans	8.1	6.4	6.9	9.2	8.6	10.2
Filles 11 ans	13.5	5.2	7.2	8.4	7.7	6.1
Filles 13 ans	14.0	9.3	12.0	13.3	10.7	12.7
Filles 15 ans	19.3	14.8	16.4	21.3	19.1	16.4
Total 11 - 15 ans	10.2	7.0	8.1	9.7	8.8	8.7

Exemple de lecture: **en 2018, 3.1% des garçons de 11 ans et 10.6% des filles du même âge ont déclaré pratiquer un sport en dehors des heures d'école moins d'une fois par semaine ou jamais**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées**

La figure 4.10 illustre quant à elle l'évolution en fonction du sexe et de l'âge. Les courbes des filles de 11, 13 et 15 ans de même que celles des garçons des mêmes âges comparativement peu ou pas du tout sportifs/ves suivent un tracé assez similaire, celles des filles se situant à un niveau supérieur à celles des garçons.

4.6 Caractéristiques des élèves de 11 à 15 ans resp. 14 et 15 ans qui font au moins 60 minutes d'activité physique par jour

Afin d'observer s'il existe un lien entre la pratique d'une activité physique pendant au moins 60 minutes tous les jours (selon estimation basée sur les déclarations des élèves) et certaines caractéristiques des élèves – c'est-à-dire des caractéristiques sociodémographiques et respectivement celles en lien avec la santé, le bien-être et le contexte social –, deux types de modèles de régression logistique ont été estimés (pour la description des caractéristiques considérées, voir l'encadré 1 au chapitre 3, sous-chapitre 3.6).

Dans un premier temps, l'association entre le suivi de la recommandation et les quatre variables sociodémographiques que sont l'âge, le sexe, la région linguistique et la forme de la famille a été investiguée au moyen d'une régression logistique multiple.

Dans un second temps, les sept variables en lien avec la santé, le bien-être et le contexte social – parents « au courant », soutien perçu de la part de la famille resp. des ami-e-s, stress (perçu) lié au travail scolaire, satisfaction face à l'existence, état de santé autoévalué et durée habituelle du sommeil avant les jours d'école – ont été considérées séparément comme variables indépendantes (autrement dit comme prédicteur) dans le cadre de modèles de régression logistique multiple.

Les tableaux 4.1 et 4.2 présentent les rapports de cotes (odds ratio abrégé OR) et leurs intervalles de confiance à 95% (abrégé IC 95%), contrôlés le cas échéant pour les effets de l'âge et du sexe. Pour l'interprétation des rapports de cotes (OR) voir le sous-chapitre 2.5.

Il est important de rappeler que l'enquête HBSC est une enquête transversale et que, de ce fait, les associations statistiques documentées ne peuvent pas être interprétées comme preuves d'un lien de causalité. Les odds ratios (**OR**) rapportés sont ainsi **considérés seulement comme des coefficients d'association**. Pour plus de détails sur la manière d'interpréter ces résultats, se référer au chapitre méthode du rapport de recherche Delgrande Jordan et al. (2019a).

Tableau 4.1 *Résultats des associations entre les caractéristiques sociodémographiques et la **pratique d'une activité physique d'intensité moyenne à élevée pendant au moins 60 minutes par jour au cours des 7 derniers jours** chez les élèves de 11 à 15 ans – modèle de régression logistique multiple (HBSC 2018)*

	11 à 15 ans (n_{max}=11'121)		
	OR		*IC 95%*
Âge[1]			
12 ans	0.79	**	[0.66, 0.94]
13 ans	0.60	***	[0.50, 0.73]
14 ans	0.61	***	[0.50, 0.75]
15 ans	0.49	***	[0.40, 0.60]
Sexe[2] (garçons)	1.79	***	[1.59, 2.01]
Région linguistique[3] (franco- et italophone)	0.56	***	[0.47, 0.67]
Forme de la famille[4] (autre)	0.97	n.s.	[0.85, 1.11]

Remarques: **OR = Odds Ratio (coefficients d'association) ; IC 95% = intervalle de confiance à 95% (calculé en tenant compte de l'effet de l'échantillonnage par grappes)**
Seuil de significativité : * = p < .05 ; ** = p < .01 ; *** = p < .001 ; n.s. = non significatif
1) Âge : catégorie de référence = 11 ans ; 2) Sexe : catégorie de référence = filles
3) Région linguistique : catégorie de référence = Suisse alémanique ; la région francophone et la région italophone ont été analysées ensemble (voir encadré 1 au sous-chapitre 3.6).
4) Forme de la famille : catégorie de référence = « famille MPE » ; famille « MPE » signifie ici les familles dans lesquelles l'élève vit avec sa mère et son père et éventuellement d'autres personnes (frères, sœurs, grands-parents, etc.) dans le même ménage (voir encadré 1 au sous-chapitre 3.6).

Exemple de lecture: **Les garçons en comparaison aux filles ont environ 1.8 fois plus de probabilité d'avoir pratiqué une activité physique pendant au moins 60 minutes par jour au cours des 7 derniers jours (OR=1.79, CI 95%: 1.59, 2.01). Cela est valable quel que soit l'âge, la région linguistique ou la forme de la famille.**

Les résultats pour les élèves de 11 à 15 ans concernant les caractéristiques sociodémographiques (tableau 4.1) montrent que la pratique d'une activité physique pendant au moins 60 minutes tous les jours est associée à l'âge. En effet, en prenant les 11 ans comme référence, les élèves plus âgé-e-s – de 12, 13, 14 et 15 ans – ont tous une probabilité diminuée (OR <1) de respecter la recommandation en matière d'activité physique, soit d'avoir pratiqué une activité physique pendant au moins 60 minutes par jour. Plus précisément, en comparaison aux élèves âgé-e-s de 11 ans, les élèves plus âgé-e-s ont une probabilité réduite d'environ 20 à 50 pourcents de suivre la recommandation. On constate également que les garçons affichent une probabilité plus élevée que les filles de respecter la recommandation en matière d'activité physique. Par ailleurs, et en comparaison aux élèves vivant en Suisse alémanique, il apparaît moins probable pour les élèves vivant en Suisse romande et Suisse italienne de respecter cette recommandation. Finalement, la pratique d'une activité physique d'au moins 60 minutes par jour n'apparaît pas liée à la forme de la famille[166] dans laquelle vivent les élèves.

[166] Précautions lors de l'interprétation : Ce qui est déterminant c'est bien davantage la qualité de la relation parents-enfant et la capacité des parents à répondre aux besoins de leur enfant. Autrement dit, aucune forme de famille n'est optimale en soi.

Tableau 4.2 *Résultats des associations entre les indicateurs de la santé, du bien-être et du contexte sociale et la **pratique d'une activité physique d'intensité moyenne à élevée pendant au moins 60 minutes par jour au cours des 7 derniers jours** – sept modèles de régression logistique multiple sous contrôle de l'âge et du sexe (HBSC 2018)*

	11 à 15 ans (n_{max}=11'121) resp. 14 et 15 ans (n_{max}=4'305)		
	OR		*IC 95%*
Parents «au courant»[1] (14 et 15 ans)			
bas - moyen	0.89	n.s.	[0.69, 1.16]
Soutien (perçu) de la part de la famille[2] (11 à 15 ans)			
bas - moyen	0.84	*	[0.71, 0.99]
Soutien (perçu) de la part des ami-e-s[2] (11 à 15 ans)			
bas - moyen	0.83	*	[0.71, 0.96]
Stress (perçu) lié au travail scolaire[3] (11 à 15 ans)			
moyen - élevé	0.94	n.s.	[0.83, 1.08]
Satisfaction face à la vie sur une échelle graduée de 0 à 10[4] (11 à 15 ans)			
moyenne (valeurs comprises entre 6 et 7)	0.72	***	[0.63, 0.83]
basse (valeurs comprises entre 0 et 5)	0.83	*	[0.69, 0.99]
État de santé autoévalué[5] (11 à 15 ans)			
mauvais - moyen	0.62	***	[0.50, 0.77]
Durée habituelle du sommeil avant les jours d'école[6] (14 et 15 ans)			
moins de 8 heures	1.07	n.s.	[0.87, 1.33]

Remarques: **OR = Odds Ratio (coefficients d'association) ; IC 95% = intervalle de confiance à 95% (calculé en tenant compte de l'effet de l'échantillonnage par grappes)**
Seuil de significativité : * = p < .05 ; ** = p < .01 ; *** = p < .001 ; n.s. = non significatif
Le tableau présente un aperçu des résultats des sept régressions logistiques multiples (toutes sous contrôle de l'âge et du sexe).
1) Parents «au courant» (évalué par les adolescent-e-s) : catégorie de référence = élevé ;
2) Soutien (perçu) de la part de la famille resp. des ami-e-s : catégorie de référence = élevé ;
3) Stress (perçu) lié au travail scolaire : catégorie de référence = pas du tout / un peu ;
4) Satisfaction face à la vie : catégorie de référence = élevée à très élevée (valeurs 8 - 10) ;
5) Etat de santé autoévalué : catégorie de référence = bon / excellent ;
6) Durée habituelle du sommeil avant les jours d'école : catégorie de référence = 8 heures ou plus

Exemple de lecture: **Les élèves de 11 à 15 ans qui évaluent leur état de santé comme moyen à mauvais ont 0.6 fois moins de probabilité d'avoir pratiqué une activité physique pendant au moins 60 minutes par jour au cours des 7 derniers jours, que les élèves des mêmes âges qui évaluent leur état de santé comme bon (OR=0.62, IC 95%: 0.50, 0.77). Cela est valable quel que soit l'âge et le sexe.**

Concernant les caractéristiques en lien avec la santé, le bien-être et le contexte social (tableau 4.2), on observe que les élèves de 11 à 15 ans ont une probabilité diminuée de pratiquer une activité physique pendant au moins 60 minutes par jour s'ils/si elles évaluent leur propre état de santé comme mauvais à moyen ou s'ils/si elles sont moyennement ou peu satisfait-e-s de leur existence. Il semble également qu'il soit un peu moins probable de suivre la recommandation en matière d'activité physique pour les élèves qui

perçoivent un soutien bas à moyen de la part de leur famille ou qui perçoivent un soutien bas à moyen de la part de leurs ami-e-s. Aucun lien ne se dessine en revanche entre la pratique d'une activité physique au moins 60 minutes par jour et la perception des élèves concernant le fait que leurs parents soient ou non « au courant » (élèves de 14 et 15 ans uniquement), le niveau de stress lié au travail scolaire ou la durée habituelle du sommeil avant les jours d'école (élèves de 14 et 15 ans uniquement).

4.7 Discussion

4.7.1 Suivi de la recommandation en matière d'activité physique pour les enfants et les adolescent-e-s

4.7.1.1 Situation en 2018 et considérations méthodologiques

Pour la Suisse, les recommandations du Réseau suisse Santé et activité physique (hepa.ch) stipulent que les adolescent-e-s d'âge scolaire devraient pratiquer au moins une heure par jour une activité physique d'intensité moyenne à élevée en plus de leurs activités quotidiennes.

Cette recommandation serait suivie par une petite partie seulement des 11 à 15 ans (14.2%), sachant que chez les filles le déficit est encore plus marqué que chez les garçons et qu'il augmente rapidement entre les groupes d'âge. Compte tenu de la méthodologie utilisée, on doit toutefois partir du principe que cette prévalence ne reflète pas précisément la proportion réelle d'élèves qui suivent la recommandation. En appliquant un seuil moins strict, environ 45% des élèves de 11 à 15 ans sont physiquement actifs/ives pendant au moins 60 minutes par jour, au moins cinq jours par semaine.

D'ailleurs, empruntant une méthodologie différente basée sur des mesures par accéléromètre, l'étude nationale représentative SOPHYA (*Swiss children's Objectively measured PHYsical Activity*) menée en 2013-2014 indique, elle, une part plus élevée de jeunes de 11 à 16 ans qui respectent la recommandation, tout en constatant également des différences importantes selon le sexe et le groupe d'âge : 53.5% des garçons et 24.9% des filles suivent la recommandation, de même que 65.2% des 10 à 11 ans, 39.4% des 12 à 13 ans et 21.5% des 14 à 16 ans (Bringolf-Isler et al., 2016).

L'écart constaté entre l'étude HBSC et l'étude SOPHYA n'est pas surprenant. En effet, il peut être principalement mis en rapport avec leurs méthodologies très différentes. En effet, le temps consacré à l'activité physique au cours d'une journée peut être sous-estimé lorsqu'il est auto-rapporté par les élèves, en comparaison à des données plus objectives récoltées par un capteur de mouvement comme l'accéléromètre. À cela s'ajoute probablement le fait que l'enquête HBSC se réfère à une période de référence très courte (les sept jours ayant précédé l'enquête), qui n'est pas pour tous les élèves forcément représentative de leur comportement habituel, et a été réalisée principalement en hiver et au début du printemps, période possiblement moins propice à l'activité physique en plein air. L'enquête SOPHYA, elle, a porté sur une plus longue période de référence, de sorte que les résultats sont moins marqués par des aléas liés à une semaine spécifique et à des fluctuations saisonnières.

Quoi qu'il en soit, les deux études montrent qu'en Suisse la majorité des jeunes adolescent-e-s ne parviennent pas à respecter la recommandation en matière d'activité physique, comme c'est d'ailleurs le cas dans les autres pays d'Europe de l'ouest (Guthold et al., 2020).

4.7.1.2 Évolution au fil du temps et corrélats du suivi de la recommandation

On peut supposer que le manque de précision de l'indicateur dédié à l'activité physique dans le cadre de l'enquête HBSC a un impact sur l'ampleur des prévalences enregistrées, mais pas sur l'évolution de celles-ci au fil du temps, ni sur les comparaisons entre sous-groupes de population.

Dans le cadre de l'enquête HBSC, la question relative à l'activité physique a été posée tous les quatre ans depuis 2002. Si l'on se focalise sur le tracé de la courbe d'évolution, on note que le respect de la recommandation en matière d'activité physique est resté relativement stable entre 2002 et 2018 chez les 11 à 15 ans. Alors que l'étude SOPHYA n'a connu à ce jour qu'une édition, l'étude Sport Suisse a été réalisée en 2008 et 2014[167]. Celle-ci-montre que le nombre d'heures consacrées à l'activité physique un jour d'école ou le week-end a plutôt légèrement diminué chez les 10 à 14 ans entre 2008 et 2014 (Lamprecht et al., 2015). Ces deux études suggèrent donc qu'aucun changement notable n'est intervenu dans ce domaine au cours des dix dernières années.

Selon l'étude HBSC 2018, en dehors d'être plus répandu chez les garçons et chez les plus jeunes, le suivi de la recommandation est plus probable en Suisse alémanique qu'en Suisse romande et Suisse italienne, conclusions partagées par l'étude SOPHYA (Bringolf-Isler et al., 2016). Par ailleurs, les élèves qui perçoivent un soutien faible à moyen de la part de leur famille resp. des ami-e-s ont une probabilité réduite de suivre la recommandation. De plus, la probabilité de suivre la recommandation est diminuée si l'état de santé est jugé moyen ou mauvais et en cas de faible ou moyenne satisfaction face à l'existence. Il est important de préciser que ces résultats reflètent des mécanismes complexes seulement partiellement expliqués à ce jour et que la méthodologie transversale de l'étude de permet pas de se prononcer sur une relation de cause à effet (Delgrande Jordan et al., 2019a). Les résultats soulignent néanmoins l'attention à accorder, dans le cadre des efforts de prévention et de promotion de la santé, au bien-être des jeunes et au rôle majeur joué par la famille et les pairs.

4.7.2 Le sport en dehors des heures d'école

Le sport est une forme d'activité physique parmi d'autres. Dans le cadre de l'enquête HBSC, la question dédiée au sport concerne la fréquence de la pratique sportive en dehors des heures d'école, sans précision si le sport pratiqué est (ou non) organisé et encadré. Les résultats montrent qu'en 2018 la vaste majorité des élèves de 11 à 15 ans ne se contente pas des cours d'éducation physique obligatoires dispensés dans le cadre scolaire mais font du sport (au point de transpirer ou d'être essoufflé-e-s) assez ou très régulièrement en dehors des heures d'école. Ce constat n'a guère évolué depuis 1998. Par ailleurs, les garçons sont proportionnellement plus nombreux à faire du sport et en font plus souvent que les filles. C'est aussi le cas des plus jeunes par rapport aux plus âgé-e-s. Alors que l'étude Sport Suisse constate également des différences importantes selon l'âge et le sexe, elle montre pour sa part que les 10 à 14 ans faisaient moins de sport en 2014 qu'en 2008 (Lamprecht et al., 2015).

4.7.3 Éléments de promotion de la santé

Ces différents résultats montrent la nécessité d'agir en vue d'augmenter la part des jeunes qui suivent la recommandation en matière d'activité physique en Suisse, tout particulièrement dans les groupes de population qui montrent comparativement le plus de difficultés à l'atteindre (filles, élèves les plus âgé-e-s). Un constat similaire est d'ailleurs posé par Guthold et al., (2020), dans leur étude internationale comprenant des données de 146 pays, dont la Suisse, et explorant l'évolution au fil du temps de l'insuffisance d'activité physique chez les adolescent-e-s.

[167] Les résultats de la nouvelle édition de cette enquête seront publiés en 2020 (www.baspo.ch).

À l'instar de la promotion d'une alimentation saine et équilibrée, la promotion de l'activité physique auprès des adolescent-e-s peut se faire à différents niveaux. Au cours des vingt dernières années, de très nombreuses interventions ont été réalisées aux plans national et cantonal, qu'il s'agisse de campagnes d'information tout public, de mesures axées sur les offres d'activités physiques en milieu scolaire ou extra-scolaire ou de mesures visant à favoriser un environnement propice à l'activité physique[168] (Ackermann & Amstad, 2019 ; Fischer et al., 2018). Les jeunes sont nombreux à faire de l'activité physique à l'occasion de leurs déplacements pour se rendre en classe ou pour les loisirs – en 2015, chez les 6 à 15 ans, la marche à pied et le vélo (y compris électrique) sont les principaux moyens de transports (Sauter & Urban Mobility Research, 2019) –, si bien que créer dans l'espace public des conditions attrayantes et sûres pour les trajets à pied ou à vélo apparaît comme une approche prometteuse. Par ailleurs, l'école et le domaine des loisirs, parallèlement à la famille, occupent une place centrale dans la vie des jeunes adolescent-e-s, ce qui en fait des settings de prédilection pour la promotion de l'activité physique. Cette dernière est d'ailleurs un des thèmes intégrés aux plans d'étude romand et alémanique (https://www.lehrplan21.ch/, https://www.plandetudes.ch/). Parmi les interventions existantes figurent par exemple l'offre de sports scolaires facultatifs, la possibilité de participer à des leçons d'éducation physique obligatoires adaptées en cas de dispense pour maladie ou accident, ainsi que l'ouverture des salles de gym en dehors des horaires scolaires (Ackermann & Amstad, 2019).

[168] « Selon ce concept, il s'agit de créer les conditions permettant une mobilité physique active, le jeu et le sport par la création de rues et d'espaces publics attrayants et sûrs, et ce, en particulier dans les régions à forte concentration urbaine. » Fischer et al. (2018), page 4.

5 Statut pondéral, image corporelle et stratégies de perte de poids

5.1 Liste des indicateurs présentés

Dans le cadre de l'enquête HBSC 2018, les élèves de 5e à 9e années de programme (7e à 11e année HarmoS) ont été interrogé-e-s sur :

- Leur poids (en kg) et leur taille (en cm) (valeurs auto-rapportées par les élèves qui permettent d'estimer leur Indice de masse corporelle (IMC))
- Leur perception de leur poids corporel
- Le fait de faire (ou non) un régime ou autre chose pour perdre du poids

La version longue du questionnaire HBSC 2018, destinée uniquement aux élèves de 8e et 9e années de programme (10e et 11e années HarmoS), comprenait en outre une question sur:

- Leur propre image corporelle

5.2 Opérationnalisation des indicateurs et précautions à prendre lors de l'interprétation

En Suisse, dans le cadre de l'enquête HBSC, les élèves de 11 à 15 ans sont interrogé-e-s tous les quatre ans depuis 1990 (excepté en 1998) sur leur poids et leur taille, chaque fois au moyen de questions comparables. La dimension subjective du poids corporel et la perception de la nécessité (ou non) de perdre du poids ont été investiguées depuis 1994 et 2002 respectivement. En 2018, une batterie de questions portant sur l'image corporelle élaborée par la Haute École de Zurich pour les Sciences Appliquées (ZHAW) à la demande de Promotion Santé Suisse a été incluse dans la version longue du questionnaire, destinée aux 14 et 15 ans seulement.

5.2.1 Statut pondéral (estimé sur la base de l'IMC)

Dans le cadre de l'étude HBSC, l'évaluation du statut pondéral se base sur l'Indice de Masse Corporelle [IMC= poids en kg/(taille en m)^2], qui est lui-même estimé à partir des valeurs de la taille et du poids auto-déclarés par les élèves et non pas à partir de mesures anthropométriques réalisées pour les besoins de l'enquête. Pour calculer l'IMC des élèves, le questionnaire HBSC comporte les questions suivantes: « Quel est ton poids ? (sans vêtement) » et « Quelle est ta taille ? (sans chaussures) ». La formulation de ces questions a légèrement changé entre les années d'enquête. En 1994 uniquement, il existait pour chacune des deux questions une catégorie de réponse supplémentaire « je ne sais pas ». Puis, dès 2002, les indications supplémentaires « sans vêtement » (pour le poids) et « sans chaussures » (pour la taille) ont été ajoutées.

Bien que l'utilisation de valeurs auto-déclarées soit une méthode de monitorage pratique et souvent utilisée pour estimer le statut pondéral des jeunes (Elgar et al., 2005 ; Fonseca et al., 2010 ; Goodman et al., 2000), les prévalences de l'excès pondéral obtenues par ce biais sont généralement plus basses que dans les études utilisant une mesure effective du poids et de la taille (Brener et al., 2003 ; Elgar et al., 2005). En effet, les adolescent-e-s ont généralement tendance à sous-estimer leur poids, les filles davantage que les garçons (Brener et al., 2003 ; Goodman et al., 2000 ; Himes & Faricy, 2001).

L'IMC est largement utilisé au niveau international comme indicateur permettant de classer les individus par rapport à leur profil corporel et de comparer les données au sein d'une population ou entre des populations et à long terme (Malatesta, 2013). Chez les enfants et les adolescent-e-s, les critères standards définis par l'OMS (poids considéré comme normal entre 18.5 et 25 d'IMC) ne peuvent toutefois pas être appliqués, en raison des changements rapides du poids, des mensurations et de la composition corporelle au cours de la puberté (Bellizzi & Dietz, 1999). Dans le présent rapport, ce sont donc les seuils de l'IMC adaptés pour l'âge et le sexe des jeunes proposés par l'*International Obesity Task Force* (IOTF) pour les moins de 18 ans qui sont considérés pour identifier les élèves qui présentent une insuffisance pondérale légère ou modérée à forte, un surpoids ou une obésité (Bellizzi & Dietz, 1999 ; Cole et al., 2000; Cole et al., 2007; de Onis et al., 2007) (tableau 5.1)[169].

Tableau 5.1 *Seuils de l'insuffisance pondérale resp. de l'excès pondéral basés sur l'indice de masse corporelle (IMC), par âge et sexe, proposés par l'International Obesity Task Force (IOTF) pour les moins de 18 ans*

Âge révolu (en années)	Insuffisance pondérale modérée à forte		Insuffisance pondérale légère		Surpoids		Obésité	
	Garçons	Filles	Garçons	Filles	Garçons	Filles	Garçons	Filles
11.0	13.72	13.79	14.97	15.05	20.55	20.74	25.10	25.42
11.5	13.87	14.01	15.16	15.32	20.89	21.20	25.58	26.05
12.0	14.05	14.28	15.35	15.62	21.22	21.68	26.02	26.67
12.5	14.25	14.56	15.58	15.93	21.56	22.14	26.43	27.24
13.0	14.48	14.85	15.84	16.26	21.91	22.58	26.84	27.76
13.5	14.74	15.14	16.12	16.57	22.27	22.98	27.25	28.20
14.0	15.01	15.43	16.41	16.88	22.62	23.34	27.63	28.57
14.5	15.28	15.72	16.69	17.18	22.96	23.66	27.98	28.87
15.0	15.55	15.98	16.98	17.45	23.29	23.94	28.30	29.11
15.5	15.82	16.22	17.26	17.69	23.60	24.17	28.60	29.29
18 ans et plus*	IMC<17		IMC<18.5		IMC>=25		IMC>=30	

Sources: **(Cole et al., 2000; Cole et al., 2007)**
*** seuils définis par l'OMS pour l'interprétation de l'IMC chez les adultes de 18 ans et plus en bonne santé**

Exemples de lecture: **Les garçons de 15.5 ans dont l'IMC est plus grand ou égal à 23.6 et plus petit que 28.6 ont un surpoids. Les filles de 11.0 ans dont l'IMC est plus petit que 15.05 et plus grand ou égal à 13.79 ont une insuffisance pondérale légère.**

5.2.2 Perception du poids corporel

Dans le cadre de l'enquête HBSC, la perception que les élèves de 11 à 15 ans ont de leur poids corporel est mesurée au moyen de la question suivante: « Penses-tu que tu es… » avec les catégories de réponse « beaucoup trop maigre », « un peu trop maigre », « à peu près du bon poids », « un peu trop gros-se » et « beaucoup trop gros-se ». Il s'agit donc là d'une estimation subjective du statut pondéral donnée par les élèves.

[169] Il convient de mentionner que l'OMS a proposé il y a quelques années des seuils de l'IMC pour les moins de 18 ans et que les résultats sont disponibles dans l'annexe 5.2 relative à ce chapitre. Il faut néanmoins préciser que pour certains auteurs, les seuils de l'OMS peuvent conduire à une surestimation de la prévalence du surpoids et de l'obésité en comparaison de l'estimation découlant des critères de l'IOTF (c.f. entre autres Kêkê et al., 2015 ; Lazzeri et al., 2015).

5.2.3 Image corporelle

Pour évaluer l'image corporelle des élèves, la version longue du questionnaire HBSC comporte une batterie de questions élaborée par la Haute École de Zurich pour les Sciences Appliquées (ZHAW) à la demande de Promotion Santé Suisse. Cette batterie se compose de neuf items : « Nous aimerions savoir ce que tu penses des énoncés suivants. Lis chaque énoncé attentivement. Indique à quel point tu es d'accord ou non avec chacun d'entre eux…» «…je changerais/échangerais bien des parties de mon corps », « …j'ai plus d'imperfections physiques que les autres », « …cela ne me dérange pas si j'ai l'air différent-e des autres », « …je suis satisfait-e de mon apparence physique », « …je suis plutôt beau/belle », « …mes petites imperfections physiques ne m'affectent pas », « …je souhaiterais être plus mince », « …je souhaiterais avoir moins de masse graisseuse » et « …je souhaiterais être plus musclé-e ». Les élèves pouvaient répondre par les catégories de réponse suivantes : « pas d'accord », « plutôt pas d'accord », « plutôt d'accord » et « d'accord ».

Les six premiers items sont issus de la *Frankfurter Körperkonzeptskala zur Selbstakzeptanz* (SSAK) (Deusinger, 1998) et ont trait à l'acceptation du corps. Ces items ont été complétés par la ZHAW par les trois derniers items qui traitent, eux, d'aspects liés au poids, à la masse grasse corporelle et aux muscles.

Deux différences importantes par rapport à la batterie de questions d'origine de la ZHAW doivent toutefois être soulignées. Dans le questionnaire HBSC 2018, la batterie comprend deux catégories de réponse de moins – « pas du tout d'accord » et « tout à fait d'accord » – que la version originale, et les catégories de réponse étaient présentées dans le sens inverse, soit en commençant par la catégorie « pas d'accord ». Ces modifications, qui avaient pour finalité d'alléger la batterie, ont été apportées en concertation avec Promotion Santé Suisse.

Par ailleurs, déjà durant la phase de nettoyage des données, les items « …cela ne me dérange pas si j'ai l'air différent-e des autres » et « …mes petites imperfections physiques ne m'affectent pas » sont apparus problématiques. Par exemple, pour être (plutôt) d'accord avec le premier item, il faudrait remplir deux préconditions (« avoir l'air différent-e » et « cela ne me dérange pas »). Autrement dit, les élèves qui ne sont (plutôt) pas d'accord ne devraient en principe pas remplir ces deux préconditions. Or, il n'est pas possible de savoir comment ont répondu les élèves qui ne remplissent qu'une des deux conditions, en particulier « avoir l'air différent-e ». L'interprétation des réponses des élèves doit donc être faite avec prudence.

Sur la base de cette batterie de neuf questions, une **échelle de score de l'image corporelle positive** a pu être calculée selon une méthode qui s'inspire de celle utilisée par la ZHAW[170]. À cette fin, le codage des catégories de réponse a dû être inversé pour cinq des neuf items afin de leur conférer la même valence positive que les quatre autres items. Il s'agit des items « …je changerais/échangerais bien des parties de mon corps », « …j'ai plus d'imperfections physiques que les autres », « …je souhaiterais être plus mince », « …je souhaiterais avoir moins de masse graisseuse » et « …je souhaiterais être plus musclé-e ». Cette échelle de score est graduée de 1 à 4 (1= score d'image positive minimal ; 4=score d'image positive maximum). La décision d'inclure les neufs items de la batterie dans le calcul du score d'image corporelle positive se fonde sur les résultats d'une analyse de fiabilité, selon lesquels la cohérence interne de l'échelle peut être qualifiée de bonne (alpha de Cronbach (α) = .762).

Compte tenu des spécificités de la batterie de questions incluse dans le questionnaire de l'enquête HBSC 2018, une comparaison directe du score d'image corporelle positive obtenu pour le présent rapport et celui calculé par la ZHAW à partir de sa batterie d'origine – et présenté dans le cadre d'autres publications (Promotion Santé Suisse, 2017 ; Widmer Howald et al., 2018) – n'est pas possible.

[170] Nous remercions le Professeur Schär de la ZHAW pour les renseignements qu'il nous a aimablement fournis concernant le calcul de ce score.

5.2.4 Perception de la nécessité de perdre du poids

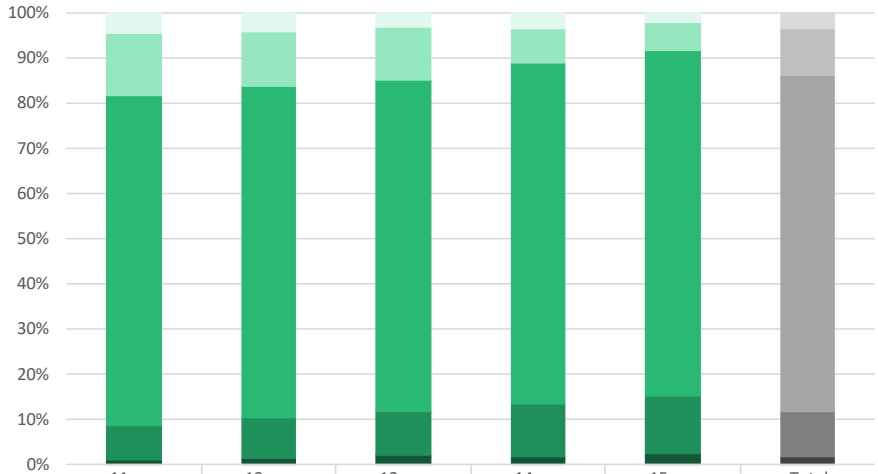
Une question relative à la perception de la nécessité de perdre du poids était posée aux élèves de 11 à 15 ans: « Fais-tu actuellement un régime ou quelque chose d'autre pour perdre du poids ? », à laquelle les élèves pouvaient répondre avec les catégories de réponse suivantes: « non, je suis du bon poids », « non, mais j'ai besoin de perdre du poids », « non, car il faudrait que je prenne du poids » et « oui ». À noter que cette question ne permet pas de savoir si les mesures prises par les jeunes pour perdre du poids sont justifiées et adaptées.

5.3 Situation en 2018

5.3.1 Statut pondéral (estimé sur la base de l'IMC)

Les figures 5.1 et 5.2 renseignent sur le statut pondéral des élèves de 11 à 15 ans estimé sur la base des catégories de l'IMC (selon les critères de l'IOTF), lui-même calculé à partir de la taille et du poids corporel indiqués par les élèves (voir point 5.2.1).

Figure 5.1 ***Statut pondéral estimé[a] sur la base des catégories de l'IMC (selon les critères de l'IOTF)****, selon l'âge (HBSC 2018)*



	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	Total
insuff. pond. modérée à forte	4.4	4.1	3.1	3.4	2.0	3.4
légère insuffisance pondérale	13.9	11.9	11.6	7.8	6.4	10.3
poids normal	73.2	73.7	73.6	75.4	76.6	74.5
surpoids	7.6	9.0	9.8	11.9	12.5	10.2
obésité	0.9	1.3	1.9	1.6	2.5	1.7

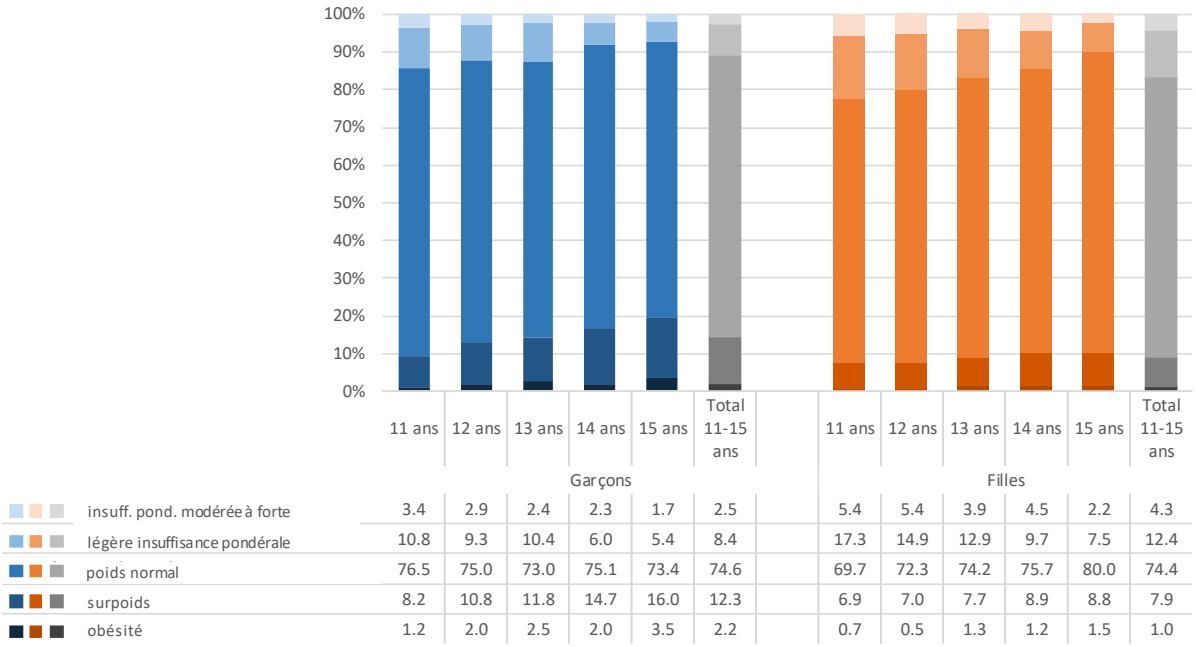
Exemple de lecture: **en 2018, 74.5% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont, d'après leur IMC, un poids normal**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
[a] Résultats basés sur des données déclaratives (taille et poids corporels indiqués par les élèves) et non sur des mesures anthropométriques

De manière générale, d'après les valeurs de l'IMC basées sur des données déclaratives, en 2018 trois quarts des élèves de 11 à 15 ans avaient un **poids normal** (74.5%), tandis que 10.3% présentaient une **insuffisance pondérale légère**, 3.4% une **insuffisance pondérale modérée à forte**, 10.2% un **surpoids** et 1.7% une **obésité**.

Par ailleurs, la part des élèves de 11 à 15 ans présentant un surpoids ou une obésité augmentent de manière statistiquement significative entre les groupes d'âge[171], alors que les proportions d'élèves qui présentent une insuffisance pondérale légère ou modérée à forte diminuent de manière statistiquement significative entre les groupes d'âge[172]. La part des élèves ayant un poids normal varie en revanche peu entre les groupes d'âge.

Figure 5.2 ***Statut pondéral estiméª sur la base des catégories de l'IMC (selon les critères de l'IOTF)****, selon le sexe et l'âge (HBSC 2018)*



	Garçons						Filles					
	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	Total 11-15 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	Total 11-15 ans
insuff. pond. modérée à forte	3.4	2.9	2.4	2.3	1.7	2.5	5.4	5.4	3.9	4.5	2.2	4.3
légère insuffisance pondérale	10.8	9.3	10.4	6.0	5.4	8.4	17.3	14.9	12.9	9.7	7.5	12.4
poids normal	76.5	75.0	73.0	75.1	73.4	74.6	69.7	72.3	74.2	75.7	80.0	74.4
surpoids	8.2	10.8	11.8	14.7	16.0	12.3	6.9	7.0	7.7	8.9	8.8	7.9
obésité	1.2	2.0	2.5	2.0	3.5	2.2	0.7	0.5	1.3	1.2	1.5	1.0

Exemple de lecture: **en 2018, 76.5% des garçons de 11 ans et 69.7% des filles du même âge ont, d'après leur IMC, un poids normal**

Remarques: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**
ª Résultats basés sur des données déclaratives (taille et poids corporels indiqués par les élèves) et non sur des mesures anthropométriques

En 2018, des proportions comparables de garçons (74.6%) et de filles (74.4%) de 11 à 15 ans ont un **poids normal.** On constate néanmoins une différence statistiquement significative selon le sexe chez les 11 ans, où elle est plus basse chez les filles, et chez les 15 ans, où elle est cette fois-ci plus basse chez les garçons [173]. Ceci reflète le fait que la prévalence du poids normal augmente de manière significative entre les groupes d'âge chez les filles, alors qu'elle est plutôt stable entre les groupes d'âge chez les garçons[174].

[171] Différence statistiquement significative entre les âges pour les élèves avec un surpoids: $F(3.93, 2808.04)=8.2584$, $p<.001$; pour les élèves avec une obésité: $F(3.95, 2823.39)=4.5003$, $p<.01$.

[172] Différence statistiquement significative entre les âges pour les élèves avec une insuffisance pondérale légère: $F(3.96, 2826.93)=20.2891$, $p<.001$; pour les élèves avec une insuffisance pondérale modérée à forte: $F(3.96, 2829.71)=5.5463$, $p<.001$.

[173] Différence entre les garçons et les filles, 11 ans (poids normal): $F(1, 714)= 12.10$, $p<.001$; 12 ans: $F(1, 714)= 1.67$, n.s.; 13 ans: $F(1, 714)= 0.41$, n.s.; 14 ans: $F(1, 714)= 0.10$, n.s.; 15 ans: $F(1, 714)= 10.91$, $p=.001$.

[174] Différence entre les groupes d'âge, garçons (poids normal): $F(3.96, 2826.83)= 0.9955$, n.s. ; filles: $F(3.94, 2814.12)= 7.32$, $p=0$, Kendall's tau-b = 0.0671.

Le **surpoids** est plus répandu chez les garçons (12.3%) que chez les filles (7.9%) de 11 à 15 ans[175]. Ceci vaut d'ailleurs pour tous les groupes d'âge, mais la différence n'est pas statistiquement significative chez les 11 ans[176]. Par ailleurs, la prévalence du surpoids augmente clairement entre les groupes d'âge chez les garçons (l'écart entre les 11 ans (8.2%) et les 15 ans (16.0%) est statiquement significatif[177]), tandis que les fluctuations observées chez les filles ne sont pas statistiquement significatives[178].

S'agissant de l'**obésité**, qui apparaît bien moins répandue que le surpoids, les garçons (2.2%) sont davantage concernés que les filles (1.0%) de 11 à 15 ans[179], sachant que la différence n'est statistiquement significative que chez les 12 et 15 ans[180]. En outre, la prévalence de l'obésité varie de manière significative entre les groupes d'âge chez les garçons[181], ces derniers étant proportionnellement plus nombreux à souffrir d'obésité à 15 ans (3.5%) qu'à 11 ans (1.2%)[182], mais pas chez les filles.

Alors que, de manière générale, les garçons sont davantage touchés par l'excès pondéral (surpoids et obésité), les filles sont à l'inverse davantage concernées par l'insuffisance pondérale (légère ou modérée à forte)[183].

En effet, l'**insuffisance pondérale légère** s'observe plus souvent chez les filles (12.4%) que chez les garçons (8.4%) de 11 à 15 ans[184]. Un écart de ce type se retrouve d'ailleurs dans tous les groupes d'âge, en précisant toutefois qu'il n'est statistiquement significatif que chez les 11, 12 et 14 ans[185]. À noter par ailleurs que cette prévalence tend à reculer entre 11 et 15 ans pour les deux sexes[186].

Le constat est similaire pour l'**insuffisance pondérale modérée à forte**, qui est plus répandue chez les filles (4.3%) que chez les garçons (2.5%) de 11 à 15 ans[187]. On trouve un tel écart dans tous les groupes d'âge, qui n'est toutefois statistiquement significatif que pour les 11, 12 et 14 ans[188]. Enfin, la prévalence tend à diminuer entre les groupes d'âge chez les filles, tandis que la baisse observée entre les 11 ans et les 15 ans chez les garçons n'est pas statistiquement significative [189].

[175] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles (surpoids) : $F(1, 714)= 52.9763$, p<.001.

[176] Différence entre les garçons et les filles, 11 ans (surpoids): $F(1, 714)= 1.19$, n.s.; 12 ans: $F(1, 714)= 9.29$, p<.01; 13 ans: $F(1, 714)= 11.18$, p<.001; 14 ans: $F(1, 714)= = 15.05$, p<.001; 15 ans: $F(1, 714) = 22.20$, p<.001.

[177] Différence statistiquement significative entre les garçons de 11 et 15 ans (surpoids): $F_{1,556}= 26.43$, p<.001.

[178] Différence entre les groupes d'âge, garçons (surpoids): $F_{3.94,2809.93}= 8.7814$, p=0, Kendall's tau-b =0.0746; filles: $F_{3.97,2835.30}= 1.2057$, n.s.

[179] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles (obésité) : $F(1, 714)= 19.5189$, p<.001.

[180] Différence entre les garçons et les filles, 11 ans (obésité): $F_{1.714}= 1.18$, n.s.; 12 ans: $F_{1, 714}= 9.40$, p=.0023; 13 ans: $F_{1, 714}= 2.64$, n.s.; 14 ans: $F_{1, 714}= 1.87$, n.s.; 15 ans: $F_{1, 714}= 8.17$, p=.0044.

[181] Différence entre les groupes d'âge, garçons (obésité): $F_{3.96,2827.74}= 3.45$, p<.001, Kendall's tau-b=0.038 ; filles: $F_{3.93,2804.91}= 1.59$, n.s.

[182] Différence statistiquement significative entre les garçons de 11 et 15 ans (obésité): $F(1,556)= 12.445$, p<.001.

[183] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles (excès pondéral) : $F(1, 714)= 74.605$, p<.001 ; garçons et les filles (insuffisance pondérale) : $F(1, 714)= 68.282$, p<.001.

[184] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles (légère insuffisance pondérale): $F(1, 714)= 42.2468$, p<.001.

[185] Différence entre les garçons et les filles, 11 ans (légère insuffisance pondérale): $F_{1, 714}= 17.82$, p=0.; 12 ans: $F_{1, 714}= 14.53$, p=.0001; 13 ans: $F_{1, 714}= 3.63$, n.s.; 14 ans: $F_{1, 714}= 10.45$, p=.0013; 15 ans: $F_{1, 714}= 2.91$, n.s.

[186] Différence entre les groupes d'âge, garçons (légère insuffisance pondérale): $F_{3.92,2802.14}= 8.17$, p<.001, Kendall's tau-b=-0.0635; filles: $F_{3.92,2800.16}= 13.92$, p<.001, Kendall's tau-b = -0.0932.

[187] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles (insuffisance pondérale modérée à forte): $F(1, 714)= 23.662$, p<.001.

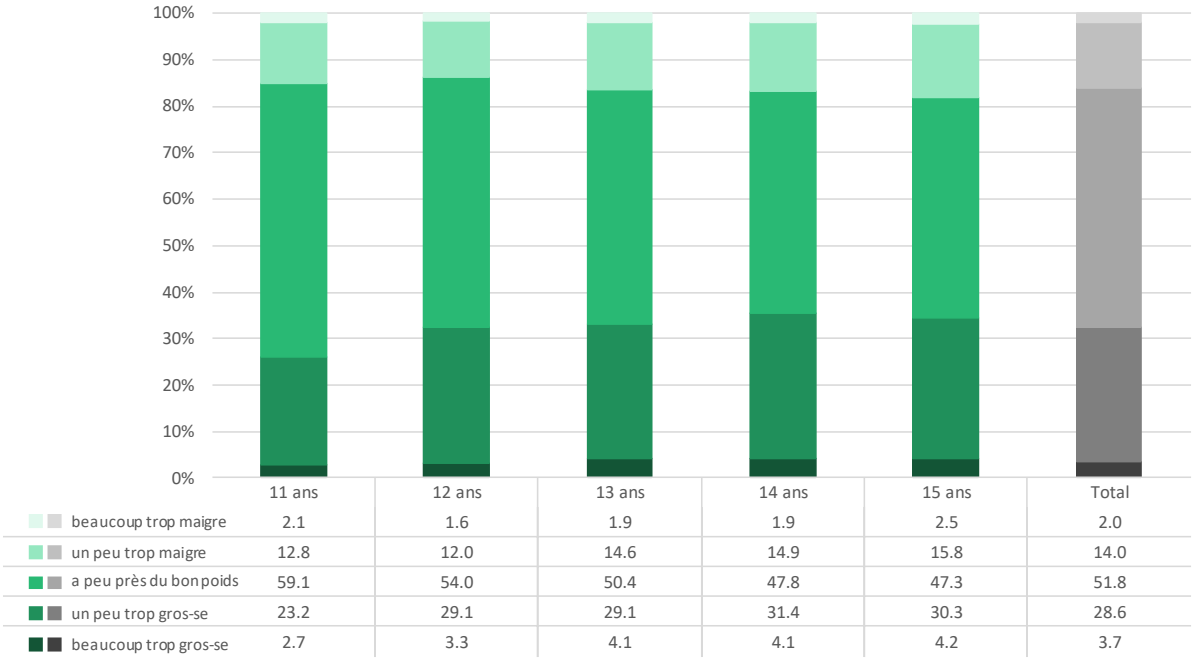
[188] Différence entre les garçons et les filles, 11 ans (insuffisance pondérale modérée à forte): $F_{1, 714}=5.57$, p=.019; 12 ans: $F_{1, 714}=7.99$, p=.0048; 13 ans: $F_{1, 714}=3.74$, n.s.; 14 ans: $F_{1, 714}=7.07$, p=.01; 15 ans: $F_{1, 714}= 0.76$, n.s.

[189] Différence entre les groupes d'âge, garçons (insuffisance pondérale modérée à forte) : $F_{3.95,2818.16}=1.75$, n.s. ; filles : $F_{3.95,2823.31}=4.18$, p=.0023, Kendall's-tau-b = -0.042.

5.3.2 Perception du poids corporel

Les figures 5.3 et 5.4 illustrent la perception qu'ont les élèves de 11 à 15 ans de leur poids corporel.

Figure 5.3 ***Perception du poids corporel*** *par les élèves de 11 à 15 ans, selon l'âge (HBSC 2018)*

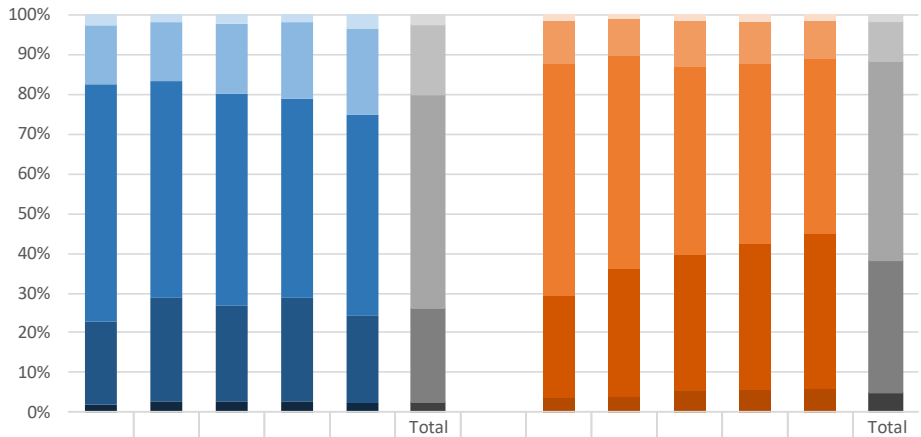


	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	Total
beaucoup trop maigre	2.1	1.6	1.9	1.9	2.5	2.0
un peu trop maigre	12.8	12.0	14.6	14.9	15.8	14.0
a peu près du bon poids	59.1	54.0	50.4	47.8	47.3	51.8
un peu trop gros-se	23.2	29.1	29.1	31.4	30.3	28.6
beaucoup trop gros-se	2.7	3.3	4.1	4.1	4.2	3.7

Exemple de lecture: **en 2018, 51.8% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré être à peu près du bon poids**

Remarque: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**

Figure 5.4 ***Perception du poids corporel*** *par les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe et l'âge (HBSC 2018)*



	Garçons						Filles					
	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	Total 11-15 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	Total 11-15 ans
beaucoup trop maigre	2.5	2.0	2.1	1.9	3.4	2.4	1.6	1.2	1.7	1.8	1.5	1.6
un peu trop maigre	14.8	14.7	17.6	19.1	21.6	17.6	10.7	9.1	11.3	10.5	9.6	10.3
à peu près du bon poids	59.7	54.4	53.3	50.1	50.7	53.7	58.6	53.6	47.4	45.4	43.9	49.8
un peu trop gros-se	21.0	26.3	24.2	26.1	22.1	23.9	25.6	32.1	34.2	36.9	38.9	33.5
beaucoup trop gros-se	1.9	2.6	2.7	2.8	2.3	2.5	3.5	4.0	5.5	5.4	6.1	4.9

Exemple de lecture: **en 2018, 58.6% des filles de 11 ans ont estimé être à peu près du bon poids ; autrement dit, 41.4% des filles de 11 ans ont estimé ne pas être à peu près du bon poids, c'est-à-dire être un peu ou beaucoup trop maigres ou un peu ou beaucoup trop grosses.**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

En 2018, de manière générale, on observe que seule la moitié environ (51.8%) des élèves de 11 à 15 ans estiment **être à peu près du bon poids**, les garçons (53.7%) davantage que les filles (49.8%)[190]. De plus, la satisfaction face au poids corporel diminue de manière significative entre les groupes d'âge auprès des deux sexes[191] [192].

Parmi les élèves de 11 à 15 ans **insatisfait-e-s de leur poids corporel**, une majorité s'estimaient un peu (28.6%) ou beaucoup trop gros-ses (3.7%), tandis que les autres se trouvaient un peu (14.0%) ou beaucoup trop maigres (2.0%). Chez les 13 ans et plus, mais pas chez les plus jeunes, l'insatisfaction se retrouve davantage chez les filles que chez les garçons. Autre différence notable selon le sexe, [193] les filles étaient proportionnellement plus nombreuses que les garçons à se juger un peu ou beaucoup trop grosses (par exemple filles de 15 ans : 45.0% ; garçons de 15 ans : 24.4%), tandis que les garçons avaient, à l'inverse, plus souvent l'impression d'être un peu ou beaucoup trop maigres (par exemple filles de 15 ans : 11.1% ; garçons de 15 ans : 25.0%).

[190] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles (satisfaction face au poids) : $F(1, 714)= 16.3202$, p<.001.

[191] Différence entre les groupes d'âge, garçons (satisfaction face au poids): F3.97,2835.86= 6.6651, p<.001, Kendall's tau-b =-0.057 ; filles: F3.93,2808.10 = 15.506, p<.001, Kendall's tau-b =-0.0941.

[192] Différence statistiquement significative entre les âges pour les élèves qui se trouvaient un peu ou beaucoup trop gros-ses : $F(3.97, 2836.56)= 13.4186$, p<.001 ; pour les élèves un peu ou beaucoup trop maigres : $F(3.99, 2850.14)= 5.1426$, p<.001.

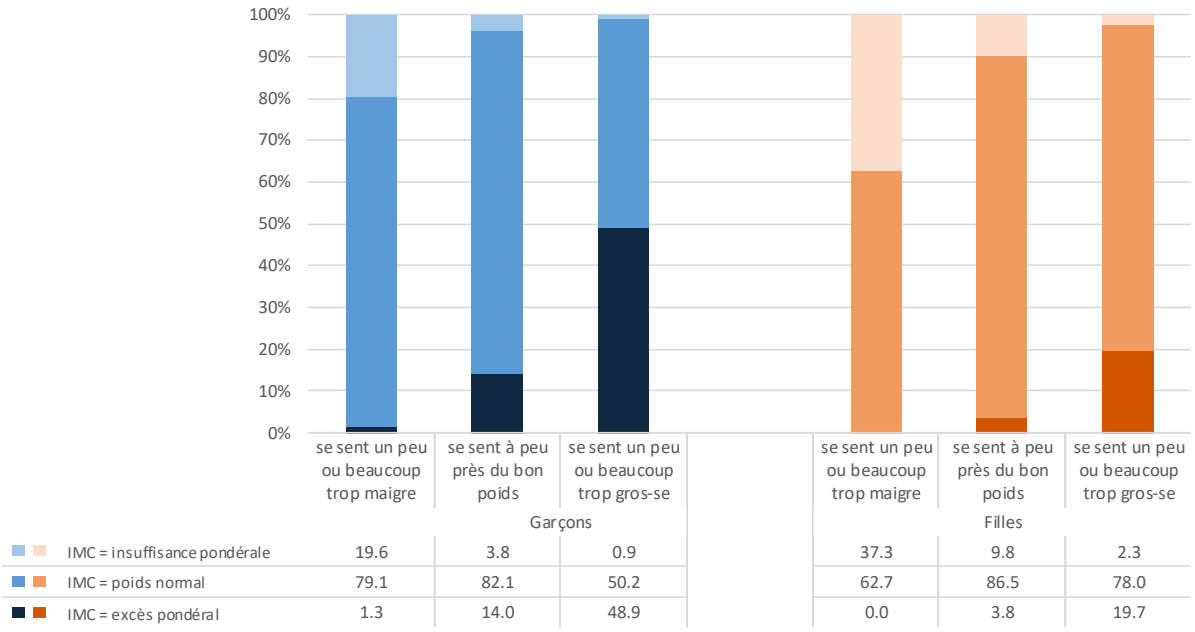
[193] Différence entre les garçons et les filles, 11 ans (insatisfaction face au poids): $F_{1,714}= 0.28$, n.s.; 12 ans: $F_{1, 714}= 0.17$, n.s.; 13 ans: $F_{1, 714}= 7.31$, p=.007; 14 ans: $F_{1, 714}= 5.39$, p=.02; 15 ans: $F_{1, 714}= 9.15$, p=.0026.

5.3.2.1 Le poids corporel perçu par les élèves est-il en adéquation avec leur IMC ?

La figure 5.5 illustre la relation entre la perception que les élèves de 15 ans ont de leur poids corporel et leur statut pondéral estimé sur la base de l'IMC. Pour une meilleure lisibilité des résultats, les analyses sont limitées aux élèves de ce groupe d'âge – chez qui l'insatisfaction face au poids corporel est au plus haut (voir point 5.3.2) – et les seuils de l'IMC proposés par l'IOTF ont été recodés en trois catégories plutôt que cinq: insuffisance pondérale (légère à forte), poids normal et excès pondéral (surpoids et obésité considérés ensemble).

De manière générale, il apparaît que chez certains élèves ces deux paramètres ne se recouvrent pas[194] et que les garçons ont plutôt tendance à sous-estimer leur poids corporel tandis que les filles ont plutôt tendance à le sur-estimer.

Figure 5.5 *Parts des élèves de 15 ans qui présentent une insuffisance pondérale resp. un excès pondéral ou un poids normal (estimation sur la base de l'IMC), selon leur perception de leur poids corporel et selon le sexe (HBSC 2018)*



	Garçons			Filles		
IMC = insuffisance pondérale	19.6	3.8	0.9	37.3	9.8	2.3
IMC = poids normal	79.1	82.1	50.2	62.7	86.5	78.0
IMC = excès pondéral	1.3	14.0	48.9	0.0	3.8	19.7

Exemple de lecture: **Parmi les garçons de 15 ans qui s'estiment à peu près du bon poids, 82.1% ont, selon leur IMC, un poids normal.**

Dans le détail, on constate tout d'abord que la plupart des élèves de 15 ans qui s'estiment à peu près du bon poids ont effectivement un IMC dont la valeur correspond à un poids normal. On constate en outre que la proportion des élèves qui s'estiment à peu près du bon poids mais dont l'IMC indique un excès pondéral est plus élevée chez les garçons (14.0%) que chez les filles (3.8%). À l'inverse, la part des élèves qui s'estiment à peu près du bon poids mais dont l'IMC indique pourtant une insuffisance pondérale est plus élevée chez les filles (9.8%) que chez les garçons (3.8%).

[194] Différence entre la perception du poids corporel et statut pondéral, garçons de 15 ans: $F_{3.95,2823.78}$=57.32, p<.001 ; filles de 15 ans: $F_{3.95,\ 2822.82}$= 38.76, p<.001.

Une minorité des élèves de 15 ans qui se trouvent un peu ou beaucoup trop maigres ont un IMC qui correspond effectivement à une insuffisance pondérale. En effet, environ quatre garçons de 15 ans sur cinq (79.1%) et près de deux tiers des filles du même âge (62.7%) qui s'estiment un peu ou beaucoup trop maigres ont pourtant un IMC dont la valeur indique un poids normal.

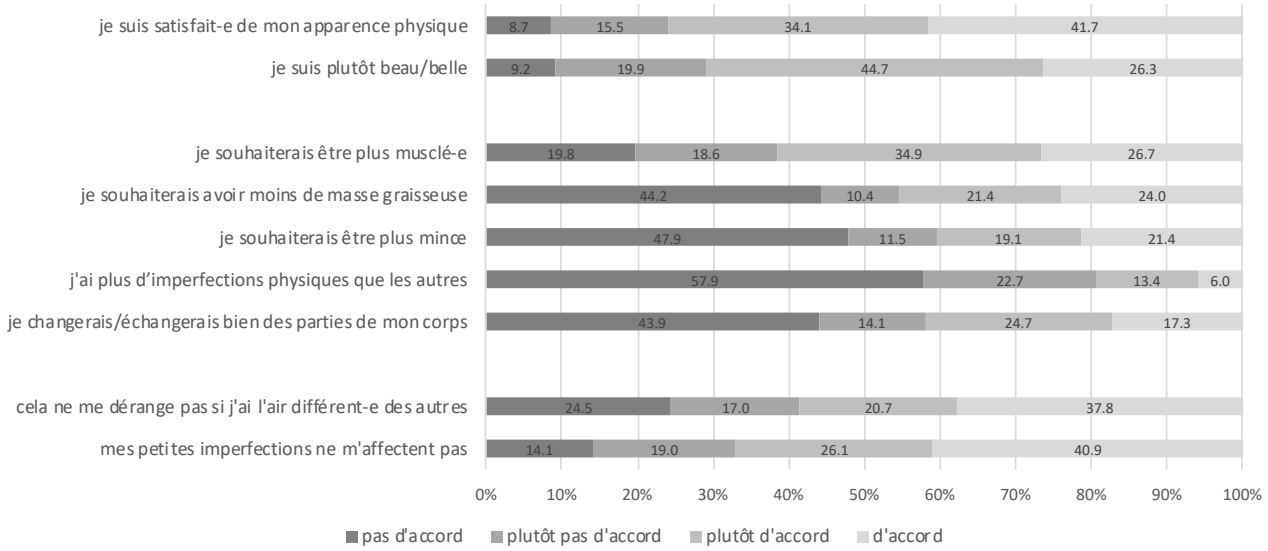
Enfin, environ la moitié (48.9%) des garçons et seulement un cinquième (19.7%) des filles de 15 ans qui pensaient être un peu ou beaucoup trop grosses ont un IMC qui indique effectivement un excès pondéral, la vaste majorité d'entre elles (78.0%) ayant en fait un IMC indiquant un poids normal.

5.3.3 Image corporelle

Les figures 5.6, 5.7 et 5.8 mettent en évidence les résultats relatifs à la batterie de questions dédiée à l'image corporelle développée par la Haute École de Zurich pour les Sciences Appliquées (ZHAW) à la demande de Promotion Santé Suisse et incluse dans la version longue du questionnaire HBSC 2018 destinée aux élèves de 14 et 15 ans. L'annexe 5.4 présente quant à elle les résultats séparément pour les 14 ans et les 15 ans.

5.3.3.1 Quelques composantes de l'image corporelle

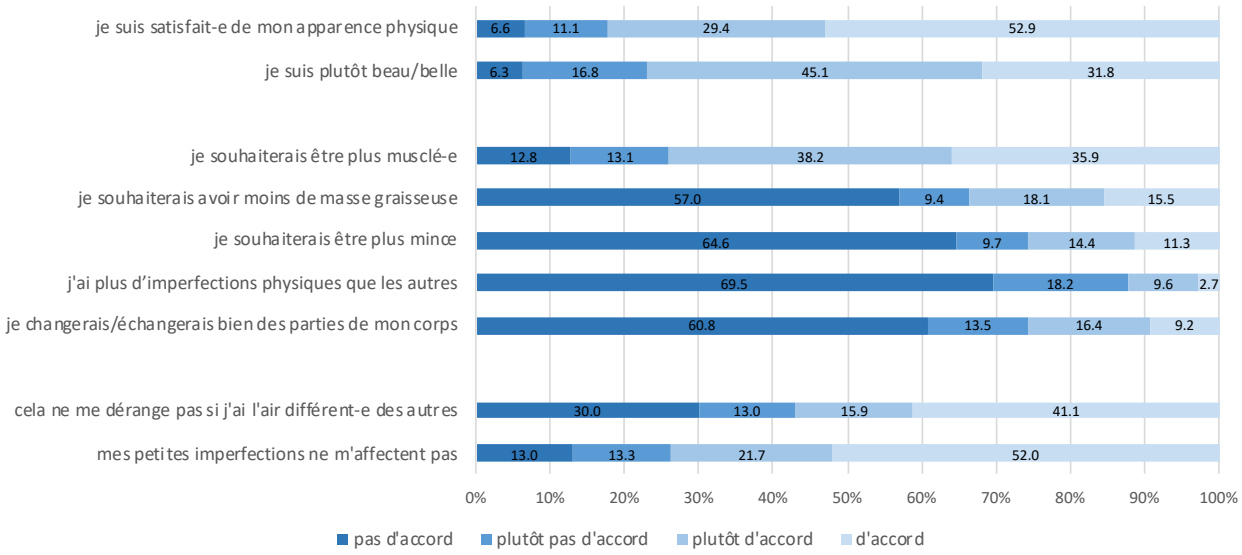
Figure 5.6 ***Image corporelle** des élèves de 14 et 15 ans (garçons et filles considérés ensemble ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 41.7% des 14 et 15 ans sont d'accord avec l'affirmation 'je suis satisfait-e de mon apparence physique'**

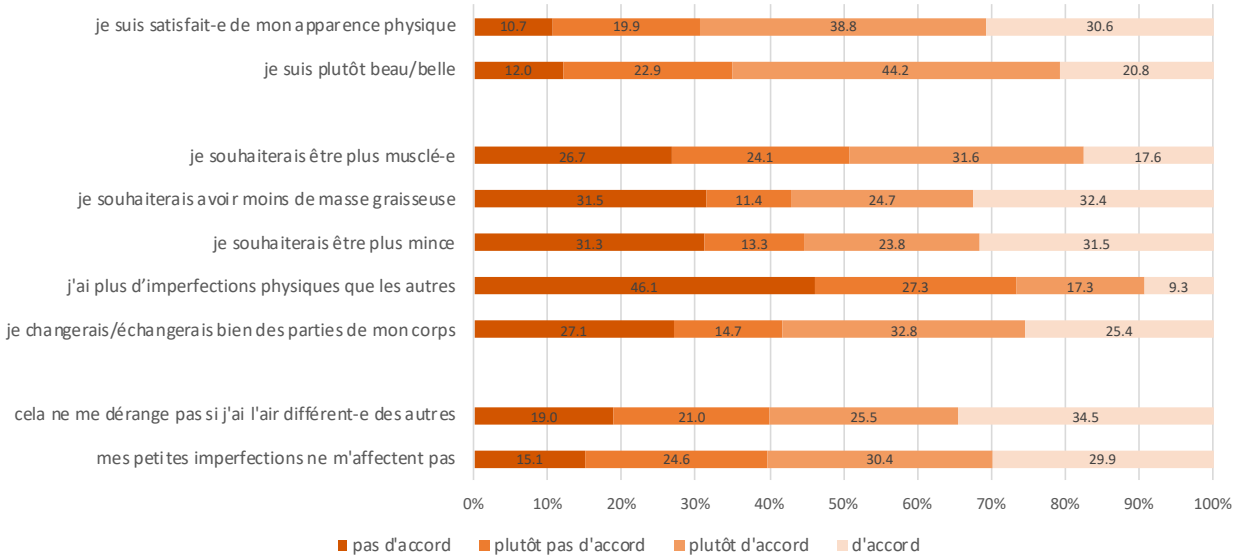
Remarque: **Les résultats se basent sur des données pondérées**

Figure 5.7 ***Image corporelle*** *des garçons de 14 et 15 ans (HBSC 2018)*



Remarque: **Les résultats se basent sur des données pondérées**

Figure 5.8 ***Image corporelle*** *des filles de 14 et 15 ans (HBSC 2018)*



Remarque: **Les résultats se basent sur des données pondérées**

En 2018, 41.7% des élèves de 14 et 15 ans étaient « d'accord » avec l'affirmation selon laquelle ils/elles étaient **satisfait-e-s de leur apparence physique** et 26.3% avec celle selon laquelle ils/elles **se trouvaient beaux/belles**, sachant que les garçons étaient proportionnellement plus nombreux à y adhérer que les filles[195]. Si l'on ajoute aux élèves « d'accord » ceux/celles « plutôt d'accord », on obtient par contre

[195] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles qui étaient satisfait-e-s de leur apparence physique : $F(1, 293)= 165.8775$, $p<.001$. ; et les filles et garçons qui se trouvaient beaux/belles : $F(1, 293)= 44.219$, $p<.001$.

pour ces deux affirmations des taux d'adhésion correspondant à une large majorité d'élèves de 14 et 15 ans, et ceci auprès de deux sexes.

Par ailleurs, 17.3% des élèves de 14 et 15 ans sont « d'accord » avec l'affirmation selon laquelle ils/elles **changeraient/échangeraient bien des parties de leur corps** et 6.0% avec celle selon laquelle ils/elles **ont plus d'imperfections physiques que les autres**. Dans ce cas, ce sont les filles qui sont proportionnellement plus nombreuses que les garçons à être d'accord[196]. En tenant en plus compte des élèves « plutôt d'accord », on obtient des taux d'adhésion inférieurs à la moitié des garçons de 14 et 15 ans pour les deux affirmations et des filles de 14 et 15 ans pour l'affirmation « j'ai plus d'imperfections physiques que les autres ». En revanche, une majorité de filles de 14 et 15 ans sont d'accord ou plutôt d'accord avec l'affirmation « je changerais/échangerais bien des parties de leur corps ».

Parmi les élèves de 14 et 15 ans, 26.7% étaient d'accord avec l'affirmation selon laquelle ils/elles **souhaiteraient être plus musclé-e-s**. C'est davantage que pour l'affirmation « **je souhaiterais avoir moins de masse graisseuse** » (24.0% d'accords) et que pour celle « **je souhaiterais être plus mince** » (21.4% d'accords). À noter que les garçons (35.9%) adhèrent bien plus souvent que les filles (17.6%) à l'affirmation concernant la musculature. À l'inverse, les filles sont plus souvent d'accord que les garçons avec l'affirmation concernant la réduction de la masse graisseuse (32.4% contre 15.5%) et celle sur la minceur (31.5% contre 11.3%)[197].

Enfin, s'agissant des deux items dont l'interprétation doit être faite avec prudence (voir point 5.2.3), on constate que 37.8% des élèves de 14 et 15 ans sont d'accord avec l'affirmation « cela ne me dérange pas si j'ai l'air différent-e des autres » et 40.9% avec l'affirmation « mes petites imperfections ne m'affectent pas », sachant que les garçons y adhèrent plus souvent que les filles.

5.3.3.2 Score d'image corporelle positive

Sur la base des composantes de l'image corporelle présentées au point 5.3.3.1, une échelle de score de l'image corporelle positive (échelle graduée de 1 à 4) a pu être calculée (voir point 5.2.3). Pour cette échelle, l'observation des paramètres de position (moyenne et médiane) et de dispersion (écart-type, quartiles supérieur et inférieur), dont les valeurs sont détaillées dans l'annexe 5.5, apporte les enseignements suivants :

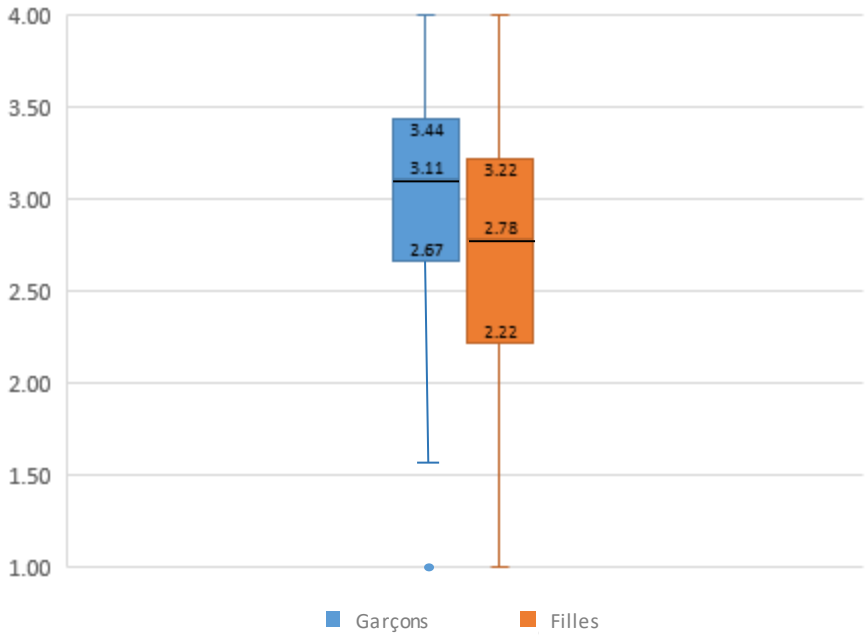
Pour les garçons et les filles de **14 ans** considérés séparément, le test de Student pour des échantillons indépendants montre que le score moyen d'image corporelle était significativement[198] plus élevé chez les garçons (moyenne = 3.03 ; écart-type = 0.54) que chez les filles (moyenne = 2.70 ; écart-type = 0.67). Le box-plot (figure 5.9) illustre quant à lui la distribution du score d'image corporelle positive. Il apparaît que la moitié des garçons ont un score égal ou supérieur à 3.11 (médiane), tandis que la moitié des filles a un score d'une valeur égale ou supérieure à 2.78 (médiane).

[196] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles qui changeraient/échangeraient bien des parties de leur corps : $F(1, 293)= 158.2833$, p<.001. ; et les filles et garçons qui ont plus d'imperfections physiques que les autres: $F(1, 293)= 73.748$, p<.001.

[197] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles qui souhaiteraient être plus musclé-e-s: $F(1, 293)= 147.0853$, p<.001. ; et les filles et garçons qui souhaiteraient avoir moins de masse graisseuse : $F(1, 293)= 138.3687$, p<.001. ; et les filles et garçons qui souhaiteraient être plus mince : $F(1, 293)= 224.926$, p<.001.

[198] Différences sur les moyennes des filles et des garçons de 14 ans pour le score d'image corporelle : $t(1782)=11.28$, p<0.001.

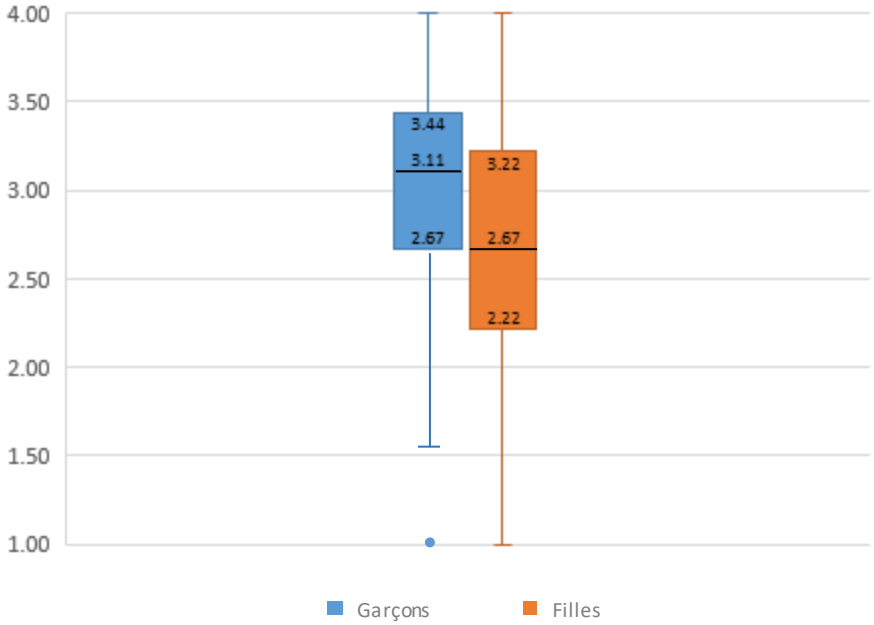
Figure 5.9 *Score de l'image corporelle positive (sur une échelle de 1 à 4), pour les élèves de 14 ans (HBSC 2018)*



S'agissant des garçons et des filles de **15 ans** considérés séparément, le score moyen d'image corporelle positive était également significativement[199] plus élevé chez les garçons (moyenne = 3.05 ; écart-type = 0.54) que chez les filles (moyenne = 2.65 ; écart-type = 0.66). Le box-plot (figure 5.10) montre que la moitié des garçons ont un score égal ou supérieur à 3.11 (médiane), tandis que la moitié des filles a un score d'une valeur égale ou supérieure à 2.67 (médiane).

[199] Différences sur les moyennes des filles et des garçons de 15 ans pour le score d'image corporelle : t(1689)=13.44, p<0.001.

Figure 5.10 *Score de l'image corporelle positive (sur une échelle de 1 à 4), pour les élèves de 15 ans (HBSC 2018)*



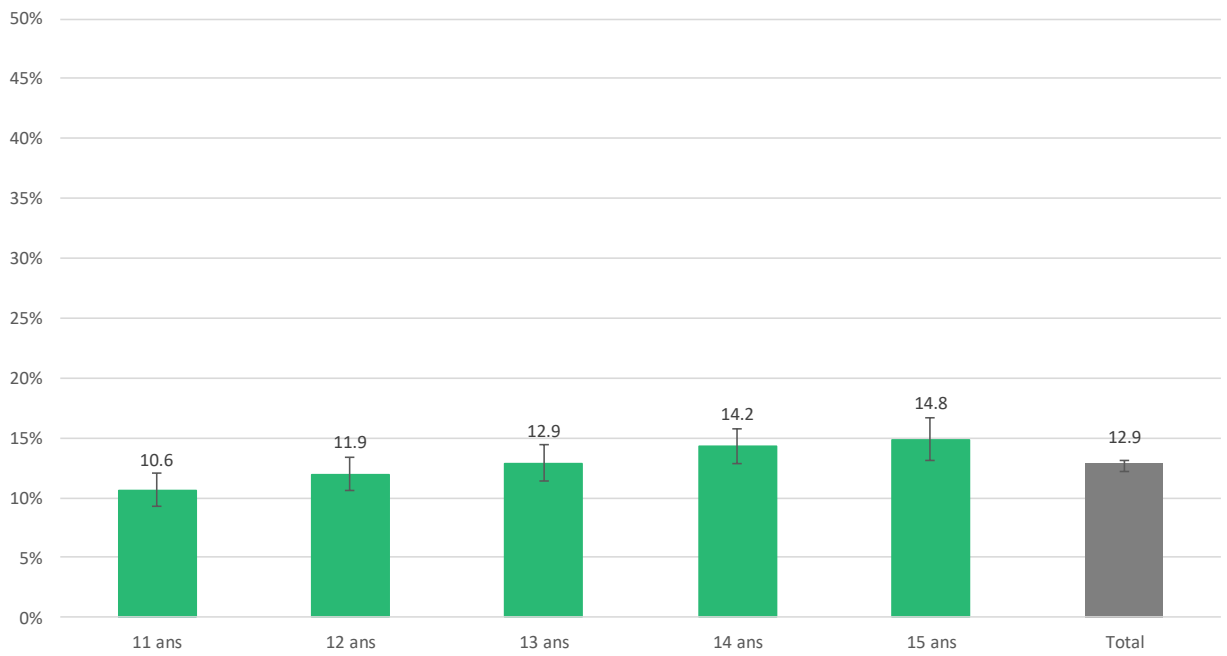
5.3.3.3 En résumé

Globalement, la majorité des élèves de 14 et 15 ans ont une image corporelle plutôt positive. Ce constat doit néanmoins être nuancé lorsque l'on compare les réponses des garçons à celles des filles. En effet, les résultats de l'échelle de score confirment que les garçons de 14 et 15 ans ont globalement une meilleure image corporelle que les filles du même âge. Ils montrent en outre que l'image corporelle ne varie guère entre les garçons de 14 et 15 ans, alors qu'elle est un peu moins positive chez les filles de 15 ans que chez celles de 14 ans. Enfin, elle montre que chez les filles, les scores ont une plus grande dispersion que chez les garçons, ce qui signifie que chez elles les perceptions par rapport à l'image corporelle sont plus hétérogènes.

5.3.4 Perception de la nécessité de perdre du poids

Les figures 5.11 et 5.12 illustrent la perception qu'ont les élèves de 11 à 15 ans de la nécessité de perdre du poids.

Figure 5.11 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui **font un régime ou autre chose pour perdre du poids**, selon l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 12.9% des garçons et des filles de 11 à 15 ans ont déclaré faire un régime ou autre chose pour perdre du poids**

Remarques: **Les résultats se basent sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

En 2018, 12.9% des élèves de 11 à 15 ans faisaient un **régime ou autre chose pour perdre du poids**. Il convient toutefois de distinguer les garçons des filles, ces dernières étant proportionnellement plus nombreuses à mettre en place ce type de comportement[200].

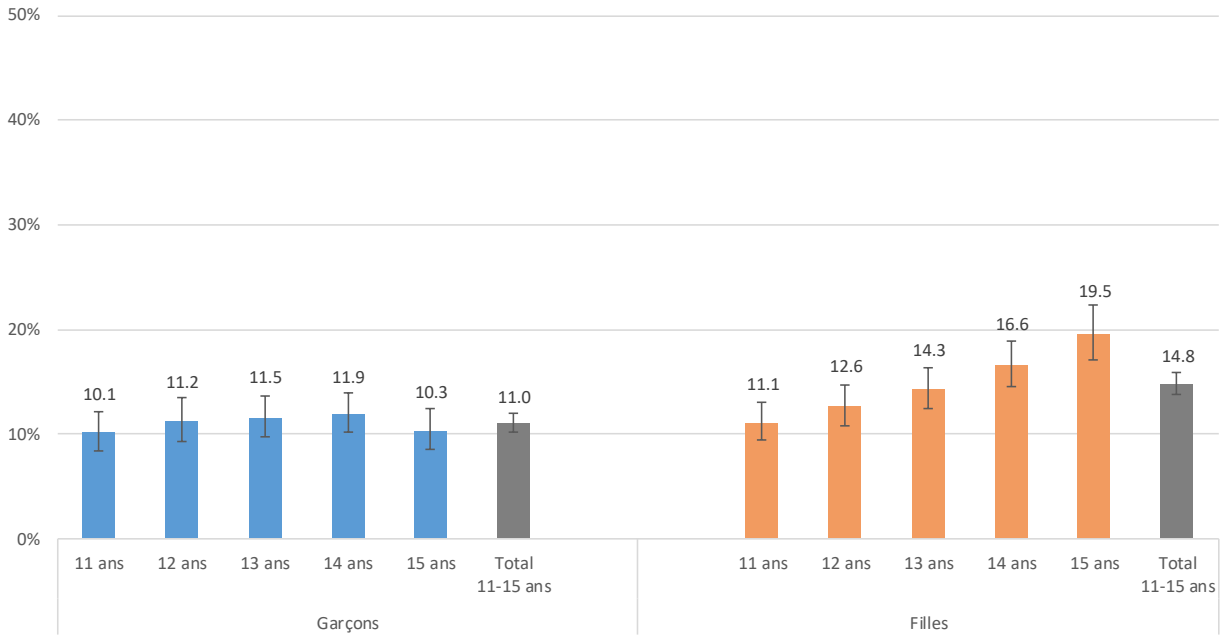
La prédominance des filles par rapport aux garçons s'observe chez les 13 à 15 ans, mais pas chez les 11 et 12 ans)[201]. De plus, faire un régime ou autre chose pour perdre du poids gagne du terrain entre les groupes d'âge chez les filles. La proportion de filles concernées double pratiquement entre les 11 ans et les 15 ans, alors que ce n'est pas le cas pour les garçons, chez qui ce type de comportement n'évolue guère entre les plus jeunes et les plus âgés[202]. Dès lors, chez les 15 ans, environ une fille sur cinq cherchait activement à maigrir, contre environ un garçon sur dix. La mise en place de régimes ou d'autres comportements pour perdre du poids concerne donc surtout les filles les plus âgées.

[200] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles (faire un régime) : $F(1, 714)= 35.7276$, p<.001.

[201] Différence entre les garçons et les filles, 11 ans (faire un régime): $F_{1, 714}= 0.58$, n.s. ; 12 ans: $F_{1,714}= 0.87$, n.s.; 13 ans: $F_{1, 714}= 4.10$, p<.05; 14 ans: $F_{1, 714}= 10.97$, p<.01; 15 ans: $F_{1, 714}= 34.74$, p<.001.

[202] Différence entre les groupes d'âge, garçons (faire un régime): $F_{3.97, 2835.79} = 0.62$, n.s.; filles: $F_{3.95, 2819.09}= 9.52$, p=0, Kendall's tau-b =0.07.

Figure 5.12 *Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui **font un régime ou autre chose pour perdre du poids**, selon le sexe et l'âge (% et IC 95% ; HBSC 2018)*



Exemple de lecture: **en 2018, 10.3% des garçons de 15 ans faisaient un régime ou autre chose pour perdre du poids, par conséquent 89.7% des garçons de cet âge ne faisaient rien dans ce sens.**

Remarques: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**
Sur chaque barre du graphique est représenté l'intervalle de confiance à 95% (IC 95%). Pour la bonne interprétation de l'IC, voir sous-chapitre 2.5.

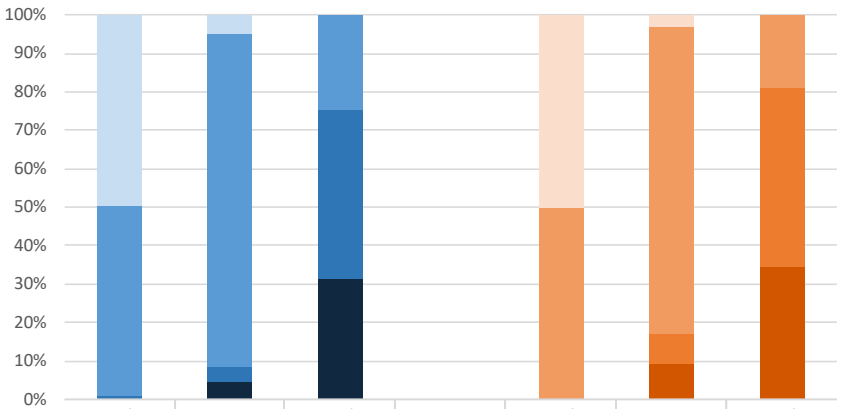
Qu'en est-il de la large majorité de jeunes qui ne font rien pour perdre du poids ? En 2018, 61.5% des élèves de 11 à 15 ans ne souhaitaient pas maigrir car ils/elles s'estimaient du bon poids et 8.4% car ils/elles pensaient au contraire devoir prendre du poids (voir annexe 5.6). Par ailleurs, 17.2% des élèves n'avaient pas recours à ces comportements tout en estimant avoir besoin de perdre du poids, les filles (21.3%) bien plus souvent que les garçons (13.3%)[203].

5.3.4.1 Dans quelle mesure la perception de la nécessité de perdre du poids est-elle liée à la perception du poids corporel ?

La figure 5.13 illustre la relation entre la perception que les élèves de 15 ans ont de leur poids corporel et leur perception de la nécessité (ou non) de faire un régime ou autre chose pour perdre du poids. Pour une meilleure lisibilité des résultats, les analyses sont limitées aux élèves de ce groupe d'âge – chez qui l'insatisfaction face au poids corporel est au plus haut (voir point 5.3.2).

[203] Différence statistiquement significative entre les garçons et les filles qui n'avaient pas recours à ces comportements tout en estimant avoir besoin de perdre du poids : $F(1, 714)= 120.0935$, $p<.001$.

Figure 5.13 *Parts des élèves de 15 ans qui font ou non un régime ou autre chose pour perdre du poids, selon leur perception de leur poids corporel et selon le sexe (HBSC 2018)*



	Garçons			Filles		
	se sent un peu ou beaucoup trop maigre	se sent à peu près du bon poids	se sent un peu ou beaucoup trop gros-se	se sent un peu ou beaucoup trop maigre	se sent à peu près du bon poids	se sent un peu ou beaucoup trop gros-se
non, car il faudrait que je prenne du poids	49.6	5.3	0.0	50.0	3.1	0.0
non, je suis du bon poids	49.6	86.4	24.9	50.0	79.7	18.9
non, mais j'ai besoin de perdre du poids	0.8	3.4	43.9	0.0	8.0	46.7
oui, je fais un régime ou autre chose	0.0	4.9	31.2	0.0	9.2	34.4

Exemple de lecture: **Parmi les filles de 15 ans qui s'estiment un peu ou beaucoup trop gros-ses, 34.4% font un régime ou autre chose pour perdre du poids.**

On constate tout d'abord qu'une large majorité des élèves de 15 ans (79.7% des filles et 86.4% des garçons) qui se trouvaient à peu près du bon poids estimaient, pour cette raison, ne pas devoir entreprendre quelque chose pour maigrir[204]. Toutefois, 4.9% des garçons et 9.2% des filles se trouvant du bon poids faisaient malgré tout quelque chose pour en perdre.

Parmi les élèves de 15 ans qui se jugeaient un peu ou beaucoup trop gros-ses, un tiers environ des garçons (31.2%) et des filles (34.4%) faisaient un régime ou autre chose pour perdre du poids et, respectivement, 43.9% et 46.7% d'entre eux/elles ne cherchaient pas activement à maigrir bien qu'ils/elles pensaient devoir perdre du poids. 24.9% des garçons et 18.9% des filles qui se jugeaient un peu ou beaucoup trop gros-ses ne souhaitaient pas maigrir car ils/elles ne l'estiment pas nécessaire.

Enfin, aucun-e des filles et des garçons de 15 ans qui se trouvaient un peu ou beaucoup trop maigres faisait quelque chose pour maigrir. La moitié d'entre eux/elles ont indiqué ne rien faire pour maigrir car ils/elles étaient à peu près du bon poids et l'autre moitié parce qu'il leur fallait au contraire prendre du poids.

5.3.5 Perception de la nécessité de faire un régime ou autre chose pour perdre du poids resp. avoir un poids normal, selon l'image corporelle

Existe-t-il une relation entre le fait de faire un régime ou autre chose pour perdre du poids resp. le fait d'avoir un poids normal (selon l'IMC ; pour l'opérationnalisation de cet indice voir point 5.2.1) et le score de

[204]Différence entre la perception du poids corporel et la nécessité de faire un régime 15 ans, garçons: $F_{5.83,4165.73}$=131.02, p<.001; filles: $F_{5.71,4079.43}$= 124.20, p<.001.

l'image corporelle positive ? Pour répondre à ces questions, de modèles de régression logistique ont été calculée[205].

Il est important de rappeler que l'enquête HBSC est une enquête transversale et que, de ce fait, les associations statistiques documentées ne peuvent pas être interprétées comme preuves d'un lien de causalité. Pour plus de détails à ce sujet, se référer au chapitre 'méthode' du rapport de recherche de Delgrande Jordan et collègues (2019a).

Les résultats d'une régression logistique multiple (voir annexe 5.7) – exprimés en Odds Ratios (OR, rapports de cotes) considérés comme des coefficients d'association – montrent pour les élèves de 15 ans que la **probabilité d'avoir un poids normal** (estimé sur la base de l'IMC) est d'autant plus grande que le score d'image corporelle positive est élevé (OR = 1.86, p < .001, IC 95% : 1.49, 2.33, n=1611 ; pour l'interprétation des OR, voir le sous-chapitre 2.5). Ceci vaut aussi bien pour les filles que pour les garçons. Ce résultat pourrait être interprété dans le sens qu'une image corporelle positive contribuerait au maintien d'un poids normal dans la mesure où elle inciterait les jeunes à adopter des comportements sains en matière d'alimentation et d'activité physique (Neumark-Sztainer et al., 2006). On pourrait cependant aussi interpréter cette relation comme le fait qu'avoir un poids normal favorise une image corporelle positive.

Les résultats d'une autre régression logistique multiple (voir annexe 5.7) – exprimés en Odds Ratios (OR, rapports de cotes) considérés comme des coefficients d'association – montrent, pour les élèves de 15 ans, que la **probabilité de faire un régime ou autre chose pour perdre du poids** diminue à mesure que le score d'image corporelle positive augmente (OR = 0.19, p < .001, IC 95% : 0.15, 0.25, n=1608). Ceci vaut indépendamment de l'IMC et du sexe des élèves. Sur la base de ce résultat, on peut supposer qu'une image corporelle positive prévient la mise en place de régimes ou d'autres comportements visant à perdre du poids qui seraient inadaptés. Toutefois, ce résultat reflète peut-être indirectement la forte association évoquée ci-dessus entre l'image corporelle et le fait d'avoir un poids normal (et donc une probabilité diminuée de faire quelque chose pour perdre du poids en cas de score d'image corporelle positive élevé).

5.4 Évolution au fil du temps

L'évolution de la prévalence de l'excès pondéral et de l'insuffisance pondérale chez les élèves de 11, 13 et 15 ans peut être examinée sur une période rétrospective portant de 1990 à 2018 (à l'exception de 1998), tandis que la perception du poids corporel peut être examinée à partir de 1994. Des données relatives à la perception de la nécessité de perdre du poids ne sont en revanche disponibles que depuis 2002, la question n'ayant pas été posée lors des enquêtes précédentes.

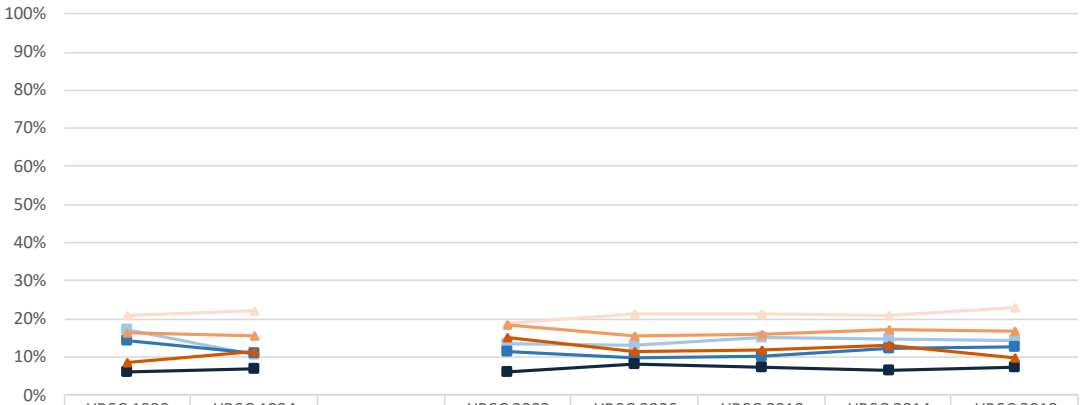
5.4.1 Insuffisance pondérale (estimée sur la base de l'IMC)

Ici, compte tenu des limitations méthodologiques mentionnées au point 5.2.1 il importe de considérer le tracé des courbes et non l'ampleur des prévalences.

Globalement, sur l'ensemble de la période 1990-2018 (les questions n'ont pas été posées en 1998), chez les élèves de 11 à 15 ans la prévalence de l'insuffisance pondérale (insuffisance pondérale légère et modérée à forte considérées ensemble) est restée assez stable entre les années, de sorte que celle enregistrée en 2018 est proche de celle de 1990 comme celle de 2014.

[205] Pour les deux analyses statistiques effectuées séparément, les indicateurs suivants ont été utilisés comme variables dépendantes : la nécessité de faire un régime ou autre chose pour perdre du poids (catégorie d'intérêt=1'oui') et le statut pondéral selon l'indice de masse corporelle IMC (catégorie d'intérêt=1'poids normal'). La variable indépendante (explicative) est le score d'image corporelle (1 à 4, avec les valeurs élevées signifiant une image corporelle positive maximale).

Figure 5.14 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui présentent une **insuffisance pondérale (légère à forte)**[a], selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 1990-2018)*



	HBSC 1990	HBSC 1994		HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	17.3	10.5		13.4	13.1	15.0	14.5	14.2
Garçons 13 ans	14.2	10.8		11.3	9.9	10.3	12.3	12.8
Garçons 15 ans	5.9	6.7		6.0	8.1	7.2	6.5	7.1
Filles 11 ans	21.0	22.1		18.9	21.1	21.3	20.7	22.7
Filles 13 ans	16.1	15.3		18.4	15.5	16.0	17.0	16.8
Filles 15 ans	8.6	11.4		15.2	11.4	11.8	13.1	9.7
Total 11-15 ans	13.9	12.3		14.0	12.8	12.8	13.2	13.7

Exemple de lecture: **en 2018, 7.1% des garçons de 15 ans et 9.7% des filles du même âge présentaient une insuffisance pondérale (légère à forte), d'après leur IMC estimé.**

Remarques: **[a] Selon IMC estimé ; les résultats sont basés sur des données déclaratives (taille et poids corporels indiqués par les élèves) et non sur des mesures anthropométriques**
Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.

La figure 5.14 montre quant à elle l'évolution de la prévalence de l'insuffisance pondérale chez les garçons et les filles de 11, 13 et 15 ans. En comparant 2018 à 2014, à l'exception d'une baisse significative chez les filles de 15 ans[206], aucune des légères différences observées dans les sous-groupes d'âge et de sexe n'est statistiquement significative[207].

En outre, pour toutes les années d'enquêtes excepté 1990, les proportions des filles de 11, 13 et 15 ans qui présentent une insuffisance pondérale étaient plus élevées que celles observées chez les garçons du même âge[208].

[206] Différence statistiquement significative entre 2014 et 2018 parmi les filles (insuffisance pondérale), 15 ans: $F(1, 1343)= 5.1022$, $p< .05$; 13 ans: $F(1, 1343)= 0.0104$, n.s.; 11 ans: $F(1, 1343)= 0.78$, n.s.

[207] Différence entre 2014 et 2018 parmi les garçons (insuffisance pondérale), 15 ans: $F(1, 1343)= 0.1849$, n.s.; 13 ans: $F(1, 1343)= 0.0914$, n.s.; 11 ans: $F(1, 1343)= 0.0298$, n.s.

[208] Différence entre les garçons et les filles de 15 ans (insuffisance pondérale), 1990: $F_{1, 298} = 3.24$, n.s.; 1994: $F_{1, 971} = 8.80$, p=.003; 2002: $F_{1, 588} = 34.45$, p<.001; 2006: $F_{1, 588} = 4.63$, p=.032; 2010: $F_{1, 627} = 11.32$, p<.001; 2014: $F_{1, 628} = 19.51$, p<.001; 2018: $F_{1, 714} = 4.30$, p=.038.

Différence entre les garçons et les filles de 13 ans (insuffisance pondérale), 1990: $F_{1, 298} = 0.74$, n.s.; 1994: $F_{1, 973} = 5.45$, p=.020; 2002: $F_{1, 588} = 17.09$, p<.001; 2006: $F_{1, 588} = 12.77$, p<.001; 2010: $F_{1, 627} = 15.81$, p<.001; 2014: $F_{1, 628} = 7.97$, p=.005; 2018: $F_{1, 714} = 7.24$, p=.007.

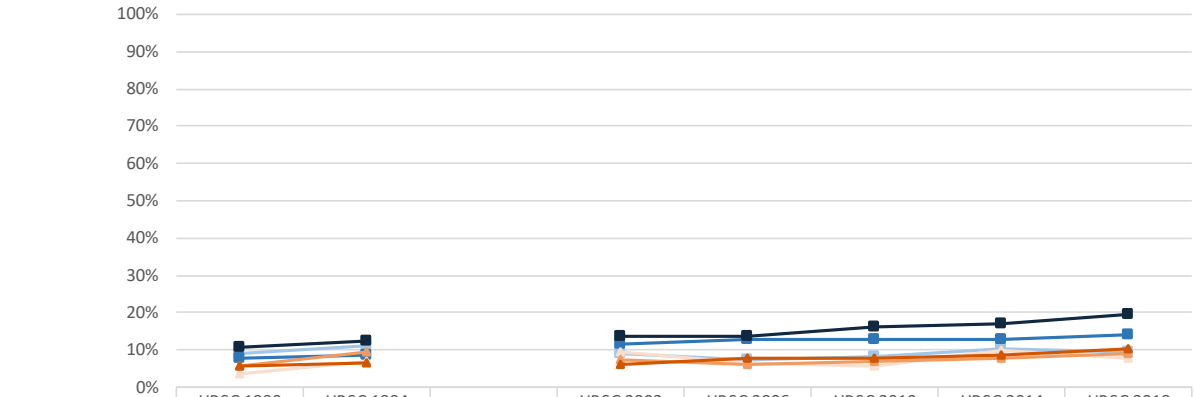
Différence entre les garçons et les filles de 11 ans (insuffisance pondérale), 1990: $F_{1, 298} = 1.20$, n.s.; 1994: $F_{1, 973} = 11.72$, p<.001; 2002: $F_{1, 588} = 7.86$, p=.005; 2006: $F_{1, 588} = 18.54$, p<.001; 2010: $F_{1, 627} = 8.96$, p=.003; 2014: $F_{1, 628} = 8.13$, p=.005; 2018: $F_{1, 714} = 24.81$, p<.001.

5.4.2 Excès pondéral (estimé sur la base de l'IMC)

Ici également, compte tenu des limitations méthodologiques mentionnées au point 5.2.1 il importe de considérer le tracé des courbes et non l'ampleur des prévalences, car elles sont probablement sous-estimées.

Globalement, sur l'ensemble de la période 1990-2018 (les questions n'ont pas été posées en 1998), chez les élèves de 11 à 15 ans la prévalence de l'excès pondéral (surpoids et obésité considérés ensemble) s'est élevée légèrement et assez progressivement entre 1990 et 2014[209]. En 2018 la prévalence a par contre stagné au même niveau que celui de 2014[210]. Sur la base de ces résultats, il est toutefois prématuré de parler d'une réelle stabilisation, car une situation de stagnation comparable a également été observée entre 2002 et 2006[211], avant que la prévalence ne reparte à la hausse.

*Figure 5.15 Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui présentent un **excès pondéral (surpoids et obésité)**[a], selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 1990-2018)*



	HBSC 1990	HBSC 1994		HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	8.8	11.0		9.2	7.3	7.9	10.4	9.3
Garçons 13 ans	7.8	8.4		11.3	12.8	12.7	12.9	14.2
Garçons 15 ans	10.8	12.3		13.7	13.7	15.9	16.9	19.5
Filles 11 ans	3.7	6.7		9.4	6.3	5.8	9.8	7.6
Filles 13 ans	5.7	9.4		7.3	6.2	6.7	7.8	9.0
Filles 15 ans	5.7	6.3		6.1	7.7	7.7	8.7	10.3
Total 11-15 ans	7.0	8.9		9.3	9.2	10.0	11.4	11.8

Exemple de lecture: **en 2018, 9.3% des garçons de 11 ans et 7.6% des filles du même âge présentaient un excès pondéral (surpoids ou obésité), d'après leur IMC.**

Remarques: **[a] Selon IMC estimé ; les résultats sont basés sur des données déclaratives (taille et poids corporels indiqués par les élèves) et non sur des mesures anthropométriques**
Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.

La figure 5.15 montre l'évolution de la prévalence de l'excès pondéral chez les garçons et les filles de 11, 13 et 15 ans. On y voit que l'évolution entre 1990 et 2018 n'est pas similaire dans tous les sous-groupes d'âge et de sexe considérés. On observe en effet une tendance à la hausse chez les garçons de 13 et 15 ans et chez les filles de 15 ans, tandis que dans les autres sous-groupes, les prévalences ont légèrement fluctué entre les années. En outre, la prévalence est relativement comparable entre 1990 et 2018, excepté

[209] Différence statistiquement significative entre 1990 et 2014 (excès pondéral) : $F(1, 927)=43.3735$; $p<.001$.
[210] Différence statistiquement significative entre 2014 et 2018 (excès pondéral) : $F(1, 927)= 0.6541$; n.s.
[211] Différence statistiquement significative entre 2014 et 2018 (excès pondéral) : $F(1, 927)= 0.0048$; n.s.

chez les filles de 11 ans, où elle est plus élevée en 2018 [212,213]. Entre 2014 et 2018, par contre, les proportions d'élèves ayant un excès pondéral sont assez proches et l'on n'enregistre aucun écart statistiquement significatif dans les différents sous-groupes.

S'agissant des 11 ans, il n'existe une différence statistiquement significative entre les garçons et les filles qu'en 1990. Chez les élèves de 13 et 15 ans, on observe chez les garçons une prévalence de l'excès pondéral plus élevée que chez les filles, à l'exception des années 1990 et 1994 pour les élèves de 13 ans[214].

5.4.3 Perception du poids corporel

Globalement, sur l'ensemble de la période 1994-2018, la part des élèves de 11 à 15 ans insatisfait-e-s de leur poids corporel (ils/elles s'estiment un peu ou beaucoup trop gros-ses ou un peu ou beaucoup trop maigres) avait nettement diminué entre 1994 (52.6%) et 1998 (45.4%)[215], puis semblait légèrement diminuer jusqu'en 2014 (42.7%)[216]. En 2018 (48.2%), par contre, la proportion des insatisfait-e-s est repartie à la hausse[217] pour atteindre un niveau toutefois inférieur à celui de 1994[218].

[212] Différence entre 1990 et 2018 parmi les garçons (excès pondéral), 11 ans: $F(1, 1013)= 0.05$, n.s.; 13 ans: $F(1, 1013)= 11.80$, p<.001; 15 ans: $F(1, 1013)= 14.02$, p<.001.

[213] Différence entre 1990 et 2018 parmi les filles (excès pondéral), 11 ans: $F(1, 1013)= 5.04$, p=.030; 13 ans: $F(1, 1013)= 3.46$, n.s.; 15 ans: $F(1, 1013)=8.73$, p<.01.

[214] Différence entre les garçons et les filles de 15 ans (excès pondéral), 1990: $F(1, 298) = 7.53$, p<.01; 1994: $F(1, 971) = 15.40$, p<.001; 2002: $F(1, 588) = 25.51$, p<.001; 2006: $F(1, 588) = 16.12$, p<.001; 2010: $F(1, 627) = 27.67$, p<.001; 2014: $F(1, 628) = 27.91$, p<.001; 2018: $F(1, 714) = 29.38$, p<.001.

Différence entre les garçons et les filles de 13 ans (excès pondéral), 1990: $F(1, 298) = 1.13$, n.s.; 1994: $F(1, 973) = 0.25$, n.s.; 2002: $F(1, 588) = 8.87$, p<.01; 2006: $F(1, 588) = 29.18$, p<.001; 2010: $F(1, 627) = 22.10$, p<.001; 2014: $F(1, 628) = 10.27$, p<.01; 2018: $F(1, 714) = 15.45$, p<.001.

Différence entre les garçons et les filles de 11 ans (excès pondéral), 1990: $F(1, 298) = 0.0178$, p<.05.

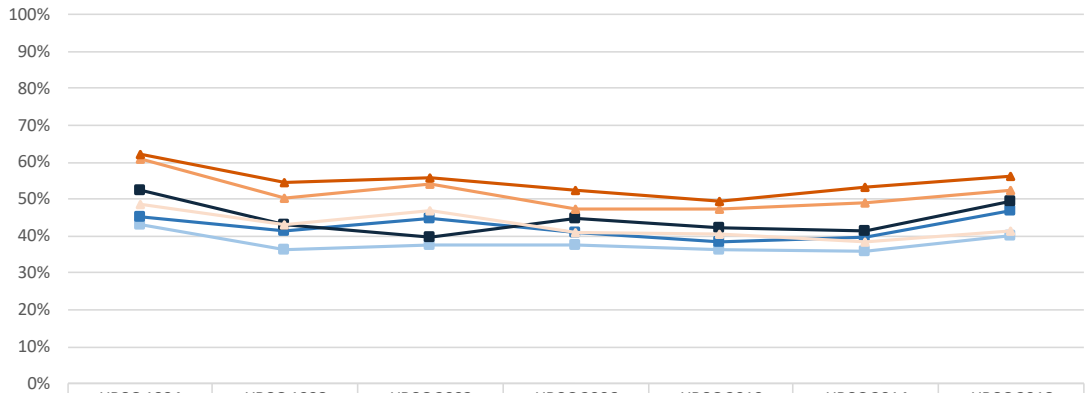
[215] Différence statistiquement significative entre 1994 et 1998 (perception du poids corporel) : $F(1, 1479)= 37.5334$; p<.001.

[216] Différence statistiquement significative entre 1998 et 2014 (perception du poids corporel) : $F(1, 1167)= 10.5452$; p<.01.

[217] Différence statistiquement significative entre 2014 et 2018 (perception du poids corporel) : $F(1, 1343)= 48.4772$; p<.001.

[218] Différence statistiquement significative entre 1994 et 2018 (perception du poids corporel) : $F(1, 1655)= 14.7602$; p<.001.

Figure 5.16 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans **insatisfait-e-s de leur poids corporel** (c'est-à-dire qui s'estiment un peu ou beaucoup trop gros-es ou un peu ou beaucoup trop maigres), selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 1994-2018)*



	HBSC 1994	HBSC 1998	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	43.0	36.5	37.5	37.4	36.2	36.1	40.3
Garçons 13 ans	45.3	41.4	44.7	41.1	38.3	39.8	46.7
Garçons 15 ans	52.5	43.0	39.6	44.6	42.4	41.3	49.3
Filles 11 ans	48.6	43.0	46.8	41.1	40.8	38.6	41.4
Filles 13 ans	60.9	50.3	54.3	47.2	47.4	49.0	52.6
Filles 15 ans	62.2	54.7	55.8	52.5	49.3	53.1	56.1
Total 11-15 ans	52.6	45.4	46.6	43.8	43.2	42.7	48.2

Exemple de lecture: **en 2018, 40.3% des garçons de 11 ans et 41.4% des filles du même âge étaient insatisfait-e-s de leur poids corporel.**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

La figure 5.16 montre quant à elle l'évolution de la proportion des garçons et de filles de 11, 13 et 15 ans insatisfait-e-s.

La baisse entre 1994 et 1998 de même que la hausse entre 2014 et 2018 se retrouvent dans tous les sous-groupe d'âge et de sexe, sachant que l'augmentation entre 2014 et 2018 n'est statistiquement significative que chez les garçons de 13 et 15 ans[219] [220]. Entre 1998 et 2014, en revanche, la légère variation de la prévalence entre les années suit une courbe différente en fonction du sous-groupe d'âge et de sexe considéré. Au final, les prévalences enregistrées en 2018 sont proches de celles de 1994, excepté pour les filles de 13 et 15 ans, chez qui elles sont plus basses en 2018[221].

De plus la proportion des élèves insatisfait-e-s de leur poids corporel est, de manière significative, plus élevée chez les filles de 13 et 15 ans que chez les garçons du même âge[222]. Ce n'est en revanche pas le cas chez les 11 ans.

[219] Différence entre 2014 et 2018 parmi les filles (perception du poids corporel), 11 ans: $F(1, 1343)= 1.55$, n.s.; 13 ans: $F(1, 1343)= 2.57$, n.s.; 15 ans: $F(1, 1343)= 1.42$, n.s.

[220] Différence entre 2014 et 2018 parmi les garçons (perception du poids corporel), 11 ans: $F(1, 1343)= 3.76$, n.s.; 13 ans: $F(1, 1343)= 9.56$, $p<.01$.; 15 ans: $F(1, 1343)= 12.30$, $p<.001$.

[221] Différence entre 1994 et 2018 parmi les filles (perception du poids corporel), 11 ans: $F(1, 1687)= 2.31$, n.s.; 13 ans: $F(1, 1688)= 6.28$, $p<.05$; 15 ans: $F(1, 1687)$, $p<.05$.

[222] Différence entre les garçons et les filles de 15 ans (perception du poids corporel), 1994: $F(1, 961) = 6.91$, $p<.01$; 1998: $F(1, 538) = 20.66$, $p<.001$; 2002: $F(1, 588) = 58.15$, $p<.001$; 2006: $F(1, 588) = 10.23$, $p<.01$; 2010: $F(1, 627) = 8.58$, $p<.01$; 2014: $F(1, 628) = 22.49$, $p<.001$; 2018: $F(1, 714) = 9.15$, $p<.01$.

Différence entre les garçons et les filles de 13 ans (perception du poids corporel), 1994: $F(1, 973) = 12.69$, $p<.001$; 1998: $F(1, 538) = 11.99$, $p<.001$.; 2002: $F(1, 588) = 23.81$, $p<.001$; 2006: $F(1, 588) = 7.60$, $p<.01$; 2010: $F(1, 627) = 17.00$, $p<.001$; 2014: $F(1, 628) = 13.56$, $p<.001$; 2018: $F(1, 714) = 7.31$, $p<.01$.

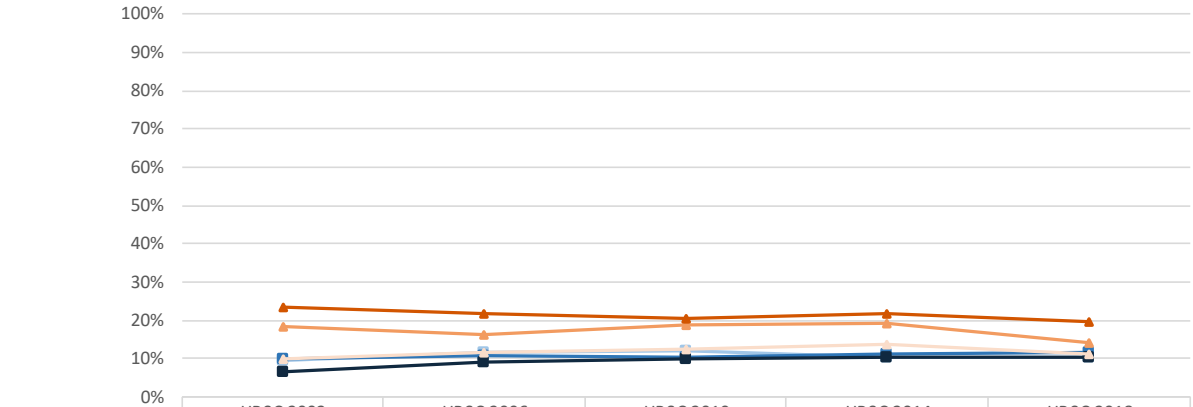
5.4.4 Perception de la nécessité de perdre du poids

Globalement, sur l'ensemble de la période 2002-2018, la part des élèves de 11 à 15 ans qui ont entrepris un régime ou fait autre chose pour perdre du poids est restée relativement stable, oscillant légèrement entre 12.7% (2002) et 14.7% (2014), sans tendance claire.

La figure 5.17 montre l'évolution, depuis 2002, de la proportion des filles et des garçons de 11, 13 et 15 ans. Celle-ci varie en fonction du sous-groupe d'âge et de sexe considéré : tandis que la prévalence en 2018 est relativement comparable à celle de 2002 chez les garçons de 11 et 13 ans et chez les filles de 11 ans, cette prévalence est significativement plus élevée en 2018 par rapport à 2002 chez les garçons de 15 ans[223] et a diminué chez les filles de 13 et 15 ans au cours de cette période [224].

Les parts des élèves qui ont déclaré faire un régime ou autre chose pour perdre du poids apparaissent par contre relativement stable en 2018 par rapport à 2014, excepté chez les filles de 13 ans, parmi lesquelles on observe une diminution significative entre ces deux années[225].

Figure 5.17 *Évolution des parts d'élèves de 11, 13 et 15 ans faisant **un régime ou autre chose pour perdre du poids**, selon le sexe et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018)*



	HBSC 2002	HBSC 2006	HBSC 2010	HBSC 2014	HBSC 2018
Garçons 11 ans	9.6	11.6	12.2	10.3	10.1
Garçons 13 ans	10.1	10.7	10.2	11.2	11.5
Garçons 15 ans	6.7	9.2	9.8	10.3	10.3
Filles 11 ans	9.8	11.4	12.4	13.9	11.1
Filles 13 ans	18.3	16.1	18.6	19.4	14.3
Filles 15 ans	23.4	21.8	20.3	21.9	19.5
Total 11-15 ans	12.7	13.2	14.2	14.7	12.9

Exemple de lecture: **en 2018, 11.5% des garçons de 13 ans et 14.3% des filles du même âge faisaient un régime ou autre chose pour perdre du poids.**

Remarque: **Le 'total 11-15 ans' se base sur des données pondérées.**

[223] Différence entre 2002 et 2018 parmi les garçons (faire un régime), 11 ans: *F*(1, 1303)= 0.12, n.s.; 13 ans: F(1, 1303)= 1.12, n.s.; 15 ans: *F*(1, 1303)= 7.70, p<.01.

[224]Différence entre 2002 et 2018 parmi les filles (faire un régime), 11 ans: *F*(1, 1303)= 0.96, n.s.; 13 ans: *F*(1, 1303)= 6.58, p<.05; 15 ans: *F*(1, 1303)= 3.91, p<.05.

[225] Différence entre 2014 et 2018 parmi les filles (faire un régime), 13 ans: *F*(1, 1343)= 9.39, p<.01.

En examinant toutes les années d'enquêtes, on observe que recourir à un régime ou autre chose pour perdre du poids est plus répandu chez les filles de 13 et 15 ans que chez les garçons du même âge[226].

5.5 Caractéristiques des élèves de 11 à 15 ans resp. 14 et 15 ans qui ont un poids normal (selon leur IMC estimé)

Afin d'observer s'il existe un lien entre le fait d'avoir un poids normal selon l'Indice de masse corporelle (IMC) estimé (pour l'opérationnalisation de l'IMC dans le cadre de l'enquête HBSC, voir point 5.2.1) et certaines caractéristiques des élèves – c'est-à-dire des caractéristiques sociodémographiques et celles en lien avec la santé, le bien-être et le contexte social –, deux types de modèles de régression logistique ont été estimés (pour la description des caractéristiques considérées, voir l'encadré 1 au chapitre 3, sous-chapitre 3.6).

Dans un premier temps, la question de l'association de quatre variables sociodémographiques que sont l'âge, le sexe, la région linguistique et la forme de la famille avec un IMC (estimé) correspondant à un poids normal a été investiguée avec une régression logistique multiple.

Dans un second temps, les sept variables en lien avec la santé, le bien-être et le contexte social – parents « au courant », soutien perçu de part de la famille et des ami-e-s, stress (perçu) lié au travail scolaire, satisfaction face à l'existence, état de santé autoévalué et durée habituelle du sommeil avant les jours d'école – ont été considérées séparément comme variables indépendantes (autrement dit comme prédicteur) dans le cadre de modèles de régression logistique multiple.

Les tableaux 5.2 et 5.3 présentent les rapports de cotes (odds ratio abrégé OR) et leurs intervalles de confiance à 95% (abrégé IC 95%), contrôlés le cas échéant pour les effets de l'âge et du sexe. Pour l'interprétation des rapports de cotes (OR) voir le sous-chapitre 2.5.

Il est important de rappeler que l'enquête HBSC est une enquête transversale et que, de ce fait, les associations statistiques documentées ne peuvent pas être interprétées comme preuves d'un lien de causalité. Les odds ratios (**OR**) rapportés sont ainsi **considérés seulement comme des coefficients d'association**. Pour plus de détails sur la manière d'interpréter ces résultats, se référer au chapitre méthode du rapport de recherche Delgrande Jordan et al. (2019a).

[226] Différence entre les garçons et les filles de 13 ans (faire un régime), 2002: $F(1, 588) = 27.87$, p<.001; 2006: $F(1, 588) = 13.20$, p<.001; 2010: $F(1, 627) = 33.75$, p<.001; 2014: $F(1, 628) = 23.65$, p<.001; 2018: $F(1, 714) = 4.10$, p<.05.

Différence entre les garçons et les filles de 15 ans (faire un régime), 2002: $F(1, 588) = 101.50$, p<.001; 2006: $F(1, 588) = 58.23$, p<.001; 2010: $F(1, 627) = 38.35$, p<.001; 2014: $F(1, 628) = 43.41$, p<.001; 2018: $F(1, 714) = 34.74$, p<.001.

Tableau 5.2 *Résultats des associations entre les caractéristiques sociodémographiques et le fait d'avoir un **poids normal** chez les élèves de 11 à 15 ans – modèle de régression logistique multiple (HBSC 2018)*

	11 à 15 ans (n_{max}=11'121)		
	OR		*IC 95%*
Âge[1]			
12 ans	1.00	n.s.	[0.85, 1.16]
13 ans	1.00	n.s.	[0.86, 1.15]
14 ans	1.11	n.s.	[0.96, 1.29]
15 ans	1.19	*	[1.02, 1.38]
Sexe[2] (garçons)	1.02	n.s.	[0.93, 1.12]
Région linguistique[3] (franco- et italophone)	0.87	*	[0.79, 0.97]
Forme de la famille[4] (autre)	0.99	n.s.	[0.89, 1.11]

Remarques: **OR = Odds Ratio (coefficients d'association) ; IC 95% = intervalle de confiance à 95% (calculé en tenant compte de l'effet de l'échantillonnage par grappes)**
Seuil de significativité : * = p < .05 ; ** = p < .01 ; *** = p < .001 ; n.s. = non significatif
1) Âge : catégorie de référence = 11 ans ;
2) Sexe : catégorie de référence = filles
3) Région linguistique : catégorie de référence = Suisse alémanique ; la région francophone et la région italophone ont été analysées ensemble (voir encadré 1 au sous-chapitre 3.6).
4) Forme de la famille : catégorie de référence = « famille MPE » ; famille « MPE » signifie ici les familles dans lesquelles l'élève vit avec sa mère et son père et éventuellement d'autres personnes (frères, sœurs, grands-parents, etc.) dans le même ménage (voir encadré 1 au sous-chapitre 3.6).

Exemple de lecture: **Les élèves de 15 ans en comparaison aux élèves de 11 ans ont environ 1.2 fois plus de probabilité d'avoir un poids normal (OR=1.19, IC 95%: 1.02, 1.38). Cela est valable quel que soit le sexe, la région linguistique ou la forme de la famille.**

Les résultats relatifs aux élèves de 11 à 15 ans pour le modèle considérant les variables sociodémographiques comme prédicteurs (variables indépendantes) ne montrent guère d'associations statistiquement significatives entre le fait d'avoir un poids normal et le sexe et l'âge des élèves. En effet, les OR en question avoisinent tous la valeur 1 et seul le groupe d'âge des 15 ans apparaît significativement différer en la matière : comparé-e-s aux 11 ans, les 15 ans ont une probabilité légèrement plus élevée d'avoir un poids normal. En outre, les élèves vivant en Suisse romande ou italienne ont une probabilité légèrement diminuée d'avoir un poids normal comparé-e-s à ceux/celles vivant en Suisse alémanique. La forme de la famille[227] dans laquelle vivent les élèves n'apparaît pas associée au fait d'avoir ou non un poids normal.

[227] Précautions lors de l'interprétation : Ce qui est déterminant c'est bien davantage la qualité de la relation parents-enfant et la capacité des parents à répondre aux besoins de leur enfant. Autrement dit, aucune forme de famille n'est optimale en soi.

Tableau 5.3 *Résultats des associations entre les indicateurs de la santé, du bien-être et du contexte social et le fait d'avoir un **poids normal** – sept modèles de régression logistique multiple sous contrôle de l'âge et du sexe (HBSC 2018)*

	11 à 15 ans (n_{max}=11'121) resp. 14 et 15 ans (n_{max}=4'305)		
	OR		*IC 95%*
Parents «au courant»[1] (14 et 15 ans)			
bas - moyen	1.00	n.s.	[0.82, 1.22]
Soutien (perçu) de la part de la famille[2] (11 à 15 ans)			
bas - moyen	0.93	n.s.	[0.82, 1.06]
Soutien (perçu) de la part des ami-e-s[2] (11 à 15 ans)			
bas - moyen	0.88	*	[0.78, 0.99]
Stress (perçu) lié au travail scolaire[3] (11 à 15 ans)			
moyen - élevé	0.90	*	[0.81, 1.00]
Satisfaction face à la vie sur une échelle graduée de 0 à 10[4] (11 à 15 ans)			
moyenne (valeurs comprises entre 6 et 7)	0.94	n.s.	[0.84, 1.04]
basse (valeurs comprises entre 0 et 5)	0.80	**	[0.69, 0.91]
État de santé autoévalué[5] (11 à 15 ans)			
mauvais - moyen	0.62	***	[0.54, 0.71]
Durée habituelle du sommeil avant les jours d'école[6] (14 et 15 ans)			
moins de 8 heures	0.90	n.s.	[0.77, 1.05]

Remarques: **OR = Odds Ratio (coefficients d'association) ; IC 95% = intervalle de confiance à 95% (calculé en tenant compte de l'effet de l'échantillonnage par grappes)**
Seuil de significativité : * = p < .05 ; ** = p < .01 ; *** = p < .001 ; n.s. = non significatif
Le tableau présente un aperçu des résultats des sept régressions logistiques multiples (toutes sous contrôle de l'âge et du sexe).
1) Parents «au courant» (évalué par les adolescent-e-s) : catégorie de référence = élevé ;
2) Soutien (perçu) de la part de la famille resp. des ami-e-s : catégorie de référence = élevé ;
3) Stress (perçu) lié au travail scolaire : catégorie de référence = pas du tout / un peu ;
4) Satisfaction face à la vie : catégorie de référence = élevée à très élevée (valeurs 8 - 10) ;
5) Etat de santé autoévalué : catégorie de référence = bon à excellent ;
6) Durée habituelle du sommeil avant les jours d'école : catégorie de référence = 8 heures ou plus

Exemple de lecture: **Les élèves qui évaluent leur état de santé comme moyen à mauvais ont environ 0.6 fois moins de probabilité d'avoir un poids normal que les élèves qui évaluent leur état de santé comme bon (OR=0.62, IC 95%: 0.54, 0.71). Cela est valable quel que soit l'âge et le sexe.**

Concernant le possible lien entre les facteurs relatifs à la santé, au bien-être et au contexte social et le fait d'avoir un poids normal, on constate que les élèves de 11 à 15 ans ont une probabilité significativement diminuée d'avoir un poids normal s'ils/elles évaluent leur état de santé comme mauvais à moyen, s'ils/elles se sentent peu satisfait-e-s de leur existence ou s'ils/elles perçoivent un soutien bas à moyen de la part de leurs ami-e-s. En revanche, il ne semble pas y avoir de lien entre le niveau de soutien perçu de la part de sa famille ou le fait d'estimer que ses parents savent peu à moyennement de choses sur sa vie (analyse uniquement pour les élèves de 14 et 15 ans) et le fait d'avoir un poids normal. Finalement, les élèves de

11 à 15 ans qui se sentent moyennement à très stressé-e-s par le travail scolaire semblent avoir une probabilité significativement moindre d'avoir un poids normal (association significative borderline). Par contraste, et même si le rapport de cotes est du même ordre que pour le stress lié au travail scolaire, la durée habituelle du sommeil les nuits avant les jours d'école (analyse uniquement pour les élèves de 14 et 15 ans) n'apparait pas être significativement associée au poids normal.

5.6 Discussion

5.6.1 Vers une stabilisation de la prévalence de l'excès pondéral ?

Dans le cadre de l'étude HBSC, l'Indice de Masse Corporelle (IMC) est obtenu à partir des valeurs du poids et de la taille communiquées par les élèves dans le questionnaire, et en adoptant les seuils proposés par l'IOTF (Cole et collègues (2000; 2007). En 2018, d'après cet indice, 11.9% des élèves de 11 à 15 ans présenteraient un excès pondéral (surpoids et obésité considérés ensemble), cette prévalence étant plus élevée chez les garçons que chez les filles et tendant à croître entre les 11 ans et les 15 ans. Compte tenu de la méthodologie utilisée, on doit toutefois partir du principe que cette prévalence est sous-estimée.

De leur côté, en se basant sur des mesures anthropométriques, Stamm et collègues (2019) font état d'une prévalence d'excès pondéral (surpoids et obésité considérés ensemble[228]) de 19.3% chez les élèves d'environ 7 à 12 ans[229] et de 24.8% chez les élèves d'environ 13 à 15 ans[230] dans les villes de Bâle, Berne et Zurich pour la période 2017/18. Également basée sur des mesures anthropométriques du poids et de la taille, l'étude d'Herter-Aeberli et collègues (2019) obtient en 2017/18, dans un échantillon national représentatif de jeunes de 6 à 12 ans, une prévalence d'excès pondéral (surpoids et obésité considérés ensemble[231]) de 15.9%.

Si l'enquête HBSC sous-estime probablement la prévalence de l'excès pondéral, elle a l'avantage de permettre un suivi de son évolution depuis 1990, à l'exception de 1998. Globalement, pour les 11 à 15 ans, la prévalence de l'excès pondéral (surpoids et obésité considérés ensemble) a augmenté légèrement et assez progressivement de 1990 à 2014, tandis qu'en 2018 la prévalence a plutôt stagné par rapport à 2014. Sur la base de ces résultats, il est toutefois prématuré de parler d'une réelle stabilisation, car une situation de stagnation comparable a également été observée entre 2002 et 2006, avant que la prévalence ne reparte à la hausse. De plus, ce tableau général doit être nuancé en fonction du sous-groupe d'âge et de sexe considéré, car dans certains d'entre eux la hausse semble s'être poursuivie en 2018.

Chez les élèves d'environ 7 à 12 ans, Stamm et collègues (2019) notent une légère tendance à la baisse à partir de 2012/13, contre une stabilité chez les élèves d'environ 13 à 15 ans à partir de 2009/10. Enfin, pour la tranche d'âge des 6 à 12 ans, Herter-Aeberli et collègues (2019) relèvent des fluctuations de la prévalence de l'excès pondéral entre 2002 et 2018, cette dernière étant plus basse en 2018 (15.9%) qu'en 2012 (18.8%). Autrement dit, les **trois enquêtes évoquent pour ces dernières années, en fonction du groupe d'âge, des signes soit d'une baisse soit d'une stagnation de la prévalence de l'excès pondéral chez les jeunes, qui se maintient toutefois à un niveau élevé**. Aussi les efforts en matière de prévention de l'excès pondéral, en particulier de l'obésité, doivent-ils être poursuivis. De plus, il est important d'aider les jeunes dont le statut pondéral représente des risques pour leur santé à entreprendre une démarche concrète de perte de poids, par exemple par une réduction des apports en énergie et/ou une modification des apports nutritionnels. Cela implique qu'ils/elles soient informés des offres d'aide

[228] Seuils selon les critères proposés par l'IOTF

[229] Élèves de l' «Unter-/Mittelstufe »

[230] Elèves de l « Oberstufe »

[231] Seuils selon les critères proposés par le *Center for Disease Control and Prevention* (CDC; www.cdc.gov/growthcharts/html_charts/bmiagerev.htm

disponibles et puissent bénéficier de conseils et d'un accompagnement professionnel lorsque cela s'avère nécessaire.

5.6.2 Pas d'amélioration sur le plan de l'insuffisance pondérale

Selon les résultats de l'enquête HBSC, en 2018 13.7% des jeunes filles et garçons de 11 à 15 ans présenteraient une insuffisance pondérale légère ou modérée à forte. Cette prévalence s'est maintenue à un niveau relativement constant entre 1990 et 2018, dans la plupart des sous-groupes d'âge et de sexe considérés, et il convient d'y rester attentif. En effet, l'insuffisance pondérale peut être la manifestation de restrictions alimentaires prolongées voire de pathologies telles que l'anorexie mentale ou la boulimie, dont les prévalences s'élevaient en 2010 en Suisse à resp. 1.7% et 2.9% chez les jeunes femmes de 15 à 29 ans, et de resp. 0.4% et 1.3% chez les jeunes hommes du même âge (Schnyder et al., 2012). Cependant, il semble que les habitudes alimentaires préjudiciables à la santé tels que les régimes trop restrictifs ou inappropriés, en comparaison de l'excès pondéral, soient passées un peu au second plan des préoccupations (Smolak & Thompson, 2009).

5.6.3 L'importance de l'image corporelle

L'IMC permet de classer les individus par rapport à leur profil corporel et de comparer les données au sein d'une population ou entre des populations et à long terme. Indicateur épidémiologique utile, l'IMC doit être appréhendé avec un regard critique. D'une part, il ne donne qu'une mesure approximative du statut pondéral des enfants et des adolescent-e-s (Cole et al., 2000; de Onis & Lobstein, 2010; de Onis et al., 2007) puisqu'il ne distingue pas la masse grasse et la masse maigre, et ne fournit aucune indication sur leur distribution dans le corps (McCarthy, 2006). D'autre part, si un IMC élevé participe au développement et à l'aggravation de certaines maladies chroniques, plusieurs recherches montrent que les représentations associées aux normes de l'IMC peuvent engendrer des comportements discriminants envers les individus qui n'y correspondent pas (Queval, 2012 ; Tylka et al., 2014), et que cette stigmatisation contribue elle-même à augmenter le risque de développer des pathologies habituellement associées à l'excès pondéral (Schafer & Ferraro, 2011 ; Tylka et al., 2014).

Il semble dès lors essentiel de prendre en considération la perception que les jeunes ont de leur poids corporel, et pas seulement leur IMC. En 2018, environ la moitié des jeunes de 11 à 15 ans étaient satisfait-e-s de leur poids corporel. Appréhender la question du poids corporel du point de vue de la satisfaction semble une approche intéressante, dans la mesure où les personnes ayant une image corporelle positive s'acceptent mieux, ont une meilleure estime d'elles-mêmes et adoptent des comportements plus sains vis-à-vis de l'activité physique et de l'alimentation (Schär & Weber, 2015). Le développement d'une attitude positive vis-à-vis de son corps se présente donc comme un élément essentiel au bien-être physique et à la santé psychique des enfants et des adolescent-e-s d'une part (Schär & Weber, 2015; Widmer Howald et al., 2018), et comme une condition indispensable au succès à long terme des mesures visant la promotion de la santé psychique, de l'activité physique et de l'alimentation saine d'autre part (Promotion santé Suisse, 2016). Dans ce contexte, Promotion Santé Suisse met en évidence qu'une image corporelle positive est composée de différentes facettes (Schär & Weber, 2015) : la satisfaction et l'acceptation de son propre corps, indépendamment des conditions objectives telles que la taille ou le poids, ainsi que la capacité à se distancer des images irréalistes véhiculées dans la société.

Avoir image corporelle positive plutôt que chercher à contrôler et/ou modifier son corps s'inscrit dans une approche du poids qui se veut inclusive (Tylka et al., 2014). L'approche normative, quant à elle, sous-entend qu'il existe un poids idéal auquel chaque individu devrait aspirer, ouvrant ainsi la porte à une responsabilisation individuelle et des jugements de valeur lorsque ce but n'est pas atteint (Perera & Gleyse, 2018 ; Queval, 2012). Ces présupposés attribuent en outre de la crédibilité aux normes corporelles –

souvent irréalistes et inaccessibles – véhiculées au travers des médias et qui peuvent être une source d'une souffrance et d'un mal-être important, notamment pour les adolescent-e-s qui s'y trouvent particulièrement exposés (Stassen Berger, 2012). L'incohérence entre ces idéaux physiques et la réalité des changements pubertaires peut d'ailleurs être un élément de compréhension de l'inadéquation qu'il peut exister – comme l'ont montré les résultats de l'enquête HBSC[232] – entre le statut pondéral estimé sur la base de l'IMC et la perception du poids corporel.

S'il a souvent été considéré que l'insatisfaction corporelle était une problématique majoritairement féminine (Schär & Weber, 2015), plusieurs études – dont l'étude HBSC – mettent en évidence que les garçons sont également concernés, et que cette insatisfaction se présente généralement sous la forme d'un souhait d'atteindre une masse musculaire plus importante. Toutefois, si un comportement excessif (évoquant une addiction) en matière de musculation et d'exercice physique – ou dysmorphophobie musculaire – a été bien documentée chez les garçons, il semble que les filles soient aussi de plus en plus touchées (Schär & Weber, 2015 ; Widmer Howald et al., 2018). L'émergence d'une idéologie du fitness et du « bien-être » ces dernières années semble en effet avoir contribué à l'apparition de nouvelles normes physiques homogénéisées, qui valorisent un corps sculpté et tonique, rassemblant ainsi les filles et les garçons autour d'un même idéal de maîtrise de soi (Perera & Gleyse, 2018 ; Queval, 2012).

Aspirer à de tels idéaux implique souvent un contrôle du poids considérable qui peut transparaître au travers de nombreux comportements. Plusieurs études relèvent en effet qu'une alimentation ciblée, et/ou d'un entraînement physique important peuvent par exemple être mis en place dans ce but (Perera & Gleyse, 2018 ; Queval, 2012). À titre de point de repère, les résultats HBSC mettent en évidence que 12.9% des jeunes de 11 à 15 ans disent faire un régime ou autre chose dans l'optique de perdre du poids, sans permettre de savoir si la démarche entreprise est justifiée ou non.

Bien qu'une activité physique suffisante et une alimentation équilibrée ne soient nullement remises en question ici, il est essentiel de rester vigilants lorsque les jeunes adolescent-e-s manifestent un souci particulièrement marqué à leur sujet. En effet, ces comportements – lorsqu'ils sont poussés à l'extrême – peuvent s'avérer néfastes car ils risquent d'enfermer l'adolescent-e dans des rituels alimentaires et physiques rigides et excessifs, et d'engendrer des problèmes de santé importants, tant sur le plan physique (comme des problèmes cardiovasculaires, de l'hypertension ou des dérèglements hormonaux) que psychique (trouble du comportement alimentaire, dépression, etc.) (Tylka et al., 2014). En outre, la pratique d'une activité sportive, lorsqu'elle est mise en place dans un but de maîtrise du corps, est liée à une image corporelle négative (Blanchette-Sylvestre & Meilleur, 2016).

Il semble dès lors essentiel d'aider les jeunes à accepter leur corps tel qu'il est, afin qu'ils mettent en place des comportements respectueux de ce dernier (Schär & Weber, 2015 ; Tylka et al., 2014). À ce sujet, Promotion Santé Suisse suggère par exemple aux jeunes de ranger leur balance, de prendre le temps de savourer leurs repas et d'apprécier leur corps pour ce qu'il est capable de réaliser plutôt que pour son apparence (Promotion santé Suisse, 2016). Pour inciter de tels comportements, il est toutefois primordial que l'entourage – mais également les garants des systèmes de soins – aident les jeunes à se (re)connecter avec leur corporéité, en les encourageant à mettre l'accent sur leurs sensations plutôt que sur leur poids et leur apparence et à développer un regard critique vis-à-vis des idéaux corporels (Tylka et al., 2014 ; Widmer Howald et al., 2018). Un poids « sain » dépasse donc la simple notion d'IMC, mais comprend également une relation harmonieuse avec son corps et des sentiments positifs vis-à-vis de celui-ci, ces

[232] Au sujet de cette inadéquation entre perception du poids corporel et IMC, on ne peut exclure que, pour certain-e-s élèves, les valeurs du poids et de la taille remontent à une période bien antérieure à la passation du questionnaire et qu'elles n'étaient donc plus à jour à cette occasion (du fait du changement rapide du poids et de la taille à cet âge).

derniers points étant d'ailleurs essentiels dans le développement et la construction identitaire des adolescent-e-s (Widmer Howald et al., 2018).

6 Bibliographie

Addiction Suisse (2013). Fiche d'information boissons énergisantes. Retrieved 05.02.2020, from https://shop.addictionsuisse.ch/fr/substances-comportements/129-306-fiche-d-information-boissons-energisantes.pdf

Ackermann, G. & Amstad, F. (2019). Liste d'orientation PAC 2019. Berne et Lausanne: Promotion Santé Suisse.

Adolphus, K., et al. (2016). The Effects of Breakfast and Breakfast Composition on Cognition in Children and Adolescents: A Systematic Review. *Advances in Nutrition 7*, 590s-612s.

Afshin, A., et al. (2019). Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990–2017: A systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *The Lancet 393*, 1958-1972.

Bellizzi, M. C. & Dietz, W. H. (1999). Workshop on childhood obesity: Summary of the discussion. *American Journal of Clinical Nutrition 70*, 173S-175S.

Blanchette-Sylvestre, M. & Meilleur, D. (2016). Activité physique et insatisfaction de l'image corporelle chez un groupe d'adolescentes. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement 48*, 204.

Bland, J. M. & Altman, D. G. (1995). Multiple significance tests: The Bonferroni method. *BMJ 310*, 170.

Bortz, J. (2005). *Statistik für Human- und Sozialwissenschaftler.* (6. Auflage Edition), Heidelberg: Springer Medizin Verlag.

Brener, N. D., et al. (2003). Reliability and validity of self-reported height and weight among high school students. *Journal of Adolescent Health 32*, 281-287.

Bringolf-Isler, B., et al. (2016). Schlussbericht zur SOPHYA-Studie. Basel: Swiss TPH.

Buddeberg-Fischer, B. & Klaghofer, R. (2002). Entwicklung des Korpererlebens in der Adoleszenz. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie 51*, 697-710.

Catalano, R. F., et al. (2012). Worldwide application of prevention science in adolescent health. *Lancet 379*, 1653-64.

Cole, T. J., et al. (2000). Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: International survey. *BMJ 320*, 1240.

Cole, T. J., et al. (2007). Body mass index cut offs to define thinness in children and adolescents: International survey. *BMJ 335*, 194.

Comlavi Guinhouya, B., Apété, G. K. & Hubert, H. (2009). Évaluation de l'activité physique habituelle des enfants lors d'études cliniques et épidémiologiques. *Santé Publique 21*, 465-478.

Daniels, S. R. (2009). Complications of obesity in children and adolescents. *International Journal of Obesity 33*, S60-S65.

de Onis, M. & Lobstein, T. (2010). Defining obesity risk status in the general childhood population: Which cut-offs should we use? *International Journal of Pediatric Obesity 5*, 458-460.

de Onis, M., et al. (2007). Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents. *Bulletin of the World Health Organization 85*, 649-732.

Delgrande Jordan, M., et al. (2019a). Eine explorative Untersuchung des Zusammenhangs zwischen dem Konsum psychoaktiver Substanzen und Merkmalen 11- bis 15-jähriger Jugendlicher in der Schweiz

- Ergebnisse der Studie «Health Behaviour in School-aged Children» (HBSC) 2018 (Forschungsbericht Nr. 105). Lausanne: Sucht Schweiz.

Delgrande Jordan, M., et al. (2019b). La consommation de substances psychoactives des 11 à 15 ans en Suisse - Situation en 2018 et évolutions depuis 1986 - Résultats de l'étude Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) (rapport de recherche No 62). Lausanne: Addiction Suisse.

DeRose, L. M. & Brooks-Gunn, J. (2006). Transition Into Adolescence: The Role of Pubertal Processes. In L. Balter, et al. (Eds.), *Child psychology: A handbook of contemporary issues*, (pp. 385-414). New York, NY: Psychology Press.

Deusinger, I. M. (1998). *Die Frankfurter Körperkonzeptskalen:(FKKS); Handanweisung; mit Bericht über vielfältige Validierungsstudien.* Hogrefe, Verlag für Psychologie.

Elgar, F. J., et al. (2005). Validity of self-reported height and weight and predictors of bias in adolescents. *Journal of Adolescent Health 37*, 371-375.

Federal Commission for Nutrition (FCN) (2019). Reappraisal of the scientific evidence linking consumption of foods from specific food groups to non-communicable diseases. An expert report of the Federal Commission for Nutrition (FCN / EEK). Bern:

Fischer, A., Stamm, H. & Lamprecht, M. (2018). Bewegungsfreundliches Umfeld in der Schweiz: Good Practice Projekte und Erfolgsfaktoren. Bern: Bundesamt für Gesundheit.

Fonseca, H., et al. (2010). Validity of BMI based on self-reported weight and height in adolescents. *Acta Pædiatrica 99*, 83-88.

Goodman, E., Hinden, B. R. & Khandelwal, S. (2000). Accuracy of teen and parental reports of obesity and body mass index. *Pediatrics 106*, 52-58.

Groves, R. M., et al. (2009). *Survey methodology.* (2nd Edition), Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.

Guthold, R., et al. (2020). Global trends in insufficient physical activity among adolescents: a pooled analysis of 298 population-based surveys with 1.6 million participants. *Lancet Child and Adolescent Health 4*, 23-35.

Hammons, A. J. & Fiese, B. H. (2011). Is frequency of shared family meals related to the nutritional health of children and adolescents? *Pediatrics 127*, e1565-e1574.

Harrison, M. E., et al. (2015). Systematic review of the effects of family meal frequency on psychosocial outcomes in youth. *Canadian Family Physician Medecin de Famille Canadien 61*, e96-106.

hepa.ch (2013). Activité physique et santé des enfants et des adolescents - Recommandations pour la Suisse. Retrieved 25.06.2019, from http://www.hepa.ch/internet/hepa/fr/home/dokumentation/grundlagendokumente.parsys.4602.downloadList.84828.DownloadFile.tmp/merkblattkinderf.pdf

Herter-Aeberli, I., et al. (2019). Significant Decrease in Childhood Obesity and Waist Circumference over 15 Years in Switzerland: A Repeated Cross-Sectional Study. *Nutrients 11*,

Himes, J. H. & Faricy, A. (2001). Validity and reliability of self-reported stature and weight of US adolescents. *American Journal of Human Biology 13*, 255-260.

Howell, D. C. (2008). *Méthodes statistiques en sciences humaines.* (2e éd. Edition), Bruxelles: De Boeck.

Inchley, J., et al. (2018). Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study protocol: Background, methodology and mandatory items for the 2017/18 survey. St Andrews: CAHRU.

INSERM (2014). *Inégalités sociales de santé en lien avec l'alimentation et l'activité physique.* Paris: Collection Expertise collective, Inserm.

James, P. W., et al. (2004). Overweight and obesity (high body mass index). In M. Ezzati, et al. (Eds.), *Comparative quantification of health risks: Global and regional burden of disease attributable to selected major risk factors*, (pp. Geneva: WHO.

Johnson, F. & Wardle, J. (2005). Dietary restraint, body dissatisfaction, and psychological distress: A prospective analysis. *Journal of Abnormal Psychology 114*, 119-25.

Kail, R. V. (2007). *Children and their development.* (4th ed. Edition), Upper Saddle River, NJ: Pearson Education, Inc.

Kêkê, L. M., et al. (2015). Body mass index and childhood obesity classification systems: A comparison of the French, International Obesity Task Force (IOTF) and World Health Organization (WHO) references. *Revue d'Épidémiologie et de Santé Publique 63*, 173-182.

Keller, U., et al. (Eds.) (2012). *Sixième rapport sur la nutrition en Suisse*. Berne: Office fédéral de la santé publique (OFSP).

Knezevic, A. (2008). Overlapping confidence intervals and statistical significance. *StatNews (Newsletter) 73*. Retrieved 18.03.2019, from https://www.cscu.cornell.edu/news/statnews/stnews73.pdf

Lamprecht, M., et al. (2015). Sport Suisse 2014. Rapport sur les enfants et les adolescents. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.

Lazzeri, G., et al. (2015). Trends in overweight and obesity prevalence in Tuscan schoolchildren (2002–2012). *Public Health Nutrition 18*, 3078-3085.

Malatesta, D. (2013). Validité et pertinence de l' index de masse corporelle (IMC) comme indice de surpoids et de santé au niveau individuel ou épidémiologique. Berne: Promotion Santé Suisse.

Manson, J. E., Skerrett, P. J. & Willett, W. C. (2004). Obesity as a risk factor for major health outcomes. In G. A. Bray, et al. (Eds.), *Handbook of obesity. Etiology and pathophysiology* (2nd ed. Edition), Vol. 2, (pp. 813-824). New York, NY: Marcel Dekker, Inc.

McCabe, M. P., Ricciardelli, L. A. & Banfield, S. (2001). Body image, strategies to change muscles and weight, and puberty: Do they impact on positive and negative affect among adolescent boys and girls? *Eating behaviors 2*, 129-149.

McCarthy, H. D. (2006). Body fat measurements in children as predictors for the metabolic syndrome: Focus on waist circumference. *Proceedings of the Nutrition Society 65*, 385-392.

Monzani, A., et al. (2019). A Systematic Review of the Association of Skipping Breakfast with Weight and Cardiometabolic Risk Factors in Children and Adolescents. What Should We Better Investigate in the Future? *Nutrients 11*,

Narring, F., et al. (2004). Santé et styles de vie des adolescents âgés de 16 à 20 ans en Suisse (2002). SMASH 2002 - Swiss Multicenter Adolescent Survey on Health 2002. Lausanne / Bern / Bellinzona: Institut universitaire de médecine sociale et préventive / Institut für Psychologie / Sezione sanitaria.

Neumark-Sztainer, D., et al. (2006). Does body satisfaction matter? Five-year longitudinal associations between body satisfaction and health behaviors in adolescent females and males. *Journal of Adolescent Health 39*, 244-51.

Neyman, J. (1937). *Outline of a theory of statistical estimation based on the classical theory of probability.* Vol. 236: The Royal Society.

Office fédéral de la santé publique (OFSP) & Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé (CDS) (2016). Stratégie nationale Prévention des maladies non transmissibles (stratégie MNT) 2017–2024. Berne: OFSP / CDS.

Office fédéral de la santé publique (OFSP), Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé (CDS) & Promotion Santé Suisse (PSCH) (2016). Plan de mesures de la Stratégie nationale Prévention des maladies non transmissibles (stratégie MNT) 2017–2024. Berne: OFSP / CDS / PSCH.

Papalia, D. E., Olds, S. W. & Felman, R. D. (Eds.) (2010). *Psychologie du développement humain* (7e éd. Edition). Montréal: De Boeck Supérieur.

Park, M. H., et al. (2012). The impact of childhood obesity on morbidity and mortality in adulthood: A systematic review. *Obesity Reviews 13*, 985-1000.

Patton, G. C., et al. (2016). Our future: A Lancet commission on adolescent health and wellbeing. *The Lancet 387*, 2423-2478.

Perera, É. & Gleyse, J. (2018). Introduction. Bodybuilding and bodily mutation in modern society. *Staps*7-10.

Potard, C., et al. (2016). Influence de la maturation pubertaire et de l'estime de soi corporelle sur la sexualite a l'adolescence. *Encephale 42*, 138-43.

Promotion santé Suisse (2016). L'image corporelle chez les adolescents de Suisse alémanique - Résultats d'une enquête de 2015. from https://promotionsante.ch/assets/public/documents/fr/5-grundlagen/publikationen/ernaehrung-bewegung/faktenblaetter/Feuille_d_information_016_PSCH_2016-06_-_L_image_corporelle_chez_les_adolescents_de_Suisse_alemanique.pdf

Promotion Santé Suisse (2017). Image corporelle positive chez les jeunes en Suisse - Une comparaison entre la Suisse alémanique (2015) et la Suisse romande (2016). from https://promotionsante.ch/assets/public/documents/fr/5-grundlagen/publikationen/ernaehrung-bewegung/faktenblaetter/Feuille_d_information_025_PSCH_2017-10_-_L_image_corporelle_chez_les_adolescents_en_Suisse.pdf

Pulgarón, E. R. (2013). Childhood obesity: A review of increased risk for physical and psychological comorbidities. *Clinical Therapeutics 35*, A18-A32.

Queval, I. (2012). L'industrialisation de l'hédonisme. Nouveaux cultes du corps: de la production de soi à la perfectibilité addictive. *Psychotropes 18*, 23-43.

Reilly, J. J. & Kelly, J. (2011). Long-term impact of overweight and obesity in childhood and adolescence on morbidity and premature mortality in adulthood: Systematic review. *International Journal of Obesity 35*, 891-898.

Sauter, D. & Urban Mobility Research (2019). Mobilität von Kindern und Jugendlichen - Entwicklungen von 1994 bis 2015. Analyse basierend auf den Mikrozensen «Mobilität und Verkehr». Bern: Bundesamt für Strassen (ASTRA).

Schafer, M. & Ferraro, K. (2011). The stigma of obesity does perceived weight discrimination affect identity and physical health? *Social Psychology Quarterly 74*, 76-97.

Schär, M. & Weber, S. (2015). L'image corporelle chez les adolescents de Suisse alémanique. Résultats d'une enquête. Promotion Santé Suisse Document de travail 35. Berne et Lausanne: Promotion Santé Suisse.

Schnyder, U., et al. (2012). Prävalenz von Essstörungen in der Schweiz. Zürich: Universitätsspital Zürich / Universität Zürich.

Schwarz, J., et al. (2019). Déterminants sociaux de la santé en Suisse - comment le genre s'est perdu en chemin. *Revue Médicale Suisse 15*, 485-489.

Singhal, A. (2016). The role of infant nutrition in the global epidemic of non-communicable disease. *Proceedings of the Nutrition Society 75*, 162-8.

Smolak, L. & Thompson, J. K. (2009). Body image, eating disorders, and obesity in children and adolescents: Introduction to the second edition In L. Smolak, et al. (Eds.), *Body image, eating disorders, and obesity in youth: Assessment, prevention, and treatment* (2nd ed. Edition), (pp. 3-14). Washington, DC: American Psychological Association Press.

Société Suisse de Nutrition (SSN) (2011a). L'alimentation des adolescents. Retrieved 24.06.2019, from http://www.sge-ssn.ch/media/feuille_d_info_alimentation_des_adolescents_2011_1.pdf

Société Suisse de Nutrition (SSN) (2011b). La pyramide alimentaire suisse. from http://www.sge-ssn.ch/fr/toi-et-moi/boire-et-manger/equilibre-alimentaire/pyramide-alimentaire-suisse/

Société Suisse de Nutrition (SSN) (2015). Besoins hydriques et boissons. Berne: SSN.

Spring, B., Moller, A. C. & Coons, M. J. (2012). Multiple health behaviours: Overview and implications. *Journal of Public Health 34*, i3-i10.

Stamm, H., et al. (2019). Monitoring der Gewichtsdaten der schulärztlichen Dienste der Städte Basel, Bern und Zürich, 2017/18 mit Fokus Wohnumfeld. Bern: Gesundheitsförderung Schweiz.

Stassen Berger, K. (2012). *Psychologie du développement.* (2e édition Edition), Louvain-la-Neuve: De Boeck.

Stata Corp (2017). *Stata survey data reference manual, release 15.* College Station, TX: Stata Press.

Stice, E. & Bearman, S. K. (2001). Body-image and eating disturbances prospectively predict increases in depressive symptoms in adolescent girls: A growth curve analysis. *Developmental Psychology 37*, 597-607.

Tylka, T. L., et al. (2014). The weight-inclusive versus weight-normative approach to health: Evaluating the evidence for prioritizing well-being over weight loss. *Journal of Obesity 2014*, 983495.

Wang, G., Bartell, T. R. & Wang, X. (2018). Preconception and prenatal factors and metabolic risk *Handbook of Life Course Health Development*, (pp. 47-59). Springer, Cham.

Watts, A. W., et al. (2017). No time for family meals? Parenting practices associated with adolescent fruit and vegetable intake when family meals are not an option. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics 117*, 707-714.

Werkhausen, A., Favero, K. & Wyss, T. (2014). Sitzender Lebensstil beeinflusst Gesundheit negativ. Retrieved 24.06.2019, from https://scholar.google.com/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=+++Amelie+Werkhausen1%2C+Kathrin+Favero2+%26+Thomas+Wyss1&btnG=

Widmer Howald, F., Schär Gmelch, M. & Peterseil, M. (2018). Das Körperbild von Jugendlichen in der Schweiz – Studienergebnisse. *Praxis 107*, 765-771.

World Health Organization (WHO) (2015). NCD Global Monitoring Framework. Ensuring progress on noncommunicable diseases in countries. Retrieved August2015, from http://www.who.int/nmh/global_monitoring_framework/en/

7 Annexes

Annexe 3.1 - Fréquence du (vrai) petit déjeuner les jours d'école parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006						HBSC 2002					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	je ne prends jamais de petit déjeuner	13.5	14.4	21.6	24.5	29.1	20.6	11.0	15.2	19.1	24.8	25.8	19.4	13.8	17.3	21.1	25.0	28.6	21.3	15.9	20.8	21.7	28.9	28.2	23.3	17.0	21.4	23.4	26.0	30.0	23.5
	une fois par semaine	5.2	4.3	6.0	4.9	4.8	5.0	3.5	5.0	3.3	2.9	3.3	3.6	5.1	4.6	4.2	4.8	6.6	5.1	5.3	5.7	7.6	5.3	6.2	6.0	4.3	3.9	3.9	4.8	5.1	4.4
	deux fois par semaine	4.1	5.1	3.8	4.2	4.7	4.4	3.9	3.4	3.2	3.9	4.3	3.7	4.6	3.3	3.6	5.4	5.3	4.5	3.0	4.4	4.3	4.0	5.4	4.2	2.1	3.9	3.6	3.3	4.4	3.4
	trois fois par semaine	3.7	6.3	5.1	4.4	5.6	5.0	4.2	5.0	4.9	4.5	5.7	4.8	3.9	6.2	5.6	5.7	5.4	5.4	5.6	4.7	4.5	5.2	6.6	5.3	5.2	5.8	5.6	4.9	3.9	5.1
	quatre fois par semaine	5.1	3.7	4.3	4.5	3.7	4.3	7.0	5.4	4.7	5.1	4.8	5.4	6.0	5.1	5.6	6.1	4.8	5.5	6.0	6.4	4.8	4.5	3.3	4.9	2.5	3.9	5.1	6.1	4.7	4.5
	cinq fois par semaine	68.5	66.2	59.1	57.5	51.9	60.7	70.4	66.2	64.9	58.8	56.2	63.1	66.5	63.4	59.9	53.1	49.3	58.2	64.3	57.9	57.2	52.1	50.3	56.2	68.8	61.1	58.4	54.8	51.9	59.1
	n pondérés	1143	1142	1142	1132	1120	5679	957	968	991	1050	1041	5008	977	999	1023	1061	1057	5116	937	953	979	1023	1043	4935	975	965	953	959	930	4782
	n non pondérés	1107	1121	1151	1126	992	5497	862	949	1007	1067	916	4801	819	1049	1098	1072	950	4988	873	1061	1031	982	858	4805	746	846	1037	976	963	4568
	moins de 5 jours	31.5	33.8	40.9	42.5	48.1	39.3	29.6	33.8	35.1	41.2	43.8	36.9	33.5	36.6	40.1	46.9	50.7	41.8	35.7	42.1	42.8	47.9	49.7	43.8	31.2	38.9	41.6	45.2	48.1	40.9
	tous les jours	68.5	66.2	59.1	57.5	51.9	60.7	70.4	66.2	64.9	58.8	56.2	63.1	66.5	63.4	59.9	53.1	49.3	58.2	64.3	57.9	57.2	52.1	50.3	56.2	68.8	61.1	58.4	54.8	51.9	59.1
	n pondérés	1143	1142	1142	1132	1120	5679	957	968	991	1050	1041	5008	977	999	1023	1061	1057	5116	937	953	979	1023	1043	4935	975	965	953	959	930	4782
	n non pondérés	1107	1121	1151	1126	992	5497	862	949	1007	1067	916	4801	819	1049	1098	1072	950	4988	873	1061	1031	982	858	4805	746	846	1037	976	963	4568
Filles	je ne prends jamais de petit déjeuner	16.9	20.9	26.9	31.6	35.8	26.4	15.3	17.1	25.3	30.3	29.4	23.7	16.7	21.1	25.1	28.0	32.5	24.8	19.9	24.0	33.3	30.7	36.6	29.2	21.3	26.2	29.6	33.5	42.7	30.6
	une fois par semaine	5.2	5.4	4.5	4.7	6.1	5.2	4.3	5.8	5.3	4.7	4.5	4.9	3.3	5.7	5.5	7.0	6.5	5.6	5.1	5.3	4.9	6.3	4.1	5.1	4.5	3.6	5.3	6.2	3.7	4.7
	deux fois par semaine	4.6	4.9	4.8	5.2	4.1	4.7	2.5	4.6	3.9	4.1	4.8	4.0	3.0	4.2	4.9	5.9	6.0	4.8	3.7	4.8	4.4	4.6	4.6	4.4	2.6	2.7	4.6	4.1	4.0	3.6
	trois fois par semaine	5.0	6.6	5.8	6.9	6.1	6.1	5.8	5.8	6.5	5.1	5.1	5.6	5.8	6.8	6.1	7.4	6.5	6.5	6.0	5.5	6.4	6.3	6.4	6.1	3.8	5.0	6.6	5.6	5.2	5.2
	quatre fois par semaine	5.4	6.7	5.9	4.0	5.3	5.5	6.9	5.7	6.0	5.3	3.6	5.5	7.7	6.4	5.7	5.0	6.6	6.2	6.1	6.4	4.6	5.2	7.0	5.9	6.6	5.7	4.7	5.5	5.8	5.7
	cinq fois par semaine	62.9	55.5	52.1	47.6	42.7	52.2	65.3	61.0	53.1	50.5	52.6	56.3	63.6	55.8	52.7	46.7	42.0	51.9	59.2	53.9	46.3	46.9	41.4	49.3	61.1	56.7	49.3	45.1	38.6	50.3
	n pondérés	1089	1078	1074	1085	1066	5393	913	931	936	994	985	4758	926	953	974	1005	1001	4860	872	910	926	976	983	4667	918	924	908	914	876	4540
	n non pondérés	1103	1131	1165	1225	951	5575	885	964	1080	1149	890	4968	810	1037	1112	1071	960	4990	838	973	1079	1071	833	4794	797	892	1137	1020	910	4756
	moins de 5 jours	37.1	44.5	47.9	52.4	57.3	47.8	34.7	39.0	46.9	49.5	47.4	43.7	36.4	44.2	47.3	53.3	58.0	48.1	40.8	46.1	53.7	53.1	58.6	50.7	38.9	43.3	50.7	54.9	61.4	49.7
	tous les jours	62.9	55.5	52.1	47.6	42.7	52.2	65.3	61.0	53.1	50.5	52.6	56.3	63.6	55.8	52.7	46.7	42.0	51.9	59.2	53.9	46.3	46.9	41.4	49.3	61.1	56.7	49.3	45.1	38.6	50.3
	n pondérés	1089	1078	1074	1085	1066	5393	913	931	936	994	985	4758	926	953	974	1005	1001	4860	872	910	926	976	983	4667	918	924	908	914	876	4540
	n non pondérés	1103	1131	1165	1225	951	5575	885	964	1080	1149	890	4968	810	1037	1112	1071	960	4990	838	973	1079	1071	833	4794	797	892	1137	1020	910	4756
Total	je ne prends jamais de petit déjeuner	15.1	17.5	24.2	28.0	32.4	23.4	13.1	16.1	22.1	27.5	27.6	21.5	15.2	19.2	23.1	26.5	30.5	23.0	17.9	22.4	27.3	29.8	32.3	26.1	19.1	23.8	26.4	29.7	36.2	26.9
	une fois par semaine	5.2	4.8	5.3	4.8	5.5	5.1	3.9	5.4	4.2	3.8	3.9	4.2	4.3	5.1	4.8	5.8	6.5	5.3	5.2	5.6	6.3	5.8	5.2	5.6	4.4	3.7	4.5	5.5	4.4	4.5
	deux fois par semaine	4.3	5.0	4.3	4.7	4.4	4.5	3.2	4.0	3.5	4.0	4.5	3.9	3.8	3.8	4.2	5.6	5.6	4.6	3.3	4.6	4.4	4.3	5.0	4.3	2.4	3.3	4.1	3.7	4.2	3.5
	trois fois par semaine	4.3	6.5	5.4	5.6	5.9	5.5	5.0	5.4	5.7	4.8	5.4	5.2	4.8	6.5	5.8	6.5	5.9	5.9	5.8	5.1	5.4	5.8	6.5	5.7	4.5	5.4	6.1	5.2	4.5	5.2
	quatre fois par semaine	5.2	5.2	5.1	4.3	4.5	4.9	6.9	5.5	5.3	5.2	4.2	5.4	6.8	5.7	5.7	5.6	5.7	5.9	6.0	6.4	4.7	4.8	5.1	5.4	4.5	4.8	4.9	5.8	5.2	5.1
	cinq fois par semaine	65.8	61.0	55.7	52.6	47.4	56.5	67.9	63.6	59.2	54.7	54.5	59.8	65.1	59.7	56.4	50.0	45.7	55.2	61.8	55.9	51.9	49.6	46.0	52.8	65.1	59.0	54.0	50.1	45.4	54.8
	n pondérés	2232	2220	2217	2217	2186	11072	1870	1899	1926	2044	2027	9766	1903	1951	1996	2066	2058	9975	1810	1863	1905	1999	2027	9603	1893	1888	1861	1873	1807	9322
	n non pondérés	2210	2252	2316	2351	1943	11072	1747	1913	2087	2216	1806	9769	1629	2086	2210	2143	1910	9978	1711	2034	2110	2053	1691	9599	1543	1738	2174	1996	1873	9324
	moins de 5 jours	34.2	39.0	44.3	47.4	52.6	43.5	32.1	36.4	40.8	45.3	45.5	40.2	34.9	40.3	43.6	50.0	54.3	44.8	38.2	44.1	48.1	50.4	54.0	47.2	34.9	41.0	46.0	49.9	54.6	45.2
	tous les jours	65.8	61.0	55.7	52.6	47.4	56.5	67.9	63.6	59.2	54.7	54.5	59.8	65.1	59.7	56.4	50.0	45.7	55.2	61.8	55.9	51.9	49.6	46.0	52.8	65.1	59.0	54.0	50.1	45.4	54.8
	n pondérés	2232	2220	2217	2217	2186	11072	1870	1899	1926	2044	2027	9766	1903	1951	1996	2066	2058	9975	1810	1863	1905	1999	2027	9603	1893	1888	1861	1873	1807	9322
	n non pondérés	2210	2252	2316	2351	1943	11072	1747	1913	2087	2216	1806	9769	1629	2086	2210	2143	1910	9978	1711	2034	2110	2053	1691	9599	1543	1738	2174	1996	1873	9324

Annexe 3.2 - Fréquence du (vrai) petit déjeuner le week-end parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006						HBSC 2002					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	je ne prends jamais de petit déjeuner	5.7	8.0	8.5	12.3	13.1	9.5	5.1	6.0	7.2	13.7	13.8	9.3	4.0	7.9	7.7	12.9	16.5	9.9	6.0	8.2	9.0	10.9	13.6	9.6	4.9	6.7	6.5	8.9	13.0	8.0
	un jour	16.4	20.6	22.9	18.8	22.9	20.3	14.6	16.4	19.2	20.0	22.4	18.6	16.0	15.7	17.8	18.0	19.6	17.5	14.3	17.2	16.8	17.8	20.2	17.3	14.2	15.5	18.3	20.1	23.0	18.2
	les deux jours	78.0	71.3	68.6	68.9	64.0	70.2	80.3	77.6	73.7	66.3	63.8	72.1	80.0	76.4	74.5	69.1	63.9	72.6	79.7	74.7	74.2	71.3	66.2	73.1	81.0	77.9	75.2	71.0	64.0	73.9
	n pondérés	1143	1141	1141	1128	1119	5672	956	976	986	1051	1046	5015	982	1005	1018	1054	1038	5097	929	958	979	1013	1029	4907	968	959	955	951	925	4759
	n non pondérés	1107	1120	1150	1122	991	5490	861	957	1002	1068	920	4808	823	1056	1093	1065	933	4970	865	1066	1031	973	846	4781	741	841	1039	968	958	4547
	moins de 2 jours	22.0	28.7	31.4	31.1	36.0	29.8	19.7	22.4	26.3	33.7	36.2	27.9	20.0	23.6	25.5	30.9	36.1	27.4	20.3	25.3	25.8	28.7	33.8	26.9	19.0	22.1	24.8	29.0	36.0	26.1
	chaque jour	78.0	71.3	68.6	68.9	64.0	70.2	80.3	77.6	73.7	66.3	63.8	72.1	80.0	76.4	74.5	69.1	63.9	72.6	79.7	74.7	74.2	71.3	66.2	73.1	81.0	77.9	75.2	71.0	64.0	73.9
	n pondérés	1143	1141	1141	1128	1119	5672	956	976	986	1051	1046	5015	982	1005	1018	1054	1038	5097	929	958	979	1013	1029	4907	968	959	955	951	925	4759
	n non pondérés	1107	1120	1150	1122	991	5490	861	957	1002	1068	920	4808	823	1056	1093	1065	933	4970	865	1066	1031	973	846	4781	741	841	1039	968	958	4547
Filles	je ne prends jamais de petit déjeuner	3.4	5.2	7.6	8.9	12.1	7.4	4.6	4.8	6.2	11.0	12.3	7.9	2.9	5.3	7.5	10.5	13.7	8.1	4.0	5.2	9.7	11.6	15.7	9.4	4.1	5.1	8.2	10.9	15.6	8.7
	un jour	16.8	17.5	21.6	23.5	24.1	20.7	15.6	17.8	19.8	20.8	20.1	18.9	13.8	15.5	17.8	22.8	23.9	18.8	13.6	14.9	18.6	21.8	24.5	18.8	12.5	15.3	19.5	22.8	27.1	19.3
	les deux jours	79.9	77.4	70.7	67.5	63.8	71.9	79.8	77.4	74.0	68.3	67.6	73.3	83.3	79.2	74.7	66.8	62.5	73.1	82.4	79.9	71.7	66.6	59.7	71.7	83.4	79.7	72.4	66.3	57.3	72.0
	n pondérés	1089	1073	1073	1084	1066	5385	915	931	939	987	991	4763	939	956	974	1002	1000	4871	880	917	924	972	982	4675	921	922	907	908	876	4534
	n non pondérés	1103	1126	1164	1223	951	5567	887	964	1084	1141	895	4971	821	1040	1112	1068	959	5000	845	981	1077	1066	832	4801	799	891	1136	1013	910	4749
	moins de 2 jours	20.1	22.6	29.3	32.5	36.2	28.1	20.2	22.6	26.0	31.7	32.4	26.7	16.7	20.8	25.3	33.2	37.5	26.9	17.6	20.1	28.3	33.4	40.3	28.3	16.6	20.3	27.6	33.7	42.7	28.0
	chaque jour	79.9	77.4	70.7	67.5	63.8	71.9	79.8	77.4	74.0	68.3	67.6	73.3	83.3	79.2	74.7	66.8	62.5	73.1	82.4	79.9	71.7	66.6	59.7	71.7	83.4	79.7	72.4	66.3	57.3	72.0
	n pondérés	1089	1073	1073	1084	1066	5385	915	931	939	987	991	4763	939	956	974	1002	1000	4871	880	917	924	972	982	4675	921	922	907	908	876	4534
	n non pondérés	1103	1126	1164	1223	951	5567	887	964	1084	1141	895	4971	821	1040	1112	1068	959	5000	845	981	1077	1066	832	4801	799	891	1136	1013	910	4749
Total	je ne prends jamais de petit déjeuner	4.6	6.6	8.1	10.6	12.6	8.5	4.9	5.4	6.7	12.4	13.1	8.6	3.5	6.6	7.6	11.7	15.1	9.0	5.0	6.7	9.4	11.3	14.6	9.5	4.5	5.9	7.3	9.8	14.3	8.3
	un jour	16.6	19.1	22.3	21.1	23.5	20.5	15.1	17.1	19.5	20.4	21.3	18.7	14.9	15.6	17.8	20.3	21.7	18.1	14.0	16.0	17.6	19.7	22.3	18.1	13.4	15.4	18.9	21.4	25.0	18.7
	les deux jours	78.9	74.3	69.6	68.2	63.9	71.0	80.0	77.5	73.8	67.3	65.6	72.7	81.6	77.8	74.6	68.0	63.2	72.9	81.0	77.2	73.0	69.0	63.0	72.4	82.1	78.8	73.8	68.7	60.7	72.9
	n pondérés	2232	2214	2215	2212	2185	11057	1871	1907	1925	2038	2037	9778	1921	1961	1992	2056	2038	9968	1808	1875	1903	1985	2011	9582	1889	1882	1862	1858	1802	9293
	n non pondérés	2210	2246	2314	2345	1942	11057	1748	1921	2086	2209	1815	9779	1644	2096	2205	2133	1892	9970	1710	2047	2108	2039	1678	9582	1540	1732	2175	1981	1868	9296
	moins de 2 jours	21.1	25.7	30.4	31.8	36.1	29.0	20.0	22.5	26.2	32.7	34.4	27.3	18.4	22.2	25.4	32.0	36.8	27.1	19.0	22.8	27.0	31.0	37.0	27.6	17.9	21.2	26.2	31.3	39.3	27.1
	chaque jour	78.9	74.3	69.6	68.2	63.9	71.0	80.0	77.5	73.8	67.3	65.6	72.7	81.6	77.8	74.6	68.0	63.2	72.9	81.0	77.2	73.0	69.0	63.0	72.4	82.1	78.8	73.8	68.7	60.7	72.9
	n pondérés	2232	2214	2215	2212	2185	11057	1871	1907	1925	2038	2037	9778	1921	1961	1992	2056	2038	9968	1808	1875	1903	1985	2011	9582	1889	1882	1862	1858	1802	9293
	n non pondérés	2210	2246	2314	2345	1942	11057	1748	1921	2086	2209	1815	9779	1644	2096	2205	2133	1892	9970	1710	2047	2108	2039	1678	9582	1540	1732	2175	1981	1868	9296

Annexe 3.3 - Fréquence du (petit) petit déjeuner sur l'ensemble de la semaine parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006						HBSC 2002					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	0 jour	2.4	2.1	3.2	5.6	6.5	4.0	2.2	1.4	2.4	7.2	7.1	4.2	1.7	3.1	2.9	5.0	7.7	4.1	3.1	3.0	3.8	5.4	6.3	4.4	2.4	3.2	3.4	4.7	6.8	4.1
	1 jour	3.9	6.0	8.0	7.9	10.2	7.2	3.5	5.5	5.1	7.5	9.1	6.2	4.0	5.3	6.3	7.1	9.1	6.4	4.6	7.4	7.3	9.1	9.5	7.7	4.5	5.9	7.4	8.1	11.1	7.3
	2 jours	9.7	9.2	13.4	13.5	14.8	12.1	6.8	11.1	13.3	12.3	12.0	11.2	9.6	11.0	13.5	15.6	15.5	13.1	9.8	13.2	14.1	16.7	14.6	13.8	11.5	14.1	14.5	15.8	15.0	14.2
	3 jours	4.2	3.4	4.4	3.8	5.3	4.2	4.0	3.6	3.4	3.2	3.4	3.5	5.2	3.6	4.0	4.1	5.7	4.5	5.2	4.2	5.4	4.0	6.1	5.0	3.7	3.8	3.1	3.9	4.0	3.7
	4 jours	3.6	5.2	4.9	4.3	4.6	4.5	3.1	3.9	3.6	3.7	4.3	3.7	4.1	4.0	4.2	5.2	4.5	4.4	3.6	4.8	4.2	3.6	5.0	4.3	2.3	3.7	4.6	3.2	4.5	3.6
	5 jours	6.4	9.3	7.6	8.2	8.0	7.9	5.9	6.4	7.8	8.0	9.5	7.6	5.9	8.9	8.6	10.4	9.7	8.8	6.5	7.5	7.4	8.5	10.6	8.1	6.0	7.0	6.9	7.2	7.4	6.9
	6 jours	11.3	12.3	12.5	12.0	11.0	11.8	12.5	12.3	12.4	12.0	12.1	12.2	11.6	10.3	10.5	11.3	10.1	10.8	10.2	10.9	8.9	9.8	8.6	9.6	9.4	9.6	10.3	12.4	11.1	10.5
	7 jours	58.5	52.4	45.9	44.7	39.7	48.3	62.0	55.8	52.0	46.1	42.5	51.4	57.8	53.7	50.0	41.3	37.8	47.9	57.1	49.0	48.8	42.8	39.4	47.2	60.2	52.7	49.9	44.6	40.2	49.6
	n pondérés	1138	1139	1139	1126	1115	5657	944	963	983	1045	1037	4971	965	992	1009	1053	1037	5055	914	938	969	1004	1024	4849	962	955	949	949	923	4737
	n non pondérés	1102	1118	1148	1120	988	5476	850	944	999	1061	912	4766	809	1042	1083	1064	932	4930	851	1044	1021	964	842	4722	736	837	1032	966	956	4527
	moins de 7 jours	41.5	47.6	54.1	55.3	60.3	51.7	38.0	44.2	48.0	53.9	57.5	48.6	42.2	46.3	50.0	58.7	62.2	52.1	42.9	51.0	51.2	57.2	60.6	52.8	39.8	47.3	50.1	55.4	59.8	50.4
	chaque jour	58.5	52.4	45.9	44.7	39.7	48.3	62.0	55.8	52.0	46.1	42.5	51.4	57.8	53.7	50.0	41.3	37.8	47.9	57.1	49.0	48.8	42.8	39.4	47.2	60.2	52.7	49.9	44.6	40.2	49.6
	n pondérés	1138	1139	1139	1126	1115	5657	944	963	983	1045	1037	4971	965	992	1009	1053	1037	5055	914	938	969	1004	1024	4849	962	955	949	949	923	4737
	n non pondérés	1102	1118	1148	1120	988	5476	850	944	999	1061	912	4766	809	1042	1083	1064	932	4930	851	1044	1021	964	842	4722	736	837	1032	966	956	4527
Filles	0 jour	1.5	3.2	4.0	5.3	6.8	4.1	2.2	2.1	2.6	5.9	6.1	3.8	1.4	2.5	3.1	4.0	6.0	3.4	2.8	2.5	5.3	5.4	8.6	5.0	2.5	2.1	4.2	6.4	10.3	5.1
	1 jour	5.2	6.4	9.2	11.3	13.1	9.0	4.6	5.9	9.5	8.9	9.2	7.7	4.5	5.7	7.6	10.8	12.7	8.4	4.4	6.6	9.0	10.6	12.5	8.8	4.8	6.9	9.9	11.0	15.4	9.5
	2 jours	12.3	13.7	15.4	17.8	18.8	15.6	10.3	11.6	16.0	17.8	16.9	14.6	12.4	14.7	17.0	16.1	17.5	15.6	13.8	16.8	20.5	17.7	18.1	17.5	15.0	17.9	17.8	19.3	19.4	17.9
	3 jours	4.4	4.2	5.3	4.2	5.5	4.7	4.1	4.8	4.2	3.9	3.7	4.1	3.1	4.8	4.9	6.4	6.6	5.2	5.1	4.9	4.1	5.8	4.8	5.0	4.0	4.3	5.3	4.8	3.6	4.4
	4 jours	4.6	5.5	5.0	5.0	4.9	5.0	3.3	5.7	3.8	4.9	5.0	4.6	3.0	5.4	4.7	6.6	5.7	5.1	4.4	4.3	6.0	4.5	4.9	4.8	3.3	3.2	4.1	5.2	4.0	3.9
	5 jours	5.6	7.1	6.9	7.7	8.1	7.1	5.9	6.2	7.7	7.9	7.3	7.0	6.2	7.3	8.4	9.7	8.6	8.1	5.8	7.4	7.5	8.1	9.2	7.7	4.9	6.3	7.8	6.6	8.4	6.8
	6 jours	12.7	11.3	10.9	10.2	9.5	10.9	12.3	10.5	11.6	11.3	9.6	11.0	11.9	10.7	10.0	10.2	9.7	10.5	10.2	9.7	9.0	9.9	10.4	9.8	10.6	9.5	9.7	9.7	9.9	9.9
	7 jours	53.7	48.6	43.2	38.5	33.4	43.5	57.4	53.2	44.6	39.5	42.2	47.1	57.5	48.8	44.3	36.2	33.2	43.8	53.5	47.9	38.4	38.0	31.5	41.5	54.9	49.9	41.3	36.9	29.0	42.5
	n pondérés	1086	1072	1072	1083	1063	5375	904	928	935	984	982	4734	920	945	964	998	992	4818	858	900	911	962	979	4610	915	919	904	908	872	4517
	n non pondérés	1100	1125	1162	1222	948	5557	877	961	1079	1138	887	4942	804	1028	1101	1063	951	4947	824	963	1062	1056	829	4734	794	888	1132	1013	905	4732
	moins de 7 jours	46.3	51.4	56.8	61.5	66.6	56.5	42.6	46.8	55.4	60.5	57.8	52.9	42.5	51.2	55.7	63.8	66.8	56.2	46.5	52.1	61.6	62.0	68.5	58.5	45.1	50.1	58.7	63.1	71.0	57.5
	chaque jour	53.7	48.6	43.2	38.5	33.4	43.5	57.4	53.2	44.6	39.5	42.2	47.1	57.5	48.8	44.3	36.2	33.2	43.8	53.5	47.9	38.4	38.0	31.5	41.5	54.9	49.9	41.3	36.9	29.0	42.5
	n pondérés	1086	1072	1072	1083	1063	5375	904	928	935	984	982	4734	920	945	964	998	992	4818	858	900	911	962	979	4610	915	919	904	908	872	4517
	n non pondérés	1100	1125	1162	1222	948	5557	877	961	1079	1138	887	4942	804	1028	1101	1063	951	4947	824	963	1062	1056	829	4734	794	888	1132	1013	905	4732
Total	0 jour	1.9	2.7	3.6	5.5	6.6	4.0	2.2	1.7	2.5	6.5	6.6	4.0	1.6	2.8	3.0	4.5	6.9	3.8	2.9	2.7	4.5	5.4	7.4	4.7	2.5	2.7	3.8	5.5	8.5	4.6
	1 jour	4.5	6.2	8.6	9.5	11.6	8.1	4.0	5.7	7.3	8.2	9.2	6.9	4.2	5.5	6.9	8.9	10.9	7.4	4.5	7.0	8.2	9.9	11.0	8.2	4.6	6.4	8.6	9.5	13.2	8.4
	2 jours	11.0	11.4	14.4	15.6	16.7	13.8	8.5	11.3	14.6	15.0	14.4	12.8	11.0	12.8	15.2	15.8	16.4	14.3	11.7	15.0	17.2	17.2	16.3	15.6	13.2	16.0	16.1	17.6	17.1	16.0
	3 jours	4.3	3.8	4.9	4.0	5.4	4.5	4.1	4.2	3.8	3.5	3.6	3.8	4.2	4.2	4.4	5.2	6.1	4.9	5.1	4.5	4.8	4.9	5.5	5.0	3.8	4.0	4.2	4.4	3.8	4.1
	4 jours	4.1	5.3	4.9	4.6	4.7	4.7	3.2	4.8	3.7	4.3	4.6	4.1	3.5	4.7	4.5	5.9	5.1	4.8	4.0	4.5	5.1	4.0	5.0	4.5	2.8	3.4	4.3	4.2	4.2	3.8
	5 jours	6.0	8.2	7.2	8.0	8.1	7.5	5.9	6.3	7.8	8.0	8.5	7.3	6.1	8.1	8.5	10.1	9.2	8.4	6.2	7.4	7.5	8.3	9.9	7.9	5.5	6.7	7.3	6.9	7.9	6.8
	6 jours	12.0	11.8	11.8	11.1	10.3	11.4	12.4	11.4	12.0	11.7	10.9	11.7	11.8	10.5	10.3	10.7	9.9	10.6	10.2	10.3	9.0	9.8	9.4	9.7	10.0	9.5	10.0	11.1	10.5	10.2
	7 jours	56.2	50.6	44.6	41.7	36.6	46.0	59.7	54.5	48.4	42.9	42.4	49.3	57.7	51.3	47.2	38.8	35.5	45.9	55.4	48.5	43.8	40.5	35.5	44.4	57.6	51.3	45.7	40.9	34.7	46.1
	n pondérés	2224	2211	2211	2209	2178	11033	1848	1891	1918	2029	2019	9704	1885	1937	1973	2050	2029	9873	1771	1838	1880	1966	2003	9459	1877	1874	1852	1857	1795	9254
	n non pondérés	2202	2243	2310	2342	1936	11033	1727	1905	2078	2199	1799	9708	1613	2070	2184	2127	1883	9877	1675	2007	2083	2020	1671	9456	1530	1725	2164	1979	1861	9259
	moins de 7 jours	43.8	49.4	55.4	58.3	63.4	54.0	40.3	45.5	51.6	57.1	57.6	50.7	42.3	48.7	52.8	61.2	64.5	54.1	44.6	51.5	56.2	59.5	64.5	55.6	42.4	48.7	54.3	59.1	65.3	53.9
	chaque jour	56.2	50.6	44.6	41.7	36.6	46.0	59.7	54.5	48.4	42.9	42.4	49.3	57.7	51.3	47.2	38.8	35.5	45.9	55.4	48.5	43.8	40.5	35.5	44.4	57.6	51.3	45.7	40.9	34.7	46.1
	n pondérés	2224	2211	2211	2209	2178	11033	1848	1891	1918	2029	2019	9704	1885	1937	1973	2050	2029	9873	1771	1838	1880	1966	2003	9459	1877	1874	1852	1857	1795	9254
	n non pondérés	2202	2243	2310	2342	1936	11033	1727	1905	2078	2199	1799	9708	1613	2070	2184	2127	1883	9877	1675	2007	2083	2020	1671	9456	1530	1725	2164	1979	1861	9259

Annexe 3.4 - Fréquence des repas en famille parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe et l'âge (HBSC 2018, en %)

		HBSC 2018					
		11	12	13	14	15	Total
Garçons	tous les jours	63.5	63.9	67.5	66.7	63.4	65.0
	plusieurs jours par semaine	28.3	27.2	25.4	25.1	28.0	26.8
	à peu près une fois par semaine	4.8	5.1	3.6	4.9	4.4	4.6
	moins souvent	3.0	3.2	2.3	2.5	2.6	2.7
	jamais	0.5	0.6	1.2	0.8	1.6	0.9
	n pondérés	1125	1132	1129	1127	1119	5632
	n pondérés	1090	1111	1138	1121	991	5451
	à peu près une fois par semaine ou moins souvent	8.3	8.9	7.1	8.2	8.7	8.2
	plusieurs jours par semaine à chaque jour	91.7	91.1	92.9	91.8	91.3	91.8
	n pondérés	1125	1132	1129	1127	1119	5632
	n pondérés	1090	1111	1138	1121	991	5451
Filles	tous les jours	64.1	62.8	67.6	64.4	62.8	64.3
	plusieurs jours par semaine	27.7	28.5	24.7	26.2	26.7	26.8
	à peu près une fois par semaine	3.8	4.5	4.4	5.5	5.5	4.7
	moins souvent	2.8	3.1	3.0	3.0	3.5	3.1
	jamais	1.5	1.2	0.3	0.9	1.6	1.1
	n pondérés	1082	1067	1073	1086	1067	5375
	n pondérés	1096	1120	1163	1226	952	5557
	à peu près une fois par semaine ou moins souvent	8.1	8.7	7.7	9.5	10.5	8.9
	plusieurs jours par semaine à chaque jour	91.9	91.2	92.3	90.5	89.5	91.1
	n pondérés	1082	1067	1073	1086	1067	5375
	n pondérés	1096	1120	1163	1226	952	5557
Total	tous les jours	63.8	63.4	67.5	65.6	63.1	64.7
	plusieurs jours par semaine	28.0	27.8	25.0	25.6	27.3	26.8
	à peu près une fois par semaine	4.3	4.8	4.0	5.2	4.9	4.7
	moins souvent	2.9	3.1	2.6	2.8	3.0	2.9
	jamais	0.9	0.9	0.8	0.8	1.6	1.0
	n pondérés	2208	2199	2202	2213	2186	11008
	n non pondérés	2186	2231	2301	2347	1943	11008
	à peu près une fois par semaine ou moins souvent	8.2	8.8	7.4	8.8	9.6	8.6
	plusieurs jours par semaine à chaque jour	91.8	91.2	92.6	91.2	90.4	91.4
	n pondérés	2208	2199	2202	2213	2186	11008
	n pondérés	2186	2231	2301	2347	1943	11008

Annexe 3.5 - Fréquence habituelle de la consommation d'eau ou d'autres boissons non sucrées parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2010-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	jamais	0.5	0.5	0.9	1.1	1.2	0.8	1.1	0.5	1.0	1.0	1.6	1.1	1.7	1.7	1.6	1.9	2.1	1.8
	moins d'une fois par semaine	3.2	3.0	2.0	2.5	1.4	2.4	3.1	4.1	2.9	3.8	4.0	3.6	5.0	6.0	4.8	5.6	4.3	5.2
	une fois par semaine	2.7	3.1	3.0	2.1	2.8	2.8	3.4	3.9	4.5	5.1	4.5	4.3	6.1	4.9	5.5	6.9	5.7	5.8
	2 à 4 jours par semaine	5.7	5.6	6.4	6.3	7.5	6.3	7.9	8.1	9.5	8.7	8.7	8.6	11.0	9.9	12.3	11.1	11.4	11.2
	5 à 6 jours par semaine	5.9	7.0	5.3	6.7	4.8	6.0	6.2	7.5	6.1	6.9	7.9	6.9	8.4	8.8	9.7	9.7	9.1	9.1
	une fois par jour	7.9	7.4	9.3	9.3	8.9	8.6	10.4	10.9	12.7	11.9	11.0	11.4	8.4	10.8	12.6	13.5	12.9	11.7
	plusieurs fois par jour	74.1	73.3	73.1	72.0	73.4	73.2	67.8	65.0	63.3	62.5	62.2	64.1	59.3	57.9	53.6	51.4	54.3	55.2
	n pondérés	1147	1137	1138	1132	1120	5674	969	985	993	1053	1041	5042	994	1016	1023	1056	1050	5138
	n non pondérés	1111	1116	1147	1126	992	5492	873	966	1009	1070	916	4834	833	1067	1098	1067	944	5009
	moins d'une fois par jour	18.0	19.3	17.5	18.7	17.7	18.2	21.8	24.1	24.0	25.6	26.7	24.5	32.3	31.3	33.9	35.1	32.7	33.1
	au moins une fois par jour	82.0	80.7	82.5	81.3	82.3	81.8	78.2	75.9	76.0	74.4	73.3	75.5	67.7	68.7	66.1	64.9	67.3	66.9
	n pondérés	1147	1137	1138	1132	1120	5674	969	985	993	1053	1041	5042	994	1016	1023	1056	1050	5138
	n non pondérés	1111	1116	1147	1126	992	5492	873	966	1009	1070	916	4834	833	1067	1098	1067	944	5009
Filles	jamais	0.4	0.4	0.6	0.4	0.3	0.4	0.1	0.2	0.6	0.7	0.8	0.5	0.8	0.8	1.3	0.9	1.2	1.0
	moins d'une fois par semaine	2.2	1.4	2.1	2.1	2.3	2.0	2.6	2.7	2.5	2.8	2.2	2.6	3.0	3.8	4.1	5.8	4.8	4.3
	une fois par semaine	1.8	1.9	1.4	1.7	1.5	1.6	3.1	3.7	3.7	1.8	2.5	3.0	3.0	3.9	3.7	4.4	3.9	3.8
	2 à 4 jours par semaine	4.2	4.3	4.0	4.2	4.3	4.2	6.1	5.8	6.2	7.2	5.4	6.1	7.6	8.7	8.3	8.6	9.3	8.5
	5 à 6 jours par semaine	6.0	4.2	3.4	3.4	3.6	4.1	6.2	5.4	4.6	6.4	5.2	5.6	8.2	9.0	8.8	6.2	8.0	8.0
	une fois par jour	7.1	5.7	7.6	7.0	5.9	6.7	8.7	9.0	9.9	9.5	8.2	9.1	9.0	9.6	10.4	10.4	11.1	10.1
	plusieurs fois par jour	78.5	82.1	80.9	81.3	82.2	81.0	73.1	73.2	72.4	71.6	75.8	73.2	68.3	64.3	63.3	63.7	61.7	64.2
	n pondérés	1092	1078	1076	1084	1068	5398	924	934	934	991	986	4769	945	962	982	1013	1007	4908
	n non pondérés	1106	1131	1167	1223	953	5580	896	967	1078	1146	891	4978	826	1047	1121	1079	965	5038
	moins d'une fois par jour	14.5	12.2	11.5	11.8	12.0	12.4	18.2	17.8	17.7	18.8	16.0	17.7	22.8	26.2	26.2	25.9	27.3	25.7
	au moins une fois par jour	85.5	87.8	88.5	88.2	88.0	87.6	81.8	82.2	82.3	81.2	84.0	82.3	77.2	73.8	73.8	74.1	72.7	74.3
	n pondérés	1092	1078	1076	1084	1068	5398	924	934	934	991	986	4769	945	962	982	1013	1007	4908
	n non pondérés	1106	1131	1167	1223	953	5580	896	967	1078	1146	891	4978	826	1047	1121	1079	965	5038
Total	jamais	0.5	0.5	0.7	0.7	0.8	0.6	0.6	0.4	0.8	0.9	1.2	0.8	1.3	1.2	1.5	1.4	1.7	1.4
	moins d'une fois par semaine	2.7	2.2	2.0	2.3	1.8	2.2	2.8	3.4	2.7	3.3	3.2	3.1	4.1	4.9	4.5	5.7	4.6	4.8
	une fois par semaine	2.3	2.5	2.2	1.9	2.2	2.2	3.3	3.8	4.1	3.5	3.5	3.6	4.6	4.4	4.6	5.7	4.8	4.8
	2 à 4 jours par semaine	4.9	5.0	5.2	5.3	5.9	5.3	7.0	7.0	7.9	7.9	7.1	7.4	9.4	9.3	10.3	9.9	10.4	9.9
	5 à 6 jours par semaine	6.0	5.6	4.4	5.0	4.2	5.0	6.2	6.4	5.4	6.7	6.5	6.3	8.3	8.9	9.3	8.0	8.6	8.6
	une fois par jour	7.5	6.6	8.5	8.2	7.4	7.6	9.6	10.0	11.3	10.7	9.6	10.3	8.7	10.2	11.5	12.0	12.0	10.9
	plusieurs fois par jour	76.2	77.6	76.9	76.5	77.7	77.0	70.4	69.0	67.7	66.9	68.8	68.5	63.7	61.0	58.3	57.4	57.9	59.6
	n pondérés	2239	2215	2214	2216	2188	11072	1893	1919	1927	2045	2028	9812	1938	1978	2004	2068	2057	10045
	n non pondérés	2217	2247	2314	2349	1945	11072	1769	1933	2087	2216	1807	9812	1659	2114	2219	2146	1909	10047
	moins d'une fois par jour	16.3	15.8	14.6	15.3	14.9	15.4	20.0	21.0	20.9	22.3	21.5	21.2	27.6	28.8	30.1	30.6	30.1	29.5
	au moins une fois par jour	83.7	84.2	85.4	84.7	85.1	84.6	80.0	79.0	79.1	77.7	78.5	78.8	72.4	71.2	69.9	69.4	69.9	70.5
	n pondérés	2239	2215	2214	2216	2188	11072	1893	1919	1927	2045	2028	9812	1938	1978	2004	2068	2057	10045
	n non pondérés	2217	2247	2314	2349	1945	11072	1769	1933	2087	2216	1807	9812	1659	2114	2219	2146	1909	10047

Annexe 3.6 - Fréquence habituelle de la consommation de fruits parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006						HBSC 2002					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	jamais	1.4	2.6	1.8	1.6	1.6	1.8	0.5	1.9	1.3	1.0	1.4	1.2	1.9	1.1	1.8	2.5	3.1	2.1	1.4	1.8	2.5	2.4	2.2	2.1	1.9	3.2	1.9	1.9	2.9	2.4
	moins d'une fois par semaine	4.3	5.3	6.4	7.2	8.2	6.3	4.0	6.0	4.8	5.6	7.6	5.6	4.7	7.0	5.6	5.4	8.1	6.2	5.7	5.2	5.5	6.7	7.3	6.1	7.1	7.3	7.3	7.6	10.1	7.9
	une fois par semaine	8.8	9.7	9.7	11.7	13.1	10.6	8.5	8.8	9.3	10.4	13.1	10.1	9.4	9.2	11.1	15.1	14.3	11.9	10.9	9.9	12.2	12.5	17.2	12.6	12.4	14.1	12.7	15.4	17.7	14.4
	2 à 4 jours par semaine	22.5	24.1	27.1	28.8	29.6	26.4	24.3	25.9	27.9	29.9	31.5	28.0	23.6	26.4	27.7	29.6	30.7	27.6	26.3	28.6	29.5	32.1	32.1	29.8	29.4	30.5	33.4	34.8	31.1	31.8
	5 à 6 jours par semaine	13.8	12.5	15.8	12.4	15.8	14.1	14.4	13.2	13.8	14.4	13.9	14.0	13.8	15.3	15.6	12.7	14.0	14.3	14.4	12.0	13.1	13.4	13.3	13.2	12.2	11.2	13.3	12.1	11.6	12.1
	une fois par jour	25.7	23.5	22.3	21.1	19.3	22.4	24.4	23.3	23.9	22.3	17.5	22.2	21.0	21.3	22.4	19.3	17.3	20.2	22.5	21.5	18.0	20.0	17.0	19.8	19.8	19.4	17.4	15.6	15.5	17.5
	plusieurs fois par jour	23.4	22.3	17.0	17.1	12.5	18.5	23.9	20.9	19.0	16.4	14.9	18.9	25.6	19.8	15.8	15.4	12.5	17.7	18.7	21.0	19.2	12.8	10.8	16.4	17.2	14.3	14.0	12.6	11.1	13.9
	n pondérés	1145	1138	1139	1126	1114	5663	968	984	991	1057	1044	5044	994	1017	1030	1054	1055	5150	952	967	982	1023	1045	4969	972	965	958	958	928	4781
	n non pondérés	1109	1117	1148	1120	987	5481	872	965	1007	1074	918	4836	833	1068	1106	1065	949	5021	887	1077	1034	982	859	4839	744	846	1042	975	961	4568
	moins d'une fois par jour	50.9	54.2	60.7	61.8	68.3	59.1	51.7	55.8	57.1	61.4	67.5	58.9	53.4	59.0	61.8	65.3	70.2	62.0	58.7	57.5	62.8	67.2	72.2	63.9	63.0	66.3	68.6	71.8	73.4	68.6
	au moins une fois par jour	49.1	45.8	39.3	38.2	31.7	40.9	48.3	44.2	42.9	38.6	32.5	41.1	46.6	41.0	38.2	34.7	29.8	38.0	41.3	42.5	37.2	32.8	27.8	36.1	37.0	33.7	31.4	28.2	26.6	31.4
	n pondérés	1145	1138	1139	1126	1114	5663	968	984	991	1057	1044	5044	994	1017	1030	1054	1055	5150	952	967	982	1023	1045	4969	972	965	958	958	928	4781
	n non pondérés	1109	1117	1148	1120	987	5481	872	965	1007	1074	918	4836	833	1068	1106	1065	949	5021	887	1077	1034	982	859	4839	744	846	1042	975	961	4568
Filles	jamais	0.7	0.4	0.7	0.7	0.8	0.7	1.1	0.7	1.3	0.8	0.6	0.9	0.6	1.0	1.0	0.8	0.7	0.8	0.9	0.9	0.8	1.3	1.4	1.1	1.1	0.8	1.1	1.5	1.2	1.1
	moins d'une fois par semaine	3.5	2.7	4.8	5.2	5.7	4.4	3.6	3.3	2.9	3.5	4.9	3.6	3.6	4.3	3.6	5.7	4.5	4.3	3.1	3.5	5.0	5.2	5.5	4.5	3.4	3.8	4.9	5.4	6.2	4.7
	une fois par semaine	7.4	5.7	8.1	8.3	8.1	7.5	6.0	6.7	8.6	9.1	8.5	7.8	6.5	6.3	7.8	11.1	11.8	8.8	8.3	8.4	10.7	11.6	9.0	9.6	9.2	10.8	9.4	10.9	10.3	10.1
	2 à 4 jours par semaine	19.9	22.2	22.6	25.0	24.9	22.9	19.8	21.4	21.3	22.0	24.3	21.8	20.8	21.7	25.0	25.3	29.3	24.5	22.1	24.1	25.4	26.3	27.2	25.1	28.1	28.6	28.8	29.8	27.7	28.6
	5 à 6 jours par semaine	13.2	13.5	14.6	14.6	12.8	13.7	12.5	15.4	14.0	12.7	11.8	13.2	14.1	14.8	14.0	13.1	12.4	13.7	12.9	13.9	13.6	14.7	14.1	13.9	13.9	15.8	15.0	14.2	15.2	14.8
	une fois par jour	26.5	27.9	25.6	23.8	25.9	26.0	25.1	27.6	27.8	24.9	24.7	26.0	24.9	25.2	24.8	21.8	21.2	23.6	27.2	23.7	21.9	20.1	24.3	23.4	23.0	21.4	21.5	20.6	21.3	21.6
	plusieurs fois par jour	28.8	27.5	23.7	22.3	21.7	24.8	32.0	24.8	24.1	27.1	25.2	26.6	29.4	26.8	23.8	22.2	20.1	24.4	25.5	25.4	22.5	20.8	18.3	22.4	21.3	18.8	19.4	17.6	18.1	19.1
	n pondérés	1092	1078	1076	1083	1067	5396	926	934	940	991	993	4784	949	964	980	1013	1008	4913	903	927	938	981	985	4733	923	924	912	913	876	4548
	n non pondérés	1106	1131	1167	1222	952	5578	898	967	1085	1146	897	4993	830	1049	1119	1079	966	5043	868	991	1093	1076	834	4862	801	892	1142	1019	910	4764
	moins d'une fois par jour	44.8	44.6	50.7	53.8	52.3	49.2	43.0	47.6	48.0	48.0	50.1	47.4	45.7	48.0	51.4	56.1	58.7	52.1	47.4	50.9	55.6	59.1	57.3	54.2	55.7	59.8	59.2	61.8	60.5	59.4
	au moins une fois par jour	55.2	55.4	49.3	46.2	47.7	50.8	57.0	52.4	52.0	52.0	49.9	52.6	54.3	52.0	48.6	43.9	41.3	47.9	52.6	49.1	44.4	40.9	42.7	45.8	44.3	40.2	40.8	38.2	39.5	40.6
	n pondérés	1092	1078	1076	1083	1067	5396	926	934	940	991	993	4784	949	964	980	1013	1008	4913	903	927	938	981	985	4733	923	924	912	913	876	4548
	n non pondérés	1106	1131	1167	1222	952	5578	898	967	1085	1146	897	4993	830	1049	1119	1079	966	5043	868	991	1093	1076	834	4862	801	892	1142	1019	910	4764
Total	jamais	1.1	1.5	1.3	1.2	1.2	1.3	0.8	1.3	1.3	0.9	1.0	1.1	1.3	1.0	1.4	1.7	1.9	1.5	1.1	1.3	1.7	1.9	1.8	1.6	1.5	2.0	1.5	1.7	2.1	1.8
	moins d'une fois par semaine	3.9	4.0	5.6	6.3	7.0	5.4	3.8	4.7	3.8	4.6	6.3	4.7	4.2	5.7	4.6	5.5	6.3	5.3	4.5	4.4	5.3	6.0	6.5	5.3	5.3	5.6	6.1	6.5	8.2	6.3
	une fois par semaine	8.1	7.8	8.9	10.1	10.6	9.1	7.3	7.8	9.0	9.8	10.8	9.0	8.0	7.8	9.5	13.2	13.1	10.4	9.7	9.2	11.5	12.1	13.2	11.2	10.8	12.5	11.1	13.2	14.1	12.3
	2 à 4 jours par semaine	21.2	23.2	24.9	26.9	27.3	24.7	22.1	23.7	24.7	26.1	28.0	25.0	22.3	24.1	26.4	27.5	30.0	26.1	24.2	26.4	27.5	29.2	29.7	27.5	28.8	29.6	31.2	32.4	29.5	30.3
	5 à 6 jours par semaine	13.5	13.0	15.2	13.5	14.3	13.9	13.5	14.3	13.9	13.6	12.9	13.6	13.9	15.0	14.8	12.9	13.2	14.0	13.7	12.9	13.3	14.1	13.7	13.5	13.0	13.5	14.1	13.1	13.3	13.4
	une fois par jour	26.1	25.7	23.9	22.4	22.5	24.1	24.7	25.4	25.8	23.5	21.1	24.1	22.9	23.2	23.6	20.5	19.2	21.9	24.8	22.6	19.9	20.0	20.6	21.5	21.3	20.4	19.4	18.0	18.3	19.5
	plusieurs fois par jour	26.0	24.8	20.2	19.7	17.0	21.6	27.8	22.8	21.5	21.6	19.9	22.7	27.4	23.2	19.7	18.7	16.2	21.0	22.0	23.2	20.8	16.7	14.5	19.3	19.2	16.5	16.6	15.0	14.5	16.4
	n pondérés	2237	2216	2215	2209	2181	11058	1894	1918	1931	2049	2037	9828	1943	1981	2010	2066	2063	10063	1856	1894	1919	2003	2029	9702	1895	1888	1869	1871	1805	9328
	n non pondérés	2215	2248	2315	2342	1939	11059	1770	1932	2092	2220	1815	9829	1663	2117	2225	2144	1915	10064	1755	2068	2127	2058	1693	9701	1545	1738	2184	1994	1871	9332
	moins d'une fois par jour	47.9	49.5	55.9	57.9	60.5	54.3	47.4	51.8	52.7	54.9	59.0	53.3	49.6	53.7	56.7	60.8	64.6	57.2	53.2	54.2	59.3	63.2	65.0	59.1	59.5	63.1	64.0	66.9	67.1	64.1
	au moins une fois par jour	52.1	50.5	44.1	42.1	39.5	45.7	52.6	48.2	47.3	45.1	41.0	46.7	50.4	46.3	43.3	39.2	35.4	42.8	46.8	45.8	40.7	36.8	35.0	40.9	40.5	36.9	36.0	33.1	32.9	35.9
	n pondérés	2237	2216	2215	2209	2181	11058	1894	1918	1931	2049	2037	9828	1943	1981	2010	2066	2063	10063	1856	1894	1919	2003	2029	9702	1895	1888	1869	1871	1805	9328
	n non pondérés	2215	2248	2315	2342	1939	11059	1770	1932	2092	2220	1815	9829	1663	2117	2225	2144	1915	10064	1755	2068	2127	2058	1693	9701	1545	1738	2184	1994	1871	9332

Annexe 3.7 - Fréquence habituelle de la consommation de légumes parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006						HBSC 2002					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	jamais	2.4	3.0	2.2	1.5	2.0	2.2	1.6	2.4	2.4	1.7	2.2	2.1	2.6	1.7	3.0	3.1	4.2	2.9	2.8	3.9	3.6	2.9	2.7	3.2	4.1	3.9	3.1	3.9	4.0	3.8
	moins d'une fois par semaine	5.9	5.7	5.4	4.9	4.4	5.3	5.0	5.8	5.5	3.3	5.6	5.0	6.0	5.6	6.0	6.8	7.0	6.3	6.4	6.6	5.8	5.9	7.1	6.4	8.3	6.7	7.3	6.4	7.0	7.2
	une fois par semaine	7.9	9.7	9.1	9.6	9.9	9.2	9.4	10.0	8.8	10.1	10.0	9.7	7.5	8.6	9.8	11.9	10.3	9.6	12.1	11.2	9.6	10.2	11.5	10.9	8.7	13.4	9.2	11.1	10.6	10.6
	2 à 4 jours par semaine	19.9	21.4	24.2	25.8	24.2	23.1	19.8	25.6	25.0	24.2	28.0	24.6	22.7	23.1	24.3	26.1	27.2	24.7	24.9	22.9	26.2	27.8	29.0	26.2	24.3	26.7	27.3	29.5	30.7	27.7
	5 à 6 jours par semaine	18.4	18.3	18.8	17.2	20.6	18.7	18.4	16.7	17.6	23.1	17.4	18.7	17.7	20.9	20.1	17.9	18.3	19.0	18.9	17.9	18.8	20.0	19.9	19.1	19.9	19.6	19.2	20.1	19.3	19.6
	une fois par jour	24.5	23.9	24.8	24.0	25.5	24.5	27.3	23.6	26.4	25.7	24.0	25.4	24.8	24.2	25.8	24.0	22.4	24.2	21.3	24.4	23.1	23.5	21.7	22.8	21.2	19.1	22.1	21.1	22.2	21.1
	plusieurs fois par jour	20.9	18.1	15.5	16.9	13.4	17.0	18.4	15.9	14.3	12.0	12.8	14.6	18.7	15.9	11.0	10.2	10.7	13.2	13.6	13.0	12.8	9.6	8.1	11.4	13.6	10.6	11.8	8.0	6.3	10.1
	n pondérés	1140	1133	1134	1125	1113	5645	957	981	984	1051	1042	5016	992	1010	1025	1055	1052	5135	943	964	978	1018	1045	4948	963	967	952	960	926	4768
	n non pondérés	1104	1112	1143	1119	986	5464	862	962	1000	1068	917	4809	832	1061	1101	1066	946	5006	878	1073	1030	978	859	4818	737	848	1036	977	959	4557
	moins d'une fois par jour	54.5	58.0	59.8	59.1	61.2	58.5	54.3	60.5	59.3	62.4	63.2	60.0	56.5	59.8	63.2	65.8	66.9	62.5	65.1	62.5	64.1	66.9	70.2	65.8	65.3	70.3	66.1	70.9	71.5	68.8
	au moins une fois par jour	45.5	42.0	40.2	40.9	38.8	41.5	45.7	39.5	40.7	37.6	36.8	40.0	43.5	40.2	36.8	34.2	33.1	37.5	34.9	37.5	35.9	33.1	29.8	34.2	34.7	29.7	33.9	29.1	28.5	31.2
	n pondérés	1140	1133	1134	1125	1113	5645	957	981	984	1051	1042	5016	992	1010	1025	1055	1052	5135	943	964	978	1018	1045	4948	963	967	952	960	926	4768
	n non pondérés	1104	1112	1143	1119	986	5464	862	962	1000	1068	917	4809	832	1061	1101	1066	946	5006	878	1073	1030	978	859	4818	737	848	1036	977	959	4557
Filles	jamais	2.3	1.2	1.3	1.4	1.6	1.5	1.2	0.9	1.2	1.5	1.6	1.3	1.3	2.2	1.2	1.9	1.5	1.6	2.2	2.2	2.2	2.7	1.2	2.1	1.4	1.8	1.9	2.3	2.0	1.9
	moins d'une fois par semaine	4.9	4.6	3.0	3.5	3.7	4.0	4.4	4.2	3.2	3.6	2.8	3.6	4.8	4.0	4.5	4.1	4.7	4.4	4.3	4.5	3.7	5.3	4.3	4.4	5.6	6.9	4.8	5.6	4.5	5.5
	une fois par semaine	7.8	6.6	6.3	5.9	5.8	6.5	7.1	5.9	6.9	6.5	4.2	6.1	6.6	7.7	7.5	8.3	8.6	7.8	9.6	7.6	8.7	8.2	8.3	8.5	11.3	9.7	10.9	8.9	8.0	9.7
	2 à 4 jours par semaine	18.6	19.1	22.9	19.8	20.6	20.2	19.9	21.1	22.2	18.8	20.5	20.5	19.3	20.8	21.7	21.7	21.0	20.9	20.6	22.1	19.5	22.5	22.9	21.5	21.8	24.1	24.7	23.3	26.6	24.1
	5 à 6 jours par semaine	14.7	17.9	18.0	20.2	19.4	18.0	16.4	18.3	18.7	19.6	17.7	18.2	17.1	15.5	18.7	20.6	18.3	18.1	19.4	19.0	21.5	21.4	17.4	19.7	19.5	17.9	20.0	20.2	22.1	19.9
	une fois par jour	27.7	28.6	27.6	26.7	28.2	27.8	28.7	30.0	29.6	30.4	32.2	30.2	28.9	31.6	29.7	28.8	32.2	30.2	26.7	29.6	31.3	27.0	32.3	29.4	24.1	27.7	26.4	28.1	27.8	26.8
	plusieurs fois par jour	23.9	22.0	20.8	22.5	20.7	22.0	22.3	19.5	18.2	19.7	21.0	20.2	21.9	18.2	16.8	14.7	13.7	17.0	17.1	15.0	13.1	12.8	13.7	14.3	16.4	11.8	11.2	11.7	9.1	12.1
	n pondérés	1086	1075	1071	1080	1065	5377	919	929	935	986	986	4755	949	964	982	1012	1007	4913	899	920	933	979	985	4716	922	918	910	910	880	4541
	n non pondérés	1100	1128	1161	1219	950	5558	891	962	1079	1140	891	4963	830	1049	1121	1078	965	5043	864	984	1088	1074	834	4844	800	887	1140	1016	914	4757
	moins d'une fois par jour	48.4	49.4	51.5	50.8	51.1	50.2	48.9	50.4	52.3	49.9	46.8	49.6	49.2	50.2	53.5	56.6	54.1	52.8	56.1	55.4	55.6	60.1	54.1	56.3	59.5	60.4	62.4	60.2	63.1	61.1
	au moins une fois par jour	51.6	50.6	48.5	49.2	48.9	49.8	51.1	49.6	47.7	50.1	53.2	50.4	50.8	49.8	46.5	43.4	45.9	47.2	43.9	44.6	44.4	39.9	45.9	43.7	40.5	39.6	37.6	39.8	36.9	38.9
	n pondérés	1086	1075	1071	1080	1065	5377	919	929	935	986	986	4755	949	964	982	1012	1007	4913	899	920	933	979	985	4716	922	918	910	910	880	4541
	n non pondérés	1100	1128	1161	1219	950	5558	891	962	1079	1140	891	4963	830	1049	1121	1078	965	5043	864	984	1088	1074	834	4844	800	887	1140	1016	914	4757
Total	jamais	2.4	2.1	1.8	1.5	1.8	1.9	1.4	1.7	1.8	1.6	1.9	1.7	2.0	1.9	2.1	2.5	2.9	2.3	2.5	3.1	2.9	2.8	2.0	2.6	2.8	2.9	2.5	3.1	3.0	2.8
	moins d'une fois par semaine	5.4	5.2	4.3	4.2	4.0	4.6	4.7	5.0	4.4	3.4	4.2	4.3	5.4	4.8	5.2	5.4	5.8	5.4	5.4	5.6	4.8	5.6	5.8	5.4	7.0	6.8	6.1	6.0	5.8	6.3
	une fois par semaine	7.9	8.2	7.7	7.8	7.9	7.9	8.3	8.0	7.9	8.4	7.2	7.9	7.0	8.2	8.7	10.2	9.4	8.7	10.9	9.4	9.2	9.2	9.9	9.7	9.9	11.6	10.0	10.0	9.3	10.2
	2 à 4 jours par semaine	19.3	20.3	23.6	22.9	22.5	21.7	19.9	23.4	23.7	21.6	24.4	22.6	21.0	22.0	23.0	23.9	24.2	22.9	22.8	22.5	22.9	25.2	26.0	24.0	23.0	25.4	26.1	26.5	28.7	25.9
	5 à 6 jours par semaine	16.6	18.1	18.4	18.7	20.0	18.3	17.4	17.5	18.1	21.4	17.6	18.4	17.4	18.3	19.4	19.2	18.3	18.5	19.2	18.4	20.1	20.7	18.7	19.4	19.7	18.8	19.6	20.1	20.7	19.8
	une fois par jour	26.1	26.2	26.2	25.4	26.8	26.1	28.0	26.7	27.9	27.9	28.0	27.7	26.8	27.8	27.7	26.3	27.2	27.2	24.0	26.9	27.1	25.2	26.8	26.0	22.6	23.3	24.2	24.5	24.9	23.9
	plusieurs fois par jour	22.4	20.0	18.1	19.6	17.0	19.4	20.4	17.7	16.2	15.7	16.8	17.3	20.3	17.0	13.8	12.4	12.1	15.1	15.3	14.0	12.9	11.2	10.8	12.8	14.9	11.2	11.5	9.8	7.6	11.0
	n pondérés	2226	2208	2205	2205	2178	11022	1876	1910	1919	2038	2029	9771	1942	1974	2007	2066	2059	10048	1842	1884	1911	1997	2029	9664	1885	1886	1862	1870	1807	9309
	n non pondérés	2204	2240	2304	2338	1936	11022	1753	1924	2079	2208	1808	9772	1662	2110	2222	2144	1911	10049	1742	2057	2118	2052	1693	9662	1537	1735	2176	1993	1873	9314
	moins d'une fois par jour	51.5	53.8	55.8	55.0	56.2	54.5	51.7	55.6	55.9	56.3	55.3	55.0	52.9	55.2	58.5	61.3	60.6	57.8	60.7	59.0	59.9	63.6	62.4	61.2	62.4	65.5	64.3	65.7	67.4	65.1
	au moins une fois par jour	48.5	46.2	44.2	45.0	43.8	45.5	48.3	44.4	44.1	43.7	44.7	45.0	47.1	44.8	41.5	38.7	39.4	42.2	39.3	41.0	40.1	36.4	37.6	38.8	37.6	34.5	35.7	34.3	32.6	34.9
	n pondérés	2226	2208	2205	2205	2178	11022	1876	1910	1919	2038	2029	9771	1942	1974	2007	2066	2059	10048	1842	1884	1911	1997	2029	9664	1885	1886	1862	1870	1807	9309
	n non pondérés	2204	2240	2304	2338	1936	11022	1753	1924	2079	2208	1808	9772	1662	2110	2222	2144	1911	10049	1742	2057	2118	2052	1693	9662	1537	1735	2176	1993	1873	9314

Annexe 3.8 - Fréquence habituelle de la consommation de pain parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2014-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	jamais	0.5	0.4	0.3	0.4	0.7	0.5	0.8	0.2	0.3	0.1	0.2	0.3
	moins d'une fois par semaine	2.2	2.9	2.1	2.0	1.5	2.1	1.8	2.0	1.9	1.2	0.8	1.5
	une fois par semaine	4.4	5.0	3.9	3.0	3.7	4.0	2.8	4.0	2.2	2.7	3.6	3.1
	2 à 4 jours par semaine	12.5	16.8	15.0	16.7	17.1	15.6	11.8	13.1	11.6	11.8	14.8	12.6
	5 à 6 jours par semaine	18.9	17.8	17.4	16.3	17.6	17.6	15.3	14.3	17.3	17.2	16.3	16.1
	une fois par jour	31.6	30.0	31.4	33.6	33.4	32.0	34.7	35.3	35.6	36.3	33.2	35.0
	plusieurs fois par jour	29.9	27.2	29.9	27.9	26.0	28.2	32.8	31.1	31.1	30.7	31.2	31.4
	n pondérés	1148	1141	1141	1126	1119	5675	964	986	987	1056	1046	5039
	n non pondérés	1112	1120	1150	1120	991	5493	868	967	1003	1073	920	4831
	moins de 5 jours par semaine	19.6	25.0	21.3	22.1	23.0	22.2	17.2	19.3	16.0	15.8	19.3	17.5
	au moins 5 jours par semaine	80.4	75.0	78.7	77.9	77.0	77.8	82.8	80.7	84.0	84.2	80.7	82.5
	n pondérés	1148	1141	1141	1126	1119	5675	964	986	987	1056	1046	5039
	n non pondérés	1112	1120	1150	1120	991	5493	868	967	1003	1073	920	4831
Filles	jamais	1.1	0.7	0.7	1.1	0.7	0.9	0.3	0.6	0.6	0.8	0.7	0.6
	moins d'une fois par semaine	3.1	2.3	3.3	2.4	3.5	2.9	3.7	2.3	1.6	2.3	1.2	2.2
	une fois par semaine	5.6	4.2	5.6	5.6	5.4	5.3	3.0	2.6	3.2	3.9	2.6	3.1
	2 à 4 jours par semaine	16.0	13.6	16.7	17.4	17.7	16.3	12.9	11.9	10.1	14.1	15.0	12.8
	5 à 6 jours par semaine	17.3	19.5	17.3	19.0	18.4	18.3	15.6	16.1	15.0	17.1	17.4	16.3
	une fois par jour	34.0	37.8	32.6	35.2	34.4	34.8	34.9	38.0	40.6	37.2	37.6	37.7
	plusieurs fois par jour	22.9	21.9	23.8	19.4	20.0	21.6	29.6	28.5	28.8	24.6	25.5	27.4
	n pondérés	1094	1077	1075	1084	1066	5396	926	931	936	987	984	4764
	n non pondérés	1108	1130	1166	1223	951	5578	898	964	1080	1141	889	4972
	moins de 5 jours par semaine	25.7	20.8	26.2	26.5	27.2	25.3	19.9	17.4	15.6	21.0	19.5	18.7
	au moins 5 jours par semaine	74.3	79.2	73.8	73.5	72.8	74.7	80.1	82.6	84.4	79.0	80.5	81.3
	n pondérés	1094	1077	1075	1084	1066	5396	926	931	936	987	984	4764
	n non pondérés	1108	1130	1166	1223	951	5578	898	964	1080	1141	889	4972
Total	jamais	0.8	0.5	0.5	0.8	0.7	0.7	0.6	0.4	0.5	0.4	0.4	0.5
	moins d'une fois par semaine	2.6	2.6	2.7	2.2	2.5	2.5	2.7	2.1	1.7	1.7	1.0	1.8
	une fois par semaine	5.0	4.6	4.7	4.3	4.5	4.6	2.9	3.3	2.7	3.3	3.1	3.1
	2 à 4 jours par semaine	14.2	15.3	15.8	17.0	17.4	15.9	12.3	12.5	10.8	12.9	14.9	12.7
	5 à 6 jours par semaine	18.1	18.6	17.4	17.6	18.0	17.9	15.5	15.1	16.2	17.2	16.9	16.2
	une fois par jour	32.8	33.8	32.0	34.4	33.9	33.3	34.8	36.6	38.1	36.7	35.3	36.3
	plusieurs fois par jour	26.5	24.7	27.0	23.7	23.1	25.0	31.3	29.9	30.0	27.7	28.5	29.4
	n pondérés	2242	2218	2216	2210	2185	11071	1890	1917	1923	2043	2030	9803
	n non pondérés	2220	2250	2316	2343	1942	11071	1766	1931	2083	2214	1809	9803
	moins de 5 jours par semaine	22.6	23.0	23.7	24.3	25.1	23.7	18.5	18.4	15.8	18.4	19.4	18.1
	au moins 5 jours par semaine	77.4	77.0	76.3	75.7	74.9	76.3	81.5	81.6	84.2	81.6	80.6	81.9
	n pondérés	2242	2218	2216	2210	2185	11071	1890	1917	1923	2043	2030	9803
	n non pondérés	2220	2250	2316	2343	1942	11071	1766	1931	2083	2214	1809	9803

Annexe 3.9 - Fréquence habituelle de la consommation de lait parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006						HBSC 2002					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	jamais	7.5	9.2	6.4	7.3	5.8	7.2	6.6	6.0	4.6	5.9	5.7	5.8	6.4	6.0	4.7	5.7	6.2	5.8	6.6	7.7	6.7	5.2	6.2	6.5	6.9	4.4	5.1	6.7	5.1	5.6
	moins d'une fois par semaine	5.7	4.8	5.9	5.6	8.1	6.0	4.1	6.6	5.5	5.6	6.9	5.7	2.8	4.3	3.4	5.6	5.4	4.3	5.0	4.1	3.7	6.6	4.4	4.8	5.9	4.4	4.7	4.1	5.3	4.9
	une fois par semaine	5.3	7.3	8.0	5.6	7.0	6.6	4.9	4.5	5.8	5.4	5.9	5.3	4.0	4.7	5.4	4.8	7.2	5.2	3.5	4.2	5.4	5.3	6.5	5.0	3.9	3.6	4.4	6.0	5.3	4.6
	2 à 4 jours par semaine	14.2	14.2	14.5	13.5	17.2	14.7	12.8	11.8	12.1	13.5	14.1	12.9	10.0	10.6	12.5	10.7	13.1	11.4	8.6	10.5	9.0	12.0	13.7	10.8	9.4	10.9	11.3	11.3	12.1	11.0
	5 à 6 jours par semaine	11.2	12.2	11.5	10.6	10.6	11.2	10.1	10.4	12.7	11.2	12.6	11.4	13.9	13.2	14.0	13.3	12.9	13.5	11.5	12.6	13.9	11.5	13.0	12.5	13.1	14.9	14.3	11.0	14.1	13.5
	une fois par jour	35.0	33.5	34.3	38.3	32.9	34.8	36.2	35.9	38.5	36.9	33.7	36.2	31.8	32.8	35.8	36.1	31.6	33.6	36.1	32.3	34.0	31.9	32.0	33.2	31.8	29.8	32.2	33.1	30.2	31.4
	plusieurs fois par jour	21.0	18.9	19.3	19.2	18.6	19.4	25.4	24.8	20.9	21.4	21.2	22.7	31.2	28.3	24.1	23.8	23.5	26.1	28.7	28.5	27.3	27.5	24.2	27.2	29.1	32.0	27.9	27.9	27.8	28.9
	n pondérés	1143	1135	1139	1123	1119	5659	957	979	987	1049	1041	5013	994	1015	1028	1056	1050	5142	944	967	982	1018	1046	4956	971	959	955	959	924	4768
	n non pondérés	1107	1114	1148	1117	991	5477	862	960	1003	1065	916	4806	833	1066	1104	1067	944	5014	879	1076	1034	978	860	4827	743	841	1039	976	957	4556
	moins d'une fois par jour	43.9	47.6	46.4	42.5	48.5	45.8	38.4	39.3	40.6	41.7	45.1	41.1	37.0	38.8	40.1	40.1	44.9	40.2	35.3	39.1	38.7	40.6	43.8	39.6	39.2	38.2	39.8	39.0	42.0	39.6
	au moins une fois par jour	56.1	52.4	53.6	57.5	51.5	54.2	61.6	60.7	59.4	58.3	54.9	58.9	63.0	61.2	59.9	59.9	55.1	59.8	64.7	60.9	61.3	59.4	56.2	60.4	60.8	61.8	60.2	61.0	58.0	60.4
	n pondérés	1143	1135	1139	1123	1119	5659	957	979	987	1049	1041	5013	994	1015	1028	1056	1050	5142	944	967	982	1018	1046	4956	971	959	955	959	924	4768
	n non pondérés	1107	1114	1148	1117	991	5477	862	960	1003	1065	916	4806	833	1066	1104	1067	944	5014	879	1076	1034	978	860	4827	743	841	1039	976	957	4556
Filles	jamais	8.5	11.3	9.6	11.0	11.2	10.3	8.4	7.1	8.5	8.2	9.2	8.3	6.6	9.0	8.5	9.1	10.6	8.8	6.7	8.3	10.5	10.4	11.9	9.6	7.6	9.1	9.2	10.0	9.9	9.2
	moins d'une fois par semaine	9.0	8.7	8.6	10.1	11.8	9.6	6.4	5.7	7.8	8.5	9.7	7.7	6.5	7.1	6.9	9.2	8.5	7.6	5.2	5.8	8.0	8.4	10.1	7.6	6.7	7.1	7.7	9.1	9.4	8.0
	une fois par semaine	8.3	8.6	9.1	8.4	9.7	8.8	6.7	8.3	8.4	9.0	8.5	8.2	6.1	6.8	7.6	8.8	8.2	7.5	5.1	6.1	5.9	7.5	8.2	6.6	5.7	6.1	4.3	5.7	8.1	6.0
	2 à 4 jours par semaine	16.3	14.4	17.1	15.8	16.6	16.0	12.5	15.5	13.8	15.3	15.1	14.5	12.3	11.0	12.3	13.5	16.5	13.2	11.0	12.2	13.5	12.8	13.7	12.7	10.6	11.6	12.2	11.7	12.6	11.7
	5 à 6 jours par semaine	10.9	12.0	11.9	12.2	10.5	11.5	11.9	9.9	9.8	11.6	11.0	10.8	13.4	13.9	11.8	12.4	12.9	12.9	14.7	14.3	11.4	10.5	13.1	12.8	13.7	12.0	11.8	12.2	12.6	12.5
	une fois par jour	32.5	32.6	31.7	31.9	29.2	31.6	34.8	35.2	36.2	35.5	34.3	35.2	33.7	30.7	33.4	30.1	29.6	31.5	36.6	32.0	31.0	33.6	27.6	32.1	31.1	32.2	32.2	31.0	29.3	31.2
	plusieurs fois par jour	14.5	12.3	12.1	10.7	11.0	12.1	19.3	18.3	15.7	11.9	12.2	15.4	21.5	21.5	19.5	17.0	13.6	18.5	20.6	21.3	19.6	16.9	15.4	18.7	24.7	21.9	22.4	20.3	18.1	21.5
	n pondérés	1089	1070	1071	1078	1060	5369	921	924	932	981	982	4740	938	959	983	1005	1001	4887	898	917	931	977	981	4704	915	920	907	910	881	4534
	n non pondérés	1103	1123	1161	1217	946	5550	893	957	1076	1134	887	4947	820	1044	1123	1071	960	5018	863	981	1085	1072	831	4832	794	889	1136	1016	915	4750
	moins d'une fois par jour	52.9	55.1	56.2	57.4	59.8	56.3	45.9	46.5	48.1	52.6	53.6	49.4	44.9	47.8	47.1	52.9	56.8	50.0	42.8	46.7	49.4	49.5	57.0	49.2	44.2	45.9	45.3	48.7	52.6	47.3
	au moins une fois par jour	47.1	44.9	43.8	42.6	40.2	43.7	54.1	53.5	51.9	47.4	46.4	50.6	55.1	52.2	52.9	47.1	43.2	50.0	57.2	53.3	50.6	50.5	43.0	50.8	55.8	54.1	54.7	51.3	47.4	52.7
	n pondérés	1089	1070	1071	1078	1060	5369	921	924	932	981	982	4740	938	959	983	1005	1001	4887	898	917	931	977	981	4704	915	920	907	910	881	4534
	n non pondérés	1103	1123	1161	1217	946	5550	893	957	1076	1134	887	4947	820	1044	1123	1071	960	5018	863	981	1085	1072	831	4832	794	889	1136	1016	915	4750
Total	jamais	8.0	10.2	8.0	9.1	8.4	8.7	7.5	6.6	6.5	7.0	7.4	7.0	6.5	7.5	6.6	7.3	8.4	7.3	6.7	8.0	8.5	7.7	8.9	8.0	7.2	6.7	7.1	8.3	7.5	7.4
	moins d'une fois par semaine	7.3	6.7	7.2	7.8	9.9	7.8	5.2	6.2	6.6	7.0	8.2	6.7	4.6	5.7	5.1	7.3	6.9	5.9	5.1	4.9	5.8	7.5	7.2	6.1	6.3	5.7	6.2	6.5	7.3	6.4
	une fois par semaine	6.8	7.9	8.6	6.9	8.3	7.7	5.8	6.3	7.0	7.2	7.1	6.7	5.0	5.7	6.5	6.7	7.7	6.3	4.3	5.1	5.7	6.4	7.3	5.8	4.8	4.8	4.4	5.9	6.7	5.3
	2 à 4 jours par semaine	15.2	14.3	15.8	14.6	16.9	15.4	12.7	13.6	12.9	14.4	14.6	13.6	11.1	10.8	12.4	12.1	14.8	12.3	9.8	11.3	11.2	12.4	13.7	11.7	10.0	11.3	11.7	11.5	12.3	11.4
	5 à 6 jours par semaine	11.0	12.1	11.7	11.3	10.5	11.3	11.0	10.2	11.3	11.4	11.8	11.1	13.7	13.5	13.0	12.9	12.9	13.2	13.1	13.4	12.7	11.0	13.1	12.6	13.4	13.5	13.1	11.6	13.4	13.0
	une fois par jour	33.8	33.1	33.0	35.2	31.1	33.2	35.5	35.6	37.4	36.2	34.0	35.7	32.7	31.8	34.6	33.1	30.6	32.6	36.3	32.2	32.5	32.7	29.8	32.7	31.4	31.0	32.2	32.1	29.8	31.3
	plusieurs fois par jour	17.9	15.7	15.8	15.0	14.9	15.9	22.4	21.6	18.4	16.8	16.8	19.1	26.5	25.0	21.8	20.5	18.7	22.4	24.7	25.0	23.6	22.3	19.9	23.0	26.9	27.1	25.2	24.2	23.1	25.3
	n pondérés	2232	2205	2210	2201	2179	11027	1878	1903	1919	2029	2023	9753	1931	1974	2012	2061	2051	10030	1842	1884	1913	1995	2027	9661	1886	1880	1862	1869	1806	9302
	n non pondérés	2210	2237	2309	2334	1937	11027	1755	1917	2079	2199	1803	9753	1653	2110	2227	2138	1904	10032	1742	2057	2119	2050	1691	9659	1537	1730	2175	1992	1872	9306
	moins d'une fois par jour	48.3	51.2	51.2	49.8	54.0	50.9	42.1	42.8	44.3	46.9	49.2	45.1	40.8	43.2	43.5	46.4	50.7	45.0	38.9	42.8	43.9	45.0	50.2	44.3	41.6	42.0	42.5	43.8	47.2	43.4
	au moins une fois par jour	51.7	48.8	48.8	50.2	46.0	49.1	57.9	57.2	55.7	53.1	50.8	54.9	59.2	56.8	56.5	53.6	49.3	55.0	61.1	57.2	56.1	55.0	49.8	55.7	58.4	58.0	57.5	56.2	52.8	56.6
	n pondérés	2232	2205	2210	2201	2179	11027	1878	1903	1919	2029	2023	9753	1931	1974	2012	2061	2051	10030	1842	1884	1913	1995	2027	9661	1886	1880	1862	1869	1806	9302
	n non pondérés	2210	2237	2309	2334	1937	11027	1755	1917	2079	2199	1803	9753	1653	2110	2227	2138	1904	10032	1742	2057	2119	2050	1691	9659	1537	1730	2175	1992	1872	9306

Annexe 3.10 - Fréquence habituelle de la consommation de produits laitiers parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006						HBSC 2002					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	jamais	3.8	4.7	3.1	3.1	2.6	3.5	2.9	2.6	2.5	3.0	2.7	2.8	4.6	3.6	3.2	2.5	2.5	3.2	4.7	4.6	3.3	2.3	2.9	3.6	3.2	2.2	3.1	2.3	2.4	2.6
	moins d'une fois par semaine	8.9	10.7	8.1	7.1	8.1	8.6	7.1	8.3	7.4	6.2	6.9	7.2	8.9	8.0	6.4	6.1	6.6	7.2	9.4	9.8	9.7	6.1	5.0	7.9	7.0	5.2	5.3	5.8	4.3	5.5
	une fois par semaine	12.4	10.5	11.4	10.4	10.4	11.0	10.7	10.7	9.1	9.6	8.6	9.7	9.4	12.4	9.3	11.5	10.5	10.6	10.2	8.9	8.1	9.8	8.4	9.1	8.0	7.8	7.4	7.3	8.0	7.7
	2 à 4 jours par semaine	23.6	23.8	22.2	23.8	25.9	23.9	19.8	20.8	22.2	23.4	24.0	22.1	21.6	19.6	22.6	20.4	23.2	21.5	21.2	20.9	21.8	22.1	21.8	21.6	18.6	21.7	18.1	21.2	21.9	20.3
	5 à 6 jours par semaine	15.1	16.7	18.8	17.2	16.9	17.0	16.8	17.4	17.8	18.3	19.1	17.9	15.3	17.2	17.1	17.4	18.2	17.0	17.0	15.9	17.3	18.8	19.1	17.7	16.9	18.3	20.8	18.1	20.3	18.9
	une fois par jour	23.0	22.2	23.8	24.2	24.9	23.6	25.8	25.1	27.6	23.9	23.8	25.2	22.2	24.3	25.0	25.0	24.1	24.1	23.7	24.5	21.9	25.4	26.0	24.3	25.7	25.3	25.4	26.9	24.6	25.6
	plusieurs fois par jour	13.1	11.3	12.5	14.2	11.3	12.5	16.9	15.2	13.5	15.7	14.8	15.2	18.0	14.9	16.4	17.1	15.0	16.3	13.8	15.5	17.9	15.5	16.7	15.9	20.6	19.4	19.8	18.5	18.5	19.4
	n pondérés	1139	1138	1133	1128	1112	5650	957	975	985	1056	1034	5008	992	1008	1026	1047	1052	5126	928	963	968	1023	1039	4919	950	964	952	955	922	4743
	n non pondérés	1103	1117	1142	1122	985	5469	862	956	1001	1073	910	4802	832	1059	1102	1058	946	4997	864	1072	1019	982	854	4791	727	845	1036	972	955	4535
	moins d'une fois par jour	63.8	66.5	63.7	61.7	63.9	63.9	57.3	59.7	58.9	60.5	61.3	59.6	59.7	60.8	58.5	57.9	60.9	59.6	62.5	60.0	60.3	59.2	57.3	59.8	53.6	55.3	54.8	54.6	56.9	55.0
	au moins une fois par jour	36.2	33.5	36.3	38.3	36.1	36.1	42.7	40.3	41.1	39.5	38.7	40.4	40.3	39.2	41.5	42.1	39.1	40.4	37.5	40.0	39.7	40.8	42.7	40.2	46.4	44.7	45.2	45.4	43.1	45.0
	n pondérés	1139	1138	1133	1128	1112	5650	957	975	985	1056	1034	5008	992	1008	1026	1047	1052	5126	928	963	968	1023	1039	4919	950	964	952	955	922	4743
	n non pondérés	1103	1117	1142	1122	985	5469	862	956	1001	1073	910	4802	832	1059	1102	1058	946	4997	864	1072	1019	982	854	4791	727	845	1036	972	955	4535
Filles	jamais	3.3	2.7	4.0	3.4	3.4	3.3	3.3	2.6	3.6	2.1	2.1	2.7	4.1	3.9	2.1	2.6	2.4	3.0	4.8	2.8	3.7	2.6	2.3	3.2	2.6	2.3	3.2	3.2	2.9	2.8
	moins d'une fois par semaine	12.7	9.9	9.8	10.2	9.6	10.5	8.1	8.1	8.8	8.9	9.0	8.6	11.9	9.4	9.6	8.0	7.8	9.3	9.5	8.0	8.5	7.4	7.5	8.1	6.1	8.7	6.3	5.5	6.2	6.6
	une fois par semaine	13.0	12.4	11.7	12.5	11.7	12.3	12.4	9.7	12.0	9.9	11.6	11.1	12.2	10.5	8.8	11.8	12.8	11.2	13.5	9.5	10.9	11.7	10.2	11.1	7.0	7.7	9.0	8.7	7.6	8.0
	2 à 4 jours par semaine	24.5	23.1	25.2	25.4	26.6	24.9	23.7	24.9	21.2	23.0	23.3	23.2	17.7	22.1	21.3	23.9	24.5	21.9	23.5	20.3	24.4	23.9	25.6	23.6	20.7	21.4	19.2	22.2	22.8	21.3
	5 à 6 jours par semaine	14.3	16.5	18.6	17.6	17.4	16.9	13.5	16.8	15.3	18.5	18.1	16.5	15.9	16.6	18.8	18.1	18.4	17.6	14.7	17.1	16.9	18.5	19.4	17.4	18.2	18.1	20.2	18.4	18.1	18.6
	une fois par jour	21.1	24.1	20.2	23.0	22.8	22.2	25.4	24.0	27.4	28.0	25.2	26.0	25.7	23.9	26.1	23.4	22.9	24.4	23.1	26.7	22.4	24.6	24.1	24.2	28.9	27.2	26.5	28.4	26.5	27.5
	plusieurs fois par jour	11.2	11.3	10.4	7.9	8.5	9.9	13.5	13.9	11.7	9.6	10.6	11.8	12.6	13.7	13.3	12.2	11.3	12.6	10.9	15.6	13.3	11.3	11.0	12.4	16.5	14.7	15.6	13.6	16.0	15.3
	n pondérés	1088	1077	1071	1082	1063	5380	914	928	928	987	983	4740	945	958	981	1006	1006	4896	895	913	932	976	981	4697	901	916	900	907	874	4497
	n non pondérés	1102	1130	1161	1221	948	5562	886	961	1071	1141	888	4947	826	1043	1120	1072	964	5025	860	976	1086	1071	831	4824	782	885	1127	1012	907	4713
	moins d'une fois par jour	67.8	64.6	69.3	69.1	68.7	67.9	61.1	62.0	61.0	62.3	64.2	62.1	61.7	62.4	60.6	64.4	65.8	63.0	65.9	57.7	64.4	64.1	65.0	63.4	54.6	58.1	57.9	58.0	57.6	57.2
	au moins une fois par jour	32.2	35.4	30.7	30.9	31.3	32.1	38.9	38.0	39.0	37.7	35.8	37.9	38.3	37.6	39.4	35.6	34.2	37.0	34.1	42.3	35.6	35.9	35.0	36.6	45.4	41.9	42.1	42.0	42.4	42.8
	n pondérés	1088	1077	1071	1082	1063	5380	914	928	928	987	983	4740	945	958	981	1006	1006	4896	895	913	932	976	981	4697	901	916	900	907	874	4497
	n non pondérés	1102	1130	1161	1221	948	5562	886	961	1071	1141	888	4947	826	1043	1120	1072	964	5025	860	976	1086	1071	831	4824	782	885	1127	1012	907	4713
Total	jamais	3.5	3.7	3.5	3.2	3.0	3.4	3.1	2.6	3.1	2.6	2.5	2.7	4.3	3.8	2.7	2.5	2.5	3.1	4.8	3.7	3.5	2.5	2.6	3.4	2.9	2.3	3.1	2.7	2.6	2.7
	moins d'une fois par semaine	10.8	10.3	9.0	8.7	8.8	9.5	7.6	8.2	8.1	7.5	7.9	7.9	10.3	8.7	7.9	7.1	7.2	8.2	9.5	8.9	9.1	6.7	6.2	8.0	6.6	6.9	5.8	5.7	5.2	6.0
	une fois par semaine	12.7	11.4	11.5	11.5	11.0	11.6	11.5	10.2	10.5	9.7	10.0	10.4	10.8	11.4	9.1	11.6	11.6	10.9	11.8	9.2	9.5	10.7	9.3	10.1	7.5	7.7	8.2	8.0	7.8	7.8
	2 à 4 jours par semaine	24.0	23.5	23.7	24.6	26.2	24.4	21.7	22.8	21.7	23.2	23.6	22.6	19.7	20.8	22.0	22.1	23.8	21.7	22.3	20.6	23.1	23.0	23.7	22.5	19.6	21.5	18.6	21.7	22.3	20.8
	5 à 6 jours par semaine	14.7	16.6	18.7	17.4	17.1	16.9	15.2	17.1	16.6	18.4	18.6	17.2	15.6	16.9	17.9	17.7	18.3	17.3	15.9	16.5	17.1	18.7	19.2	17.5	17.5	18.2	20.5	18.2	19.2	18.7
	une fois par jour	22.1	23.1	22.1	23.6	23.9	22.9	25.6	24.6	27.5	25.9	24.5	25.6	23.9	24.1	25.5	24.2	23.5	24.3	23.4	25.6	22.1	25.0	25.1	24.3	27.3	26.3	25.9	27.6	25.5	26.5
	plusieurs fois par jour	12.2	11.3	11.5	11.1	9.9	11.2	15.3	14.6	12.6	12.8	12.8	13.6	15.4	14.3	14.9	14.7	13.2	14.5	12.4	15.5	15.6	13.4	13.9	14.2	18.6	17.1	17.8	16.1	17.3	17.4
	n pondérés	2227	2215	2204	2210	2175	11030	1871	1903	1913	2043	2018	9748	1937	1967	2007	2053	2058	10022	1823	1876	1899	1999	2020	9616	1851	1880	1852	1862	1796	9241
	n non pondérés	2205	2247	2303	2343	1933	11031	1748	1917	2072	2214	1798	9749	1658	2102	2222	2130	1910	10022	1724	2048	2105	2053	1685	9615	1509	1730	2163	1984	1862	9248
	moins d'une fois par jour	65.8	65.6	66.4	65.3	66.2	65.9	59.1	60.8	59.9	61.4	62.7	60.8	60.7	61.6	59.6	61.1	63.3	61.3	64.2	58.9	62.3	61.6	61.0	61.6	54.1	56.6	56.3	56.3	57.2	56.1
	au moins une fois par jour	34.2	34.4	33.6	34.7	33.8	34.1	40.9	39.2	40.1	38.6	37.3	39.2	39.3	38.4	40.4	38.9	36.7	38.7	35.8	41.1	37.7	38.4	39.0	38.4	45.9	43.4	43.7	43.7	42.8	43.9
	n pondérés	2227	2215	2204	2210	2175	11030	1871	1903	1913	2043	2018	9748	1937	1967	2007	2053	2058	10022	1823	1876	1899	1999	2020	9616	1851	1880	1852	1862	1796	9241
	n non pondérés	2205	2247	2303	2343	1933	11031	1748	1917	2072	2214	1798	9749	1658	2102	2222	2130	1910	10022	1724	2048	2105	2053	1685	9615	1509	1730	2163	1984	1862	9248

Annexe 3.11 - Fréquence habituelle de la consommation de viande parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2006-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	jamais	1.7	1.5	1.7	1.3	1.0	1.5	2.0	1.0	1.3	0.7	0.5	1.1	0.6	1.2	1.3	0.8	0.7	0.9	1.7	1.3	0.9	1.3	0.9	1.2
	moins d'une fois par semaine	4.1	3.0	2.5	1.3	1.4	2.5	4.2	2.1	1.4	1.9	0.4	2.0	3.6	2.8	1.6	1.1	0.7	2.0	6.1	4.6	2.6	3.1	1.2	3.4
	une fois par semaine	9.0	9.4	6.3	4.7	3.2	6.5	10.7	9.4	5.8	3.7	1.3	6.1	13.2	8.4	7.7	5.0	4.3	7.7	14.5	12.6	8.4	6.6	4.7	9.2
	2 à 4 jours par semaine	30.2	28.3	25.1	24.3	23.7	26.3	25.2	27.2	23.9	22.8	27.0	25.2	30.5	29.8	25.5	25.4	25.6	27.3	29.9	28.6	30.7	28.0	27.1	28.8
	5 à 6 jours par semaine	21.9	24.7	23.9	26.7	24.0	24.2	23.7	22.9	26.8	28.4	27.2	25.9	22.5	26.7	26.9	27.1	26.0	25.9	21.3	24.7	23.1	25.7	23.0	23.6
	une fois par jour	21.1	20.7	25.3	23.9	29.5	24.1	21.9	24.0	25.8	27.4	26.7	25.2	17.3	20.4	25.0	26.0	27.9	23.4	18.0	17.1	22.0	23.3	30.3	22.3
	plusieurs fois par jour	12.0	12.4	15.2	17.8	17.2	14.9	12.4	13.4	15.0	15.0	16.8	14.6	12.3	10.6	12.0	14.5	14.7	12.8	8.6	11.2	12.4	12.0	12.8	11.4
	n pondérés	1142	1133	1139	1127	1119	5660	957	979	988	1052	1041	5018	982	1008	1026	1054	1049	5119	938	958	975	1015	1042	4929
	n non pondérés	1106	1112	1148	1121	991	5478	862	960	1004	1069	916	4811	823	1059	1102	1065	943	4992	874	1066	1027	975	857	4799
	moins de 2 jours par semaine ou plus de 4 jours par semaine	69.8	71.7	74.9	75.7	76.3	73.7	74.8	72.8	76.1	77.2	73.0	74.8	69.5	70.2	74.5	74.6	74.4	72.7	70.1	71.4	69.3	72.0	72.9	71.2
	2 à 4 jours par semaine	30.2	28.3	25.1	24.3	23.7	26.3	25.2	27.2	23.9	22.8	27.0	25.2	30.5	29.8	25.5	25.4	25.6	27.3	29.9	28.6	30.7	28.0	27.1	28.8
	n pondérés	1142	1133	1139	1127	1119	5660	957	979	988	1052	1041	5018	982	1008	1026	1054	1049	5119	938	958	975	1015	1042	4929
	n non pondérés	1106	1112	1148	1121	991	5478	862	960	1004	1069	916	4811	823	1059	1102	1065	943	4992	874	1066	1027	975	857	4799
Filles	jamais	4.1	3.3	4.3	4.4	6.5	4.5	2.8	2.6	4.0	4.8	4.1	3.7	3.1	3.0	3.1	2.5	3.3	3.0	3.2	3.8	5.3	4.7	5.7	4.5
	moins d'une fois par semaine	8.6	5.4	4.3	2.8	3.3	4.9	6.4	5.3	3.6	2.3	2.9	4.1	6.4	5.4	4.3	4.0	5.4	5.1	8.0	6.9	7.3	5.8	5.2	6.6
	une fois par semaine	14.1	8.9	9.3	6.6	6.9	9.2	12.9	10.1	9.2	6.0	6.9	8.9	13.1	13.4	11.7	11.4	7.2	11.3	19.7	15.7	12.1	12.4	10.6	14.0
	2 à 4 jours par semaine	28.9	29.7	29.6	29.3	27.6	29.0	27.9	29.3	26.3	27.0	25.1	27.1	28.3	28.0	29.8	33.6	30.9	30.2	27.8	29.8	27.1	30.5	30.5	29.2
	5 à 6 jours par semaine	21.0	23.4	23.5	27.0	25.2	24.0	20.0	23.0	25.2	27.8	26.0	24.5	21.9	22.8	24.4	24.8	24.4	23.7	19.2	22.1	22.2	22.9	24.0	22.1
	une fois par jour	14.6	19.9	19.7	20.0	22.3	19.3	21.7	20.2	22.2	23.2	24.4	22.4	20.2	21.4	19.6	17.7	23.3	20.4	16.6	16.8	21.0	19.6	19.2	18.7
	plusieurs fois par jour	8.7	9.4	9.3	9.9	8.2	9.1	8.3	9.4	9.6	8.9	10.6	9.4	7.0	6.1	7.0	6.0	5.6	6.3	5.5	4.9	5.0	4.2	4.9	4.9
	n pondérés	1079	1073	1069	1084	1061	5366	919	926	933	987	983	4748	929	957	969	1007	1007	4868	888	917	924	978	980	4687
	n non pondérés	1092	1126	1159	1224	947	5548	891	959	1077	1141	888	4956	812	1041	1107	1073	965	4998	853	981	1077	1073	830	4814
	moins de 2 jours par semaine ou plus de 4 jours par semaine	71.1	70.3	70.4	70.7	72.4	71.0	72.1	70.7	73.7	73.0	74.9	72.9	71.7	72.0	70.2	66.4	69.1	69.8	72.2	70.2	72.9	69.5	69.5	70.8
	2 à 4 jours par semaine	28.9	29.7	29.6	29.3	27.6	29.0	27.9	29.3	26.3	27.0	25.1	27.1	28.3	28.0	29.8	33.6	30.9	30.2	27.8	29.8	27.1	30.5	30.5	29.2
	n pondérés	1079	1073	1069	1084	1061	5366	919	926	933	987	983	4748	929	957	969	1007	1007	4868	888	917	924	978	980	4687
	n non pondérés	1092	1126	1159	1224	947	5548	891	959	1077	1141	888	4956	812	1041	1107	1073	965	4998	853	981	1077	1073	830	4814
Total	jamais	2.9	2.4	3.0	2.8	3.7	3.0	2.4	1.8	2.6	2.7	2.2	2.4	1.8	2.1	2.1	1.7	2.0	1.9	2.4	2.5	3.0	3.0	3.2	2.8
	moins d'une fois par semaine	6.3	4.2	3.4	2.0	2.3	3.6	5.3	3.7	2.5	2.1	1.6	3.0	5.0	4.1	2.9	2.5	3.0	3.5	7.0	5.7	4.9	4.4	3.1	5.0
	une fois par semaine	11.5	9.1	7.7	5.7	5.0	7.8	11.8	9.7	7.4	4.8	4.0	7.5	13.2	10.9	9.7	8.1	5.7	9.4	17.0	14.1	10.2	9.4	7.5	11.5
	2 à 4 jours par semaine	29.6	29.0	27.3	26.7	25.6	27.6	26.5	28.2	25.1	24.8	26.1	26.1	29.4	28.9	27.6	29.5	28.2	28.7	28.9	29.2	28.9	29.2	28.7	29.0
	5 à 6 jours par semaine	21.4	24.1	23.7	26.8	24.6	24.1	21.9	23.0	26.0	28.1	26.6	25.2	22.2	24.8	25.7	26.0	25.2	24.8	20.3	23.4	22.6	24.4	23.5	22.9
	une fois par jour	17.9	20.3	22.6	22.0	26.0	21.7	21.8	22.1	24.0	25.4	25.6	23.8	18.7	20.9	22.4	22.0	25.6	22.0	17.3	16.9	21.5	21.5	24.9	20.5
	plusieurs fois par jour	10.4	11.0	12.3	13.9	12.8	12.1	10.4	11.5	12.4	12.1	13.8	12.0	9.7	8.4	9.6	10.3	10.3	9.7	7.1	8.1	8.8	8.2	9.0	8.2
	n pondérés	2220	2206	2208	2211	2180	11026	1876	1905	1921	2039	2024	9766	1910	1965	1996	2061	2055	9987	1826	1875	1899	1993	2022	9616
	n non pondérés	2198	2238	2307	2345	1938	11026	1753	1919	2081	2210	1804	9767	1635	2100	2209	2138	1908	9990	1727	2047	2104	2048	1687	9613
	moins de 2 jours par semaine ou plus de 4 jours par semaine	70.4	71.0	72.7	73.3	74.4	72.4	73.5	71.8	74.9	75.2	73.9	73.9	70.6	71.1	72.4	70.5	71.8	71.3	71.1	70.8	71.1	70.8	71.3	71.0
	2 à 4 jours par semaine	29.6	29.0	27.3	26.7	25.6	27.6	26.5	28.2	25.1	24.8	26.1	26.1	29.4	28.9	27.6	29.5	28.2	28.7	28.9	29.2	28.9	29.2	28.7	29.0
	n pondérés	2220	2206	2208	2211	2180	11026	1876	1905	1921	2039	2024	9766	1910	1965	1996	2061	2055	9987	1826	1875	1899	1993	2022	9616
	n non pondérés	2198	2238	2307	2345	1938	11026	1753	1919	2081	2210	1804	9767	1635	2100	2209	2138	1908	9990	1727	2047	2104	2048	1687	9613

Annexe 3.12 - Fréquence habituelle de la consommation de poisson parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2006-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	jamais	16.0	17.3	16.7	14.7	17.6	16.5	16.6	16.2	15.7	16.6	12.5	15.5	18.1	15.5	16.5	17.1	14.8	16.4	23.7	22.3	16.3	15.8	16.4	18.8
	moins d'une fois par semaine	40.5	38.8	36.8	35.6	37.7	37.9	37.5	39.0	33.5	33.0	36.8	35.9	40.1	37.2	37.2	33.4	36.6	36.8	38.3	37.5	37.8	36.6	37.5	37.5
	une fois par semaine	23.2	23.5	25.3	26.6	25.2	24.8	25.5	24.7	26.4	27.0	29.3	26.6	20.8	27.0	27.0	27.9	26.8	25.9	21.1	21.2	27.8	26.3	29.8	25.3
	2 à 4 jours par semaine	12.6	14.1	13.8	14.7	12.9	13.6	10.9	12.4	15.8	15.6	14.3	13.8	13.5	12.5	12.6	14.3	13.3	13.2	10.7	11.5	11.0	13.5	11.1	11.6
	5 à 6 jours par semaine	3.8	3.9	4.6	4.6	4.7	4.3	5.7	4.3	4.9	5.1	4.6	4.9	3.9	4.8	3.8	3.6	5.1	4.2	2.8	3.3	3.8	6.0	2.7	3.7
	une fois par jour	2.2	1.6	1.9	2.5	1.4	1.9	2.8	2.1	2.5	1.6	1.5	2.1	2.3	1.9	1.7	2.7	2.6	2.2	2.0	2.6	2.4	1.2	1.4	1.9
	plusieurs fois par jour	1.6	0.8	0.9	1.2	0.4	1.0	1.0	1.4	1.2	1.2	1.0	1.2	1.2	1.1	1.1	1.0	1.0	1.1	1.5	1.6	0.8	0.6	1.1	1.1
	n pondérés	1126	1122	1137	1125	1110	5620	957	980	980	1051	1036	5004	979	1012	1019	1048	1047	5105	933	959	972	1010	1037	4912
	n non pondérés	1091	1101	1146	1119	983	5440	862	961	996	1068	911	4798	821	1063	1094	1059	941	4978	869	1068	1024	970	853	4784
	moins d'une fois par semaine	56.6	56.0	53.5	50.3	55.3	54.3	54.1	55.3	49.2	49.5	49.3	51.4	58.2	52.7	53.7	50.5	51.3	53.2	62.0	59.8	54.1	52.4	53.9	56.3
	au moins une fois par semaine	43.4	44.0	46.5	49.7	44.7	45.7	45.9	44.7	50.8	50.5	50.7	48.6	41.8	47.3	46.3	49.5	48.7	46.8	38.0	40.2	45.9	47.6	46.1	43.7
	n pondérés	1126	1122	1137	1125	1110	5620	957	980	980	1051	1036	5004	979	1012	1019	1048	1047	5105	933	959	972	1010	1037	4912
	n non pondérés	1091	1101	1146	1119	983	5440	862	961	996	1068	911	4798	821	1063	1094	1059	941	4978	869	1068	1024	970	853	4784
Filles	jamais	23.3	24.5	23.1	21.0	23.6	23.1	22.5	21.7	23.1	21.5	19.3	21.6	22.1	24.1	22.7	22.0	21.2	22.4	23.8	23.3	26.6	27.3	27.0	25.6
	moins d'une fois par semaine	42.4	40.4	40.0	39.3	36.7	39.8	36.3	39.1	39.2	36.9	36.9	37.6	38.3	37.1	33.9	38.0	40.5	37.6	41.3	40.4	37.0	35.2	35.9	37.9
	une fois par semaine	17.2	19.3	20.3	22.8	23.2	20.6	22.4	21.8	20.4	24.8	26.0	23.1	22.0	23.3	26.1	25.3	24.1	24.2	20.0	22.0	24.9	25.5	26.4	23.9
	2 à 4 jours par semaine	10.6	10.6	12.0	11.8	12.5	11.5	11.7	9.9	10.8	10.8	12.5	11.1	10.7	9.2	11.8	10.1	9.6	10.3	9.7	8.6	8.0	8.8	6.7	8.3
	5 à 6 jours par semaine	4.1	3.3	2.6	3.7	2.1	3.2	3.3	3.6	4.1	4.0	3.5	3.7	4.1	3.6	3.2	3.1	2.8	3.3	2.5	3.4	2.0	1.8	2.2	2.3
	une fois par jour	1.5	1.6	1.5	1.0	1.4	1.4	2.3	3.2	2.0	1.7	1.3	2.1	2.2	1.6	2.1	1.1	1.5	1.7	2.1	1.8	1.0	1.1	1.1	1.4
	plusieurs fois par jour	0.9	0.4	0.4	0.4	0.4	0.5	1.6	0.6	0.4	0.4	0.6	0.7	0.6	1.1	0.3	0.4	0.3	0.5	0.6	0.5	0.5	0.3	0.8	0.5
	n pondérés	1077	1067	1061	1076	1052	5332	916	926	933	981	985	4741	942	956	971	1002	1004	4875	888	918	933	975	981	4695
	n non pondérés	1090	1120	1150	1214	939	5513	888	959	1077	1134	890	4948	824	1040	1109	1068	962	5003	853	982	1087	1070	831	4823
	moins d'une fois par semaine	65.7	64.8	63.1	60.3	60.4	62.9	58.8	60.8	62.3	58.4	56.2	59.2	60.4	61.3	56.6	60.0	61.7	60.0	65.1	63.7	63.6	62.5	62.8	63.5
	au moins une fois par semaine	34.3	35.2	36.9	39.7	39.6	37.1	41.2	39.2	37.7	41.6	43.8	40.8	39.6	38.8	43.4	40.0	38.3	40.0	34.9	36.3	36.4	37.5	37.2	36.5
	n pondérés	1077	1067	1061	1076	1052	5332	916	926	933	981	985	4741	942	956	971	1002	1004	4875	888	918	933	975	981	4695
	n non pondérés	1090	1120	1150	1214	939	5513	888	959	1077	1134	890	4948	824	1040	1109	1068	962	5003	853	982	1087	1070	831	4823
Total	jamais	19.6	20.8	19.8	17.8	20.5	19.7	19.5	18.9	19.3	19.0	15.8	18.5	20.1	19.7	19.6	19.5	17.9	19.3	23.8	22.8	21.3	21.4	21.5	22.1
	moins d'une fois par semaine	41.4	39.6	38.4	37.4	37.3	38.8	36.9	39.1	36.3	34.8	36.8	36.8	39.2	37.1	35.6	35.7	38.5	37.2	39.8	39.0	37.4	35.9	36.7	37.7
	une fois par semaine	20.3	21.5	22.9	24.8	24.2	22.7	24.0	23.3	23.5	25.9	27.7	24.9	21.4	25.2	26.5	26.6	25.5	25.1	20.6	21.6	26.4	25.9	28.1	24.6
	2 à 4 jours par semaine	11.6	12.4	12.9	13.3	12.7	12.6	11.3	11.2	13.3	13.3	13.4	12.5	12.1	10.9	12.2	12.2	11.5	11.8	10.2	10.1	9.6	11.2	9.0	10.0
	5 à 6 jours par semaine	4.0	3.6	3.7	4.2	3.4	3.8	4.5	4.0	4.5	4.5	4.1	4.3	4.0	4.2	3.5	3.3	4.0	3.8	2.6	3.3	2.9	3.9	2.4	3.0
	une fois par jour	1.8	1.6	1.7	1.8	1.4	1.7	2.5	2.6	2.3	1.6	1.4	2.1	2.3	1.8	1.9	1.9	2.0	2.0	2.0	2.2	1.7	1.2	1.2	1.7
	plusieurs fois par jour	1.2	0.6	0.7	0.8	0.4	0.7	1.3	1.0	0.8	0.8	0.8	0.9	0.9	1.1	0.7	0.7	0.6	0.8	1.1	1.1	0.6	0.5	1.0	0.8
	n pondérés	2203	2189	2198	2201	2162	10952	1873	1906	1913	2032	2021	9745	1922	1968	1990	2050	2050	9980	1821	1878	1905	1985	2018	9607
	n non pondérés	2181	2221	2296	2333	1922	10953	1750	1920	2073	2202	1801	9746	1645	2103	2203	2127	1903	9981	1722	2050	2111	2040	1684	9607
	moins d'une fois par semaine	61.0	60.3	58.1	55.2	57.8	58.5	56.4	57.9	55.6	53.8	52.6	55.2	59.3	56.8	55.2	55.2	56.4	56.6	63.5	61.7	58.7	57.4	58.2	59.8
	au moins une fois par semaine	39.0	39.7	41.9	44.8	42.2	41.5	43.6	42.1	44.4	46.2	47.4	44.8	40.7	43.2	44.8	44.8	43.6	43.4	36.5	38.3	41.3	42.6	41.8	40.2
	n pondérés	2203	2189	2198	2201	2162	10952	1873	1906	1913	2032	2021	9745	1922	1968	1990	2050	2050	9980	1821	1878	1905	1985	2018	9607
	n non pondérés	2181	2221	2296	2333	1922	10953	1750	1920	2073	2202	1801	9746	1645	2103	2203	2127	1903	9981	1722	2050	2111	2040	1684	9607

Annexe 3.13 - Fréquence habituelle de la consommation de hamburgers/hot dogs parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006						HBSC 2002					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	jamais	11.3	9.4	9.1	7.6	7.1	8.9	13.8	12.6	8.0	8.3	7.5	10.0	18.2	16.3	11.2	9.0	8.7	12.6	20.4	17.5	14.4	13.6	9.9	15.0	19.0	17.0	11.8	11.8	10.4	14.0
	moins d'une fois par semaine	71.3	72.8	69.0	68.7	70.1	70.4	72.8	70.5	73.8	70.5	67.5	71.0	66.4	69.8	69.8	68.8	67.5	68.4	65.6	65.5	68.4	67.6	69.0	67.2	58.6	62.0	65.0	64.4	63.8	62.7
	une fois par semaine	12.1	12.3	14.1	17.0	15.5	14.2	9.8	13.2	13.3	15.0	17.8	13.9	9.6	8.8	13.3	14.5	14.6	12.2	9.7	12.2	11.3	12.3	14.1	12.0	14.1	12.9	15.2	14.6	17.1	14.8
	2 à 4 jours par semaine	3.2	3.5	4.6	4.1	4.7	4.0	1.7	2.7	3.6	4.3	4.8	3.5	2.7	3.2	4.1	4.6	6.1	4.1	1.6	2.7	3.6	4.3	4.8	3.4	4.1	3.6	3.7	4.5	4.9	4.2
	5 à 6 jours par semaine	1.1	1.3	2.3	1.9	1.7	1.7	0.8	0.6	0.7	0.8	1.7	0.9	1.0	1.2	0.6	1.2	1.3	1.1	0.9	0.7	0.8	1.1	1.2	0.9	1.5	2.0	1.3	2.3	2.1	1.8
	une fois par jour	0.6	0.5	0.4	0.4	0.5	0.5	0.7	0.2	0.4	0.7	0.6	0.5	1.3	0.3	0.3	0.7	1.1	0.7	1.1	0.5	0.9	0.6	0.7	0.8	0.8	0.8	1.4	1.6	1.3	1.2
	plusieurs fois par jour	0.5	0.2	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.2	0.3	0.4	0.1	0.3	0.8	0.5	0.8	1.1	0.9	0.8	0.7	0.9	0.8	0.5	0.3	0.6	1.9	1.7	1.6	0.7	0.4	1.3
	n pondérés	1146	1134	1141	1126	1119	5666	965	982	987	1054	1033	5022	990	1007	1025	1051	1047	5120	948	965	985	1020	1045	4963	963	955	947	954	921	4739
	n non pondérés	1110	1113	1150	1120	991	5484	869	963	1003	1071	909	4815	830	1058	1101	1062	941	4992	883	1074	1037	980	859	4833	737	837	1030	971	953	4528
	plus d'une fois par semaine	5.4	5.5	7.8	6.8	7.3	6.5	3.6	3.7	5.0	6.2	7.2	5.2	5.8	5.2	5.8	7.6	9.2	6.8	4.3	4.8	6.0	6.5	7.0	5.8	8.3	8.1	7.9	9.2	8.7	8.4
	maximum une fois par semaine	94.6	94.5	92.2	93.2	92.7	93.5	96.4	96.3	95.0	93.8	92.8	94.8	94.2	94.8	94.2	92.4	90.8	93.2	95.7	95.2	94.0	93.5	93.0	94.2	91.7	91.9	92.1	90.8	91.3	91.6
	n pondérés	1146	1134	1141	1126	1119	5666	965	982	987	1054	1033	5022	990	1007	1025	1051	1047	5120	948	965	985	1020	1045	4963	963	955	947	954	921	4739
	n non pondérés	1110	1113	1150	1120	991	5484	869	963	1003	1071	909	4815	830	1058	1101	1062	941	4992	883	1074	1037	980	859	4833	737	837	1030	971	953	4528
Filles	jamais	16.2	14.4	11.4	13.3	10.6	13.2	18.1	18.3	15.3	16.0	16.6	16.8	20.7	21.8	18.6	15.7	15.2	18.3	27.5	24.6	23.0	18.9	18.8	22.4	24.9	20.2	19.3	17.1	18.9	20.1
	moins d'une fois par semaine	72.1	71.8	73.8	71.3	72.9	72.4	70.7	71.3	72.0	71.6	73.1	71.8	70.7	67.3	69.7	72.3	72.0	70.4	63.4	65.0	67.0	68.8	68.9	66.7	63.2	66.9	68.3	70.1	69.6	67.6
	une fois par semaine	8.2	10.5	10.9	11.3	12.1	10.6	8.2	6.9	9.7	9.5	7.8	8.4	6.8	7.1	8.1	8.4	8.8	7.8	6.5	6.2	6.7	9.0	9.7	7.7	8.2	8.1	8.3	8.6	7.6	8.2
	2 à 4 jours par semaine	1.9	2.1	2.8	3.1	3.1	2.6	2.0	2.2	1.7	1.7	2.0	1.9	1.3	1.5	2.6	2.2	2.8	2.1	1.3	2.0	1.5	1.9	1.7	1.7	2.0	2.1	1.6	2.2	2.3	2.0
	5 à 6 jours par semaine	0.8	0.3	0.5	0.6	0.5	0.5	0.4	0.7	0.8	0.9	0.2	0.6	0.2	1.1	0.6	0.7	0.5	0.6	0.7	1.2	0.7	0.7	0.2	0.7	0.5	1.1	0.9	1.2	0.8	0.9
	une fois par jour	0.6	0.4	0.4	0.3	0.4	0.5	0.3	0.2	0.3	0.4	0.1	0.3	0.4	1.2	0.4	0.5	0.4	0.5	0.3	0.5	0.9	0.5	0.2	0.5	0.6	1.0	1.0	0.4	0.4	0.7
	plusieurs fois par jour	0.2	0.4	0.1	0.1	0.3	0.2	0.2	0.3	0.2	0.0	0.1	0.2	0.0	0.1	0.0	0.2	0.2	0.1	0.2	0.5	0.2	0.3	0.4	0.3	0.5	0.5	0.5	0.4	0.4	0.5
	n pondérés	1085	1072	1074	1078	1065	5375	919	922	936	984	984	4745	947	958	977	1010	1003	4894	894	921	933	978	983	4709	908	915	900	910	876	4509
	n non pondérés	1099	1125	1165	1217	950	5556	891	955	1080	1138	889	4953	828	1042	1116	1076	961	5023	859	985	1087	1073	833	4837	788	884	1127	1015	910	4724
	plus d'une fois par semaine	3.5	3.3	3.9	4.1	4.3	3.8	3.0	3.5	3.0	2.9	2.5	3.0	1.9	3.8	3.6	3.6	4.0	3.4	2.6	4.3	3.3	3.3	2.5	3.2	3.7	4.8	4.0	4.1	4.0	4.1
	maximum une fois par semaine	96.5	96.7	96.1	95.9	95.7	96.2	97.0	96.5	97.0	97.1	97.5	97.0	98.1	96.2	96.4	96.4	96.0	96.6	97.4	95.7	96.7	96.7	97.5	96.8	96.3	95.2	96.0	95.9	96.0	95.9
	n pondérés	1085	1072	1074	1078	1065	5375	919	922	936	984	984	4745	947	958	977	1010	1003	4894	894	921	933	978	983	4709	908	915	900	910	876	4509
	n non pondérés	1099	1125	1165	1217	950	5556	891	955	1080	1138	889	4953	828	1042	1116	1076	961	5023	859	985	1087	1073	833	4837	788	884	1127	1015	910	4724
Total	jamais	13.7	11.8	10.2	10.4	8.8	11.0	15.9	15.4	11.5	12.0	12.0	13.3	19.4	19.0	14.8	12.3	11.9	15.4	23.8	21.0	18.6	16.2	14.2	18.6	21.8	18.6	15.5	14.4	14.5	17.0
	moins d'une fois par semaine	71.7	72.3	71.3	70.0	71.5	71.4	71.8	70.9	72.9	71.0	70.3	71.4	68.5	68.5	69.7	70.5	69.7	69.4	64.5	65.2	67.7	68.2	69.0	67.0	60.8	64.4	66.6	67.2	66.6	65.1
	une fois par semaine	10.2	11.4	12.5	14.2	13.9	12.4	9.0	10.1	11.5	12.4	12.9	11.2	8.2	8.0	10.7	11.5	11.8	10.1	8.2	9.3	9.1	10.7	12.0	9.9	11.3	10.6	11.9	11.7	12.5	11.6
	2 à 4 jours par semaine	2.5	2.8	3.7	3.6	3.9	3.3	1.9	2.5	2.7	3.0	3.5	2.7	2.0	2.4	3.4	3.4	4.5	3.2	1.4	2.4	2.5	3.1	3.3	2.6	3.1	2.9	2.7	3.4	3.7	3.1
	5 à 6 jours par semaine	1.0	0.8	1.5	1.2	1.1	1.1	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0	0.8	0.6	1.1	0.6	1.0	0.9	0.9	0.8	1.0	0.8	0.9	0.7	0.8	1.0	1.6	1.1	1.7	1.5	1.4
	une fois par jour	0.6	0.5	0.4	0.3	0.5	0.5	0.5	0.2	0.3	0.5	0.3	0.4	0.9	0.7	0.3	0.6	0.7	0.6	0.8	0.5	0.9	0.5	0.5	0.6	0.7	0.9	1.2	1.0	0.9	0.9
	plusieurs fois par jour	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.1	0.2	0.4	0.3	0.4	0.7	0.5	0.5	0.5	0.7	0.5	0.4	0.4	0.5	1.2	1.1	1.1	0.6	0.4	0.9
	n pondérés	2231	2206	2216	2204	2184	11041	1884	1904	1923	2039	2018	9767	1937	1965	2003	2061	2049	10014	1842	1886	1917	1998	2028	9672	1871	1870	1846	1863	1797	9247
	n non pondérés	2209	2238	2315	2337	1941	11040	1760	1918	2083	2209	1798	9768	1658	2100	2217	2138	1902	10015	1742	2059	2124	2053	1692	9670	1525	1721	2157	1986	1863	9252
	plus d'une fois par semaine	4.5	4.4	5.9	5.5	5.8	5.2	3.3	3.6	4.0	4.6	4.9	4.1	3.9	4.5	4.7	5.7	6.7	5.1	3.5	4.6	4.7	4.9	4.8	4.5	6.0	6.5	6.0	6.7	6.4	6.3
	maximum une fois par semaine	95.5	95.6	94.1	94.5	94.2	94.8	96.7	96.4	96.0	95.4	95.1	95.9	96.1	95.5	95.3	94.3	93.3	94.9	96.5	95.4	95.3	95.1	95.2	95.5	94.0	93.5	94.0	93.3	93.6	93.7
	n pondérés	2231	2206	2216	2204	2184	11041	1884	1904	1923	2039	2018	9767	1937	1965	2003	2061	2049	10014	1842	1886	1917	1998	2028	9672	1871	1870	1846	1863	1797	9247
	n non pondérés	2209	2238	2315	2337	1941	11040	1760	1918	2083	2209	1798	9768	1658	2100	2217	2138	1902	10015	1742	2059	2124	2053	1692	9670	1525	1721	2157	1986	1863	9252

Annexe 3.14 - Fréquence habituelle de la consommation de bonbons/chocolats parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006						HBSC 2002					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	jamais	1.7	1.0	0.8	1.3	2.1	1.4	1.0	1.3	1.1	1.1	1.7	1.2	1.2	1.2	0.9	0.8	1.5	1.1	1.9	1.6	1.1	1.3	1.1	1.4	1.5	1.4	1.0	1.2	2.0	1.4
	moins d'une fois par semaine	12.4	12.1	8.5	10.2	9.6	10.6	14.2	10.9	8.0	8.2	8.3	9.9	15.6	11.1	8.2	7.9	8.0	10.1	18.9	13.7	10.5	9.4	8.1	12.0	15.2	12.9	10.7	8.3	8.2	11.1
	une fois par semaine	18.0	15.1	13.4	14.5	11.0	14.4	18.5	16.6	16.4	14.4	12.1	15.5	17.2	17.0	15.6	12.4	14.6	15.3	19.5	19.8	19.2	16.3	14.4	17.7	18.5	16.0	17.0	15.3	14.4	16.2
	2 à 4 jours par semaine	27.5	29.3	30.3	25.6	32.2	28.9	26.0	28.7	27.7	29.0	31.9	28.7	28.2	29.0	27.7	28.0	26.9	28.0	27.0	27.5	27.5	27.7	26.3	27.2	25.2	27.9	30.5	26.0	29.0	27.7
	5 à 6 jours par semaine	13.1	17.1	17.6	16.3	16.9	16.2	14.3	14.6	17.9	19.2	19.1	17.1	12.4	15.7	17.0	17.5	15.9	15.7	10.8	13.8	15.7	16.8	18.4	15.2	13.3	15.6	14.1	18.9	16.8	15.7
	une fois par jour	17.4	15.7	17.3	18.8	17.1	17.3	16.8	17.1	17.8	16.9	15.1	16.7	15.8	14.6	18.1	20.1	19.1	17.6	12.3	12.7	15.3	15.6	16.7	14.6	14.0	11.2	14.0	14.7	13.6	13.5
	plusieurs fois par jour	9.9	9.8	12.1	13.3	11.1	11.2	9.1	10.9	11.1	11.2	11.9	10.9	9.6	11.3	12.4	13.3	14.0	12.1	9.6	10.9	10.7	12.9	15.1	11.9	12.3	15.0	12.8	15.7	16.1	14.3
	n pondérés	1139	1135	1119	1121	1101	5615	953	973	981	1050	1032	4989	984	1011	1016	1053	1049	5113	937	953	974	1018	1040	4923	970	960	949	959	921	4758
	n non pondérés	1103	1114	1128	1115	975	5435	858	954	997	1067	908	4784	825	1062	1091	1064	943	4985	873	1061	1026	978	855	4793	742	842	1032	976	953	4545
	plus d'une fois par semaine	67.8	71.8	77.3	74.0	77.3	73.6	66.2	71.3	74.4	76.2	78.0	73.3	65.9	70.6	75.3	78.9	75.9	73.4	59.7	64.9	69.2	73.0	76.5	68.9	64.8	69.6	71.4	75.2	75.4	71.2
	maximum une fois par semaine	32.2	28.2	22.7	26.0	22.7	26.4	33.8	28.7	25.6	23.8	22.0	26.7	34.1	29.4	24.7	21.1	24.1	26.6	40.3	35.1	30.8	27.0	23.5	31.1	35.2	30.4	28.6	24.8	24.6	28.8
	n pondérés	1139	1135	1119	1121	1101	5615	953	973	981	1050	1032	4989	984	1011	1016	1053	1049	5113	937	953	974	1018	1040	4923	970	960	949	959	921	4758
	n non pondérés	1103	1114	1128	1115	975	5435	858	954	997	1067	908	4784	825	1062	1091	1064	943	4985	873	1061	1026	978	855	4793	742	842	1032	976	953	4545
Filles	jamais	1.4	0.8	1.0	1.0	0.6	1.0	1.1	0.5	1.0	1.3	0.9	1.0	1.2	1.4	0.9	0.6	1.0	1.0	1.8	1.3	1.4	0.7	1.2	1.3	1.9	1.1	1.6	1.3	1.2	1.4
	moins d'une fois par semaine	12.3	10.1	9.3	8.5	7.9	9.6	13.1	10.7	9.4	7.2	5.6	9.1	13.5	11.7	8.9	7.2	7.7	9.7	15.4	13.6	10.4	8.1	8.1	11.0	18.5	13.3	12.9	12.0	12.0	13.8
	une fois par semaine	15.4	14.4	11.9	12.1	10.7	12.9	15.8	15.4	12.1	12.3	11.4	13.3	18.3	17.6	12.8	15.0	10.3	14.7	20.7	17.8	16.1	13.6	14.9	16.5	20.4	17.4	17.4	16.0	14.0	17.1
	2 à 4 jours par semaine	28.6	29.0	26.7	28.7	28.7	28.4	29.8	28.2	29.0	28.2	28.4	28.7	25.8	28.1	27.8	26.9	29.3	27.6	28.0	29.5	30.2	28.8	28.7	29.0	24.9	28.7	27.2	25.3	29.0	27.0
	5 à 6 jours par semaine	14.6	13.5	19.5	17.4	17.4	16.5	11.9	16.5	15.9	16.7	19.9	16.2	12.4	13.8	16.3	18.4	16.0	15.4	11.4	12.6	13.8	17.4	15.6	14.2	12.8	14.3	14.0	15.2	13.1	13.9
	une fois par jour	19.6	21.0	20.2	19.2	21.8	20.3	18.9	19.2	21.2	19.5	21.5	20.1	19.6	16.0	19.4	19.2	22.2	19.3	14.6	15.1	17.4	17.7	18.3	16.7	12.3	12.8	14.3	14.5	16.6	14.1
	plusieurs fois par jour	8.1	11.2	11.5	13.0	12.8	11.3	9.4	9.5	11.3	14.7	12.5	11.5	9.2	11.4	14.0	12.7	13.5	12.2	8.2	10.1	10.8	13.7	13.1	11.2	9.4	12.3	12.6	15.7	14.2	12.8
	n pondérés	1080	1065	1066	1069	1049	5329	912	914	926	974	975	4702	941	951	978	1004	997	4872	886	910	927	974	974	4671	911	915	908	908	876	4518
	n non pondérés	1093	1118	1156	1207	936	5510	884	947	1069	1126	881	4907	823	1035	1117	1070	956	5001	851	973	1081	1069	825	4799	791	884	1137	1013	910	4735
	plus d'une fois par semaine	71.0	74.7	77.9	78.4	80.8	76.5	69.9	73.4	77.5	79.2	82.2	76.5	67.0	69.4	77.4	77.2	81.0	74.5	62.2	67.3	72.2	77.5	75.8	71.2	59.3	68.1	68.1	70.7	72.9	67.8
	maximum une fois par semaine	29.0	25.3	22.1	21.6	19.2	23.5	30.1	26.6	22.5	20.8	17.8	23.5	33.0	30.6	22.6	22.8	19.0	25.5	37.8	32.7	27.8	22.5	24.2	28.8	40.7	31.9	31.9	29.3	27.1	32.2
	n pondérés	1080	1065	1066	1069	1049	5329	912	914	926	974	975	4702	941	951	978	1004	997	4872	886	910	927	974	974	4671	911	915	908	908	876	4518
	n non pondérés	1093	1118	1156	1207	936	5510	884	947	1069	1126	881	4907	823	1035	1117	1070	956	5001	851	973	1081	1069	825	4799	791	884	1137	1013	910	4735
Total	jamais	1.6	0.9	0.9	1.1	1.4	1.2	1.1	0.9	1.1	1.2	1.3	1.1	1.2	1.3	0.9	0.7	1.3	1.1	1.9	1.5	1.2	1.0	1.1	1.3	1.7	1.3	1.3	1.3	1.6	1.4
	moins d'une fois par semaine	12.3	11.1	8.9	9.4	8.8	10.1	13.7	10.8	8.7	7.7	6.9	9.5	14.6	11.4	8.6	7.6	7.8	9.9	17.2	13.6	10.4	8.8	8.1	11.5	16.8	13.1	11.8	10.1	10.0	12.4
	une fois par semaine	16.7	14.8	12.6	13.3	10.8	13.7	17.2	16.0	14.3	13.4	11.7	14.5	17.8	17.3	14.2	13.7	12.5	15.0	20.1	18.8	17.7	14.9	14.6	17.1	19.4	16.7	17.2	15.6	14.2	16.6
	2 à 4 jours par semaine	28.0	29.1	28.6	27.1	30.5	28.7	27.8	28.5	28.3	28.6	30.2	28.7	27.0	28.6	27.7	27.5	28.1	27.8	27.5	28.5	28.8	28.2	27.5	28.1	25.1	28.3	28.9	25.7	29.0	27.4
	5 à 6 jours par semaine	13.8	15.3	18.5	16.8	17.2	16.3	13.1	15.5	16.9	18.0	19.4	16.7	12.4	14.8	16.7	17.9	16.0	15.6	11.1	13.2	14.8	17.1	17.0	14.7	13.1	14.9	14.1	17.1	15.0	14.8
	une fois par jour	18.5	18.3	18.7	19.0	19.4	18.8	17.8	18.1	19.4	18.2	18.2	18.3	17.6	15.3	18.8	19.6	20.6	18.4	13.4	13.9	16.3	16.6	17.5	15.6	13.2	12.0	14.1	14.6	15.1	13.8
	plusieurs fois par jour	9.0	10.5	11.8	13.1	11.9	11.3	9.2	10.2	11.2	12.9	12.2	11.2	9.4	11.3	13.2	13.0	13.8	12.2	8.9	10.5	10.8	13.3	14.1	11.6	10.9	13.7	12.7	15.7	15.1	13.6
	n pondérés	2218	2200	2185	2190	2150	10944	1864	1887	1907	2024	2008	9691	1925	1962	1994	2057	2046	9985	1823	1863	1902	1993	2014	9594	1881	1876	1856	1866	1797	9276
	n non pondérés	2196	2232	2284	2322	1911	10945	1742	1901	2066	2193	1789	9691	1648	2097	2208	2134	1899	9986	1724	2034	2107	2047	1680	9592	1533	1726	2169	1989	1863	9280
	plus d'une fois par semaine	69.4	73.2	77.6	76.1	79.0	75.0	68.0	72.3	75.9	77.6	80.0	74.9	66.4	70.0	76.3	78.0	78.4	74.0	60.9	66.1	70.6	75.2	76.1	70.0	62.1	68.9	69.8	73.0	74.2	69.5
	maximum une fois par semaine	30.6	26.8	22.4	23.9	21.0	25.0	32.0	27.7	24.1	22.4	20.0	25.1	33.6	30.0	23.7	22.0	21.6	26.0	39.1	33.9	29.4	24.8	23.9	30.0	37.9	31.1	30.2	27.0	25.8	30.5
	n pondérés	2218	2200	2185	2190	2150	10944	1864	1887	1907	2024	2008	9691	1925	1962	1994	2057	2046	9985	1823	1863	1902	1993	2014	9594	1881	1876	1856	1866	1797	9276
	n non pondérés	2196	2232	2284	2322	1911	10945	1742	1901	2066	2193	1789	9691	1648	2097	2208	2134	1899	9986	1724	2034	2107	2047	1680	9592	1533	1726	2169	1989	1863	9280

Annexe 3.15 - Fréquence habituelle de la consommation de cola ou autres boissons sucrées parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006						HBSC 2002					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	jamais	3.6	4.4	3.3	3.9	3.3	3.7	4.4	2.8	2.6	1.9	1.6	2.6	5.6	4.7	2.9	1.2	2.4	3.3	5.5	5.8	4.5	4.1	3.5	4.7	5.7	6.2	3.1	3.4	3.7	4.4
	moins d'une fois par semaine	30.2	23.5	18.0	14.1	11.1	19.4	22.3	19.4	12.0	9.9	10.2	14.6	25.0	20.9	16.9	13.1	9.9	17.0	26.7	22.0	16.4	12.2	9.9	17.2	17.4	15.3	14.0	13.1	9.4	13.9
	une fois par semaine	18.6	19.8	15.8	16.0	16.9	17.4	16.4	17.6	15.3	12.1	12.0	14.6	15.5	17.7	16.5	13.6	12.7	15.2	17.4	14.9	18.2	15.8	16.0	16.4	14.3	12.8	13.9	14.6	13.1	13.7
	2 à 4 jours par semaine	19.7	21.3	25.7	25.3	28.8	24.1	21.7	22.7	24.2	26.0	27.0	24.4	21.2	20.1	21.3	25.1	23.5	22.3	18.3	19.2	18.1	22.9	21.6	20.1	18.7	20.1	20.5	19.2	19.4	19.6
	5 à 6 jours par semaine	8.4	9.3	14.1	12.6	12.7	11.4	9.7	10.3	14.1	14.4	14.5	12.7	8.9	11.5	13.0	12.6	14.3	12.1	9.3	10.6	11.2	12.0	11.8	11.0	10.6	12.9	11.6	14.8	13.1	12.6
	une fois par jour	8.2	10.0	10.9	13.4	11.4	10.8	10.0	11.0	11.0	15.5	15.1	12.6	10.1	8.9	12.0	12.6	13.4	11.4	7.9	8.5	10.8	11.4	11.0	9.9	9.7	8.7	10.8	9.2	11.5	9.9
	plusieurs fois par jour	11.2	11.6	12.1	14.8	15.8	13.1	15.5	16.2	21.0	20.1	19.5	18.5	13.7	16.3	17.5	21.8	23.8	18.7	15.0	19.0	20.8	21.6	26.3	20.7	23.6	24.1	26.2	25.7	30.0	25.9
	n pondérés	1140	1137	1133	1128	1119	5657	962	977	986	1051	1044	5020	983	1011	1019	1056	1048	5116	938	969	971	1014	1042	4935	959	957	954	954	918	4742
	n non pondérés	1104	1116	1142	1122	991	5475	866	958	1002	1068	918	4812	824	1062	1094	1067	942	4989	874	1079	1023	974	857	4807	734	839	1038	971	950	4532
	plus d'une fois par semaine	47.6	52.3	62.8	66.0	68.7	59.5	56.9	60.1	70.2	76.1	76.1	68.2	53.9	56.7	63.7	72.1	74.9	64.5	50.5	57.3	60.9	67.9	70.6	61.7	62.5	65.8	69.1	68.9	73.9	68.0
	maximum une fois par semaine	52.4	47.7	37.2	34.0	31.3	40.5	43.1	39.9	29.8	23.9	23.9	31.8	46.1	43.3	36.3	27.9	25.1	35.5	49.5	42.7	39.1	32.1	29.4	38.3	37.5	34.2	30.9	31.1	26.1	32.0
	n pondérés	1140	1137	1133	1128	1119	5657	962	977	986	1051	1044	5020	983	1011	1019	1056	1048	5116	938	969	971	1014	1042	4935	959	957	954	954	918	4742
	n non pondérés	1104	1116	1142	1122	991	5475	866	958	1002	1068	918	4812	824	1062	1094	1067	942	4989	874	1079	1023	974	857	4807	734	839	1038	971	950	4532
Filles	jamais	8.0	9.4	6.3	8.9	8.8	8.3	6.0	6.5	4.1	4.1	5.7	5.3	9.4	7.5	5.2	5.1	4.0	6.2	10.6	8.5	7.0	6.4	6.6	7.8	9.2	6.4	6.5	7.3	7.6	7.4
	moins d'une fois par semaine	34.8	29.7	26.9	25.4	23.1	28.0	27.7	25.8	22.0	20.4	21.8	23.5	29.5	25.1	22.0	20.0	20.5	23.3	28.7	26.9	22.2	23.5	21.6	24.5	24.2	21.8	21.3	19.4	20.6	21.5
	une fois par semaine	18.0	19.9	18.2	17.5	16.3	18.0	20.7	17.5	18.7	17.1	16.9	18.1	18.5	18.7	17.8	16.7	15.8	17.5	16.6	17.8	19.8	16.2	19.5	18.0	17.7	17.2	16.8	17.2	13.6	16.5
	2 à 4 jours par semaine	17.0	17.8	22.0	19.4	21.8	19.6	16.1	19.1	22.8	23.4	21.8	20.7	17.3	19.7	19.6	22.6	20.5	20.0	16.1	18.4	18.6	19.0	19.3	18.3	17.4	20.2	18.1	19.2	20.7	19.1
	5 à 6 jours par semaine	6.3	6.1	10.0	8.6	9.1	8.0	7.5	8.4	8.7	9.3	10.2	8.8	5.9	9.1	10.0	10.5	11.3	9.4	8.1	8.9	9.4	10.4	7.5	8.8	7.9	10.5	10.6	11.6	9.1	10.0
	une fois par jour	7.2	7.7	8.1	9.9	9.6	8.5	7.6	9.6	9.9	10.0	9.7	9.4	8.9	7.1	8.8	9.5	12.6	9.4	8.0	8.0	7.2	8.6	9.8	8.3	7.3	6.5	7.3	7.5	7.9	7.3
	plusieurs fois par jour	8.8	9.4	8.5	10.4	11.2	9.7	14.3	13.1	13.7	15.7	13.8	14.1	10.5	12.7	16.7	15.7	15.3	14.2	12.0	11.6	15.7	15.8	15.7	14.2	16.4	17.5	19.3	17.8	20.5	18.3
	n pondérés	1088	1075	1072	1078	1067	5380	921	923	934	989	989	4755	947	955	976	1002	1003	4882	888	915	926	976	979	4684	916	909	902	908	876	4510
	n non pondérés	1102	1128	1162	1217	952	5561	893	956	1078	1143	893	4963	828	1039	1114	1068	961	5010	853	979	1079	1071	829	4811	795	878	1130	1013	909	4725
	plus d'une fois par semaine	39.2	41.0	48.6	48.2	51.8	45.8	45.6	50.2	55.2	58.4	55.5	53.1	42.6	48.7	55.0	58.2	59.7	53.0	44.1	46.9	50.9	53.8	52.2	49.7	48.9	54.7	55.4	56.1	58.2	54.6
	maximum une fois par semaine	60.8	59.0	51.4	51.8	48.2	54.2	54.4	49.8	44.8	41.6	44.5	46.9	57.4	51.3	45.0	41.8	40.3	47.0	55.9	53.1	49.1	46.2	47.8	50.3	51.1	45.3	44.6	43.9	41.8	45.4
	n pondérés	1088	1075	1072	1078	1067	5380	921	923	934	989	989	4755	947	955	976	1002	1003	4882	888	915	926	976	979	4684	916	909	902	908	876	4510
	n non pondérés	1102	1128	1162	1217	952	5561	893	956	1078	1143	893	4963	828	1039	1114	1068	961	5010	853	979	1079	1071	829	4811	795	878	1130	1013	909	4725
Total	jamais	5.8	6.8	4.8	6.3	6.0	5.9	5.2	4.6	3.3	3.0	3.6	3.9	7.5	6.1	4.0	3.1	3.2	4.7	8.0	7.1	5.7	5.3	5.0	6.2	7.4	6.3	4.7	5.3	5.6	5.9
	moins d'une fois par semaine	32.5	26.5	22.3	19.6	17.0	23.6	24.9	22.5	16.8	15.0	15.9	18.9	27.2	23.0	19.4	16.5	15.1	20.1	27.7	24.3	19.3	17.8	15.6	20.8	20.7	18.4	17.5	16.2	14.8	17.6
	une fois par semaine	18.3	19.8	17.0	16.7	16.6	17.7	18.5	17.6	17.0	14.5	14.4	16.3	17.0	18.2	17.1	15.1	14.2	16.3	17.0	16.3	19.0	16.0	17.7	17.2	16.0	14.9	15.3	15.9	13.3	15.1
	2 à 4 jours par semaine	18.4	19.6	23.9	22.4	25.4	21.9	19.0	20.9	23.5	24.8	24.5	22.6	19.3	19.9	20.5	23.9	22.0	21.1	17.2	18.8	18.3	21.0	20.5	19.2	18.0	20.2	19.4	19.2	20.0	19.3
	5 à 6 jours par semaine	7.4	7.8	12.1	10.6	11.0	9.8	8.6	9.4	11.5	11.9	12.4	10.8	7.4	10.3	11.5	11.5	12.9	10.8	8.7	9.7	10.3	11.2	9.7	10.0	9.3	11.7	11.1	13.3	11.1	11.3
	une fois par jour	7.7	8.9	9.6	11.7	10.5	9.7	8.9	10.3	10.5	12.8	12.5	11.0	9.5	8.0	10.4	11.0	13.0	10.4	7.9	8.3	9.0	10.0	10.4	9.2	8.5	7.6	9.1	8.4	9.7	8.7
	plusieurs fois par jour	10.0	10.6	10.4	12.6	13.6	11.4	14.9	14.7	17.4	18.0	16.7	16.4	12.1	14.5	17.1	18.9	19.6	16.5	13.5	15.4	18.3	18.7	21.1	17.5	20.0	20.9	22.8	21.9	25.3	22.2
	n pondérés	2228	2212	2205	2206	2186	11037	1883	1900	1920	2040	2032	9775	1930	1966	1994	2058	2050	9998	1826	1885	1897	1990	2021	9619	1875	1866	1856	1861	1793	9252
	n non pondérés	2206	2244	2304	2339	1943	11036	1759	1914	2080	2211	1811	9775	1652	2101	2208	2135	1903	9999	1727	2058	2102	2045	1686	9618	1529	1717	2168	1984	1859	9257
	plus d'une fois par semaine	43.5	46.8	55.9	57.3	60.5	52.8	51.4	55.3	62.9	67.6	66.1	60.8	48.4	52.8	59.5	65.3	67.5	58.9	47.4	52.2	56.0	61.0	61.7	55.8	55.9	60.4	62.4	62.6	66.2	61.5
	maximum une fois par semaine	56.5	53.2	44.1	42.7	39.5	47.2	48.6	44.7	37.1	32.4	33.9	39.2	51.6	47.2	40.5	34.7	32.5	41.1	52.6	47.8	44.0	39.0	38.3	44.2	44.1	39.6	37.6	37.4	33.8	38.5
	n pondérés	2228	2212	2205	2206	2186	11037	1883	1900	1920	2040	2032	9775	1930	1966	1994	2058	2050	9998	1826	1885	1897	1990	2021	9619	1875	1866	1856	1861	1793	9252
	n non pondérés	2206	2244	2304	2339	1943	11036	1759	1914	2080	2211	1811	9775	1652	2101	2208	2135	1903	9999	1727	2058	2102	2045	1686	9618	1529	1717	2168	1984	1859	9257

Annexe 3.16 - Fréquence habituelle de la consommation de boissons énergisantes parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006						HBSC 2002					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	jamais	71.5	59.3	50.5	39.4	36.9	51.6	57.4	48.9	33.2	26.0	25.2	37.8	44.7	32.4	22.0	15.4	14.2	25.5	39.4	32.0	24.7	21.8	18.7	27.1	41.6	31.8	27.4	23.0	18.3	28.5
	moins d'une fois par semaine	19.1	25.0	26.5	29.0	30.6	26.0	28.2	29.5	34.0	33.1	31.7	31.3	29.6	31.0	30.1	30.6	26.2	29.5	29.7	33.9	31.2	32.8	33.2	32.2	28.4	30.3	33.3	34.3	37.2	32.7
	une fois par semaine	5.2	6.3	10.0	12.9	13.0	9.5	7.3	11.1	13.4	16.8	17.4	13.3	10.5	14.2	16.3	16.5	17.8	15.1	11.4	12.5	16.7	16.4	19.4	15.4	13.2	14.8	15.7	16.1	16.3	15.2
	2 à 4 jours par semaine	2.3	4.5	7.2	11.0	11.2	7.2	3.3	5.3	10.9	12.6	14.7	9.5	6.5	10.2	14.6	17.0	18.9	13.5	7.3	8.7	11.4	15.5	13.7	11.5	8.3	8.9	9.6	12.9	13.7	10.6
	5 à 6 jours par semaine	0.5	2.2	2.6	2.7	3.9	2.4	1.3	2.0	4.2	6.4	4.6	3.7	3.4	4.9	7.3	8.7	8.8	6.7	4.3	4.6	6.0	5.6	6.2	5.4	3.5	5.5	5.5	5.5	5.9	5.2
	une fois par jour	0.6	1.8	1.9	2.8	2.6	1.9	1.2	2.1	2.3	3.8	3.7	2.6	2.2	4.2	5.1	5.8	8.1	5.1	4.0	4.1	4.1	3.9	4.2	4.0	2.2	4.3	4.7	4.8	4.3	4.0
	plusieurs fois par jour	0.8	1.0	1.2	2.3	1.7	1.4	1.4	1.1	1.9	1.3	2.7	1.7	3.1	3.1	4.6	5.8	6.1	4.6	3.8	4.1	5.9	4.0	4.5	4.5	2.9	4.5	3.8	3.4	4.4	3.8
	n pondérés	1143	1134	1133	1124	1119	5653	962	979	977	1048	1038	5003	988	1003	1019	1053	1050	5113	938	967	980	1025	1045	4954	962	963	956	960	925	4765
	n non pondérés	1107	1113	1142	1118	991	5471	866	960	993	1064	913	4796	828	1054	1094	1064	944	4984	874	1076	1032	984	859	4825	736	844	1040	977	958	4555
	plus d'une fois par semaine	4.2	9.4	13.0	18.8	19.5	12.9	7.2	10.5	19.3	24.1	25.7	17.6	15.2	22.4	31.6	37.4	41.8	29.9	19.5	21.6	27.4	29.0	28.6	25.3	16.8	23.1	23.7	26.6	28.3	23.7
	maximum une fois par semaine	95.8	90.6	87.0	81.2	80.5	87.1	92.8	89.5	80.7	75.9	74.3	82.4	84.8	77.6	68.4	62.6	58.2	70.1	80.5	78.4	72.6	71.0	71.4	74.7	83.2	76.9	76.3	73.4	71.7	76.3
	n pondérés	1143	1134	1133	1124	1119	5653	962	979	977	1048	1038	5003	988	1003	1019	1053	1050	5113	938	967	980	1025	1045	4954	962	963	956	960	925	4765
	n non pondérés	1107	1113	1142	1118	991	5471	866	960	993	1064	913	4796	828	1054	1094	1064	944	4984	874	1076	1032	984	859	4825	736	844	1040	977	958	4555
Filles	jamais	87.1	82.2	68.1	60.1	54.8	70.5	73.2	64.8	52.5	43.3	45.0	55.4	67.5	52.5	39.9	30.3	27.1	43.1	60.8	51.9	43.7	38.3	32.8	45.2	61.4	55.8	45.4	35.0	32.2	46.1
	moins d'une fois par semaine	9.1	11.8	20.8	23.0	26.9	18.3	19.9	25.1	29.0	34.4	31.8	28.2	20.9	26.3	29.2	31.1	34.9	28.6	24.5	27.9	30.3	30.8	36.7	30.2	24.3	28.5	30.7	37.6	38.3	31.8
	une fois par semaine	2.1	2.9	4.9	7.5	7.0	4.9	2.9	4.6	8.0	8.0	10.7	6.9	6.5	9.3	11.3	14.4	13.8	11.1	5.8	8.3	10.1	13.1	14.2	10.4	5.9	6.9	8.6	13.0	15.7	10.0
	2 à 4 jours par semaine	0.7	1.7	3.2	5.2	6.2	3.4	1.8	2.4	5.8	7.5	6.6	4.9	2.7	5.6	8.3	12.0	11.1	8.0	3.0	4.9	7.3	8.6	9.4	6.7	2.8	3.5	7.2	7.1	7.0	5.5
	5 à 6 jours par semaine	0.5	0.4	1.5	1.6	1.8	1.2	0.8	1.8	2.4	3.8	2.6	2.3	0.5	2.3	4.7	5.5	5.6	3.8	1.5	2.4	3.8	4.3	3.1	3.1	2.1	2.1	3.3	3.5	2.7	2.8
	une fois par jour	0.4	0.4	0.9	2.1	2.1	1.2	0.8	0.5	1.3	2.0	1.6	1.3	0.6	2.4	3.1	3.6	4.9	2.9	3.0	3.0	2.8	2.9	2.2	2.8	1.9	2.1	2.8	1.8	2.4	2.2
	plusieurs fois par jour	0.2	0.5	0.6	0.6	1.2	0.6	0.6	0.8	1.0	1.0	1.8	1.0	1.3	1.6	3.5	3.2	2.7	2.5	1.3	1.4	2.1	1.9	1.7	1.7	1.8	1.0	1.8	2.0	1.6	1.6
	n pondérés	1086	1074	1074	1076	1061	5372	917	926	933	981	980	4737	946	962	978	1004	1008	4898	895	920	934	982	982	4713	922	921	907	910	877	4537
	n non pondérés	1100	1127	1165	1215	947	5554	889	959	1077	1134	885	4944	827	1047	1117	1070	966	5027	860	984	1089	1077	832	4842	800	890	1136	1015	911	4752
	plus d'une fois par semaine	1.7	3.1	6.3	9.4	11.3	6.3	3.9	5.5	10.6	14.3	12.5	9.5	5.1	11.9	19.6	24.2	24.2	17.2	8.8	11.8	15.9	17.7	16.3	14.2	8.5	8.8	15.2	14.4	13.8	12.1
	maximum une fois par semaine	98.3	96.9	93.7	90.6	88.7	93.7	96.1	94.5	89.4	85.7	87.5	90.5	94.9	88.1	80.4	75.8	75.8	82.8	91.2	88.2	84.1	82.3	83.7	85.8	91.5	91.2	84.8	85.6	86.2	87.9
	n pondérés	1086	1074	1074	1076	1061	5372	917	926	933	981	980	4737	946	962	978	1004	1008	4898	895	920	934	982	982	4713	922	921	907	910	877	4537
	n non pondérés	1100	1127	1165	1215	947	5554	889	959	1077	1134	885	4944	827	1047	1117	1070	966	5027	860	984	1089	1077	832	4842	800	890	1136	1015	911	4752
Total	jamais	79.1	70.4	59.1	49.5	45.6	60.8	65.1	56.6	42.6	34.4	34.8	46.4	55.8	42.2	30.8	22.7	20.5	34.1	49.8	41.7	34.0	29.9	25.6	35.9	51.3	43.5	36.2	28.8	25.0	37.1
	moins d'une fois par semaine	14.2	18.6	23.7	26.1	28.8	22.2	24.1	27.4	31.6	33.7	31.7	29.8	25.3	28.7	29.6	30.9	30.4	29.0	27.2	31.0	30.8	31.8	34.9	31.2	26.4	29.5	32.0	35.9	37.7	32.2
	une fois par semaine	3.7	4.7	7.5	10.2	10.1	7.2	5.2	8.0	10.8	12.6	14.2	10.2	8.6	11.8	13.8	15.5	15.8	13.2	8.7	10.5	13.5	14.8	16.9	13.0	9.6	10.9	12.2	14.6	16.0	12.6
	2 à 4 jours par semaine	1.5	3.1	5.2	8.2	8.8	5.3	2.6	3.9	8.4	10.1	10.7	7.2	4.6	7.9	11.5	14.5	15.0	10.8	5.2	6.9	9.4	12.2	11.6	9.2	5.6	6.2	8.4	10.1	10.4	8.1
	5 à 6 jours par semaine	0.5	1.3	2.1	2.1	2.9	1.8	1.0	1.9	3.3	5.1	3.6	3.0	2.0	3.6	6.0	7.2	7.2	5.3	3.0	3.6	4.9	4.9	4.7	4.2	2.8	3.8	4.4	4.6	4.4	4.0
	une fois par jour	0.5	1.1	1.4	2.4	2.4	1.6	1.0	1.3	1.8	2.9	2.7	2.0	1.4	3.3	4.1	4.7	6.5	4.0	3.5	3.6	3.4	3.4	3.2	3.4	2.0	3.2	3.8	3.3	3.4	3.1
	plusieurs fois par jour	0.5	0.8	0.9	1.5	1.4	1.0	1.0	1.0	1.5	1.1	2.3	1.4	2.3	2.4	4.0	4.5	4.5	3.6	2.6	2.8	4.1	3.0	3.2	3.1	2.3	2.8	2.9	2.7	3.1	2.7
	n pondérés	2229	2208	2208	2200	2180	11025	1878	1905	1910	2028	2018	9740	1934	1965	1997	2057	2058	10011	1834	1887	1914	2006	2027	9667	1884	1884	1863	1869	1803	9302
	n non pondérés	2207	2240	2307	2333	1938	11025	1755	1919	2070	2198	1798	9740	1655	2101	2211	2134	1910	10011	1734	2060	2121	2061	1691	9667	1536	1734	2176	1992	1869	9307
	plus d'une fois par semaine	3.0	6.4	9.7	14.2	15.5	9.7	5.6	8.1	15.1	19.3	19.3	13.6	10.3	17.3	25.7	31.0	33.2	23.7	14.3	16.8	21.8	23.5	22.7	19.9	12.8	16.1	19.6	20.7	21.3	18.0
	maximum une fois par semaine	97.0	93.6	90.3	85.8	84.5	90.3	94.4	91.9	84.9	80.7	80.7	86.4	89.7	82.7	74.3	69.0	66.8	76.3	85.7	83.2	78.2	76.5	77.3	80.1	87.2	83.9	80.4	79.3	78.7	82.0
	n pondérés	2229	2208	2208	2200	2180	11025	1878	1905	1910	2028	2018	9740	1934	1965	1997	2057	2058	10011	1834	1887	1914	2006	2027	9667	1884	1884	1863	1869	1803	9302
	n non pondérés	2207	2240	2307	2333	1938	11025	1755	1919	2070	2198	1798	9740	1655	2101	2211	2134	1910	10011	1734	2060	2121	2061	1691	9667	1536	1734	2176	1992	1869	9307

Annexe 3.17 - Fréquence habituelle de la consommation de chips/frites parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2014-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	jamais	2.3	3.8	2.6	2.9	2.4	2.8	3.0	3.1	2.5	2.5	2.0	2.6
	moins d'une fois par semaine	51.1	45.8	42.1	37.7	36.1	42.6	50.7	47.1	42.1	35.5	35.3	41.9
	une fois par semaine	23.6	26.5	27.4	27.3	29.1	26.8	25.9	23.7	27.5	31.0	29.6	27.6
	2 à 4 jours par semaine	13.2	15.3	17.0	20.1	23.7	17.8	12.0	17.4	17.5	20.4	22.9	18.2
	5 à 6 jours par semaine	4.2	4.3	7.0	7.0	4.6	5.4	4.8	5.3	4.9	5.9	6.4	5.5
	une fois par jour	3.4	2.7	2.4	2.8	3.2	2.9	2.4	2.0	3.1	3.2	3.1	2.8
	plusieurs fois par jour	2.1	1.6	1.6	2.2	0.8	1.7	1.2	1.5	2.4	1.5	0.8	1.4
	n pondérés	1143	1134	1135	1122	1115	5650	965	981	988	1054	1044	5032
	n non pondérés	1107	1113	1144	1116	988	5468	869	962	1004	1071	918	4824
	plus d'une fois par semaine	22.9	23.9	27.9	32.1	32.3	27.8	20.4	26.1	27.9	31.0	33.1	27.8
	maximum une fois par semaine	77.1	76.1	72.1	67.9	67.7	72.2	79.6	73.9	72.1	69.0	66.9	72.2
	n pondérés	1143	1134	1135	1122	1115	5650	965	981	988	1054	1044	5032
	n non pondérés	1107	1113	1144	1116	988	5468	869	962	1004	1071	918	4824
Filles	jamais	6.9	3.9	2.3	3.7	3.0	4.0	5.9	4.5	4.5	3.9	4.6	4.7
	moins d'une fois par semaine	54.4	53.4	46.6	46.2	48.5	49.8	55.1	57.4	49.3	47.6	50.6	51.9
	une fois par semaine	20.2	24.4	25.3	27.2	25.1	24.4	21.2	20.6	25.1	28.2	24.0	23.9
	2 à 4 jours par semaine	11.2	12.7	18.2	15.3	16.0	14.6	11.9	12.1	12.8	13.1	14.5	12.9
	5 à 6 jours par semaine	3.7	2.7	4.5	4.3	4.0	3.8	2.6	2.9	4.6	4.2	3.8	3.6
	une fois par jour	2.4	1.9	2.1	2.2	2.0	2.1	1.8	1.6	2.2	1.8	1.8	1.8
	plusieurs fois par jour	1.3	1.1	1.1	1.1	1.4	1.2	1.5	0.9	1.4	1.3	0.7	1.1
	n pondérés	1087	1077	1077	1080	1069	5390	924	925	937	987	990	4763
	n non pondérés	1101	1130	1168	1219	954	5572	896	958	1082	1141	894	4971
	plus d'une fois par semaine	18.5	18.3	25.9	22.9	23.4	21.8	17.7	17.5	21.1	20.3	20.8	19.5
	maximum une fois par semaine	81.5	81.7	74.1	77.1	76.6	78.2	82.3	82.5	78.9	79.7	79.2	80.5
	n pondérés	1087	1077	1077	1080	1069	5390	924	925	937	987	990	4763
	n non pondérés	1101	1130	1168	1219	954	5572	896	958	1082	1141	894	4971
Total	jamais	4.6	3.8	2.5	3.3	2.7	3.4	4.4	3.8	3.5	3.2	3.2	3.6
	moins d'une fois par semaine	52.7	49.5	44.3	41.9	42.2	46.1	52.9	52.1	45.6	41.3	42.7	46.8
	une fois par semaine	21.9	25.5	26.3	27.3	27.1	25.6	23.6	22.2	26.3	29.7	26.9	25.8
	2 à 4 jours par semaine	12.2	14.0	17.5	17.7	19.9	16.3	12.0	14.8	15.2	16.9	18.8	15.6
	5 à 6 jours par semaine	4.0	3.5	5.8	5.7	4.3	4.6	3.7	4.1	4.8	5.1	5.1	4.6
	une fois par jour	2.9	2.3	2.3	2.5	2.6	2.5	2.1	1.8	2.7	2.5	2.4	2.3
	plusieurs fois par jour	1.7	1.3	1.3	1.7	1.1	1.4	1.3	1.2	1.9	1.4	0.7	1.3
	n pondérés	2230	2211	2212	2202	2185	11040	1889	1906	1925	2041	2033	9795
	n non pondérés	2208	2243	2312	2335	1942	11040	1765	1920	2086	2212	1812	9795
	plus d'une fois par semaine	20.8	21.2	26.9	27.6	27.9	24.9	19.1	21.9	24.6	25.8	27.1	23.8
	maximum une fois par semaine	79.2	78.8	73.1	72.4	72.1	75.1	80.9	78.1	75.4	74.2	72.9	76.2
	n pondérés	2230	2211	2212	2202	2185	11040	1889	1906	1925	2041	2033	9795
	n non pondérés	2208	2243	2312	2335	1942	11040	1765	1920	2086	2212	1812	9795

Annexe 3.18 - Fréquence habituelle de la consommation de pizza parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2014-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	jamais	4.1	3.1	2.6	2.1	2.5	2.9	4.6	3.5	1.8	2.2	1.6	2.7
	moins d'une fois par semaine	65.8	64.0	62.1	55.9	57.4	61.1	67.8	66.3	62.6	58.3	57.2	62.3
	une fois par semaine	21.6	23.5	24.8	28.9	27.2	25.2	21.4	22.6	27.5	29.2	30.3	26.3
	2 à 4 jours par semaine	4.5	6.2	7.6	8.5	9.9	7.3	4.1	5.0	5.7	8.1	7.9	6.2
	5 à 6 jours par semaine	2.4	1.8	1.9	2.7	2.1	2.2	1.1	1.4	1.2	1.3	2.2	1.4
	une fois par jour	1.1	1.1	0.3	1.2	0.5	0.8	0.6	0.7	0.6	0.6	0.7	0.6
	plusieurs fois par jour	0.5	0.3	0.7	0.7	0.4	0.5	0.3	0.5	0.6	0.5	0.1	0.4
	n pondérés	1144	1136	1138	1129	1121	5668	966	980	985	1050	1046	5026
	n non pondérés	1108	1115	1147	1123	993	5486	870	961	1001	1066	920	4818
	plus d'une fois par semaine	8.6	9.3	10.5	13.0	12.9	10.8	6.2	7.6	8.1	10.4	10.9	8.7
	maximum une fois par semaine	91.4	90.7	89.5	87.0	87.1	89.2	93.8	92.4	91.9	89.6	89.1	91.3
	n pondérés	1144	1136	1138	1129	1121	5668	966	980	985	1050	1046	5026
	n non pondérés	1108	1115	1147	1123	993	5486	870	961	1001	1066	920	4818
Filles	jamais	4.8	4.4	2.8	3.2	3.3	3.7	2.4	4.2	3.1	2.4	2.2	2.8
	moins d'une fois par semaine	67.7	67.5	67.5	64.4	65.4	66.5	70.1	67.8	68.3	69.3	72.9	69.7
	une fois par semaine	20.6	21.8	22.1	26.1	23.6	22.8	21.5	21.9	22.6	22.4	18.5	21.3
	2 à 4 jours par semaine	4.0	4.0	5.5	4.5	5.6	4.7	3.9	4.3	3.8	4.2	5.2	4.3
	5 à 6 jours par semaine	1.5	1.3	1.4	1.2	0.9	1.3	1.1	1.4	1.8	1.1	0.9	1.2
	une fois par jour	1.0	0.6	0.4	0.2	0.8	0.6	0.8	0.2	0.2	0.6	0.2	0.4
	plusieurs fois par jour	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.1	0.1	0.2
	n pondérés	1091	1072	1074	1077	1064	5379	918	927	936	983	989	4752
	n non pondérés	1105	1125	1165	1216	949	5560	890	960	1080	1136	893	4959
	plus d'une fois par semaine	6.9	6.3	7.6	6.3	7.7	7.0	6.1	6.1	6.0	6.0	6.4	6.1
	maximum une fois par semaine	93.1	93.7	92.4	93.7	92.3	93.0	93.9	93.9	94.0	94.0	93.6	93.9
	n pondérés	1091	1072	1074	1077	1064	5379	918	927	936	983	989	4752
	n non pondérés	1105	1125	1165	1216	949	5560	890	960	1080	1136	893	4959
Total	jamais	4.4	3.8	2.7	2.7	2.9	3.3	3.5	3.8	2.4	2.3	1.9	2.8
	moins d'une fois par semaine	66.7	65.7	64.7	60.1	61.3	63.7	68.9	67.0	65.4	63.6	64.8	65.9
	une fois par semaine	21.1	22.7	23.5	27.5	25.4	24.0	21.4	22.2	25.1	25.9	24.6	23.9
	2 à 4 jours par semaine	4.3	5.1	6.6	6.5	7.8	6.0	4.0	4.6	4.8	6.2	6.6	5.3
	5 à 6 jours par semaine	2.0	1.6	1.7	1.9	1.5	1.7	1.1	1.4	1.5	1.2	1.6	1.3
	une fois par jour	1.0	0.9	0.3	0.7	0.7	0.7	0.7	0.5	0.4	0.6	0.4	0.5
	plusieurs fois par jour	0.5	0.3	0.5	0.6	0.4	0.4	0.3	0.4	0.4	0.3	0.1	0.3
	n pondérés	2235	2208	2213	2206	2185	11047	1884	1907	1921	2032	2034	9778
	n non pondérés	2213	2240	2312	2339	1942	11046	1760	1921	2081	2202	1813	9777
	plus d'une fois par semaine	7.7	7.9	9.0	9.7	10.4	8.9	6.1	6.9	7.1	8.3	8.7	7.4
	maximum une fois par semaine	92.3	92.1	91.0	90.3	89.6	91.1	93.9	93.1	92.9	91.7	91.3	92.6
	n pondérés	2235	2208	2213	2206	2185	11047	1884	1907	1921	2032	2034	9778
	n non pondérés	2213	2240	2312	2339	1942	11046	1760	1921	2081	2202	1813	9777

Annexe 3.19 - Nombre de portions de fruits et légumes consommées par jour parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe et l'âge (HBSC 2018, en %)

		HBSC 2018					
		11	12	13	14	15	Total
Garçons	ne mange pas chaque jour des fruits et des légumes	68.3	69.7	72.9	72.4	78.2	72.3
	mange chaque jour des fruits et des légumes, mais au total moins de 5 portions	13.3	13.0	13.0	14.2	11.0	12.9
	mange chaque jour des fruits et des légumes, au total 5 portions ou plus	18.4	17.3	14.1	13.3	10.8	14.8
	n pondérés	1125	1125	1127	1115	1097	5590
	n non pondérés	1090	1104	1136	1109	972	5411
Filles	ne mange pas chaque jour des fruits et des légumes	60.3	62.6	63.9	65.4	63.7	63.2
	mange chaque jour des fruits et des légumes, mais au total moins de 5 portions	17.2	15.7	16.9	14.7	17.4	16.4
	mange chaque jour des fruits et des légumes, au total 5 portions ou plus	22.5	21.7	19.2	19.9	18.9	20.4
	n pondérés	1078	1065	1063	1074	1056	5336
	n non pondérés	1091	1118	1153	1212	942	5516
Total	ne mange pas chaque jour des fruits et des légumes	64.4	66.3	68.5	69.0	71.1	67.8
	mange chaque jour des fruits et des légumes, mais au total moins de 5 portions	15.2	14.3	14.9	14.5	14.1	14.6
	mange chaque jour des fruits et des légumes, au total 5 portions ou plus	20.4	19.5	16.6	16.6	14.8	17.6
	n pondérés	2203	2190	2191	2189	2153	10925
	n non pondérés	2181	2222	2289	2321	1914	10927

Annexe 3.20 - Relation entre le (vrai) petit déjeuner quotidien et la consommation quotidienne d'au moins 5 portions de fruits et de légumes resp. le score « aliments et boissons à consommer seulement occasionnellement »; régression logistique multiple pour les 11 à 15 ans, sous contrôle de l'âge et du sexe, HBSC 2018

	La consommation quotidienne d'au moins 5 portions de fruits et de légumes				Le score « aliments et boissons à consommer seulement occasionnellement »			
	11-15 ans (n_{max}=11'121)				11-15 ans (n_{max}=11'121)			
Variable indépendante	OR[a]	Sign.[b]	CI 95%[c]		OR[a]	Sign.[b]	CI 95%[c]	
Petit déjeuner quotidien[1]	1.75	***	1.57	1.94	0.22	***	0.18	0.25

Remarques :

a) OR = Odds Ratio (coefficients d'association);
b) Seuil de significativité : *** = p < .001
c) CI 95% = Intervalle de confiance à 95% (calculé en tenant compte de l'effet de l'échantillonnage par grappes)

Une régression logistique multiple a été effectuée pour chaque variable dépendante, sous contrôle de l'âge et du sexe.

1) Petit déjeuner quotidien : catégorie de référence = moins souvent.

Exemple de lecture :

La probabilité de consommer au moins cinq portions de fruits et de légumes par jour est plus élevée pour les élèves qui prennent un vrai petit déjeuner chaque jour (OR = 1.75, p < .001, IC 95% : 1.57, 1.94, n_{max}=11'121).

Annexe 4.1 - Nombre de jours, au cours des 7 derniers jours, où les élèves de 11 à 15 ans font de l'activité physique pendant au moins 60 minutes (estimation*), selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006						HBSC 2002					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	0 jour	1.2	2.1	2.1	2.5	3.3	2.2	1.5	2.2	1.9	2.4	2.0	2.0	1.3	1.1	1.5	2.0	2.2	1.6	2.3	2.2	2.6	4.4	3.5	3.0	2.2	2.3	2.4	2.7	3.2	2.5
	1 jour	5.3	4.3	4.7	5.2	4.2	4.7	4.4	4.9	4.6	5.8	5.1	5.0	5.4	3.9	3.5	5.1	5.6	4.7	8.2	6.6	10.8	10.2	8.3	8.8	7.4	5.8	7.2	9.3	7.7	7.5
	2 jours	8.2	9.2	10.4	10.7	10.5	9.8	7.9	9.6	8.7	9.9	13.3	9.9	11.2	10.5	11.9	12.1	15.2	12.2	13.0	14.3	15.7	16.4	15.0	14.9	13.4	13.2	12.6	12.2	15.4	13.4
	3 jours	13.0	15.8	17.5	17.9	18.4	16.5	13.1	16.0	14.6	15.7	17.9	15.5	17.3	16.6	17.9	19.5	19.3	18.1	18.3	18.1	17.9	19.1	21.4	19.0	15.3	16.1	17.9	17.7	16.1	16.6
	4 jours	16.4	20.5	18.6	17.9	17.5	18.2	17.3	18.4	17.0	19.3	20.3	18.5	16.4	19.1	18.9	19.9	20.6	19.0	15.5	16.8	14.1	15.8	15.3	15.5	16.7	15.9	17.9	16.9	17.2	16.9
	5 jours	18.6	15.9	19.8	18.6	19.0	18.4	17.0	16.4	21.4	17.2	19.3	18.3	16.3	16.9	18.7	16.4	13.1	16.3	14.5	15.7	13.7	11.3	14.4	13.9	14.8	13.8	13.8	13.7	13.8	14.0
	6 jours	13.4	13.7	13.3	10.5	12.2	12.6	13.7	12.8	13.8	13.4	10.3	12.8	13.4	13.4	12.1	11.3	11.8	12.4	9.7	10.9	8.9	9.9	9.1	9.7	10.2	12.5	13.3	11.6	10.8	11.7
	7 jours	24.0	18.6	13.6	16.7	14.8	17.5	25.1	19.6	18.1	16.2	11.9	18.0	18.6	18.5	15.5	13.7	12.2	15.7	18.4	15.4	16.2	12.9	13.0	15.1	20.0	20.3	14.9	15.9	15.7	17.4
	n pondérés	1140	1141	1140	1132	1117	5670	958	969	985	1050	1044	5006	994	1011	1027	1053	1059	5144	927	959	974	1015	1046	4920	972	956	951	955	922	4757
	n non pondérés	1104	1120	1149	1126	989	5488	863	950	1001	1067	918	4799	833	1062	1103	1064	952	5014	863	1067	1026	975	860	4791	744	838	1035	972	955	4544
	moins de 7 jours	76.0	81.4	86.4	83.3	85.2	82.5	74.9	80.4	81.9	83.8	88.1	82.0	81.4	81.5	84.5	86.3	87.8	84.3	81.6	84.6	83.8	87.1	87.0	84.9	80.0	79.7	85.1	84.1	84.3	82.6
	tous les jours	24.0	18.6	13.6	16.7	14.8	17.5	25.1	19.6	18.1	16.2	11.9	18.0	18.6	18.5	15.5	13.7	12.2	15.7	18.4	15.4	16.2	12.9	13.0	15.1	20.0	20.3	14.9	15.9	15.7	17.4
	n pondérés	1140	1141	1140	1132	1117	5670	958	969	985	1050	1044	5006	994	1011	1027	1053	1059	5144	927	959	974	1015	1046	4920	972	956	951	955	922	4757
	n non pondérés	1104	1120	1149	1126	989	5488	863	950	1001	1067	918	4799	833	1062	1103	1064	952	5014	863	1067	1026	975	860	4791	744	838	1035	972	955	4544
Filles	0 jour	1.7	1.2	2.4	2.9	4.2	2.5	2.1	2.0	2.2	2.4	2.1	2.2	1.2	1.5	1.9	2.9	2.1	1.9	3.8	3.1	3.2	4.7	3.4	3.6	3.0	4.1	3.0	4.9	4.3	3.9
	1 jour	5.8	5.8	6.3	7.7	7.2	6.6	4.7	5.8	7.0	8.0	10.7	7.3	7.3	7.3	6.3	8.5	8.1	7.5	10.9	11.1	10.7	13.6	12.6	11.8	9.6	10.7	13.0	13.8	14.1	12.2
	2 jours	10.7	11.6	14.8	16.4	15.3	13.7	11.8	10.5	14.0	16.3	18.1	14.2	14.2	14.4	17.0	14.3	20.9	16.2	18.4	16.9	19.7	18.6	17.6	18.3	20.4	16.3	16.3	18.0	19.8	18.2
	3 jours	19.1	18.8	19.1	21.9	22.2	20.2	17.5	18.9	19.6	19.9	19.4	19.1	19.3	22.1	24.1	24.2	22.2	22.4	19.5	18.7	22.8	19.2	21.5	20.4	20.9	20.5	21.3	19.5	19.5	20.4
	4 jours	18.2	19.6	18.2	16.9	17.4	18.0	19.1	20.2	18.9	18.0	19.0	19.0	18.4	18.0	20.1	20.6	19.8	19.4	15.6	17.7	13.3	12.9	12.5	14.3	15.4	15.6	15.8	13.6	11.5	14.4
	5 jours	17.3	18.2	18.2	15.3	17.3	17.3	16.7	18.8	17.7	18.5	14.9	17.3	18.5	14.8	14.2	14.6	13.4	15.1	13.2	14.3	12.2	12.2	14.1	13.2	11.1	14.1	11.6	11.2	11.5	11.9
	6 jours	13.2	12.4	9.9	10.2	9.3	11.0	12.6	12.3	10.3	8.7	8.5	10.4	9.8	11.0	8.1	6.3	7.9	8.6	9.4	7.6	8.1	7.0	7.7	8.0	8.1	7.6	8.1	8.2	8.3	8.1
	7 jours	14.0	12.4	11.1	8.8	6.9	10.6	15.8	11.4	10.3	8.2	7.3	10.5	11.3	10.8	8.3	8.6	5.6	8.9	9.2	10.6	10.0	11.8	10.6	10.5	11.4	11.1	10.8	10.9	11.0	11.1
	n pondérés	1074	1072	1067	1077	1067	5357	903	912	928	990	986	4720	944	959	973	1006	1004	4885	886	905	918	965	981	4655	921	913	905	912	874	4525
	n non pondérés	1087	1125	1157	1216	952	5537	876	945	1071	1144	891	4927	825	1044	1111	1072	962	5014	851	968	1070	1059	831	4779	799	882	1134	1018	907	4740
	moins de 7 jours	86.0	87.6	88.9	91.2	93.1	89.4	84.2	88.6	89.7	91.8	92.7	89.5	88.7	89.2	91.7	91.4	94.4	91.1	90.8	89.4	90.0	88.2	89.4	89.5	88.6	88.9	89.2	89.1	89.0	88.9
	tous les jours	14.0	12.4	11.1	8.8	6.9	10.6	15.8	11.4	10.3	8.2	7.3	10.5	11.3	10.8	8.3	8.6	5.6	8.9	9.2	10.6	10.0	11.8	10.6	10.5	11.4	11.1	10.8	10.9	11.0	11.1
	n pondérés	1074	1072	1067	1077	1067	5357	903	912	928	990	986	4720	944	959	973	1006	1004	4885	886	905	918	965	981	4655	921	913	905	912	874	4525
	n non pondérés	1087	1125	1157	1216	952	5537	876	945	1071	1144	891	4927	825	1044	1111	1072	962	5014	851	968	1070	1059	831	4779	799	882	1134	1018	907	4740
Total	0 jour	1.5	1.7	2.2	2.7	3.8	2.4	1.8	2.1	2.1	2.4	2.0	2.1	1.3	1.3	1.7	2.4	2.1	1.8	3.0	2.7	2.9	4.6	3.4	3.3	2.6	3.2	2.7	3.8	3.8	3.2
	1 jour	5.5	5.0	5.5	6.4	5.7	5.6	4.5	5.4	5.8	6.9	7.8	6.1	6.3	5.5	4.9	6.7	6.8	6.1	9.5	8.7	10.7	11.8	10.4	10.3	8.5	8.2	10.0	11.5	10.8	9.8
	2 jours	9.4	10.3	12.5	13.5	12.9	11.7	9.8	10.0	11.3	13.0	15.6	12.0	12.6	12.4	14.4	13.2	18.0	14.1	15.7	15.6	17.6	17.5	16.2	16.5	16.8	14.8	14.4	15.0	17.6	15.7
	3 jours	16.0	17.3	18.3	19.9	20.2	18.3	15.2	17.4	17.0	17.7	18.6	17.2	18.3	19.3	20.9	21.8	20.7	20.2	18.9	18.4	20.3	19.1	21.5	19.7	18.0	18.3	19.6	18.6	17.8	18.5
	4 jours	17.3	20.1	18.4	17.4	17.5	18.1	18.1	19.3	17.9	18.7	19.6	18.7	17.4	18.6	19.5	20.3	20.2	19.2	15.6	17.2	13.7	14.4	14.0	14.9	16.0	15.8	16.9	15.3	14.4	15.7
	5 jours	18.0	17.0	19.0	17.0	18.2	17.8	16.9	17.6	19.6	17.9	17.2	17.8	17.4	15.9	16.5	15.6	13.3	15.7	13.8	15.0	13.0	11.7	14.3	13.6	13.0	13.9	12.8	12.5	12.7	13.0
	6 jours	13.3	13.1	11.7	10.3	10.8	11.8	13.1	12.6	12.1	11.1	9.5	11.6	11.7	12.2	10.2	8.9	9.9	10.5	9.6	9.3	8.5	8.5	8.4	8.8	9.2	10.1	10.8	9.9	9.6	9.9
	7 jours	19.1	15.6	12.4	12.8	10.9	14.2	20.6	15.6	14.3	12.3	9.6	14.4	15.0	14.8	12.0	11.2	9.0	12.4	13.9	13.1	13.2	12.4	11.8	12.8	15.8	15.8	12.9	13.5	13.4	14.3
	n pondérés	2213	2213	2207	2209	2184	11026	1862	1881	1913	2040	2030	9726	1937	1970	2000	2059	2062	10029	1812	1864	1892	1980	2027	9575	1893	1869	1857	1867	1796	9281
	n non pondérés	2191	2245	2306	2342	1941	11025	1739	1895	2072	2211	1809	9726	1658	2106	2214	2136	1914	10028	1714	2035	2096	2034	1691	9570	1543	1720	2169	1990	1862	9284
	moins de 7 jours	80.9	84.4	87.6	87.2	89.1	85.8	79.4	84.4	85.7	87.7	90.4	85.6	85.0	85.2	88.0	88.8	91.0	87.6	86.1	86.9	86.8	87.6	88.2	87.2	84.2	84.2	87.1	86.5	86.6	85.7
	tous les jours	19.1	15.6	12.4	12.8	10.9	14.2	20.6	15.6	14.3	12.3	9.6	14.4	15.0	14.8	12.0	11.2	9.0	12.4	13.9	13.1	13.2	12.4	11.8	12.8	15.8	15.8	12.9	13.5	13.4	14.3
	n pondérés	2213	2213	2207	2209	2184	11026	1862	1881	1913	2040	2030	9726	1937	1970	2000	2059	2062	10029	1812	1864	1892	1980	2027	9575	1893	1869	1857	1867	1796	9281
	n non pondérés	2191	2245	2306	2342	1941	11025	1739	1895	2072	2211	1809	9726	1658	2106	2214	2136	1914	10028	1714	2035	2096	2034	1691	9570	1543	1720	2169	1990	1862	9284

Remarque: Résultats basés sur des données déclaratives et non sur une mesure par capteur de mouvement. Cette méthodologie tend à une sur- ou sous-estimation du temps quotidien consacré à l'activité physique.

Annexe 4.2 - Fréquence de la pratique d'un sport en dehors des heures d'école parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 1998-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006						HBSC 2002						HBSC 1998					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	chaque jour	19.4	13.8	11.5	11.8	11.2	13.6	23.3	19.1	18.1	15.0	11.1	17.2	21.6	18.9	15.4	13.1	13.7	16.4	28.8	26.3	23.7	19.9	16.9	23.0	29.1	33.4	24.8	23.2	19.5	26.0	26.9	27.3	24.6	20.3	17.7	23.4
	4 à 6 fois par semaine	34.6	34.8	31.1	29.9	27.6	31.6	29.3	30.7	31.7	29.9	29.6	30.2	31.6	30.9	29.7	25.7	23.5	28.2	24.3	27.1	27.9	26.8	26.9	26.6	28.4	26.9	31.5	25.8	26.7	27.9	33.4	28.1	29.1	29.3	31.7	30.3
	2 à 3 fois par semaine	33.4	35.9	39.9	36.7	36.3	36.4	30.7	35.2	35.2	33.8	34.8	33.9	29.9	33.7	36.2	39.5	36.4	35.2	31.3	31.5	33.0	33.6	34.8	32.9	30.6	26.9	29.4	32.7	32.8	30.5	25.2	28.8	28.8	34.1	30.8	29.5
	une fois par semaine	10.0	11.7	11.9	14.0	14.7	12.4	11.8	10.9	9.6	13.5	15.8	12.4	12.7	12.4	12.8	14.9	17.1	14.0	13.1	12.2	11.3	14.4	14.6	13.1	8.7	8.7	10.6	12.4	14.6	11.0	10.9	10.4	12.3	10.1	11.7	11.1
	une fois par mois	0.9	1.2	1.9	2.9	4.0	2.2	1.4	1.7	1.6	3.4	3.8	2.4	1.3	1.4	2.7	3.0	2.9	2.3	1.0	0.6	1.6	2.0	2.4	1.6	0.9	1.4	1.3	1.8	3.0	1.7	1.7	1.8	2.0	2.6	3.4	2.3
	moins d'une fois par mois	0.4	1.2	1.7	2.8	3.3	1.9	1.6	1.0	1.9	1.7	2.2	1.7	0.7	1.4	0.9	1.8	2.7	1.5	0.7	0.7	0.7	1.2	2.1	1.1	1.3	0.8	1.1	1.2	1.4	1.2	0.5	1.1	1.9	1.9	2.5	1.6
	jamais	1.4	1.3	1.9	2.0	2.8	1.9	1.9	1.5	2.0	2.7	2.6	2.1	2.0	1.4	2.4	2.1	3.6	2.3	0.9	1.6	1.8	2.0	2.3	1.7	0.9	1.9	1.4	2.9	2.0	1.8	1.3	2.5	1.4	1.7	2.2	1.8
	n pondérés	1147	1145	1135	1131	1118	5676	969	984	991	1040	1040	5024	992	1015	1030	1065	1059	5161	951	974	986	1026	1045	4982	975	959	953	959	926	4772	888	893	881	897	884	4442
	n non pondérés	1111	1124	1144	1125	990	5494	873	965	1007	1056	915	4816	832	1066	1106	1076	952	5032	886	1084	1039	985	859	4853	746	841	1037	976	959	4559	746	943	918	874	857	4338
	une fois par mois ou moins souvent	2.7	3.8	5.6	7.6	10.2	6.0	4.9	4.1	5.5	7.8	8.6	6.2	4.1	4.2	6.0	6.9	9.2	6.1	2.6	3.0	4.1	5.3	6.9	4.4	3.2	4.2	3.7	5.9	6.4	4.7	3.6	5.4	5.2	6.3	8.1	5.7
	au moins une fois par semaine	97.3	96.2	94.4	92.4	89.8	94.0	95.1	95.9	94.5	92.2	91.4	93.8	95.9	95.8	94.0	93.1	90.8	93.9	97.4	97.0	95.9	94.7	93.1	95.6	96.8	95.8	96.3	94.1	93.6	95.3	96.4	94.6	94.8	93.7	91.9	94.3
	n pondérés	1147	1145	1135	1131	1118	5676	969	984	991	1040	1040	5024	992	1015	1030	1065	1059	5161	951	974	986	1026	1045	4982	975	959	953	959	926	4772	888	893	881	897	884	4442
	n non pondérés	1111	1124	1144	1125	990	5494	873	965	1007	1056	915	4816	832	1066	1106	1076	952	5032	886	1084	1039	985	859	4853	746	841	1037	976	959	4559	746	943	918	874	857	4338
Filles	chaque jour	10.6	8.0	7.5	6.6	5.5	7.6	11.4	9.3	8.3	5.3	5.5	7.9	9.2	9.5	7.5	6.4	6.2	7.7	14.1	10.5	9.1	8.0	8.2	9.9	14.8	12.3	12.0	10.0	10.9	12.0	7.8	10.6	9.0	7.8	8.1	8.7
	4 à 6 fois par semaine	24.0	24.3	20.1	17.0	17.2	20.5	23.6	22.9	20.3	17.7	16.3	20.1	20.8	19.4	16.9	14.2	12.8	16.8	16.3	17.9	14.9	15.1	13.0	15.4	19.6	21.2	17.4	18.0	15.5	18.4	17.8	17.6	18.0	16.2	13.2	16.6
	2 à 3 fois par semaine	42.7	40.0	41.2	37.5	38.6	40.0	39.6	38.7	39.2	40.4	34.0	38.3	40.6	41.4	38.7	37.0	32.2	37.9	37.9	37.3	38.2	34.2	35.3	36.5	38.1	40.3	39.5	35.6	36.0	37.9	34.8	35.5	37.4	36.9	35.2	36.0
	une fois par semaine	16.6	20.5	18.5	23.9	22.3	20.4	17.7	23.1	21.5	23.3	25.1	22.2	21.0	21.2	23.5	26.7	27.6	24.1	24.5	26.5	25.8	27.3	27.1	26.3	22.3	20.2	21.7	24.6	22.8	22.3	26.1	24.6	21.6	22.4	24.3	23.8
	une fois par mois	2.0	3.3	3.9	5.0	6.3	4.1	3.2	2.1	4.2	4.5	6.6	4.1	3.3	3.1	5.0	6.6	7.5	5.1	2.2	3.0	4.3	5.6	6.9	4.4	2.2	2.9	3.7	5.2	7.2	4.2	4.0	3.7	4.7	6.3	6.3	5.0
	moins d'une fois par mois	1.6	1.5	3.4	4.8	4.5	3.2	1.7	2.1	3.2	4.5	4.8	3.3	1.8	2.1	3.9	3.9	6.5	3.7	1.0	1.9	3.2	5.0	3.7	3.0	0.9	0.9	3.1	3.6	3.2	2.3	2.8	4.0	4.9	5.5	6.5	4.7
	jamais	2.5	2.4	5.3	5.3	5.6	4.2	2.8	2.0	3.3	4.4	7.6	4.1	3.4	3.3	4.4	5.2	7.3	4.7	3.9	2.8	4.5	4.9	5.8	4.4	2.1	2.3	2.5	3.0	4.4	2.9	6.6	4.2	4.5	4.8	6.4	5.3
	n pondérés	1085	1078	1074	1081	1064	5382	925	929	936	990	986	4766	949	964	978	1008	1006	4905	900	920	938	984	980	4722	925	919	908	915	880	4548	839	845	845	836	829	4194
	n non pondérés	1099	1131	1165	1220	949	5564	897	962	1080	1144	891	4974	830	1049	1117	1074	964	5034	865	984	1093	1080	830	4852	803	888	1138	1021	914	4764	742	843	941	932	841	4299
	une fois par mois ou moins souvent	6.1	7.2	12.7	15.2	16.4	11.5	7.7	6.1	10.7	13.4	19.1	11.5	8.4	8.5	13.3	15.7	21.3	13.6	7.2	7.8	12.0	15.5	16.4	11.9	5.2	6.1	9.3	11.9	14.8	9.4	13.5	11.9	14.0	16.6	19.3	15.0
	au moins une fois par semaine	93.9	92.8	87.3	84.8	83.6	88.5	92.3	93.9	89.3	86.6	80.9	88.5	91.6	91.5	86.7	84.3	78.7	86.4	92.8	92.2	88.0	84.5	83.6	88.1	94.8	93.9	90.7	88.1	85.2	90.6	86.5	88.1	86.0	83.4	80.7	85.0
	n pondérés	1085	1078	1074	1081	1064	5382	925	929	936	990	986	4766	949	964	978	1008	1006	4905	900	920	938	984	980	4722	925	919	908	915	880	4548	839	845	845	836	829	4194
	n non pondérés	1099	1131	1165	1220	949	5564	897	962	1080	1144	891	4974	830	1049	1117	1074	964	5034	865	984	1093	1080	830	4852	803	888	1138	1021	914	4764	742	843	941	932	841	4299
Total	chaque jour	15.1	11.0	9.6	9.2	8.4	10.7	17.5	14.3	13.3	10.3	8.4	12.7	15.5	14.3	11.5	9.9	10.0	12.2	21.6	18.6	16.6	14.1	12.7	16.6	22.1	23.1	18.6	16.7	15.3	19.2	17.7	19.1	17.0	14.3	13.1	16.2
	4 à 6 fois par semaine	29.4	29.7	25.8	23.6	22.5	26.2	26.5	26.9	26.1	23.9	23.1	25.3	26.3	25.3	23.5	20.1	18.3	22.6	20.4	22.6	21.6	21.1	20.2	21.2	24.1	24.1	24.6	22.0	21.3	23.2	25.8	23.0	23.6	23.0	22.8	23.6
	2 à 3 fois par semaine	37.9	37.9	40.5	37.1	37.4	38.2	35.0	36.9	37.1	37.0	34.4	36.1	35.1	37.4	37.4	38.3	34.4	36.5	34.5	34.3	35.5	33.9	35.0	34.6	34.2	33.5	34.4	34.1	34.4	34.1	29.9	32.1	33.0	35.5	32.9	32.7
	une fois par semaine	13.2	15.9	15.1	18.8	18.4	16.3	14.7	16.8	15.4	18.3	20.4	17.2	16.8	16.7	18.1	20.6	22.2	18.9	18.6	19.1	18.3	20.7	20.6	19.5	15.3	14.3	16.0	18.3	18.6	16.5	18.3	17.3	16.8	16.0	17.8	17.2
	une fois par mois	1.4	2.2	2.9	3.9	5.2	3.1	2.3	1.9	2.8	3.9	5.2	3.3	2.3	2.2	3.8	4.7	5.1	3.7	1.6	1.8	2.9	3.8	4.6	3.0	1.6	2.2	2.4	3.5	5.1	2.9	2.9	2.7	3.3	4.4	4.8	3.6
	moins d'une fois par mois	1.0	1.4	2.6	3.8	3.9	2.5	1.6	1.5	2.5	3.1	3.5	2.5	1.3	1.7	2.4	2.8	4.6	2.6	0.9	1.3	1.9	3.1	2.9	2.0	1.1	0.9	2.0	2.4	2.2	1.7	1.7	2.5	3.3	3.6	4.4	3.1
	jamais	1.9	1.8	3.6	3.6	4.2	3.0	2.4	1.7	2.6	3.5	5.1	3.1	2.7	2.3	3.3	3.6	5.4	3.5	2.4	2.2	3.1	3.4	4.0	3.0	1.5	2.1	1.9	3.0	3.1	2.3	3.9	3.3	2.9	3.2	4.3	3.5
	n pondérés	2233	2223	2210	2212	2181	11058	1894	1913	1926	2029	2027	9790	1942	1979	2008	2073	2064	10066	1852	1894	1924	2010	2024	9704	1900	1879	1862	1874	1807	9320	1726	1738	1726	1733	1713	8636
	n non pondérés	2210	2255	2309	2345	1939	11058	1770	1927	2087	2200	1806	9790	1662	2115	2223	2150	1916	10066	1751	2068	2132	2065	1689	9705	1549	1729	2175	1997	1873	9323	1488	1786	1859	1806	1698	8637
	une fois par mois ou moins souvent	4.4	5.4	9.1	11.3	13.2	8.7	6.3	5.1	8.0	10.5	13.7	8.8	6.2	6.3	9.6	11.2	15.1	9.7	4.8	5.3	8.0	10.3	11.5	8.1	4.2	5.1	6.4	8.8	10.5	7.0	8.4	8.5	9.5	11.3	13.5	10.2
	au moins une fois par semaine	95.6	94.6	90.9	88.7	86.8	91.3	93.7	94.9	92.0	89.5	86.3	91.2	93.8	93.7	90.4	88.8	84.9	90.3	95.2	94.7	92.0	89.7	88.5	91.9	95.8	94.9	93.6	91.2	89.5	93.0	91.6	91.5	90.5	88.7	86.5	89.8
	n pondérés	2233	2223	2210	2212	2181	11058	1894	1913	1926	2029	2027	9790	1942	1979	2008	2073	2064	10066	1852	1894	1924	2010	2024	9704	1900	1879	1862	1874	1807	9320	1726	1738	1726	1733	1713	8636
	n non pondérés	2210	2255	2309	2345	1939	11058	1770	1927	2087	2200	1806	9790	1662	2115	2223	2150	1916	10066	1751	2068	2132	2065	1689	9705	1549	1729	2175	1997	1873	9323	1488	1786	1859	1806	1698	8637

Annexe 5.1 - Catégories* du statut pondéral des élèves de 11 à 15 ans, estimé sur la base de l'IMC, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 1990-2018, en %)**

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006						HBSC 2002						HBSC 1994						HBSC 1990					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	insuffisance pondérale modérée à forte	3.4	2.9	2.4	2.3	1.7	2.5	2.4	2.8	3.1	2.1	1.1	2.3	2.7	2.5	2.0	1.3	2.2	2.1	2.4	2.4	1.6	1.5	1.8	1.9	4.1	1.7	2.5	1.4	1.2	2.2	3.6	1.8	1.7	1.3	1.0	1.7	2.4	3.2	2.5	1.9	2.3	2.5
	légère insuffisance pondérale	10.8	9.3	10.4	6.0	5.4	8.4	12.1	8.3	9.3	6.1	5.5	8.1	12.2	8.6	8.3	5.5	5.0	7.9	10.7	9.2	8.3	6.0	6.3	8.0	9.3	11.9	8.8	7.8	4.8	8.5	6.9	8.3	9.1	5.7	5.7	7.1	14.9	9.2	11.6	7.7	3.5	9.3
	poids normal	76.5	75.0	73.0	75.1	73.4	74.6	75.1	75.5	74.8	75.6	76.5	75.5	77.1	77.9	77.0	77.3	76.8	77.2	79.7	77.7	77.3	78.2	78.2	78.2	77.5	76.0	77.4	79.1	80.2	78.1	78.5	79.6	80.8	80.3	81.0	80.2	73.9	80.5	78.1	83.0	83.4	79.8
	surpoids	8.2	10.8	11.8	14.7	16.0	12.3	9.0	11.6	10.6	14.7	15.2	12.3	7.2	9.4	10.6	13.9	14.7	11.2	6.2	9.4	11.7	12.5	12.7	10.6	7.6	9.7	9.7	9.6	12.3	9.8	9.6	8.6	7.9	12.0	10.7	9.8	7.6	6.9	6.8	6.9	9.6	7.6
	obésité	1.2	2.0	2.5	2.0	3.5	2.2	1.4	1.9	2.3	1.5	1.8	1.8	0.8	1.5	2.2	2.1	1.2	1.6	1.1	1.4	1.1	1.7	1.0	1.3	1.6	0.8	1.6	2.0	1.4	1.5	1.4	1.6	0.5	0.7	1.6	1.1	1.2	0.2	0.9	0.4	1.2	0.8
	n pondérés	1061	1054	1081	1061	1070	5327	865	873	903	958	973	4572	916	941	950	1005	999	4811	887	902	931	964	1006	4690	899	884	879	918	880	4460	619	1117	1263	1335	1289	5623	430	427	437	440	454	2189
	n non pondérés	1028	1035	1089	1055	948	5155	779	856	918	973	856	4382	768	988	1020	1016	898	4690	826	1004	981	926	827	4564	688	775	956	935	911	4265	631	1098	1247	1339	1313	5628	249	467	438	466	511	2131
	poids normal ou exxès pondéral	85.8	87.8	87.2	91.8	92.9	89.1	85.5	88.9	87.7	91.9	93.5	89.6	85.0	88.9	89.7	93.2	92.8	90.0	86.9	88.4	90.1	92.4	91.9	90.1	86.6	86.5	88.7	90.8	94.0	89.3	89.5	89.9	89.2	93.0	93.3	91.2	82.7	87.6	85.8	90.3	94.1	88.2
	sous-poids	14.2	12.2	12.8	8.2	7.1	10.9	14.5	11.1	12.3	8.1	6.5	10.4	15.0	11.1	10.3	6.8	7.2	10.0	13.1	11.6	9.9	7.6	8.1	9.9	13.4	13.5	11.3	9.2	6.0	10.7	10.5	10.1	10.8	7.0	6.7	8.8	17.3	12.4	14.2	9.7	5.9	11.8
	n pondérés	1061	1054	1081	1061	1070	5327	865	873	903	958	973	4572	916	941	950	1005	999	4811	887	902	931	964	1006	4690	899	884	879	918	880	4460	619	1117	1263	1335	1289	5623	430	427	437	440	454	2189
	n non pondérés	1028	1035	1089	1055	948	5155	779	856	918	973	856	4382	768	988	1020	1016	898	4690	826	1004	981	926	827	4564	688	775	956	935	911	4265	631	1098	1247	1339	1313	5628	249	467	438	466	511	2131
	poids normal ou sous-poids	90.7	87.1	85.8	83.3	80.5	85.5	89.6	86.6	87.1	83.8	83.1	85.9	92.1	89.1	87.3	84.1	84.1	87.2	92.7	89.2	87.2	85.7	86.3	88.1	90.8	89.5	88.7	88.3	86.3	88.7	89.1	89.7	91.6	87.3	87.7	89.0	91.2	92.9	92.2	92.7	89.2	91.6
	exxès pondéral	9.3	12.9	14.2	16.7	19.5	14.5	10.4	13.4	12.9	16.2	16.9	14.1	7.9	10.9	12.7	15.9	15.9	12.8	7.3	10.8	12.8	14.3	13.7	11.9	9.2	10.5	11.3	11.7	13.7	11.3	10.9	10.3	8.4	12.7	12.3	11.0	8.8	7.1	7.8	7.3	10.8	8.4
	n pondérés	1061	1054	1081	1061	1070	5327	865	873	903	958	973	4572	916	941	950	1005	999	4811	887	902	931	964	1006	4690	899	884	879	918	880	4460	619	1117	1263	1335	1289	5623	430	427	437	440	454	2189
	n non pondérés	1028	1035	1089	1055	948	5155	779	856	918	973	856	4382	768	988	1020	1016	898	4690	826	1004	981	926	827	4564	688	775	956	935	911	4265	631	1098	1247	1339	1313	5628	249	467	438	466	511	2131
Filles	insuffisance pondérale modérée à forte	5.4	5.4	3.9	4.5	2.2	4.3	5.5	4.9	4.4	3.7	3.1	4.3	5.3	4.1	3.5	2.8	2.6	3.6	4.8	4.1	3.9	3.4	2.4	3.7	4.2	4.8	4.3	2.8	2.2	3.7	4.0	4.4	4.2	3.5	1.8	3.5	5.3	5.1	4.2	2.0	1.8	3.7
	légère insuffisance pondérale	17.3	14.9	12.9	9.7	7.5	12.4	15.2	14.0	12.6	8.8	10.0	12.0	16.0	13.6	12.5	10.4	9.2	12.2	16.3	13.4	11.7	11.7	9.0	12.3	14.7	15.6	14.1	11.9	13.0	13.9	18.2	15.5	11.1	9.3	9.6	12.1	15.7	16.6	11.9	11.8	6.8	12.5
	poids normal	69.7	72.3	74.2	75.7	80.0	74.4	69.4	74.5	75.3	78.3	78.2	75.3	72.9	74.3	77.3	79.7	80.5	77.0	72.6	76.5	78.3	79.3	80.9	77.6	71.8	73.5	74.3	78.5	78.7	75.3	71.2	73.3	75.3	81.5	82.3	77.4	75.3	72.6	78.1	79.8	85.6	78.4
	surpoids	6.9	7.0	7.7	8.9	8.8	7.9	7.7	5.7	6.8	8.5	7.7	7.3	5.0	7.2	6.1	6.9	7.0	6.5	5.5	5.3	5.3	5.1	6.7	5.6	8.3	5.4	6.2	6.1	5.0	6.2	6.5	6.1	8.4	5.3	5.4	6.3	3.0	4.2	5.7	6.1	5.7	5.0
	obésité	0.7	0.5	1.3	1.2	1.5	1.0	2.1	1.0	1.0	0.7	1.0	1.1	0.8	0.7	0.6	0.3	0.8	0.6	0.8	0.7	0.9	0.4	1.0	0.8	1.1	0.6	1.0	0.7	1.2	0.9	0.3	0.8	0.9	0.3	0.9	0.7	0.7	1.5	0.0	0.2	0.0	0.5
	n pondérés	987	956	973	998	1003	4917	786	802	792	874	903	4157	866	876	884	941	958	4524	809	828	844	903	922	4306	849	855	837	846	817	4204	764	1174	1352	1410	1313	6013	405	402	412	422	430	2071
	n non pondérés	999	1003	1055	1127	895	5079	762	831	914	1010	816	4333	757	953	1009	1003	918	4640	777	885	984	991	781	4418	737	826	1048	944	848	4403	749	1162	1319	1414	1299	5943	300	453	453	441	487	2134
	poids normal ou exxès pondéral	77.3	79.8	83.2	85.8	90.3	83.3	79.3	81.1	83.0	87.5	86.9	83.7	78.7	82.3	84.0	86.8	88.2	84.2	78.9	82.5	84.5	84.9	88.6	84.0	81.1	79.5	81.6	85.4	84.8	82.5	77.9	80.1	84.7	87.2	88.6	84.4	79.0	78.4	83.9	86.2	91.4	83.9
	sous-poids	22.7	20.2	16.8	14.2	9.7	16.7	20.7	18.9	17.0	12.5	13.1	16.3	21.3	17.7	16.0	13.2	11.8	15.8	21.1	17.5	15.5	15.1	11.4	16.0	18.9	20.5	18.4	14.6	15.2	17.5	22.1	19.9	15.3	12.8	11.4	15.6	21.0	21.6	16.1	13.8	8.6	16.1
	n pondérés	987	956	973	998	1003	4917	786	802	792	874	903	4157	866	876	884	941	958	4524	809	828	844	903	922	4306	849	855	837	846	817	4204	764	1174	1352	1410	1313	6013	405	402	412	422	430	2071
	n non pondérés	999	1003	1055	1127	895	5079	762	831	914	1010	816	4333	757	953	1009	1003	918	4640	777	885	984	991	781	4418	737	826	1048	944	848	4403	749	1162	1319	1414	1299	5943	300	453	453	441	487	2134
	poids normal ou sous-poids	92.4	92.5	91.0	89.9	89.7	91.1	90.2	93.4	92.2	90.8	91.3	91.6	94.2	92.0	93.3	92.8	92.3	92.9	93.7	94.0	93.8	94.5	92.3	93.6	90.6	93.9	92.7	93.1	93.9	92.9	93.3	93.1	90.6	94.3	93.7	93.0	96.3	94.3	94.3	93.7	94.3	94.5
	exxès pondéral	7.6	7.5	9.0	10.1	10.3	8.9	9.8	6.6	7.8	9.2	8.7	8.4	5.8	8.0	6.7	7.2	7.7	7.1	6.3	6.0	6.2	5.5	7.7	6.4	9.4	6.1	7.3	6.9	6.1	7.1	6.7	6.9	9.4	5.7	6.3	7.0	3.7	5.7	5.7	6.3	5.7	5.5
	n pondérés	987	956	973	998	1003	4917	786	802	792	874	903	4157	866	876	884	941	958	4524	809	828	844	903	922	4306	849	855	837	846	817	4204	764	1174	1352	1410	1313	6013	405	402	412	422	430	2071
	n non pondérés	999	1003	1055	1127	895	5079	762	831	914	1010	816	4333	757	953	1009	1003	918	4640	777	885	984	991	781	4418	737	826	1048	944	848	4403	749	1162	1319	1414	1299	5943	300	453	453	441	487	2134
Total	insuffisance pondérale modérée à forte	4.4	4.1	3.1	3.4	2.0	3.4	3.9	3.8	3.7	2.8	2.0	3.2	4.0	3.3	2.7	2.0	2.4	2.9	3.5	3.2	2.7	2.4	2.1	2.8	4.1	3.2	3.4	2.0	1.7	2.9	3.8	3.1	3.0	2.4	1.4	2.6	3.8	4.1	3.3	2.0	2.1	3.1
	légère insuffisance pondérale	13.9	11.9	11.6	7.8	6.4	10.3	13.6	11.0	10.8	7.4	7.7	10.0	14.1	11.0	10.3	7.9	7.0	10.0	13.4	11.2	9.9	8.8	7.6	10.1	11.9	13.7	11.4	9.8	8.7	11.1	13.1	12.0	10.2	7.6	7.7	9.7	15.3	12.8	11.8	9.7	5.1	10.9
	poids normal	73.2	73.7	73.6	75.4	76.6	74.5	72.4	75.0	75.0	76.9	77.3	75.4	75.1	76.2	77.1	78.4	78.6	77.1	76.3	77.1	77.7	78.7	79.5	77.9	74.7	74.8	75.9	78.8	79.5	76.7	74.5	76.4	77.9	80.9	81.7	78.7	74.6	76.7	78.1	81.5	84.5	79.1
	surpoids	7.6	9.0	9.8	11.9	12.5	10.2	8.4	8.7	8.8	11.7	11.6	9.9	6.1	8.4	8.4	10.5	10.9	8.9	5.9	7.4	8.7	9.0	9.8	8.2	7.9	7.6	8.0	8.0	8.8	8.0	7.9	7.3	8.1	8.6	8.1	8.0	5.4	5.6	6.3	6.5	7.7	6.3
	obésité	0.9	1.3	1.9	1.6	2.5	1.7	1.7	1.4	1.7	1.1	1.4	1.5	0.8	1.1	1.4	1.2	1.0	1.1	0.9	1.1	1.0	1.1	1.0	1.0	1.3	0.7	1.3	1.4	1.3	1.2	0.8	1.2	0.8	0.5	1.2	0.9	0.9	0.9	0.5	0.3	0.6	0.6
	n pondérés	2048	2010	2054	2059	2073	10244	1651	1676	1695	1832	1876	8729	1782	1816	1834	1947	1956	9335	1696	1729	1776	1867	1928	8996	1748	1739	1715	1764	1697	8664	1383	2291	2615	2745	2603	11636	835	830	849	862	884	4260
	n non pondérés	2027	2038	2144	2182	1843	10234	1541	1687	1832	1983	1672	8715	1525	1941	2029	2019	1816	9330	1603	1889	1965	1917	1608	8982	1425	1601	2004	1879	1759	8668	1380	2260	2566	2753	2612	11571	549	920	891	907	998	4265
	poids normal ou exxès pondéral	81.7	84.0	85.3	88.9	91.6	86.3	82.5	85.2	85.5	89.8	90.3	86.8	82.0	85.7	87.0	90.1	90.5	87.2	83.1	85.6	87.4	88.8	90.3	87.2	84.0	83.1	85.2	88.2	89.5	86.0	83.1	84.9	86.8	90.0	90.9	87.7	80.9	83.1	84.9	88.3	92.8	86.1
	sous-poids	18.3	16.0	14.7	11.1	8.4	13.7	17.5	14.8	14.5	10.2	9.7	13.2	18.0	14.3	13.0	9.9	9.5	12.8	16.9	14.4	12.6	11.2	9.7	12.8	16.0	16.9	14.8	11.8	10.5	14.0	16.9	15.1	13.2	10.0	9.1	12.3	19.1	16.9	15.1	11.7	7.2	13.9
	n pondérés	2048	2010	2054	2059	2073	10244	1651	1676	1695	1832	1876	8729	1782	1816	1834	1947	1956	9335	1696	1729	1776	1867	1928	8996	1748	1739	1715	1764	1697	8664	1383	2291	2615	2745	2603	11636	835	830	849	862	884	4260
	n non pondérés	2027	2038	2144	2182	1843	10234	1541	1687	1832	1983	1672	8715	1525	1941	2029	2019	1816	9330	1603	1889	1965	1917	1608	8982	1425	1601	2004	1879	1759	8668	1380	2260	2566	2753	2612	11571	549	920	891	907	998	4265
	poids normal ou sous-poids	91.5	89.7	88.2	86.5	85.0	88.2	89.9	89.8	89.5	87.1	87.0	88.6	93.1	90.5	90.1	88.3	88.1	90.0	93.2	91.5	90.3	90.0	89.2	90.8	90.7	91.7	90.7	90.6	89.9	90.7	91.4	91.5	91.1	90.9	90.7	91.1	93.7	93.6	93.2	93.2	91.7	93.0
	exxès pondéral	8.5	10.3	11.8	13.5	15.0	11.8	10.1	10.2	10.5	12.9	13.0	11.4	6.9	9.5	9.9	11.7	11.9	10.0	6.8	8.5	9.7	10.0	10.8	9.2	9.3	8.3	9.3	9.4	10.1	9.3	8.6	8.5	8.9	9.1	9.3	8.9	6.3	6.4	6.8	6.8	8.3	7.0
	n pondérés	2048	2010	2054	2059	2073	10244	1651	1676	1695	1832	1876	8729	1782	1816	1834	1947	1956	9335	1696	1729	1776	1867	1928	8996	1748	1739	1715	1764	1697	8664	1383	2291	2615	2745	2603	11636	835	830	849	862	884	4260
	n non pondérés	2027	2038	2144	2182	1843	10234	1541	1687	1832	1983	1672	8715	1525	1941	2029	2019	1816	9330	1603	1889	1965	1917	1608	8982	1425	1601	2004	1879	1759	8668	1380	2260	2566	2753	2612	11571	549	920	891	907	998	4265

Remarque: *selon les critères de l'International Obesity Task Force (Cole et al., 2000; Cole et al., 2007) **Résultats basés sur des données déclaratives (taille et poids corporels indiqués par les élèves) et non sur des mesures anthropométriques. Cette méthodologie tend à une sous-estimation de l'IMC.

Annexe 5.2 - Part d'élèves de 11 à 15 qui présentent un excès pondéral (surpoids et obésité), estimée selon les critères de l'OMS (critères différenciés en fonction du stade de croissance), selon le sexe et l'âge (HBSC 2018, en %)

		HBSC 2018					
		11	12	13	14	15	Total
Garçons	excès pondéral	21.5	22.8	22.5	24.0	23.9	22.9
	absence d'excès pondéral	78.5	77.2	77.5	76.0	76.1	77.1
	n pondérés	1060	1054	1081	1061	1070	5326
	n non pondérés	1027	1035	1089	1055	948	5154
Filles	excès pondéral	14.5	12.4	12.7	13.6	13.0	13.2
	absence d'excès pondéral	85.5	87.6	87.3	86.4	87.0	86.8
	n pondérés	987	956	973	998	1003	4917
	n non pondérés	999	1003	1055	1127	895	5079
Total	excès pondéral	18.1	17.8	17.9	18.9	18.6	18.3
	absence d'excès pondéral	81.9	82.2	82.1	81.1	81.4	81.7
	n pondérés	2047	2010	2054	2059	2073	10243
	n non pondérés	2026	2038	2144	2182	1843	10233

Annexe 5.3 - Perception du poids corporel parmi les élèves de 11 à 15 ans, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 1994-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006						HBSC 2002						HBSC 1998						HBSC 1994					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	beaucoup trop maigre	2.5	2.0	2.1	1.9	3.4	2.4	2.2	1.8	0.9	1.2	1.8	1.6	2.6	1.3	1.8	3.0	2.1	2.1	2.6	1.5	1.1	2.2	1.8	1.8	2.6	2.2	1.9	2.4	2.9	2.4	1.3	1.7	1.6	2.1	2.4	1.8	4.0	4.0	2.3	1.7	1.5	2.5
	un peu trop maigre	14.8	14.7	17.6	19.1	21.6	17.6	14.8	13.7	15.0	17.6	18.6	16.0	15.1	13.1	14.6	13.4	18.3	14.9	13.4	13.6	15.0	14.2	17.9	14.8	11.6	13.0	14.6	14.9	14.2	13.7	11.9	15.1	15.3	14.6	17.6	14.9	12.4	14.3	17.5	17.6	20.9	17.1
	à peu près du bon poids	59.7	54.4	53.3	50.1	50.7	53.7	63.9	62.4	60.2	58.1	58.7	60.6	63.8	60.5	61.7	59.5	57.6	60.6	62.6	60.0	58.9	59.7	55.4	59.3	62.5	57.8	55.3	57.3	60.4	58.7	63.5	59.4	58.6	58.3	57.0	59.3	57.0	53.2	54.7	57.0	47.5	53.6
	un peu trop gros-se	21.0	26.3	24.2	26.1	22.1	23.9	16.5	20.0	21.6	21.2	19.1	19.7	17.5	23.5	20.1	21.8	19.9	20.6	19.7	22.7	22.0	21.7	22.3	21.7	21.0	23.3	25.7	22.8	19.7	22.5	22.3	21.7	23.3	23.0	20.4	22.1	21.2	25.9	22.0	22.4	26.2	23.7
	beaucoup trop gros-se	1.9	2.6	2.7	2.8	2.3	2.5	2.6	2.1	2.2	2.0	1.9	2.1	1.1	1.5	1.9	2.3	2.3	1.8	1.7	2.3	3.0	2.2	2.7	2.4	2.3	3.7	2.5	2.6	2.7	2.8	1.1	2.1	1.3	2.0	2.6	1.8	5.4	2.5	3.5	1.3	3.9	3.0
	n pondérés	1135	1129	1119	1112	1101	5596	952	965	982	1043	1036	4977	982	995	1011	1039	1030	5056	938	948	961	998	1008	4853	959	953	946	948	918	4724	759	777	767	778	767	3848	240	493	597	614	548	2493
	n non pondérés	1099	1108	1128	1106	975	5416	857	946	998	1059	911	4771	823	1045	1085	1050	926	4929	874	1055	1012	958	829	4728	734	836	1029	965	950	4514	638	821	799	758	744	3760	263	496	600	613	567	2539
	à peu près du bon poids	59.7	54.4	53.3	50.1	50.7	53.7	63.9	62.4	60.2	58.1	58.7	60.6	63.8	60.5	61.7	59.5	57.6	60.6	62.6	60.0	58.9	59.7	55.4	59.3	62.5	57.8	55.3	57.3	60.4	58.7	63.5	59.4	58.6	58.3	57.0	59.3	57.0	53.2	54.7	57.0	47.5	53.6
	ne pas être à peu près du bon poids	40.3	45.6	46.7	49.9	49.3	46.3	36.1	37.6	39.8	41.9	41.3	39.4	36.2	39.5	38.3	40.5	42.4	39.4	37.4	40.0	41.1	40.3	44.6	40.7	37.5	42.2	44.7	42.7	39.6	41.3	36.5	40.6	41.4	41.7	43.0	40.7	43.0	46.8	45.3	43.0	52.5	46.4
	n pondérés	1135	1129	1119	1112	1101	5596	952	965	982	1043	1036	4977	982	995	1011	1039	1030	5056	938	948	961	998	1008	4853	959	953	946	948	918	4724	759	777	767	778	767	3848	240	493	597	614	548	2493
	n non pondérés	1099	1108	1128	1106	975	5416	857	946	998	1059	911	4771	823	1045	1085	1050	926	4929	874	1055	1012	958	829	4728	734	836	1029	965	950	4514	638	821	799	758	744	3760	263	496	600	613	567	2539
Filles	beaucoup trop maigre	1.6	1.2	1.7	1.8	1.5	1.6	1.3	1.6	1.5	1.5	1.0	1.4	1.8	1.3	1.5	0.9	1.6	1.4	2.1	0.9	1.2	1.2	1.1	1.3	1.5	2.3	1.9	1.5	1.1	1.7	1.2	1.3	2.1	1.8	1.5	1.6	2.0	1.4	2.2	2.8	2.0	2.1
	un peu trop maigre	10.7	9.1	11.3	10.5	9.6	10.3	11.6	10.7	10.0	8.2	8.5	9.7	11.2	12.7	9.6	10.0	7.3	10.1	10.9	10.9	8.8	8.9	8.4	9.5	13.4	12.4	10.7	8.9	7.4	10.6	11.4	12.5	11.5	10.6	7.2	10.6	7.0	9.8	8.3	6.8	7.2	7.8
	à peu près du bon poids	58.6	53.6	47.4	45.4	43.9	49.8	61.4	59.5	51.0	50.4	46.9	53.7	59.2	52.6	52.6	49.5	50.7	52.9	58.9	57.1	52.8	49.4	47.5	53.0	53.3	49.9	45.7	46.4	44.2	47.9	57.0	53.1	49.7	44.4	45.3	49.8	51.4	47.6	39.1	42.5	37.8	42.8
	un peu trop gros-se	25.6	32.1	34.2	36.9	38.9	33.5	22.2	23.8	31.4	33.9	38.8	30.2	25.7	29.2	32.3	35.2	36.3	31.8	25.4	27.3	33.1	35.6	37.0	31.8	27.4	31.0	35.4	38.4	41.0	34.5	27.7	29.5	32.5	38.0	40.5	33.7	36.9	37.5	44.0	38.2	43.5	40.4
	beaucoup trop gros-se	3.5	4.0	5.5	5.4	6.1	4.9	3.5	4.4	6.1	6.0	4.8	5.0	2.1	4.2	4.0	4.4	4.1	3.8	2.7	3.8	4.2	4.9	6.0	4.3	4.5	4.5	6.2	4.9	6.2	5.3	2.6	3.5	4.3	5.2	5.5	4.3	2.7	3.7	6.4	9.8	9.5	6.9
	n pondérés	1078	1067	1061	1080	1058	5343	901	917	911	965	975	4671	940	954	964	998	994	4850	890	915	929	965	967	4667	922	919	910	910	867	4528	734	764	789	789	792	3867	412	648	764	810	741	3375
	n non pondérés	1091	1120	1150	1219	944	5524	874	950	1052	1116	881	4873	822	1038	1101	1063	953	4977	855	979	1083	1059	819	4795	800	888	1140	1016	900	4744	649	762	878	880	803	3972	409	649	728	816	712	3314
	à peu près du bon poids	58.6	53.6	47.4	45.4	43.9	49.8	61.4	59.5	51.0	50.4	46.9	53.7	59.2	52.6	52.6	49.5	50.7	52.9	58.9	57.1	52.8	49.4	47.5	53.0	53.3	49.9	45.7	46.4	44.2	47.9	57.0	53.1	49.7	44.4	45.3	49.8	51.4	47.6	39.1	42.5	37.8	42.8
	ne pas être à peu près du bon poids	41.4	46.4	52.6	54.6	56.1	50.2	38.6	40.5	49.0	49.6	53.1	46.3	40.8	47.4	47.4	50.5	49.3	47.1	41.1	42.9	47.2	50.6	52.5	47.0	46.8	50.1	54.3	53.6	55.8	52.1	43.0	46.9	50.3	55.6	54.7	50.2	48.6	52.4	60.9	57.5	62.2	57.2
	n pondérés	1078	1067	1061	1080	1058	5343	901	917	911	965	975	4671	940	954	964	998	994	4850	890	915	929	965	967	4667	922	919	910	910	867	4528	734	764	789	789	792	3867	412	648	764	810	741	3375
	n non pondérés	1091	1120	1150	1219	944	5524	874	950	1052	1116	881	4873	822	1038	1101	1063	953	4977	855	979	1083	1059	819	4795	800	888	1140	1016	900	4744	649	762	878	880	803	3972	409	649	728	816	712	3314
Total	beaucoup trop maigre	2.1	1.6	1.9	1.9	2.5	2.0	1.8	1.7	1.2	1.4	1.4	1.5	2.2	1.3	1.6	2.0	1.8	1.8	2.4	1.2	1.1	1.7	1.5	1.6	2.1	2.2	1.9	1.9	2.1	2.0	1.2	1.5	1.8	2.0	1.9	1.7	2.7	2.5	2.2	2.3	1.8	2.3
	un peu trop maigre	12.8	12.0	14.6	14.9	15.8	14.0	13.2	12.3	12.6	13.0	13.7	13.0	13.2	12.9	12.2	11.7	12.9	12.6	12.2	12.3	11.9	11.6	13.2	12.2	12.5	12.7	12.7	12.0	10.9	12.2	11.7	13.8	13.4	12.6	12.3	12.8	9.0	11.7	12.3	11.4	13.0	11.8
	à peu près du bon poids	59.1	54.0	50.4	47.8	47.3	51.8	62.7	61.0	55.8	54.4	53.0	57.3	61.6	56.6	57.2	54.6	54.2	56.8	60.8	58.6	55.9	54.6	51.5	56.2	58.0	53.9	50.6	51.9	52.6	53.4	60.3	56.3	54.1	51.3	51.1	54.6	53.5	50.1	45.9	48.7	42.0	47.4
	un peu trop gros-se	23.2	29.1	29.1	31.4	30.3	28.6	19.2	21.8	26.3	27.3	28.7	24.8	21.5	26.3	26.1	28.4	27.9	26.1	22.5	24.9	27.5	28.5	29.5	26.6	24.1	27.1	30.5	30.4	30.0	28.4	24.9	25.6	27.9	30.5	30.6	27.9	31.1	32.5	34.4	31.4	36.1	33.3
	beaucoup trop gros-se	2.7	3.3	4.1	4.1	4.2	3.7	3.0	3.2	4.1	3.9	3.3	3.5	1.6	2.9	2.9	3.3	3.2	2.8	2.2	3.0	3.5	3.5	4.3	3.3	3.4	4.1	4.3	3.7	4.4	4.0	1.8	2.8	2.8	3.6	4.0	3.0	3.7	3.2	5.1	6.1	7.1	5.3
	n pondérés	2212	2196	2180	2192	2159	10939	1853	1882	1893	2008	2011	9647	1922	1949	1975	2037	2024	9906	1828	1863	1890	1963	1975	9519	1881	1873	1856	1858	1784	9252	1493	1541	1555	1567	1559	7715	653	1141	1361	1423	1290	5868
	n non pondérés	2190	2228	2278	2325	1919	10940	1731	1896	2050	2175	1792	9644	1645	2083	2186	2113	1879	9906	1729	2034	2095	2017	1648	9523	1534	1724	2169	1981	1850	9258	1287	1583	1677	1638	1547	7732	672	1145	1328	1429	1279	5853
	à peu près du bon poids	59.1	54.0	50.4	47.8	47.3	51.8	62.7	61.0	55.8	54.4	53.0	57.3	61.6	56.6	57.2	54.6	54.2	56.8	60.8	58.6	55.9	54.6	51.5	56.2	58.0	53.9	50.6	51.9	52.6	53.4	60.3	56.3	54.1	51.3	51.1	54.6	53.5	50.1	45.9	48.7	42.0	47.4
	ne pas être à peu près du bon poids	40.9	46.0	49.6	52.2	52.7	48.2	37.3	39.0	44.2	45.6	47.0	42.7	38.4	43.4	42.8	45.4	45.8	43.2	39.2	41.4	44.1	45.4	48.5	43.8	42.0	46.1	49.4	48.1	47.4	46.6	39.7	43.7	45.9	48.7	48.9	45.4	46.5	49.9	54.1	51.3	58.0	52.6
	n pondérés	2212	2196	2180	2192	2159	10939	1853	1882	1893	2008	2011	9647	1922	1949	1975	2037	2024	9906	1828	1863	1890	1963	1975	9519	1881	1873	1856	1858	1784	9252	1493	1541	1555	1567	1559	7715	653	1141	1361	1423	1290	5868
	n non pondérés	2190	2228	2278	2325	1919	10940	1731	1896	2050	2175	1792	9644	1645	2083	2186	2113	1879	9906	1729	2034	2095	2017	1648	9523	1534	1724	2169	1981	1850	9258	1287	1583	1677	1638	1547	7732	672	1145	1328	1429	1279	5853

Annexe 5.4 - Proportion des élèves de 14 et 15 ans en regard des 9 énoncés suivants au sujet de l'image corporelle, selon le sexe et l'âge (HBSC 2018)

		Garçons			Filles			Total		
		14 ans	15 ans	Total	14 ans	15 ans	Total	14 ans	15 ans	Total
je changerais/échangerais bien des parties de mon corps	pas d'accord	62.7	59.2	60.8	30.3	24.1	27.1	46.2	41.9	43.9
	plutôt pas d'accord	13.8	13.2	13.5	14.5	14.9	14.7	14.2	14.0	14.1
	plutôt d'accord	15.2	17.5	16.4	32.2	33.4	32.8	23.9	25.4	24.7
	d'accord	8.3	10.1	9.2	23.0	27.6	25.4	15.8	18.7	17.3
	n pondérés	908	1043	1951	940	1017	1957	1848	2060	3908
	n non pondérés	903	924	1827	1061	907	1968	1964	1831	3795
j'ai plus d'imperfections physiques que les autres	pas d'accord	68.7	70.2	69.5	46.2	46.0	46.1	57.4	58.3	57.9
	plutôt pas d'accord	18.6	17.9	18.2	27.0	27.6	27.3	22.8	22.7	22.7
	plutôt d'accord	10.0	9.2	9.6	17.6	17.1	17.3	13.8	13.1	13.4
	d'accord	2.6	2.7	2.7	9.3	9.3	9.3	6.0	6.0	6.0
	n pondérés	901	1034	1935	913	1003	1917	1814	2037	3851
	n non pondérés	896	916	1812	1031	895	1926	1927	1811	3738
je souhaiterais être plus mince	pas d'accord	62.0	66.9	64.6	34.0	28.9	31.3	47.8	48.1	47.9
	plutôt pas d'accord	10.1	9.5	9.7	12.5	14.1	13.3	11.3	11.8	11.5
	plutôt d'accord	15.9	13.1	14.4	22.9	24.7	23.8	19.4	18.8	19.1
	d'accord	12.1	10.6	11.3	30.7	32.3	31.5	21.5	21.3	21.4
	n pondérés	900	1036	1936	930	1017	1947	1830	2053	3883
	n non pondérés	895	918	1813	1050	907	1957	1945	1825	3770
je souhaiterais avoir moins de masse graisseuse	pas d'accord	55.6	58.2	57.0	32.9	30.3	31.5	44.1	44.4	44.2
	plutôt pas d'accord	9.6	9.3	9.4	11.1	11.6	11.4	10.4	10.4	10.4
	plutôt d'accord	18.7	17.5	18.1	24.8	24.6	24.7	21.8	21.1	21.4
	d'accord	16.1	15.0	15.5	31.2	33.5	32.4	23.8	24.2	24.0
	n pondérés	900	1036	1936	935	1014	1949	1835	2051	3885
	n non pondérés	895	918	1813	1055	905	1960	1950	1823	3773
je souhaiterais être plus musclé-e	pas d'accord	11.8	13.8	12.8	28.2	25.3	26.7	20.1	19.5	19.8
	plutôt pas d'accord	13.6	12.8	13.1	24.5	23.8	24.1	19.1	18.2	18.6
	plutôt d'accord	37.4	38.8	38.2	31.5	31.7	31.6	34.4	35.3	34.9
	d'accord	37.2	34.7	35.9	15.9	19.2	17.6	26.4	27.0	26.7
	n pondérés	905	1042	1947	935	1018	1952	1840	2060	3899
	n non pondérés	900	923	1823	1055	908	1963	1955	1831	3786
cela ne me dérange pas si j'ai l'air différent-e des autres	pas d'accord	28.5	31.3	30.0	20.7	17.5	19.0	24.5	24.5	24.5
	plutôt pas d'accord	14.0	12.2	13.0	20.7	21.3	21.0	17.3	16.7	17.0
	plutôt d'accord	18.1	14.0	15.9	25.3	25.8	25.5	21.7	19.8	20.7
	d'accord	39.5	42.5	41.1	33.4	35.5	34.5	36.4	39.0	37.8
	n pondérés	901	1031	1932	922	1005	1928	1823	2036	3859
	n non pondérés	896	913	1809	1041	897	1938	1937	1810	3747
je suis satisfait-e de mon apparence physique	pas d'accord	6.6	6.6	6.6	10.9	10.6	10.7	8.8	8.6	8.7
	plutôt pas d'accord	11.6	10.6	11.1	20.2	19.6	19.9	16.0	15.1	15.5
	plutôt d'accord	28.9	29.8	29.4	38.8	38.8	38.8	33.9	34.3	34.1
	d'accord	52.8	53.0	52.9	30.2	31.0	30.6	41.3	42.1	41.7
	n pondérés	900	1033	1933	930	1017	1947	1830	2050	3880
	n non pondérés	895	915	1810	1050	907	1957	1945	1822	3767
je suis plutôt beau/belle	pas d'accord	6.1	6.5	6.3	12.5	11.6	12.0	9.3	9.0	9.2
	plutôt pas d'accord	15.8	17.6	16.8	23.4	22.5	22.9	19.6	20.1	19.9
	plutôt d'accord	46.9	43.6	45.1	42.8	45.5	44.2	44.8	44.5	44.7
	d'accord	31.3	32.2	31.8	21.3	20.4	20.8	26.3	26.3	26.3
	n pondérés	880	1017	1897	905	995	1901	1785	2012	3798
	n non pondérés	875	901	1776	1022	888	1910	1897	1789	3686
mes petites imperfections physiques ne m'affectent pas	pas d'accord	13.0	13.0	13.0	14.7	15.5	15.1	13.8	14.3	14.1
	plutôt pas d'accord	12.7	13.7	13.3	25.6	23.6	24.6	19.3	18.6	19.0
	plutôt d'accord	23.1	20.6	21.7	28.6	32.0	30.4	25.9	26.2	26.1
	d'accord	51.2	52.7	52.0	31.0	28.9	29.9	40.9	40.9	40.9
	n pondérés	892	1022	1913	922	1010	1932	1814	2032	3846
	n non pondérés	887	905	1792	1041	901	1942	1928	1806	3734

Annexe 5.5 - Score de l'échelle d'image positive pour les élèves de 14 et 15 ans, selon le sexe et l'âge (HBSC 2018)

	Garçons			Filles			Total		Total
	14 ans	15 ans	Total	14 ans	15 ans	Total	14 ans	15 ans	
Moyenne	3.03	3.05	3.04	2.70	2.65	2.68	2.87	2.85	2.86
Ecart type	0.54	0.54	0.54	0.67	0.66	0.67	0.63	0.64	0.63
Minimum	1.00	1.22	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
1er quartile	2.67	2.67	2.67	2.22	2.22	2.22	2.44	2.44	2.44
Médiane	3.11	3.11	3.11	2.78	2.67	2.67	3.00	3.00	3.00
3ème quartile	3.44	3.44	3.44	3.22	3.22	3.22	3.33	3.33	3.33
Maximum	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00
n pondérés	829	963	1792	850	939	1789	1679	1902	3581

Annexe 5.6 - Catégorisation des élèves de 11 à 15 ans selon leur perception de la nécessité de faire un régime ou autre chose pour perdre du poids, selon le sexe, l'âge et l'année d'enquête (HBSC 2002-2018, en %)

		HBSC 2018						HBSC 2014						HBSC 2010						HBSC 2006						HBSC 2002					
		11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total	11	12	13	14	15	Total
Garçons	non, je suis du bon poids	71.2	64.8	65.1	64.2	62.3	65.5	67.9	65.1	65.3	64.1	64.0	65.2	66.6	64.2	67.0	67.3	64.9	66.0	68.6	68.0	65.9	67.2	64.3	66.8	69.2	63.0	67.2	69.8	69.1	67.6
	non, mais j'ai besoin de perdre du poids	11.0	15.1	13.5	14.3	12.5	13.3	11.9	13.5	14.1	12.8	13.5	13.2	9.2	13.3	12.0	12.0	10.7	11.5	11.4	12.6	13.1	11.2	13.0	12.3	12.8	14.9	13.0	12.7	12.5	13.2
	non, car il faudrait que je prenne du poids	7.7	8.9	9.9	9.5	14.9	10.2	9.9	9.8	9.4	10.9	12.2	10.5	12.0	10.2	10.8	10.9	14.6	11.7	8.4	8.7	10.2	11.2	13.6	10.5	8.4	10.5	9.7	9.5	11.7	10.0
	oui	10.1	11.2	11.5	11.9	10.3	11.0	10.3	11.6	11.2	12.2	10.3	11.1	12.2	12.4	10.2	9.8	9.8	10.8	11.6	10.7	10.7	10.4	9.2	10.5	9.6	11.7	10.1	7.9	6.7	9.2
	n pondérés	1132	1134	1127	1119	1117	5628	929	955	965	1016	1017	4883	971	1001	1019	1050	1047	5088	938	959	975	1017	1041	4930	967	967	955	957	929	4775
	n non pondérés	1096	1113	1136	1113	989	5447	837	936	981	1032	895	4681	814	1052	1094	1061	941	4962	874	1067	1027	977	856	4801	740	848	1039	974	962	4563
	non	89.9	88.8	88.5	88.1	89.7	89.0	89.7	88.4	88.8	87.8	89.7	88.9	87.8	87.6	89.8	90.2	90.2	89.2	88.4	89.3	89.3	89.6	90.8	89.5	90.4	88.3	89.9	92.1	93.3	90.8
	oui	10.1	11.2	11.5	11.9	10.3	11.0	10.3	11.6	11.2	12.2	10.3	11.1	12.2	12.4	10.2	9.8	9.8	10.8	11.6	10.7	10.7	10.4	9.2	10.5	9.6	11.7	10.1	7.9	6.7	9.2
	n pondérés	1132	1134	1127	1119	1117	5628	929	955	965	1016	1017	4883	971	1001	1019	1050	1047	5088	938	959	975	1017	1041	4930	967	967	955	957	929	4775
	n non pondérés	1096	1113	1136	1113	989	5447	837	936	981	1032	895	4681	814	1052	1094	1061	941	4962	874	1067	1027	977	856	4801	740	848	1039	974	962	4563
Filles	non, je suis du bon poids	67.3	64.2	54.9	51.0	49.1	57.3	62.6	59.5	48.8	44.8	42.9	51.5	65.5	59.2	55.8	53.1	51.5	56.9	65.2	62.1	57.2	53.1	51.3	57.6	61.6	58.9	50.3	50.2	45.1	53.3
	non, mais j'ai besoin de perdre du poids	15.7	18.8	24.0	23.5	24.6	21.3	16.2	20.6	24.2	25.1	29.4	23.2	12.8	16.3	18.2	19.5	22.1	17.9	15.9	17.2	20.4	24.2	21.5	19.9	19.4	19.8	22.4	24.5	25.5	22.3
	non, car il faudrait que je prenne du poids	5.9	4.5	6.7	8.9	6.9	6.6	7.3	7.4	7.6	6.5	5.8	6.9	9.3	8.3	7.3	6.5	6.1	7.5	7.6	6.5	6.2	6.6	5.4	6.4	9.3	8.5	9.0	6.9	6.0	8.0
	oui	11.1	12.6	14.3	16.6	19.5	14.8	13.9	12.4	19.4	23.6	21.9	18.4	12.4	16.2	18.6	20.9	20.3	17.8	11.4	14.2	16.1	16.2	21.8	16.1	9.8	12.8	18.3	18.4	23.4	16.4
	n pondérés	1080	1066	1066	1077	1063	5352	904	908	909	971	980	4672	939	946	969	1001	1003	4858	893	911	925	973	983	4685	922	921	909	910	876	4539
	n non pondérés	1093	1119	1156	1216	948	5532	877	940	1049	1123	885	4874	821	1029	1107	1067	961	4985	858	974	1078	1068	833	4811	800	890	1139	1016	910	4755
	non	88.9	87.4	85.7	83.4	80.5	85.2	86.1	87.6	80.6	76.4	78.1	81.6	87.6	83.8	81.4	79.1	79.7	82.2	88.6	85.8	83.9	83.8	78.2	83.9	90.3	87.2	81.7	81.6	76.6	83.6
	oui	11.1	12.6	14.3	16.6	19.5	14.8	13.9	12.4	19.4	23.6	21.9	18.4	12.4	16.2	18.6	20.9	20.3	17.8	11.4	14.2	16.1	16.2	21.8	16.1	9.8	12.8	18.3	18.4	23.4	16.4
	n pondérés	1080	1066	1066	1077	1063	5352	904	908	909	971	980	4672	939	946	969	1001	1003	4858	893	911	925	973	983	4685	922	921	909	910	876	4539
	n non pondérés	1093	1119	1156	1216	948	5532	877	940	1049	1123	885	4874	821	1029	1107	1067	961	4985	858	974	1078	1068	833	4811	800	890	1139	1016	910	4755
Total	non, je suis du bon poids	69.3	64.5	60.1	57.7	55.8	61.5	65.3	62.3	57.3	54.7	53.7	58.5	66.1	61.7	61.6	60.4	58.4	61.6	66.9	65.2	61.7	60.3	57.9	62.3	65.5	61.0	59.0	60.2	57.4	60.7
	non, mais j'ai besoin de perdre du poids	13.3	16.9	18.6	18.8	18.4	17.2	14.0	17.0	19.0	18.8	21.3	18.1	11.0	14.8	15.0	15.6	16.3	14.6	13.6	14.8	16.7	17.5	17.1	16.0	16.0	17.3	17.6	18.5	18.8	17.6
	non, car il faudrait que je prenne du poids	6.8	6.7	8.4	9.2	11.0	8.4	8.6	8.7	8.5	8.7	9.0	8.7	10.7	9.2	9.1	8.8	10.4	9.6	8.0	7.6	8.3	8.9	9.6	8.5	8.8	9.5	9.4	8.3	9.0	9.0
	oui	10.6	11.9	12.9	14.2	14.8	12.9	12.1	12.0	15.2	17.8	16.0	14.7	12.3	14.2	14.3	15.2	14.9	14.2	11.5	12.4	13.4	13.3	15.4	13.2	9.7	12.2	14.1	13.0	14.8	12.7
	n pondérés	2211	2200	2193	2196	2179	10980	1834	1862	1874	1987	1997	9555	1910	1947	1988	2051	2049	9946	1832	1869	1900	1991	2024	9616	1889	1889	1864	1867	1806	9314
	n non pondérés	2189	2232	2292	2329	1937	10979	1714	1876	2030	2155	1780	9555	1635	2081	2201	2128	1902	9947	1732	2041	2105	2045	1689	9612	1540	1738	2178	1990	1872	9318
	non	89.4	88.1	87.1	85.8	85.2	87.1	87.9	88.0	84.8	82.2	84.0	85.3	87.7	85.8	85.7	84.8	85.1	85.8	88.5	87.6	86.6	86.7	84.6	86.8	90.3	87.8	85.9	87.0	85.2	87.3
	oui	10.6	11.9	12.9	14.2	14.8	12.9	12.1	12.0	15.2	17.8	16.0	14.7	12.3	14.2	14.3	15.2	14.9	14.2	11.5	12.4	13.4	13.3	15.4	13.2	9.7	12.2	14.1	13.0	14.8	12.7
	n pondérés	2211	2200	2193	2196	2179	10980	1834	1862	1874	1987	1997	9555	1910	1947	1988	2051	2049	9946	1832	1869	1900	1991	2024	9616	1889	1889	1864	1867	1806	9314
	n non pondérés	2189	2232	2292	2329	1937	10979	1714	1876	2030	2155	1780	9555	1635	2081	2201	2128	1902	9947	1732	2041	2105	2045	1689	9612	1540	1738	2178	1990	1872	9318

Annexe 5.7 - Relation entre le score de l'image corporelle positive et la perception de la nécessité de faire un régime ou autre chose pour perdre du poids resp. avoir un poids normal; régressions logistiques multiples pour les 15 ans, sous contrôle du statut pondéral et/ou du sexe, HBSC 2018

	La perception de la nécessité de faire un régime ou autre chose pour perdre du poids				Avoir un poids normal selon l'indice de masse corporelle IMC			
	15 ans (n=1'608)				15 ans (n=1'611)			
Variable indépendante	OR[a]	Sign.[b]	CI 95%[c]		OR[a]	Sign.[b]	CI 95%[c]	
Score de l'image corporelle graduée de 0 à 4	0.19	***	0.15	0.25	1.86	***	1.49	2.33

Remarques :

a) OR = Odds Ratio (coefficients d'association);
b) Seuil de significativité : *** = p < .001
c) CI 95% = Intervalle de confiance à 95% (calculé en tenant compte de l'effet de l'échantillonnage par grappes)

Une régression logistique multiple a été effectuée pour chaque variable dépendante ; la première régression sous contrôle du statut pondéral et du sexe, et la deuxième sous contrôle du sexe.

Exemple de lecture :

Pour les jeunes de 15 ans, la probabilité de faire un régime ou autre chose pour perdre du poids diminue à mesure que le score d'image corporelle positive augmente (OR = 0.19, p < .001, IC 95% : 0.15, 0.25, n=1608).