

# La santé des ados reste en clair-obscur

ÉTUDE L'état des jeunes francophones n'est guère réjouissant et tend à se dégrader

- Une enquête auprès de 14.000 ados passe leur santé au scanner.
- Age moyen du premier rapport, nombre d'heures devant internet, émergence de la cigarette électronique...
- Les jeunes francophones ne sont pas dans le top européen.

Comment vont nos jeunes élèves ? Une enquête réalisée tous les quatre ans auprès des élèves de la 5<sup>e</sup> primaire à la 6<sup>e</sup> secondaire en Fédération Wallonie- Bruxelles permet de le deviner. Et de comparer les résultats avec ceux effectués lors de l'étude internationale « Health Behaviour in School-aged Children » (HBSC) à laquelle participent plus de 40 pays ou régions. Conclusion : nos élèves francophones ne sont pas dans le top européen et la situation se dégrade plutôt au fil des années.

Même s'il y a des bonnes nouvelles. Ainsi, d'après cette enquête, la consommation d'alcool est en diminution : 10,8 % des ados boivent de la bière chaque

semaine, 3 % buvant du vin et 5,3 des limonades alcoolisées. C'est encore beaucoup trop, mais en 1994, 24 % buvaient de la bière et 11 % du vin. De même, le tabac serait en chute : de 22,6 % de fumeurs quotidiens en 1998, le chiffre est tombé à 8,7 %. Une baisse drastique. L'effet des politiques antifumeurs ? On aimerait le croire, même si celles-ci sont plutôt au point mort depuis cinq ans... Problème de base : l'enquête est réalisée anonymement et individuellement, « face à sa feuille », afin de diminuer le risque de biais lié à un enquêteur. Malgré tout, l'ado peut être tenté de se vanter d'une initiation plus précoce à la sexualité que dans la réalité ou cacher une pratique de la cigarette. Mais pour Katia Castetbon, épidémiologiste à l'École de santé publique et en charge de ce projet, l'anonymat garantissant la discrétion est davantage efficace pour récolter des données objectives. Par ailleurs, la méthode est partagée dans les 40 pays participants, ce qui permet des comparaisons.

Et là, la Belgique francophone est plutôt mal placée. Ainsi, pour la consommation quotidienne de boissons sucrées, que 4 élèves sur 10 pratiquent dans notre Communauté, un chiffre doublé par rapport à la consommation internationale. En cause notamment,

un accès beaucoup trop aisé : notre pays autorise les distributeurs de boissons sucrées à l'école et n'oblige pas par exemple une offre minimum d'eau dans les machines. « On peut incriminer l'école, mais il ne faut pas oublier la fonction de modèle parental. Si l'adulte consomme quotidiennement des sodas, il sera difficile d'empêcher l'ado de se mettre au même régime pour des raisons de santé », explique le professeur Castetbon.

## Stress intense à l'école

De même, plus d'un tiers des élèves témoignent d'un fort stress lié au travail à l'école. Un chiffre qui atteint quatre élèves sur dix dans le secondaire, alors qu'il n'était que d'un élève sur quatre en 2002. La pénurie d'écoles, les systèmes de tirages au sort et l'angoisse de l'époque pour décrocher un emploi protecteur de pauvreté jouent-ils un rôle dans cette évolution ? Ce ne sont que des hypothèses de travail, que seules des analyses qualitatives pourraient confirmer.

Car le chiffre absolu n'est pas tout et l'enquête fournit déjà des éléments troublants vis-à-vis des disparités socioéconomiques qui frappent l'ado. Ainsi, si 12 % sont en surcharge pondérale quand ils vivent dans un environnement aux revenus élevés, ce chiffre double quand leur environne-

ment dispose de revenus limités. Avec des bizarreries : la pauvreté semble protéger de l'abus d'alcool, consommé hebdomadairement par 24,8 des nantis et 13,6 des « revenus faibles ».

Une faible consolation face à l'exposition majorée aux déterminants de santé : ainsi, 54 % des ados sont exposés aux jeux vidéo plus de deux heures par jour au lieu de 27 %. « Un chiffre très - trop important », note l'experte. Et qui n'est pas sans influencer sur l'état de santé. Ainsi, 52 % des élèves de la FWB passent au moins deux heures par jour sur Internet. De grandes disparités existent : 59,3 % des élèves du secondaire et 28,3 % des élèves de 5<sup>e</sup>-6<sup>e</sup> primaire passent au moins deux heures par jour sur Internet. Ces proportions ont fortement augmenté depuis 2010, doublant presque.

Une association négative entre le nombre d'heures passées devant les écrans et le nombre d'heures de sommeil a aussi été observée dans d'autres études. Plus les jeunes utilisaient les écrans, plus ils avaient tendance à postposer l'heure du coucher. Par ailleurs, près d'un jeune sur trois a déjà consommé du cannabis (32,7 %) et 11 % ont déclaré avoir utilisé une cigarette électronique. ■

FRÉDÉRIC SOUMOIS

## EN CHIFFRES

### 56,3 %

Moins de 6 élèves sur dix prennent un petit-déjeuner tous les jours en semaine, tandis que 22,2 % des jeunes n'en consomment jamais. Entre ces deux extrêmes, 6,2 % des adolescents prennent un petit-déjeuner une fois au cours des cinq jours de semaine, 5,1 % deux fois, 6 % trois fois et 4,3 % quatre fois.

### 46,3 %

Le préservatif a été utilisé par près d'un jeune sur deux lors du dernier rapport sexuel.

### 9,1 %

Seule une minorité de jeunes rapportent qu'ils se sentent rarement ou jamais fatigués le matin avant d'aller à l'école. Cette proportion est toutefois deux fois plus élevée en 5<sup>e</sup>-6<sup>e</sup> primaire qu'en secondaire (15,3 % vs 7,4 %). La fatigue matinale est plus fréquente dans

l'enseignement secondaire où quatre jeunes sur dix (39,5 %) se sentent fatigués le matin au moins quatre jours par semaine

### 9,1 %

Près d'un jeune sur dix a déclaré avoir été ivre une fois au cours des 30 jours précédant l'enquête, 3,9 % entre 2 à 3 fois et 1,2 % des jeunes ont indiqué avoir été ivres au moins quatre fois.

### 10,8 %

Un peu plus d'un ado sur dix

boivent de la bière chaque semaine, 3 % buvant du vin et 5,3 des limonades alcoolisées. C'est encore beaucoup trop, mais en 1994, 24 % buvaient de la bière et 11 % du vin.

### 8,7 %

De 22,6 % de fumeurs quotidiens en 1998, le chiffre est tombé à 8,7 %. Une baisse drastique. L'effet des politiques antifumeurs ? On aimerait le croire, même si celles-ci sont plutôt au point mort depuis cinq ans...

# **l'experte** « Il faudrait taxer lourdement les boissons sucrées »

**K**atia Castetbon est chargée de cours à l'École de santé publique de l'ULB, en charge de l'étude HBSC pour la communauté française de Belgique.

## **Pourquoi cibler les ados de 10 à 17 ans ?**

*La transition entre l'enseignement primaire et l'enseignement secondaire constitue une période critique caractérisée par de multiples changements scolaires, physiques, psychologiques ou relationnels. C'est aussi l'époque de tous les apprentissages, de toutes les prises de risques. Cette période nécessite une attention particulière en matière de promotion de la santé.*

**Cette enquête souligne des marges d'amélioration : plus d'un tiers des adolescents consomment chaque jour des boissons sucrées, seuls 16 % pratiquent au moins une heure**

**d'activité physique tous les jours. Fait-on ce qu'il faut du côté des pouvoirs publics ?**

*Notre enquête permet de poser des constats qui eux-mêmes soustiennent des propositions d'action concrète. Bannir les boissons sucrées du cadre scolaire ou les taxer pour favoriser la consommation de boissons moins nocives pourrait être une solution efficace. Mais encore faut-il que la mesure crée un différen-*

*tiel pour le consommateur. Si c'est quelques centimes le litre, cela ne fait qu'agir sur les marges du distributeur et reste sans effet sur les consommateurs.*

**Votre travail montre que d'importantes inégalités en matière de santé pèsent sur les jeunes issus de milieux socioéconomiques moins favorisés, de ceux ne vivant pas avec leurs deux parents et de ceux scolarisés dans l'enseignement professionnel.**

**Des déterminants qui ne sont pas des choix individuels. Peut-on vraiment agir pour contrer ce déterminisme ?**

*On vient d'une conception plus individualiste de la prévention de la santé, où le poids sur le choix individuel était plus grand. On considère davantage aujourd'hui les déterminants collectifs dans la prévention, comme le prix, la disponibilité d'un produit, la législation qui le frappe ou le promeut, etc. C'est une bonne chose. Même si le chemin reste long...*

**D'autres mesures à recommander ?**

*La question du sommeil me paraît centrale. Beaucoup d'ados souffrent d'un manque de sommeil. Proposer des solutions est directement profitable à l'ado, il peut se sentir mieux. On ne lui parle pas des effets sur sa santé vingt ans plus tard. C'est un bon angle pour aborder la question de la santé au jour le jour. ■*

**Propos recueillis par  
FR.SO**