

Regard sur la santé des jeunes

Province de Namur - 2023



Présentation générale de l'enquête

Avant 2018, en province de Namur, il existait peu de données spécifiques sur la santé des jeunes. Une meilleure connaissance de leur santé est nécessaire pour informer les décideurs politiques, ainsi que les professionnels (de la santé, du social, de l'éducation...) afin d'améliorer les orientations des programmes et les interventions en promotion de la santé. C'est dans ce but que la Cellule Observation de la Province de Namur a décidé de réaliser une enquête sur la santé des jeunes en partenariat avec l'Observatoire de la Santé du Hainaut (OSH).

La Cellule Observation a réalisé durant les années scolaires 2018-2019 et 2019-2020, une première enquête en province de Namur en étroite collaboration avec l'ensemble des Centres de santé scolaire des 3 réseaux existants de la province (Fédération Wallonie-Bruxelles, Provincial et SeLINA).

Les principaux objectifs de cette enquête sont de récolter des données épidémiologiques sur la santé des jeunes, d'établir des liens entre leurs comportements de santé et leur environnement et d'alimenter les projets de promotion de la santé destinés aux jeunes.

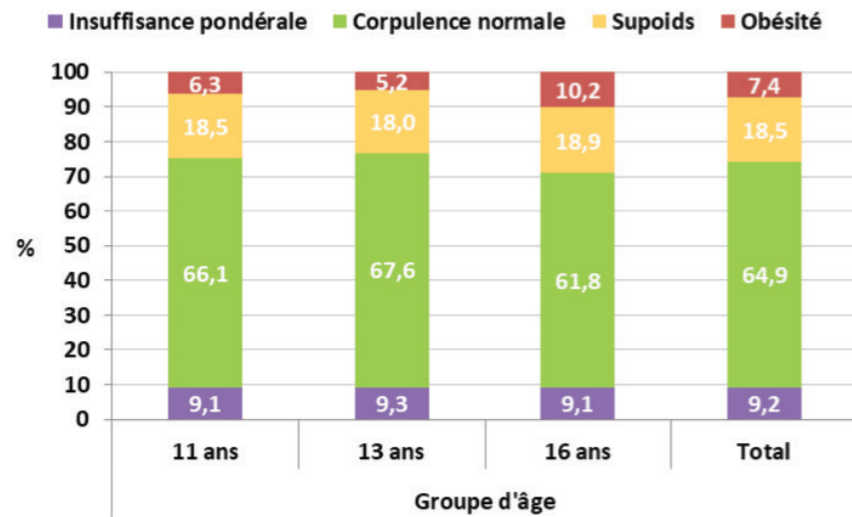
Ce feuillet a pour objectif de dresser un premier bilan de la santé des jeunes namurois.

Au total, 1442 élèves (497 élèves pour le primaire et 945 élèves pour le secondaire) issus de 61 écoles différentes et de 82 classes ont été interrogés. Les jeunes de moins de 10 ans et de plus de 18 ans ont été exclus de l'échantillon.

Les élèves ont été regroupés, pour l'analyse, en trois groupes d'âge correspondant la plupart du temps au niveau scolaire : 10 ans accompli à 12 ans (groupe d'âge 11 ans) ; 13 ans accompli à 14 ans (groupe d'âge 13 ans) et 15 ans accompli à 17 ans (groupe d'âge 16 ans).

Biométrie

Figure 1. Corpulence des jeunes selon le groupe d'âge (n = 1309)



En province de Namur, près de deux jeunes sur trois (64,9 %) ont une corpulence normale. Un sur quatre (25,9 %) présente une surcharge pondérale.

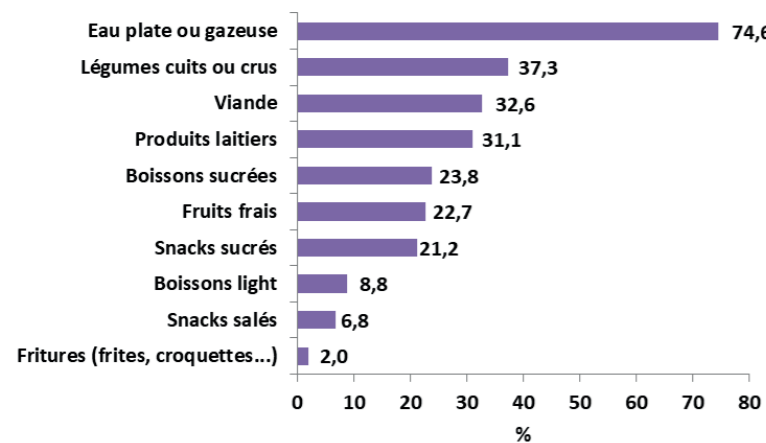
À l'inverse, l'insuffisance pondérale concerne près d'un jeune sur dix (9,2 %).

Ce graphique montre également une obésité ou un surpoids plus fréquemment rencontré chez les plus âgés. Il n'y a pas de différence entre les sexes à l'exception des filles de 16 ans qui présentent une fréquence d'obésité plus importante.

Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

Alimentation

Figure 2. Aliments et boissons consommés au moins une fois par jour (n = 1428)



Environ trois jeunes sur quatre (74,6 %) déclarent boire de l'eau plate ou gazeuse au moins une fois par jour. C'est l'élément le plus fréquemment consommé au quotidien. Un jeune sur trois consomme des légumes cuits ou crus (37,3 %), de la viande (32,6 %) et des produits laitiers (31,1%) au moins une fois par jour. Moins d'un jeune sur quatre (22,7 %) consomme des fruits frais quotidiennement. Ils sont plus d'un sur cinq à avoir une consommation quotidienne de snacks sucrés (21,2 %).

Si 8,8 % des jeunes déclarent boire des boissons édulcorées (light) quotidiennement, ils sont deux fois et demi plus nombreux à consommer des boissons sucrées (23,8 %). Les aliments gras tels que les snacks salés (6,8 %) et les fritures (2,0 %) sont beaucoup plus rarement consommés quotidiennement par les jeunes.

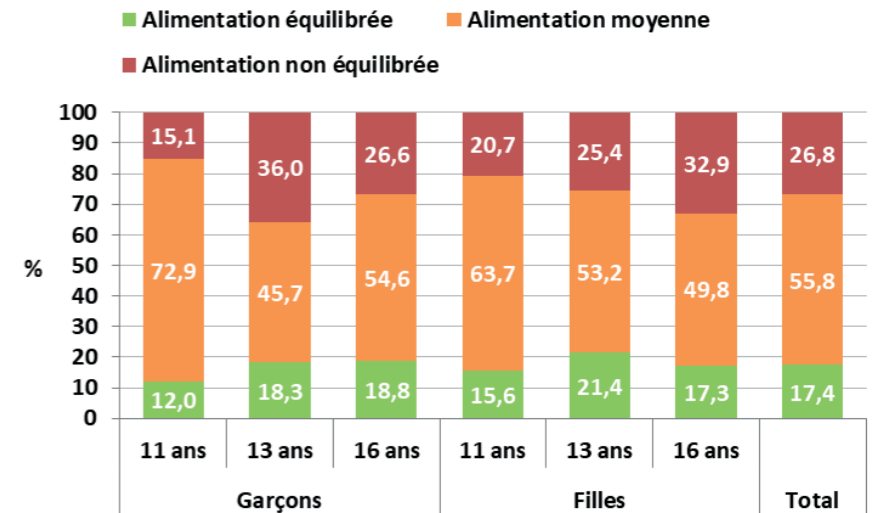
Source : Observatoire de la Santé de la Province de Luxembourg, Enquête Jeunes, 2018-2020

Figure 3. Distribution de l'équilibre alimentaire selon le sexe et le groupe d'âge (n = 1216)

Cette figure met en évidence combien les habitudes alimentaires des jeunes sont éloignées des recommandations. Pour évaluer le régime alimentaire des jeunes, un score a été construit sur base de six habitudes alimentaires.

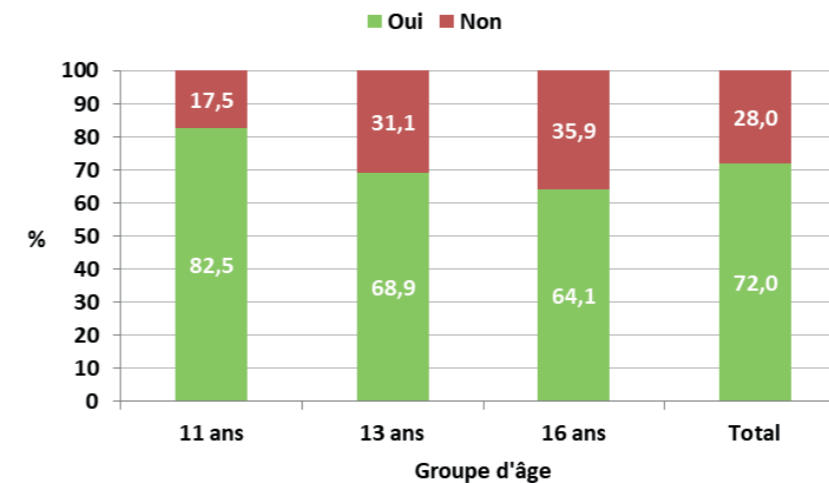
L'analyse globale des consommations alimentaires aboutit à une répartition des jeunes selon qu'ils ont une alimentation non équilibrée (score de 0 à 2), moyennement équilibrée (score de 3 à 4) ou équilibrée (score de 5 à 6). Il en ressort que 82,6 % des jeunes namurois n'ont pas une alimentation équilibrée.

En province de Namur, moins d'un jeune sur cinq (17,4 %) a une alimentation « équilibrée », plus d'un jeune sur deux (55,8 %) une alimentation « moyennement équilibrée » et un jeune sur quatre (26,8 %) une alimentation « non équilibrée ».



Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

Figure 4. Prise habituelle d'un petit déjeuner les jours d'école selon le groupe d'âge (n = 1309)



En province de Namur, plus d'un jeune sur quatre (28,0 %) déclare ne pas prendre habituellement un petit déjeuner les jours d'école.

En outre, comme l'illustre la figure, il existe une augmentation en fonction de l'âge.

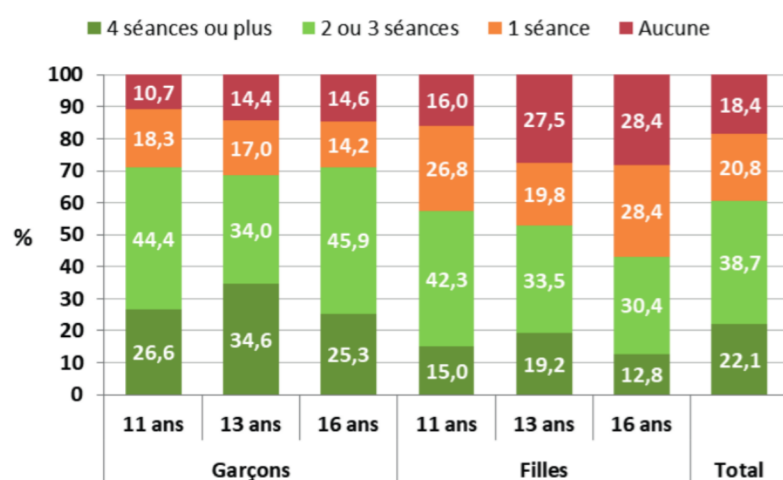
En effet, si 17,5 % des jeunes de 11 ans ne prennent habituellement pas un petit déjeuner, ils sont plus d'un tiers (35,9 %) à 16 ans.

De plus, quel que soit le groupe d'âge considéré, les filles sont plus nombreuses à ne pas déjeuner.

Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

Activité physique et sédentarité

Figure 5. Séances d'activité physique en dehors de l'école (au moins une demi-heure d'affilée) la semaine précédant l'enquête selon le sexe et le groupe d'âge (n = 1318)



Globalement, 18,4 % des jeunes namurois n'ont pratiqué aucune séance d'activité physique la semaine précédant l'enquête, 20,8 % ont pratiqué une séance, 38,7 % 2 ou 3 séances et 22,1 % 4 séances ou plus.

Cette figure met en évidence que la proportion de jeunes n'ayant réalisé aucune séance d'activité physique augmente avec l'âge, et ce, principalement chez les filles.

À 11 ans, l'absence d'activité physique concerne environ un jeune sur dix, quel que soit le sexe.

À 16 ans, un garçon sur sept (14,6 %) et pratiquement trois filles sur dix (28,4 %) n'ont eu aucune séance d'activité physique la semaine précédant l'enquête.

Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

Tableau 1. Nombre d'heures de télévision les jours d'école et les jours sans école (n = 1327/1392)

	Moyenne	Moins de 2 heures	de 2 à 4 heures	Plus de 4 heures	
Jours d'école	2h28	48,8%	35,5%	15,7%	
	Moyenne	Moins de 2 heures	De 4 à 6 heures	Plus de 6 heures	
Jours sans école	3h17	19,5%	35,8%	26,2%	18,5%

Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

En moyenne, les jeunes namurois regardent la télévision 2 heures les jours d'école. Moins d'un jeune sur deux (48,8 %) regarde la télévision moins de 2 heures par jour, un jeune sur trois (35,5 %) entre 2 et 4 heures et un jeune sur dix (15,7 %) la regarde 4 heures ou plus les jours d'école.

Les jours où il n'y a pas d'école, le temps passé devant la télévision augmente pour atteindre 3 heures de moyenne. 19,5 % la regardent moins de 2 heures, 35,8 % entre 2 et 4 heures, 26,2 % entre 4 et 6 heures et 18,5 % 6 heures ou plus.

Tableau 2. Nombre d'heures d'ordinateur et/ou de console de jeux les jours d'école et les jours sans école (n = 1068/1240)

	Moyenne	Moins de 2 heures	de 2 à 4 heures	Plus de 4 heures	
Jours d'école	1h37	51,6%	29,9%	18,5%	
	Moyenne	Moins de 2 heures	De 4 à 6 heures	Plus de 6 heures	
Jours sans école	3h26	26,9%	29,1%	19,7%	24,3%

Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

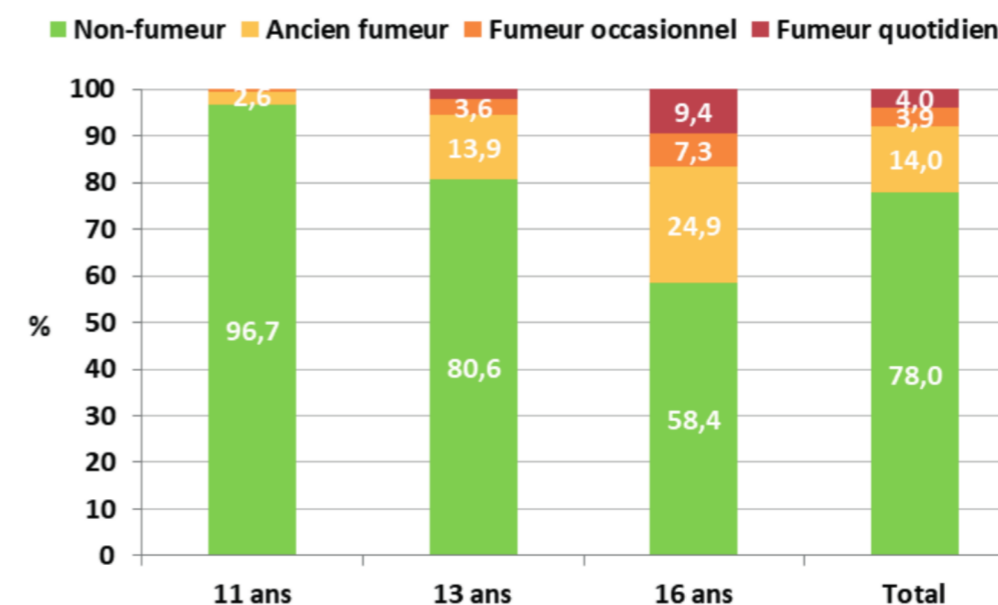
En moyenne, les jeunes namurois consacrent 1 heure 37 minutes à l'ordinateur et/ou à la console de jeux les jours d'école ; la moitié des jeunes (51,6 %) y consacrent moins de 2 heures par jour, 29,9 % entre 2 et 4 heures et 18,5 % 4 heures ou plus les jours d'école.

Les jours où il n'y a pas d'école, le temps passé devant un ordinateur et/ou une console de jeux augmente pour atteindre 3 heures 26 minutes de moyenne ; 26,9 % des jeunes y passent moins de 2 heures, 29,1 % entre 2 et 4 heures, 19,7 % entre 4 et 6 heures et 24,3 % 6 heures ou plus.

Assuétudes

Tabac

Figure 6. Catégories tabagiques selon le groupe d'âge (n = 1297)



Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

La quasi-totalité des jeunes (96,7 %) déclarent n'avoir jamais fumé à 11 ans, seul près de six jeunes sur dix (58,4 %) déclarent la même chose à 16 ans.

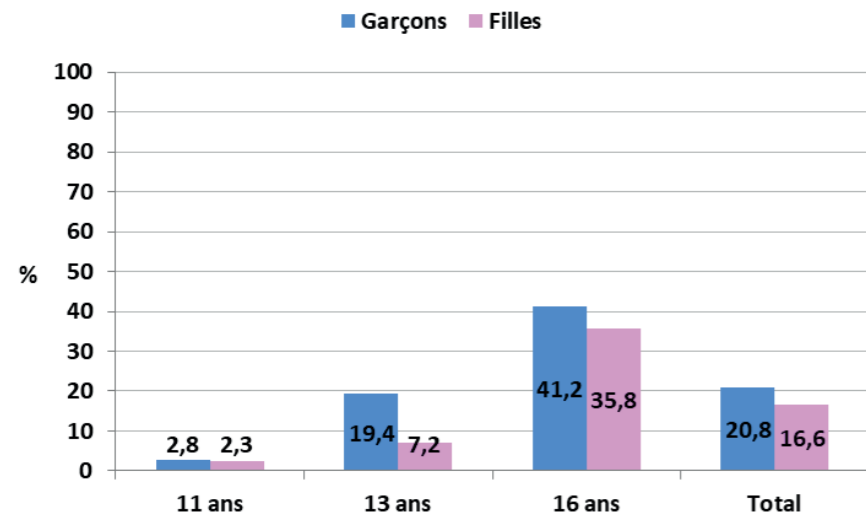
Réciproquement, la proportion de jeunes qui déclarent avoir déjà fumé ou essayé de fumer (somme des proportions de fumeurs et d'anciens fumeurs) augmente avec l'âge pour atteindre un jeune sur deux (41,6 %) à 16 ans.

Par conséquent, parmi les jeunes de 16 ans, ceux qui n'ont jamais essayé de fumer sont majoritaires.

L'avancée en âge du jeune a également une influence sur le type de consommation :

- à 11 ans, il n'y a presque aucun fumeur ;
- à 13 ans, 5,5 % fument (3,6 % occasionnellement et 1,9 % quotidiennement) ;
- à 16 ans, 16,7 % des jeunes fument (7,3 % occasionnellement et 9,4 % quotidiennement).

Figure 7. Proportion de fumeurs de chicha selon le sexe et le groupe d'âge (n = 1307)

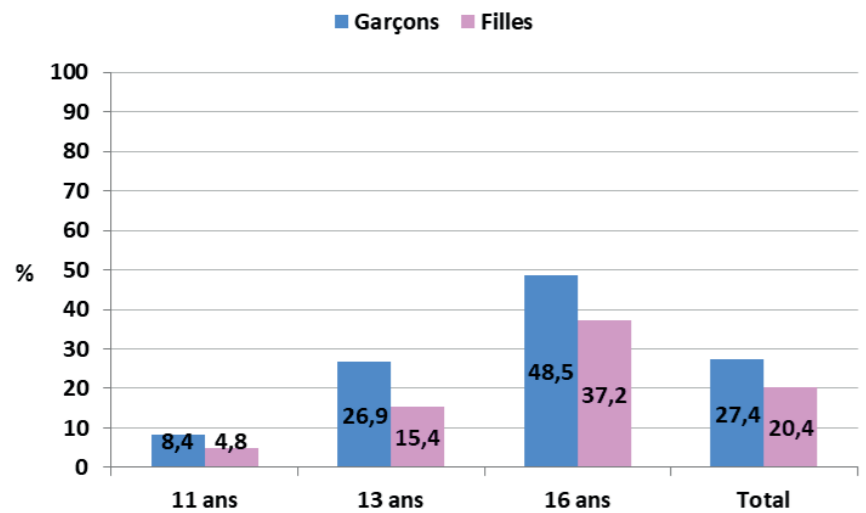


Parmi l'ensemble des jeunes, environ deux garçons sur dix (20,8 %) et une fille sur six (16,6 %) ont déjà fumé la chicha.

Tout comme pour la consommation de cigarettes, une augmentation de l'utilisation de la chicha avec l'âge est observée. Cette augmentation se déroule principalement entre 13 et 16 ans. À 16 ans, quatre garçons sur dix (41,2 %) déclarent avoir déjà fumé la chicha, tandis que chez les filles, elles sont trois sur dix (35,8 %).

Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

Figure 8. Proportion de fumeurs de cigarette électronique selon le sexe et le groupe d'âge (n=1299)



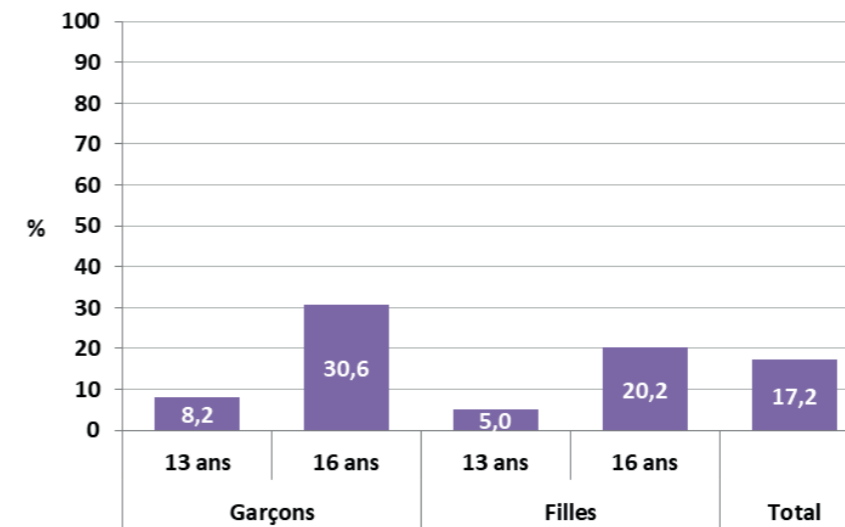
Parmi l'ensemble des jeunes de la province de Namur, plus d'un quart des garçons (27,4 %) et une fille sur cinq (20,4 %) ont déjà utilisé une cigarette électronique.

Tout comme pour la consommation de cigarettes et la chicha, une augmentation de l'utilisation de la cigarette électronique avec l'âge est observée. Cette augmentation se déroule principalement entre 13 et 16 ans. À 16 ans, près d'un garçon sur deux (48,5 %) déclare avoir déjà fumé à l'aide d'une cigarette électronique, tandis que chez les filles, elles sont plus de trois sur dix (37,2 %).

Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

Drogues illégales

Figure 9. Proportion (en %) de jeunes de 13 et 16 ans qui déclarent avoir déjà consommé de la drogue (n = 844)



En province de Namur, plus d'un jeune sur six (17,2 %) déclare avoir déjà consommé de la drogue. C'est le cannabis qui est principalement consommé. À 16 ans, près d'un garçon sur trois (30,6 %) et une fille sur cinq (20,2 %) ont déjà consommé de la drogue.

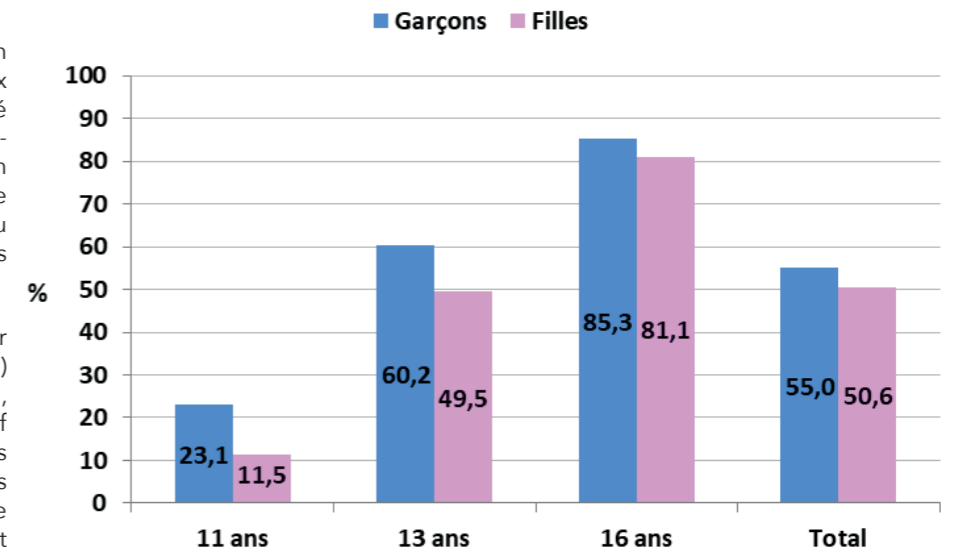
Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

Alcool

Figure 10. Proportion de jeunes déclarant avoir déjà bu au moins une fois un verre entier de boisson alcoolisée selon le sexe et le groupe d'âge (n = 1309)

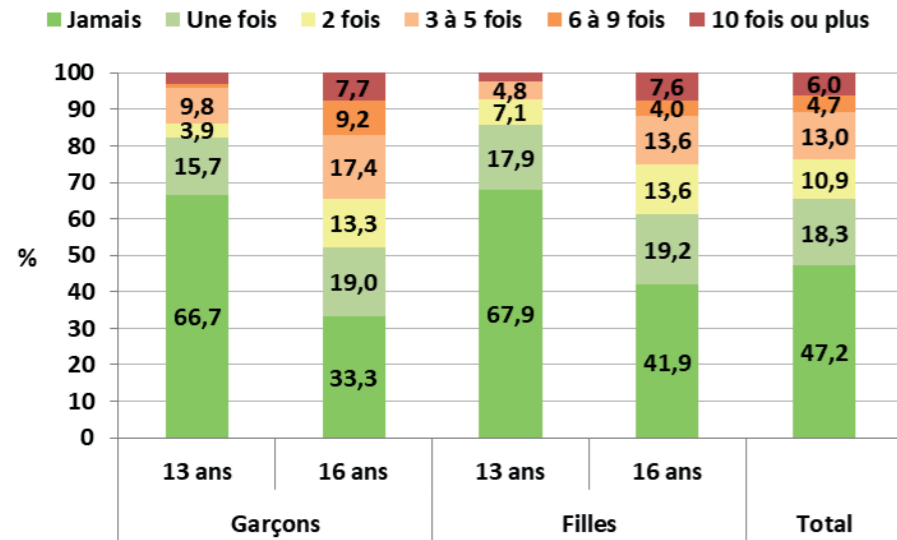
Globalement, un peu plus d'un garçon sur deux (55,0 %) et une fille sur deux (50,6 %) déclarent avoir déjà consommé au moins une fois un verre entier de boisson alcoolisée. L'initiation commence en moyenne vers l'âge de 13 ans et suit une progression liée à l'âge similaire à celle au tabac. Elle est cependant nettement plus fréquente que l'initiation tabagique.

En effet, à 11 ans, si deux garçons sur dix (23,1 %) et une fille sur dix (11,5 %) ont déjà consommé un verre d'alcool, cette proportion grimpe à presque neuf garçons sur dix (85,3 %) et huit filles sur dix (81,1 %) à 16 ans. Il est toutefois intéressant de constater que l'écart entre les deux sexes se réduit progressivement en fonction de l'âge du jeune.



Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

Figure 11. Proportion de jeunes de 13 et 16 ans ayant déjà bu 5 verres ou plus d'alcool en une seule occasion ou en une soirée au cours des 30 derniers jours selon le sexe et le groupe d'âge parmi ceux qui ont déjà bu un verre entier d'alcool (n = 303)



Parmi les jeunes ayant déjà bu au moins une fois de l'alcool (un verre entier), la consommation excessive d'alcool varie selon le sexe et l'âge du jeune.

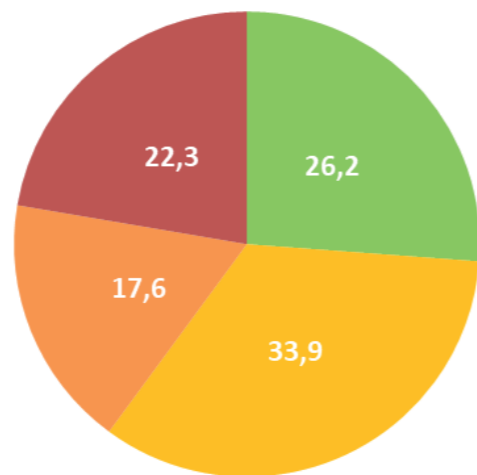
À 13 ans, quel que soit le sexe, plus de la moitié n'a jamais connu d'alcoolisation ponctuelle importante (API).

À 16 ans, ce pourcentage a fortement diminué (il a même diminué de moitié chez les garçons). Inversement, pour toutes les autres catégories (à l'exception de la catégorie « une fois » pour les garçons), une augmentation relativement importante est observée. La plus significative concerne une consommation excessive d'alcool « trois à cinq fois » au cours des 30 derniers jours, et ce, pour les deux sexes. De plus, à 16 ans, 7,7 % des garçons et 7,6 % des filles ont déjà connu au moins dix épisodes d'API au cours du mois précédant l'enquête.

Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

Figure 12. Fréquence de l'ivresse (en %) chez les jeunes de 16 ans parmi ceux qui ont déjà été ivres (n = 233)

■ Oui, une fois ■ Oui, 2 à 3 fois ■ Oui, 4 à 10 fois ■ Oui, plus de 10 fois

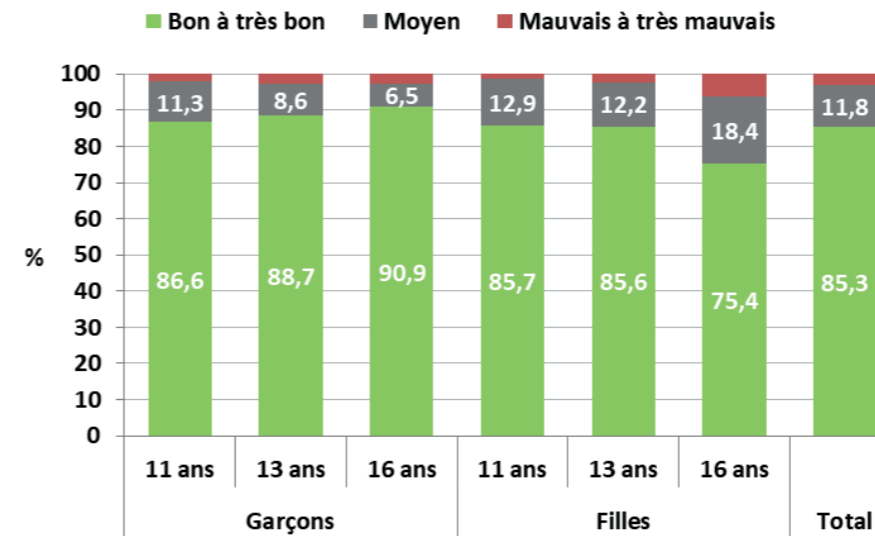


Parmi les jeunes ayant déclaré avoir déjà été ivre, un sur quatre (26,2 %) a mentionné un seul épisode d'ivresse. Un sur deux (51,5 %) a déjà été ivre deux à dix fois et un peu plus d'un sur cinq (22,3 %) l'a été plus de dix fois.

Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

État de santé, bien-être et consommation de soins

Figure 13. Etat de santé subjectif selon le sexe et le groupe d'âge (n = 1297)



Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

En province de Namur, plus de huit jeunes sur dix (85,3 %) estiment que leur état de santé est bon à très bon (41,4 % le jugent bon et 43,9 % le jugent très bon). Un peu plus d'un jeune sur dix (11,8 %) le considère comme moyen et une très faible minorité (2,9 %), mauvais à très mauvais.

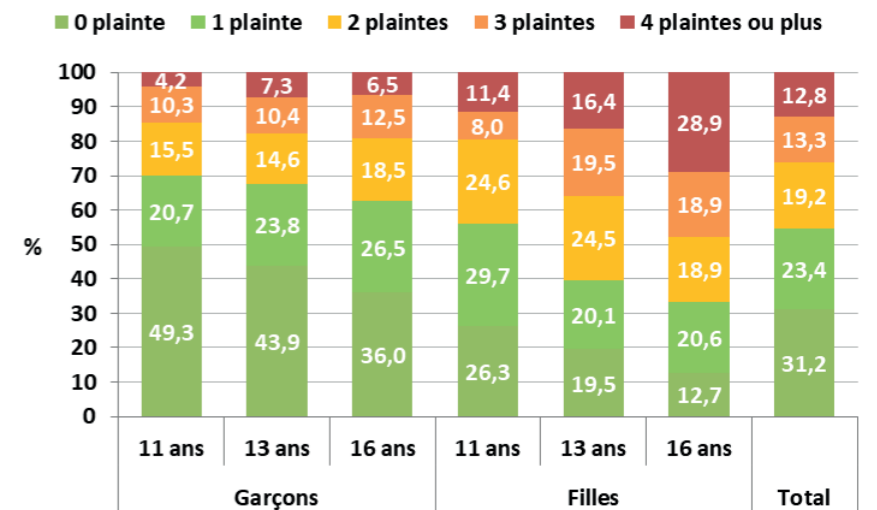
La perception que les jeunes namurois ont de leur état de santé varie très peu en fonction du sexe et de l'âge, sauf pour les filles du groupe d'âge 16 ans qui estiment le moins souvent être en bonne ou très bonne santé (75,4 %).

Figure 14. Nombre de plaintes somatiques selon le sexe et le groupe d'âge (n = 1139)

L'étude a également interrogé les jeunes sur les plaintes somatiques ressenties (maux de ventre, problèmes de poids, de tête, de dos, de dents, vertiges, fièvre)

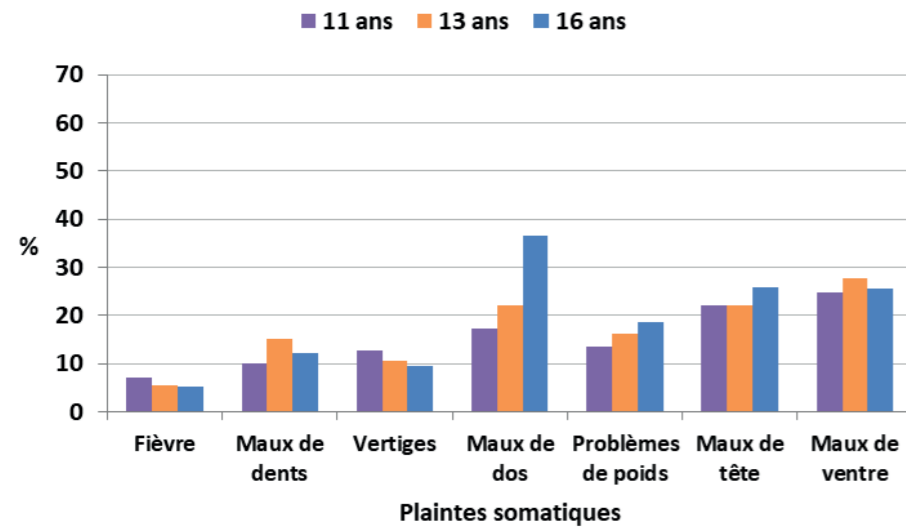
Globalement, 31,2 % des jeunes n'ont déclaré aucune plainte au cours des douze mois précédant l'enquête, 23,4 % une seule plainte, 32,6 % deux à trois plaintes et 12,8 % quatre plaintes ou plus. Une plainte est comptabilisée lorsque le jeune déclare l'avoir ressenti « assez souvent » ou « souvent ».

Les filles rapportent plus souvent des plaintes somatiques que les garçons. En outre, plus elles sont âgées, plus elles ont tendance à déclarer des plaintes. À 16 ans, trois filles sur dix (28,9 %) déclarent au moins quatre plaintes somatiques.



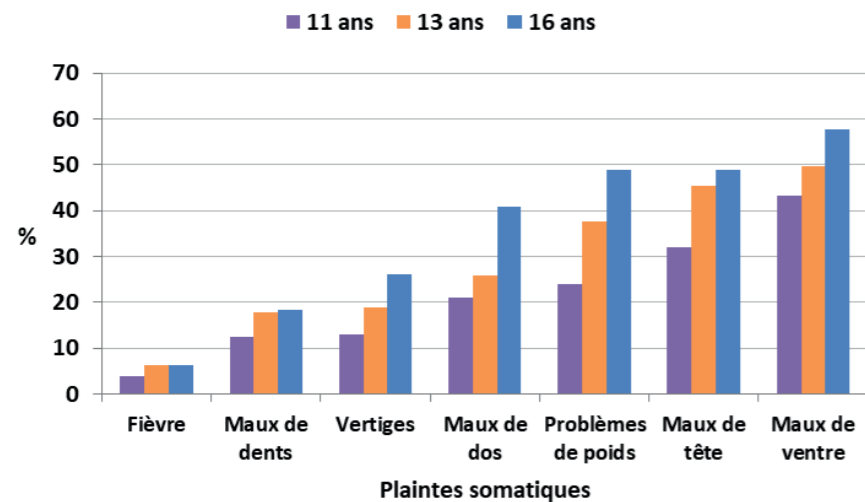
Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

Figure 15. Plaintes somatiques chez les garçons selon le groupe d'âge (n = 657)



Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

Figure 16. Plaintes somatiques chez les filles selon le groupe d'âge (n = 637)



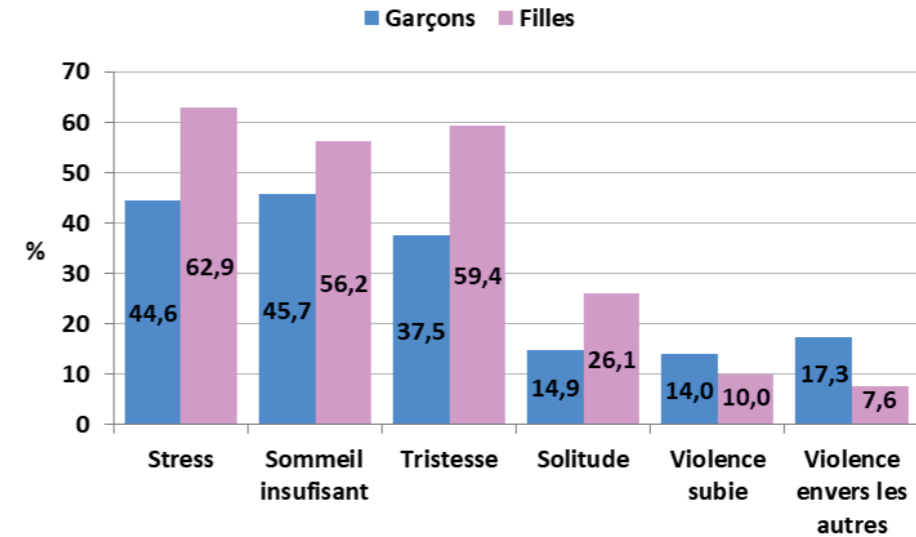
Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

À tout âge et quel que soit le type de plaintes somatiques, les filles en déclarent davantage que les garçons, à l'exception de la fièvre (chez les 11 ans).

Les filles de 16 ans ont davantage des maux de dos et des problèmes de poids que celles de 11 ans. Elles sont également 2 fois plus nombreuses que les garçons à déclarer des maux de ventre et 2,5 fois plus nombreuses à se plaindre de problèmes de poids.

Chez les garçons, les problèmes de dos sont également plus fréquemment rencontrés chez les adolescents plus âgés.

Figure 17. Problèmes rencontrés au cours des 12 mois précédant l'enquête selon le sexe (n = 1276)



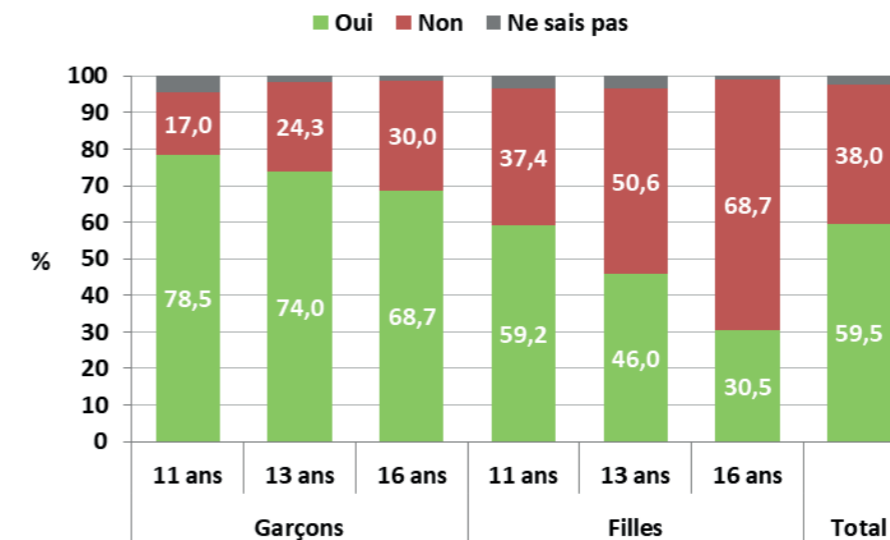
Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

Globalement, un jeune sur deux (53,6 %) a été confronté à des problèmes de stress et presque autant à des problèmes de sommeil insuffisant (50,9 %) et de tristesse (48,2 %). Par ailleurs, 20,4 % ont déclaré souffrir de solitude, 12,5 % ont des problèmes de violence envers les autres et 12,0 % de problèmes de violence subie.

Des différences s'observent entre les filles et les garçons pratiquement pour tous les problèmes évoqués.

Ainsi, les filles connaissent plus de problèmes de stress, de tristesse, de sommeil insuffisant et de solitude que les garçons. Les garçons déclarent plus fréquemment des problèmes de violence qu'elle soit envers les autres ou subie.

Figure 18. Satisfaction par rapport à son corps selon le sexe et le groupe d'âge (n = 1281)

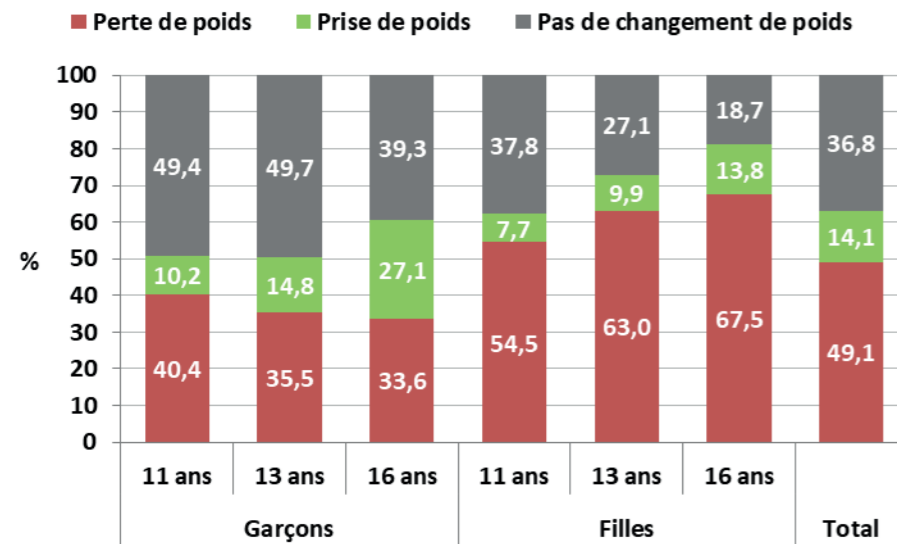


Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

Globalement, six jeunes sur dix (59,5 %) sont satisfaits de leur corps. Près de quatre sur dix (38,0 %) ne le sont pas et une faible minorité (2,5 %) n'émet aucun avis.

À tout âge, les garçons sont davantage satisfaits de leur corps. La satisfaction par rapport au corps diminue sensiblement à l'adolescence chez les filles. À 16 ans, moins d'une fille sur trois (30,5 %) est satisfaite de son corps.

Figure 19. Souhait de changer de poids selon le sexe et le groupe d'âge (n = 1293)



Source : Cellule Observation Province de Namur, Enquête Jeunes, 2018-2020

Globalement, près d'un jeune sur deux (49,1 %) désire perdre du poids. Un peu plus d'un sur dix (14,1 %) souhaite en gagner, tandis qu'un peu moins de quatre sur dix (36,8 %) ne désirent pas changer de poids.

À chaque âge, davantage de filles que de garçons souhaitent perdre du poids. L'écart entre les sexes s'accroît avec l'âge. À 16 ans, les filles (67,5 %) sont deux fois plus nombreuses que les garçons (33,6 %) à le vouloir.

De manière globale, davantage de garçons désirent gagner du poids, et ce, peu importe le groupe d'âge.

Pistes pour l'action

La santé des jeunes n'est pas seulement une responsabilité individuelle, mais aussi une responsabilité collective à laquelle chacun peut contribuer à son niveau.

En tant que parents...

Protégeons leur environnement et posons des choix qui leur permettront de grandir en bonne santé ; montrons l'exemple ; encourageons les à adopter des comportements favorables à la santé (pratique d'activité physique, alimentation saine, temps d'écrans limité, sommeil suffisant, consommation raisonnable d'alcool...)

En tant que directeur d'un établissement scolaire, enseignant, éducateur...

Veillons notamment à ce que les législations en matière de tabac soient appliquées ; proposons des repas équilibrés et des collations saines dans les cantines, distributeurs ; favorisons les trajets actifs ; aménageons les espaces de récréation et organisons des activités extrascolaires et des temps de midi actifs...

En tant que professionnel de santé scolaire, médecin généraliste...

Menons des actions d'éducation et de prévention auprès des jeunes, qui tiennent compte des contextes socioéconomiques et familiaux difficiles ; soyons disponibles et à l'écoute des problèmes rencontrés par les jeunes...

En tant que décideur politique, au niveau de la commune, de la province...

Créons des environnements qui facilitent l'adoption de comportements favorables à la santé (espaces verts, ludiques, sécurisés ; plan de mobilité ; activités physiques et sportives accessibles à tous...) ; évaluons l'impact sur la santé de toute politique publique, agissons directement sur les déterminants socioéconomiques des inégalités de santé (accès au travail, redistribution des revenus, politique familiale...).

Ce n'est qu'en joignant nos efforts, en travaillant ensemble et dans la même direction que nous pourrions améliorer la santé de tous les jeunes.



PROVINCE
de **NAMUR**

Service de l'Observation, de la Programmation et du Développement territorial

Service de l'Observation, de la Programmation et du Développement territorial
Rue Henri Blès, 190 C
5000 Namur
Tél. : +32(0)81 776 804
cellule.observation@province.namur.be

www.province.namur.be