

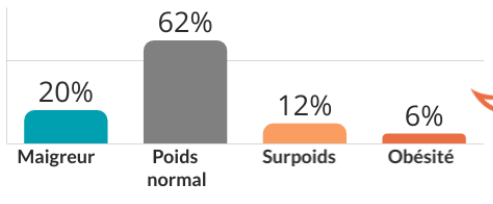
# Alimentation, activités physiques et sportives, corpulence des adolescents à La Réunion en 2021

Résultats de l'enquête nationale en Collèges et Lycées chez les Adolescents sur la Santé et les Substances - EnCLASS DROM 2021



1 849 élèves interrogés : 918 collégiens et 931 lycéens ; 934 garçons et 915 filles

## Surcharge pondérale



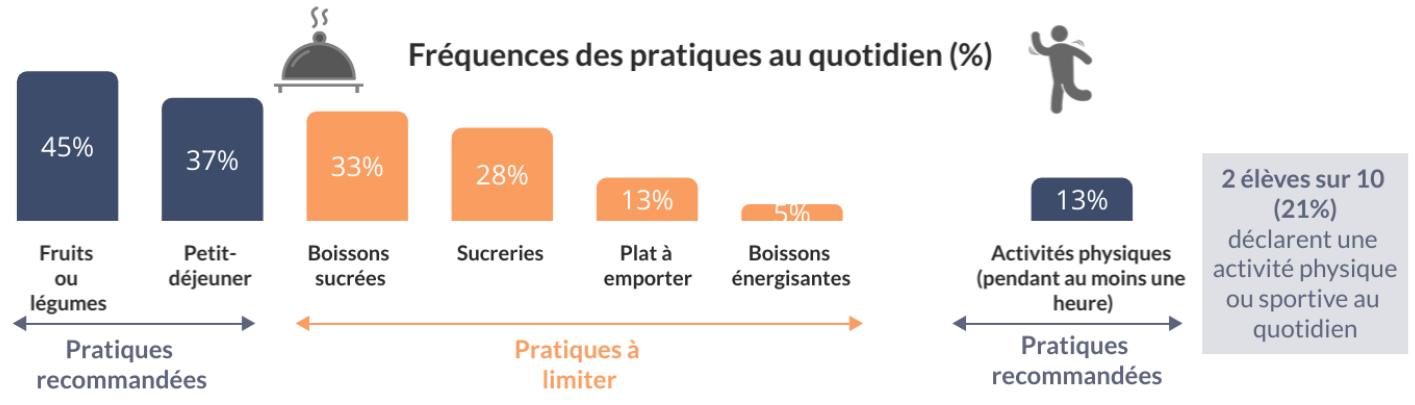
2 élèves sur 10 en surcharge pondérale

Une fréquence globalement comparable entre collégiens et lycéens

Les élèves les plus exposés à la surcharge pondérale : les garçons, les plus modestes, ceux en moins bonne santé ou négligeant le petit-déjeuner

## Comportements nutritionnels

### Des habitudes quotidiennes éloignées des recommandations



2 élèves sur 10 (21%) déclarent une activité physique ou sportive au quotidien

Des comportements alimentaires moins favorables à la santé en classe de 3ème à La Réunion par rapport à la Métropole : moins de fruits ou légumes mais plus de produits gras et sucrés au quotidien, moins de régularité pour les petits-déjeuners.

En classe de 3ème les élèves réunionnais sont plus actifs que leurs homologues métropolitains

## Des comportements différents selon le sexe et l'âge

### Les filles et les garçons adoptent des habitudes de vie différentes

Des garçons plus actifs que les filles, plus réguliers par rapport à la prise de petit-déjeuner mais plus souvent consommateurs de boissons sucrées ou énergisantes, de repas à emporter, et plus concernés par l'absence de fruits ou légumes

Habitudes alimentaires		Activités physiques et sportives	
44%	Fruits ou légumes chaque jour	17%	Activités physiques chaque jour
41%	Petit-déjeuner chaque jour	22%	Activités sportives chaque jour
27%	Sucreries chaque jour	9%	
36%	Boissons sucrées chaque jour	8%	
15%	Repas à emporter chaque jour		
20%	Boissons énergisantes chaque semaine		

### Des habitudes qui changent entre le collège et le lycée

Les produits sucrés (sucreries et sodas) et les boissons énergisantes sont plus consommés au collège. Au lycée, les élèves sont moins consommateurs de fruits ou légumes, négligent davantage le petit-déjeuner, consomment plus de produits gras et sont moins actifs.

Habitudes alimentaires		Activités physiques et sportives	
47%	Fruits ou légumes chaque jour	15%	Activités physiques chaque jour
39%	Petit-déjeuner chaque jour	18%	Activités sportives chaque jour
32%	Sucreries chaque jour		
36%	Boissons sucrées chaque jour		
12%	Repas à emporter chaque jour		
17%	Boissons énergisantes chaque semaine		

## D'autres inégalités de comportements

### Un gradient socio-économique en lien avec les modes de vie

Les élèves issus de familles les plus défavorisées sont les plus à risque de comportements peu favorables à la santé.

Absence de sport : 2 fois plus fréquente chez les élèves vivant au sein des familles les moins aisées qu'au sein des familles les plus aisées.

### D'autres facteurs associés aux habitudes nutritionnelles

L'état de santé, l'environnement familial (contrôle parental, soutien familial, ...), la qualité de vie ressentie ou la confiance en l'avenir peuvent également influencer sur les comportements des adolescents.

