

PRATIQUES ALIMENTAIRES DES COLLÉGIENS ET LYCÉENS EN 2022

Résultats 2022 de l'Enquête nationale
en collèges et en lycées chez les
adolescents sur la santé et les
substances (EnCLASS)



■ L'ESSENTIEL

- 2 collégiens sur 10 ne prennent jamais de petit-déjeuner les jours de semaine (du lundi au vendredi). La prise de petit-déjeuner chez les collégiens a diminué fortement chez les filles comme chez les garçons entre 2010 et 2022.
- Environ 1 collégien sur 4 déclare regarder la télévision tous les jours lors des repas.
- Environ 1 collégien et lycéen sur 2 consomme quotidiennement des fruits et/ou des légumes.
- Au collège et au lycée, environ 1 élève sur 4 indique consommer chaque jour des sucreries (inclus bonbons et chocolat)
- 2 collégiens sur 10 déclarent consommer quotidiennement des boissons sucrées. La consommation de boissons sucrées tous les jours a diminué significativement chez les garçons entre 2014 et 2022.
- 7 collégiens sur 10 prennent les 4 déjeuners de la semaine (hors mercredi) à la cantine. Il n'y a pas de différence entre les filles et les garçons, mais on constate une diminution importante entre la 4^e et 3^e.

■ INTRODUCTION

Les pratiques alimentaires des adolescents sont marquées par les normes sociales, culturelles et économiques. À cette période du cycle de vie, les adolescents sont particulièrement influencés par leur environnement social (famille, amis, médias, etc.) et leurs pratiques alimentaires (consommation ou non-consommation d'aliments, prises alimentaires dans la journée, etc.), comme celles dans d'autres domaines de leur vie quotidienne, sont un moyen d'affirmer leurs identités et leurs appartenances à un ou des groupes sociaux. En parallèle, depuis de nombreuses années, des politiques publiques (campagnes de sensibilisation, programmes d'éducation à la santé, etc.) ciblant les adolescents sont mises en place dans différents univers, et en particulier à l'école, pour prévenir, améliorer leur alimentation ou encore lutter contre des problématiques en lien avec cette dernière.

L'enquête EnCLASS s'intéresse à la question de l'alimentation à travers plusieurs questions relatives à la fréquence des prises alimentaires (petit-déjeuner, dîner pris en famille ou encore déjeuners à la cantine scolaire) et à la consommation de certains aliments, tels que les fruits, légumes, les sucreries et les boissons sucrées. Cette étude donne à voir également des données sur les contextes de prises alimentaires : déjeuner à la cantine versus la maison, repas devant la télévision, etc. Les données françaises sont analysées et certaines sont comparées avec les précédentes vagues de l'enquête HBSC en France parmi les collégiens (2010 et 2014) ainsi qu'avec celles collectées pour l'enquête EnCLASS 2018 au collège et au lycée.

■ PRISES ALIMENTAIRES CHEZ LES COLLÉGIENS

Prise du petit-déjeuner

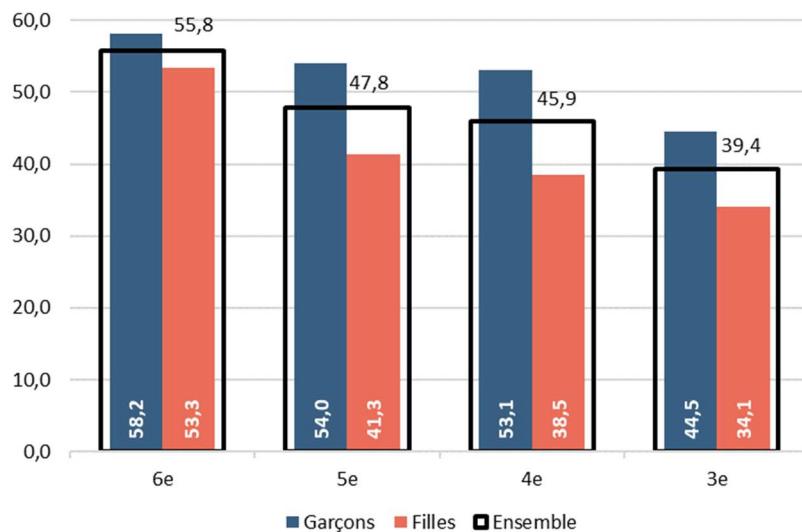
2 collégiens sur 10 (20,0 %) ne prennent jamais de petit-déjeuner les jours de semaine (du lundi au vendredi), alors qu'ils sont seulement 13,4% à ne pas prendre de petit-déjeuner le week-end. La part des élèves qui ne prennent aucun petit-déjeuner sur les 5 jours de semaine s'amplifie avec l'avancée au collège (13 points d'écart entre la 6^e et la 3^e, passant de 13,2% à 26,5%). Celle des élèves du collège qui ne prennent pas de petit-déjeuner le week-end augmente également avec l'avancée dans les classes, avec 9,5% des élèves de 6^e et 18,5% des élèves de 3^e qui déclarent ne pas prendre de petit-déjeuner le week-end.

Les résultats diffèrent également entre filles et garçons. Concernant la semaine (du lundi au vendredi), les filles sont 25,2% à ne pas prendre de petit-déjeuner en semaine, contre 15,0% des garçons.

Un collégien sur 2 prend un petit-déjeuner les 5 jours de la semaine. Sept collégiens sur 10 prennent un petit-déjeuner les deux jours du week-end, 15% en prennent seulement le samedi ou le dimanche.

Au final, la fréquence des collégiens qui prennent un petit-déjeuner 7 jours sur 7 diminue entre la 6^e et la 3^e. Elle passe de 55,8% en 6^e à 39,4% en 3^e (16 points d'écart) [Figure 1].

Figure 1 : Fréquence du petit-déjeuner 7 jours sur 7, par classe et par sexe au collège (en %)



Source : EnCLASS 2022 - Exploitation Inserm - EHESP

Repas au domicile

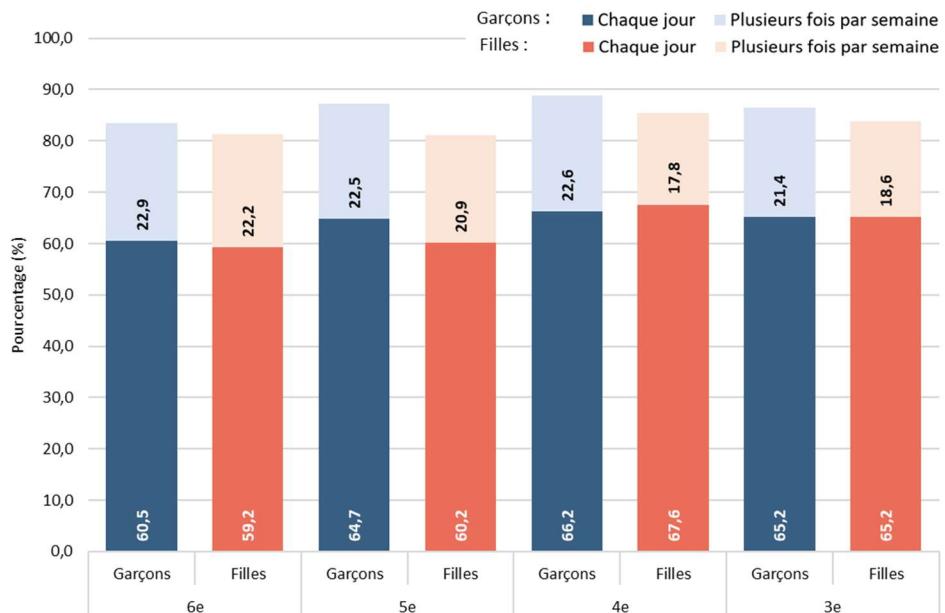
Repas en famille

En ce qui concerne les repas (petit-déjeuner, repas du midi ou du soir), environ 6 collégiens, sur 10, filles comme garçons, disent partager les repas en famille tous les jours [Figure 2].

En revanche, seuls 6,1% des collégiens ne prennent leur repas en famille qu'à peu près une fois par semaine et 9,1% des collégiens moins souvent. Les filles sont plus nombreuses que

les garçons à déclarer prendre leur repas en famille à peu près 1 fois par semaine ou moins souvent (17,1% des filles contre 13,5% des garçons). Mais il n'y a pas de tendance selon la classe.

Figure 2 : Fréquence des repas en famille, par classe et par sexe au collège (en %)

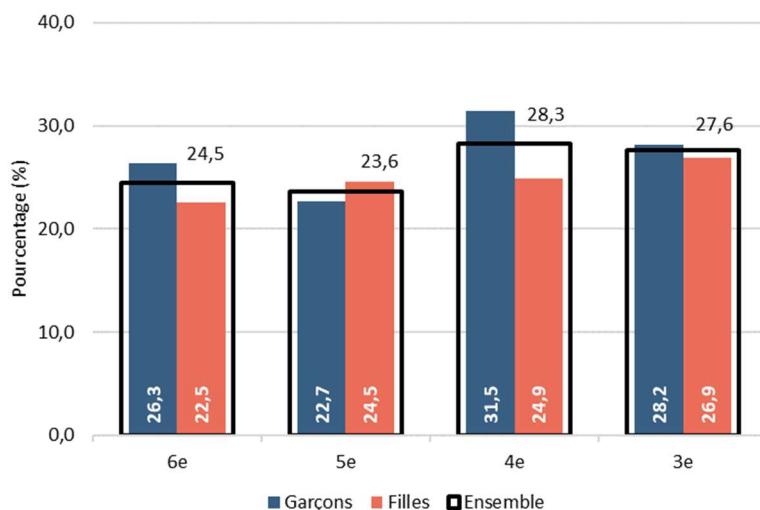


Source : EnCLASS Année - Exploitation Inserm - EHESP

Repas devant la télévision

En parallèle, 26,0% des élèves au collège déclarent regarder la télévision tous les jours lors des repas. Une légère augmentation est visible entre 6^e-5^e et 4^e-3^e (la fréquence passe de 23-24% à 27-28%, Figure 3). À l'inverse, 26,2% des élèves ne prennent jamais leurs repas devant la télévision. Enfin, un élève sur deux (52,5%) déclare prendre ses repas devant la télévision à peu près une fois par semaine voire moins souvent.

Figure 3 : Proportion d'élèves qui regardent la télévision tous les jours pendant le repas, par classe et par sexe au collège (en %)



Source : EnCLASS Année - Exploitation Inserm - EHESP

Repas en famille et devant la télévision, selon niveau socio-économique des familles

Le niveau socio-économique de la famille (FAS III - Family Affluence Scale)¹ des élèves apparaît associé à la fréquence de prise des repas en famille et à l'usage de la télévision pendant les repas.

Ainsi, la fréquence des repas pris en famille (chaque jour, chaque semaine et à peu près une fois par semaine ou moins souvent) est significativement associée au niveau socio-économique de la famille selon le FAS. La proportion d'élèves au collège qui prennent tous les jours leurs repas en famille est plus élevée chez les élèves issus des foyers avec les scores FAS les plus élevés que parmi les élèves issus de foyers avec un score FAS « faible » (67,2% versus 55,6%). À l'inverse, presque 1 quart des élèves (23,8%) issus du groupe des plus défavorisés ne prennent pas souvent leur repas en famille [Tableau 1] alors qu'ils sont seulement 11,7% des élèves issus des familles les plus favorisées à être dans ce cas. Cette tendance se retrouve chez les filles et les garçons.

Concernant les repas devant la télévision, un gradient social existe aussi. La proportion d'élèves qui prend chaque jour ses repas devant la télévision est d'autant plus élevée que les élèves présentent des scores FAS faibles [Tableau 1].

Tab. 1 : Repas en famille et repas pris devant la télévision, selon le score à l'échelle FAS d'affluence familiale au collège (en %)

| Caractéristiques | Collège | | |
|---------------------------------------|-------------------------------------|--|------------------------------------|
| | Elèves avec un score FAS faible (%) | Elèves avec un score FAS intermédiaire (%) | Elèves avec un score FAS élevé (%) |
| Repas en famille | | | |
| Tous les jours | 55,6 | 64,5 | 67,2 |
| Plusieurs jours par semaine | 20,7 | 21,2 | 21,0 |
| Une fois par semaine ou moins souvent | 23,8 | 14,3 | 11,7 |
| Télévision durant les repas | | | |
| Tous les jours | 31,9 | 25,7 | 20,9 |
| Moins que tous les jours | 68,1 | 74,3 | 79,1 |

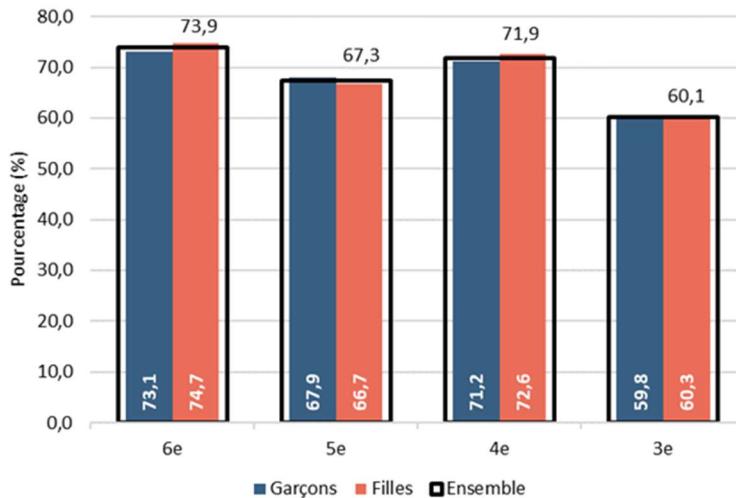
Déjeuner à la cantine

Les élèves disent dans 68,3% des cas prendre les 4 déjeuners de la semaine (hors mercredi) à la cantine, sans différence entre les filles et les garçons. Une différence nette est visible dans

¹ Le niveau socio-économique de la famille des élèves a pu être approché par la mesure d'un indicateur, le Family Affluence Scale III (FAS) basé sur 6 items, qui a été développé dans le cadre de l'enquête HBSC, et a fait l'objet de nombreuses publications internationales. Les élèves ont été regroupés en trois catégories : les 20 % des élèves qui présentaient les scores FAS les plus faibles (correspondant à un score compris entre 0 et 6) étaient considérés comme ayant un score FAS bas (i.e. familles les plus défavorisées), les 20 % des élèves avec les scores FAS les plus hauts (correspondant à un score compris entre 11 et 13, 13 étant le maximum atteignable) étaient considérés comme ayant un score FAS élevé (familles les plus favorisées); les autres élèves étaient considérés comme ayant un score FAS intermédiaire (Ehlinger, V., Spilka, S. et Godeau, E. (2016). Présentation de l'enquête HBSC sur la santé et les comportements de santé des collégiens de France en 2014. Agora débats/jeunesses, N° Hors série(4), 7-22. <https://doi.org/10.3917/agora.hs01.0007.>)

la fréquence entre la 4^e et 3^e, avec une différence de 11,8 points en passant de 71,9% à 60,1% [Figure 4].

Figure 4 : Proportion d'élèves qui déjeunent les lundis, mardis, jeudis et vendredis à la cantine, par classe et par sexe au collège (en %)

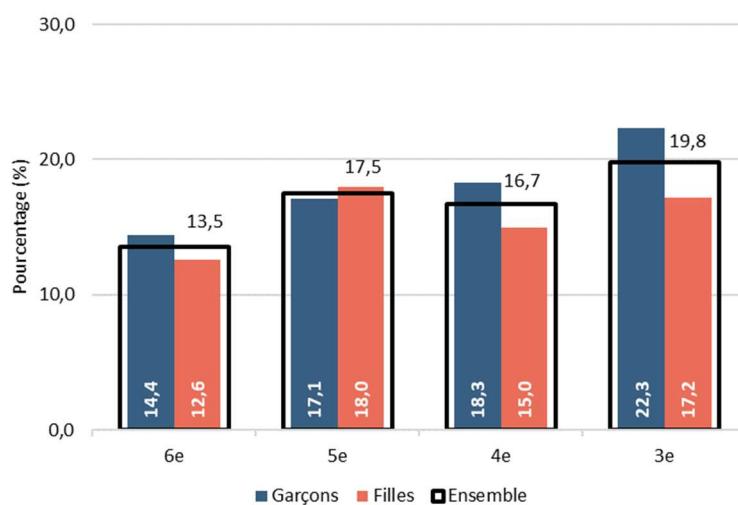


Source : EnCLASS 2022 - Exploitation Inserm - EHESP

Déjeuner à la maison

Au collège, 16,9% des élèves déclarent déjeuner à la maison les 4 jours de semaine (hors mercredi), les garçons étant légèrement plus nombreux que les filles dans ce cas (18,0% des garçons contre 15,7% des filles) [Figure 5]. Chez les garçons, la fréquence du déjeuner à la maison augmente progressivement, quoi que non significativement, avec la classe, passant de 14,4% en 6^e à 22,3% en 3^e.

Figure 5 : Proportion d'élèves qui déjeunent les lundis, mardis, jeudis et vendredis à la maison, par classe et par sexe au collège (en %)



Source : EnCLASS 2022 - Exploitation Inserm - EHESP

▪ CONSOMMATIONS ALIMENTAIRES

Consommation de fruits et légumes

De manière générale, 53,5% des collégiens et 48,1% des lycéens consomment quotidiennement des fruits et/ou des légumes. Au collège, nous observons une diminution entre la 6^e-5^e (environ 56%) et la 4^e-3^e (environ 50%). Au lycée, un pic est visible en première, lié à la fois aux fruits et aux légumes (45,8% en 2^{nde}, 53,4% en 1^{ère} et 44,9% en Terminale). Que cela soit au collège ou au lycée, il n'y a pas de différence significative entre les filles et les garçons.

Lorsqu'on étudie séparément la question des fruits et celle des légumes, 36,9% des collégiens déclarent consommer quotidiennement des fruits. La fréquence de cette déclaration diminue au fil des années du collège (7,1 points d'écart entre la 6^e et la 3^e, passant de 40,9% à 33,8%), chez les filles et chez les garçons. Au lycée, 34,0% des élèves déclarent consommer quotidiennement des fruits [Figure 6].

Pour les légumes, 42,1% des collégiens déclarent consommer quotidiennement des légumes contre 39,4 % des lycéens, des chiffres légèrement supérieurs aux fruits. Chez les garçons, la diminution est progressive de la 6^e à la 2^{nde}. Ils sont 42,4% en 6^e à déclarer consommer quotidiennement des légumes contre 33,0% en 2^{nde} [Figure 7].

Figure 6 : Consommation quotidienne de fruits, par classe et par sexe (en %)

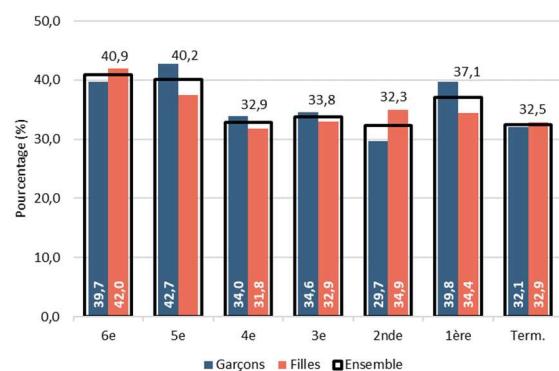
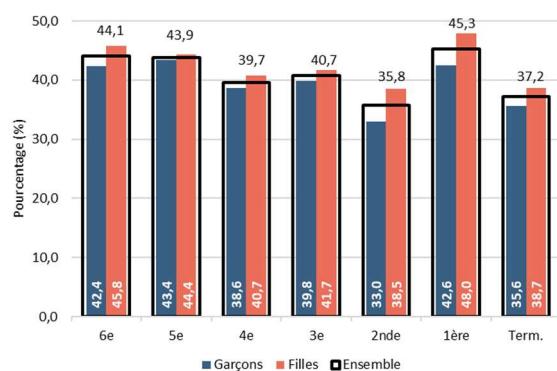


Figure 7 : Consommation quotidienne de légumes, par classe et par sexe (en %)



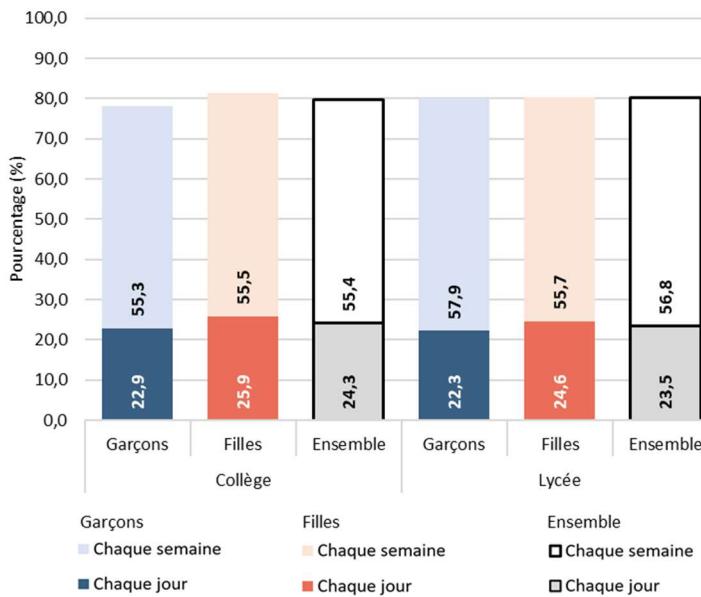
Source : EnCLASS 2022 - Exploitation Inserm - EHESP

Consommation de sucreries et de boissons sucrées

Consommation de sucreries

Au collège et au lycée, environ un élève sur quatre indique consommer chaque jour des sucreries (incluant bonbons et chocolat) [figure 8], sans différence entre les classes. Au collège, les filles (25,9%) déclarent plus que les garçons (22,9%) consommer des sucreries chaque jour. Il n'y a pas de différence significative entre filles et garçons au lycée.

Figure 8 : Consommation de sucreries, par type d'établissement et par sexe (en %)

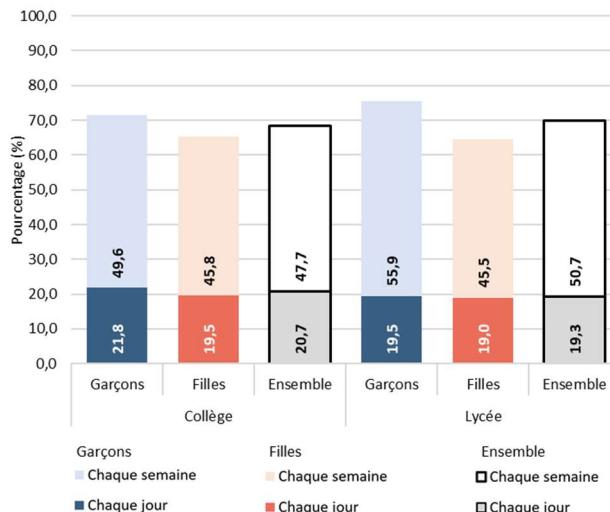


Source : EnCLASS 2022 - Exploitation Inserm - EHESP

Consommation de boissons sucrées

Au total, 20,7% des collégiens et 19,3% des lycéens déclarent consommer quotidiennement des boissons sucrées. Au collège comme au lycée, il n'y a pas de différence significative entre les classes. Cependant, il y a une différence significative entre les filles et les garçons [figure 9]. Ainsi au collège, les garçons sont légèrement plus nombreux que les filles à déclarer consommer chaque jour des boissons sucrées (21,8% contre 19,5%). Au lycée, la consommation quotidienne de boissons sucrées ne diffère pas entre filles et garçons, mais une différence est visible sur la consommation hebdomadaire, les garçons étant plus nombreux que les filles à consommer chaque semaine des boissons sucrées (55,9% pour les garçons contre 45,5% pour les filles). Enfin, un lycéen sur 10 (9,7%) dit ne jamais consommer de boissons sucrées, les filles plus que les garçons (12,0% pour les filles contre 7,4% pour les garçons).

Figure 9 : Consommation de boissons sucrées, par type d'établissement et par sexe (en %)



Source : EnCLASS 2022 - Exploitation Inserm - EHESP

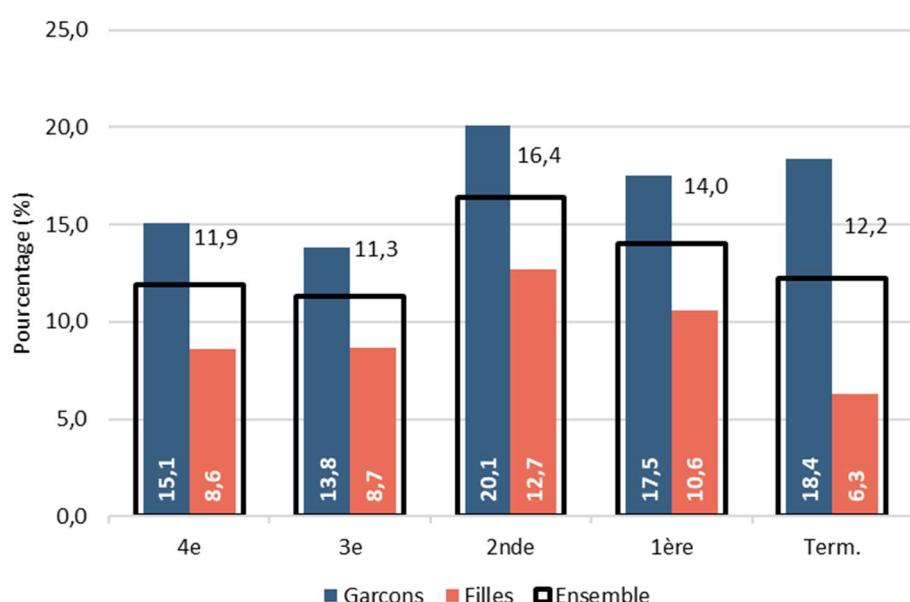
Consommation de boissons énergisantes associées ou non à de l'alcool

La consommation de boissons énergisantes associées ou non à de l'alcool est questionnée à partir de la 4^e. Au collège et au lycée, les filles sont moins nombreuses que les garçons à déclarer consommer des boissons énergisantes associées ou non à de l'alcool. Au collège, 72,8% des élèves déclarent ne jamais consommer ce type de boissons. Les filles sont majoritaires dans cette situation (78,2% des filles contre 67,6% des garçons). Au lycée, la fréquence des non-consommateurs est plus faible qu'au collège (66,9%, soit un écart de 5,9 points), et l'écart entre les sexes se creuse : 58,7% des garçons déclarent ne jamais consommer de boissons énergisantes, contre 75,0% des filles (une différence de plus de 16 points au lycée versus 10,6 au collège en 4^e-3^e).

À l'inverse, 3,3% des élèves de 4^e et 3^e consomment des boissons énergisantes quotidiennement comme 3,5% des lycéens (2^{nde}, 1^{er} et terminale). Au collège, une différence est visible entre les filles et les garçons (respectivement, 2,0% contre 4,5%).

Enfin, 11,6% des élèves de 4^e et 3^e déclarent consommer des boissons énergisantes au moins une fois par semaine contre 14,3% des lycéens. La différence est significative entre les filles et les garçons (jusqu'à 12 points d'écart en terminale). Au collège, les filles sont 8,6% alors que les garçons sont 14,5%, alors qu'au lycée elles sont 10,0% à déclarer consommer chaque semaine contre 18,7% des garçons [Figure 10].

Figure 10 : Consommation hebdomadaire de boissons énergisantes, par classe et par sexe (en %)



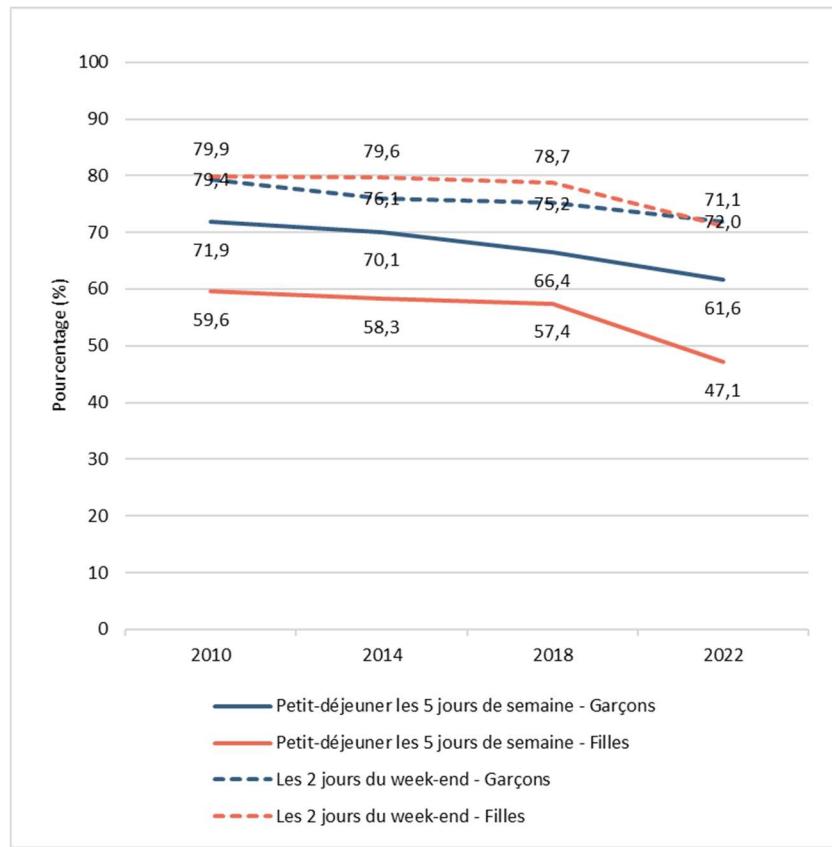
Source : EnCLASS 2022 - Exploitation Inserm - EHESP

■ ÉVOLUTIONS 2010 - 2022 AU COLLÈGE ET AU LYCÉE

Prise d'un petit-déjeuner

Nous constatons une diminution importante de la prise de petit-déjeuner chez les collégiens chez les filles comme chez les garçons. Alors que les filles étaient 59,6% à prendre un petit-déjeuner les 5 jours de la semaine en 2010, elles ne sont plus que 47,1% dans ce cas en 2022 (soit une diminution de 12,5 points). Une fracture est très visible entre 2018 et 2022, avec une chute de plus de 10 points. Toujours chez les filles, la fréquence du petit-déjeuner les deux jours du week-end était stable entre 2010 et 2018 (79,9% en 2010 ; 79,6% en 2014 ; 78,7% en 2018), et a fortement diminué entre 2018 et 2022 (71,1% en 2022 soit une diminution de 7,6 points par rapport à 2018). Chez les garçons, cette diminution est visible sur les prises alimentaires en semaine comme le week-end et était amorcée depuis 2010. Alors qu'ils étaient 71,9% à consommer un petit-déjeuner les 5 jours de la semaine en 2010, ils sont maintenant seulement 61,6% (soit une diminution de plus de 10 points). Quant aux 2 jours du week-end, la fréquence des garçons déclarant prendre un petit-déjeuner passe de 79,4% en 2010 à 72,0% en 2022 [Figure 11].

Figure 11 : Petit-déjeuner en semaine et le week-end, chez les collégiens, en fonction du sexe en 2010, 2014, 2018 et 2022 (en %)



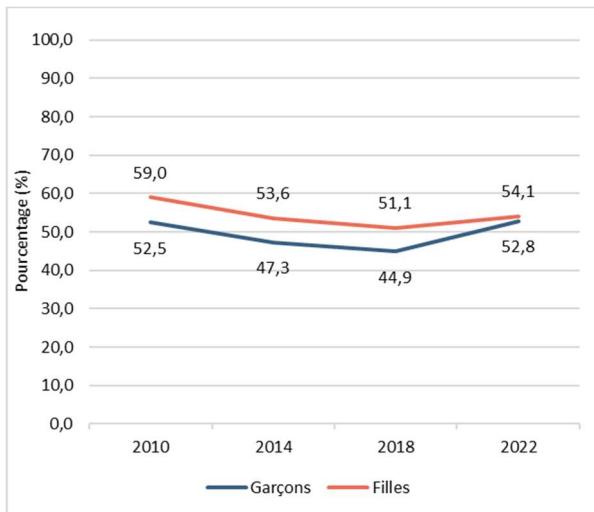
Source : EnCLASS 2022 - Exploitation Inserm - EHESS

Consommations alimentaires de fruits et/ou de légumes

Entre 2010 et 2022, l'évolution de la consommation quotidienne des fruits et/ou des légumes est identique chez les filles comme chez les garçons. Chez les filles, une baisse est

significative entre 2010 et 2014 avec une fréquence passant de 59,0% à 53,6%. Ensuite la fréquence est stable entre 2014 et 2018, puis une hausse significative est observée entre 2018 et 2022. En 2018, les collégiennes sont 51,1% à consommer des fruits et/ou légumes au quotidien alors qu'elles sont 54,1% en 2022. Quant aux garçons, la baisse est significative entre 2010 et 2014 pour la consommation de fruits et/ou légumes quotidiens (diminution de 5 points), puis une stabilité est observée entre 2014 et 2018. Entre 2018 et 2022, la consommation de fruits et/ou de légumes augmente significativement en passant respectivement de 44,9% à 52,8% [Figure 12].

Figure 12 : Consommation quotidienne de fruits et/ou légumes, chez les collégiens, en fonction du sexe en 2010, 2014, 2018 et 2022 (en%)

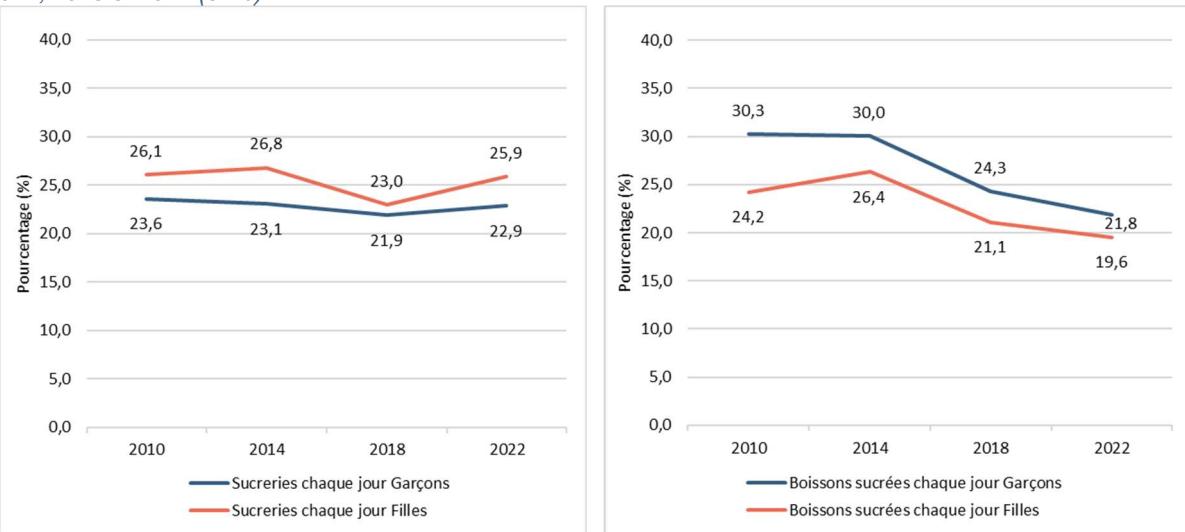


Source : EnCLASS 2022 - Exploitation Inserm - EHESP

Consommations alimentaires de sucreries

La consommation de sucre est analysée par la consommation de sucreries (bonbons, chocolat) et la consommation des boissons sucrées (sodas, sirop, etc.). Pour les sucreries, la part des collégiens qui en consomme quotidiennement est stable au fil des années : 23,6% en 2010 ; 23,1% en 2014 ; 21,9% en 2018 et 22,9% en 2022. Chez les filles, la consommation quotidienne de sucreries a baissé significativement entre 2014 et 2018, en passant de 26,8% en 2014 à 23,0% en 2018, mais a augmenté significativement sur la période suivante de 2018 à 2022 (jusqu'à 25,9%). Quant aux boissons sucrées tous les jours, il y a une baisse significative chez les garçons depuis 2014. Ils étaient 30% à en consommer au quotidien en 2014 alors qu'ils sont 24,3% en 2018 et 21,8% en 2022 (soit une diminution de 8 points en 8 ans). Chez les filles, la consommation baisse significativement entre 2014 et 2018 en passant respectivement de 26,4% à 21,1%. La diminution chez les filles se poursuit, mais elle n'est pas significative entre 2018 et 2022 [Figure 13].

Figure 13 : Consommation de sucreries et de boissons sucrées chez les collégiens, en fonction du sexe en 2010, 2014, 2018 et 2022 (en%)

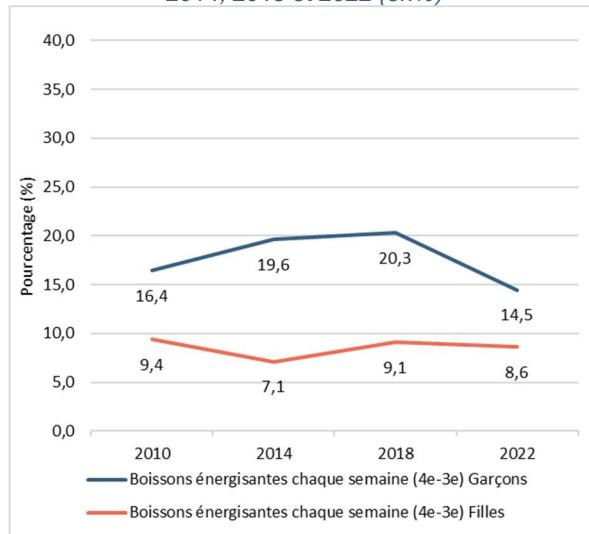


Source : EnCLASS 2022 - Exploitation Inserm - EHESP

Consommations de boissons énergisantes

Entre 2010 et 2022, la part d'élèves de 4^e et 3^e du collège qui consomme des boissons énergisantes chaque semaine a évolué chez les filles et chez les garçons [Figure 14]. Chez les garçons, après avoir augmenté entre 2010 et 2014 (16,4% en 2010 contre 19,6% en 2014), cette part d'élèves du collège a été stable entre 2014 et 2018, puis elle significativement diminué entre 2018 et 2022, passant de 20,3% à 14,5%. Quant aux filles, la consommation de boissons énergisantes chaque semaine a diminué de 2010 à 2014, puis a augmenté entre 2014 à 2018. Chez les filles, la fréquence est passée de 9,4% en 2010, à 7,1% entre 2014 et 9,1% en 2018. Cette fréquence s'est stabilisée entre 2018 et 2022 (9,1% en 2018 contre 8,6% en 2022) [Figure 14].

Figure 14 : Consommation de boissons énergisantes chez les collégiens de 4^e et 3^e, en fonction du sexe en 2010, 2014, 2018 et 2022 (en%)



Source : EnCLASS 2022 - Exploitation Inserm - EHESP

■ SYNTHESE DES PRINCIPAUX INDICATEURS

Tab. 2 : Synthèse des principaux indicateurs sur l'alimentation chez les adolescents

| | Collège | | | Lycée | | |
|--|---------------------|--------------------|----------------------|---------------------|--------------------|----------------------|
| | Garçons 2022 (%) | Filles 2022 (%) | Ensemble 2022 (%) | Garçons 2022 (%) | Filles 2022 (%) | Ensemble 2022 (%) |
| Caractéristiques | | | | | | |
| Nombre de petits-déjeuners pris du lundi au vendredi | | | | | | |
| Aucun | 15,0 | 25,2 | 20,0 | | | |
| Un jour | 4,3 | 6,0 | 5,1 | | | |
| Deux jours | 5,5 | 7,0 | 6,2 | | | |
| Trois jours | 7,3 | 8,3 | 7,8 | | | |
| Quatre jours | 6,3 | 6,4 | 6,3 | | | |
| Cinq jours | 61,6 | 47,1 | 54,5 | | | |
| Petit-déjeuner le week-end | | | | | | |
| Jamais | 13,5 | 13,2 | 13,4 | | | |
| Un seul jour du week-end | 14,5 | 15,7 | 15,1 | | | |
| Les 2 jours du week-end | 72,0 | 71,1 | 71,5 | | | |
| Petit-déjeuner 7 jours sur 7 | | | | | | |
| Non | 47,6 | 58,2 | 52,8 | | | |
| Oui | 52,4 | 41,8 | 47,2 | | | |
| Repas en famille | | | | | | |
| Chaque jour | 64,2 | 63,0 | 63,6 | | | |
| Plusieurs jours par semaine | 22,3 | 19,9 | 21,1 | | | |
| À peu près 1 fois par semaine ou moins souvent | 13,5 | 17,1 | 15,3 | | | |
| Repas devant la télévision | | | | | | |
| Tous les jours | 27,2 | 24,7 | 26,0 | | | |
| Plusieurs jours par semaine | 21,6 | 21,4 | 21,5 | | | |
| À peu près une fois par semaine | 11,8 | 13,2 | 12,5 | | | |
| Moins souvent | 12,6 | 15,0 | 13,8 | | | |
| Jamais | 26,8 | 25,7 | 26,2 | | | |
| Déjeuner à la cantine les lundis, mardis, jeudis et vendredis | | | | | | |
| Les 4 jours | 68,0 | 68,6 | 68,3 | | | |
| Moins souvent | 32,0 | 31,4 | 31,7 | | | |
| Déjeuner à la maison les lundis, mardis, jeudis et vendredis | | | | | | |
| Les 4 jours | 18,0 | 15,7 | 16,9 | | | |
| Moins souvent | 82,0 | 84,3 | 83,1 | | | |
| Consommation de fruits | | | | | | |
| Jamais | 5,2 | 4,1 | 4,6 | 4,0 | 4,4 | 4,2 |
| Moins d'une fois par semaine | 8,0 | 9,5 | 8,7 | 10,6 | 10,9 | 10,7 |
| Une fois par semaine | 11,0 | 11,1 | 11,1 | 12,2 | 13,1 | 12,6 |
| 2-4 jours par semaine | 23,5 | 24,4 | 24,0 | 26,1 | 23,8 | 25,0 |
| 5-6 jours par semaine | 14,6 | 14,8 | 14,7 | 13,3 | 13,7 | 13,5 |
| Une fois par jour, tous les jours | 17,3 | 17,0 | 17,1 | 16,8 | 18,1 | 17,5 |
| Plusieurs fois par jour, tous les jours | 20,4 | 19,1 | 19,8 | 17,0 | 16,0 | 16,5 |

| Consommation de légumes | | | | | | |
|--|------|------|------|------|------|------|
| Jamais | 5,6 | 3,4 | 4,5 | 3,3 | 3,8 | 3,5 |
| Moins d'une fois par semaine | 4,6 | 4,9 | 4,8 | 5,2 | 5,2 | 5,2 |
| Une fois par semaine | 8,8 | 8,9 | 8,8 | 8,5 | 9,0 | 8,7 |
| 2-4 jours par semaine | 21,0 | 21,4 | 21,2 | 27,8 | 22,6 | 25,2 |
| 5-6 jours par semaine | 18,9 | 18,3 | 18,6 | 18,2 | 17,7 | 18,0 |
| Une fois par jour, tous les jours | 19,7 | 21,8 | 20,7 | 17,1 | 20,2 | 18,7 |
| Plusieurs fois par jour, tous les jours | 21,4 | 21,3 | 21,4 | 19,9 | 21,5 | 20,7 |
| Consommation de fruits et/ou de légumes | | | | | | |
| Moins que chaque jour | 47,2 | 45,9 | 46,5 | 53,5 | 50,4 | 51,9 |
| Chaque jour | 52,8 | 54,1 | 53,5 | 46,5 | 49,6 | 48,1 |
| Consommation de sucreries (bonbons, chocolat) | | | | | | |
| Moins d'une fois par semaine | 21,8 | 18,6 | 20,2 | 19,8 | 19,7 | 19,8 |
| Chaque semaine | 55,3 | 55,5 | 55,4 | 57,9 | 55,7 | 56,8 |
| Chaque jour | 22,9 | 25,9 | 24,3 | 22,3 | 24,6 | 23,4 |
| Consommation de boissons sucrées | | | | | | |
| Moins d'une fois par semaine | 28,6 | 34,7 | 31,6 | 24,6 | 35,5 | 30,0 |
| Chaque semaine | 49,6 | 45,8 | 47,7 | 55,9 | 45,5 | 50,7 |
| Chaque jour | 21,8 | 19,5 | 20,7 | 19,5 | 19,0 | 19,3 |
| Consommation de boissons énergisantes | | | | | | |
| Moins d'une fois par semaine | 85,5 | 91,4 | 88,4 | 81,3 | 90,0 | 85,7 |
| Au moins une fois par semaine | 14,5 | 8,6 | 11,6 | 18,7 | 10,0 | 14,3 |

Source : EnCLASS 2022 - Exploitation Inserm - EHESP

PRINCIPAUX INDICATEURS UTILISÉS

Les principaux indicateurs utilisés pour le collège sont construits à partir des questions suivantes :

- **Prise d'un petit-déjeuner :** D'HABITUDE, combien de JOURS PAR SEMAINE prends-tu un petit-déjeuner (plus qu'un verre de lait ou de jus de fruits) ? (Coché une case pour les 5 jours de la semaine et une autre pour le week-end)
 - Du lundi au vendredi / *réponses : Je ne prends jamais de petit-déjeuner en semaine, Un jour, Deux jours, Trois jours, Quatre jours, Cinq jours ;*
 - Le week-end : *réponses : Je ne prends jamais de petit-déjeuner le week-end / D'habitude, je prends un petit-déjeuner qu'un seul jour du week-end (le samedi OU le dimanche) / D'habitude, je prends un petit-déjeuner les 2 jours du week-end (le samedi ET le dimanche)*
 - À partir de ces deux questions, le nombre total de petits-déjeuners pris sur les 7 jours de la semaine est calculé.
- **Repas en famille :** Tous les combien ta famille et toi prenez-vous des repas ensemble (petit-déjeuner, repas du midi ou repas du soir) ? / *réponses : Tous les jours, Plusieurs jours par semaine, A peu près 1 fois par semaine, Moins souvent, Jamais.* Les réponses sont regroupées en 3 catégories : Chaque jour, Plusieurs jours par semaine, A peu près une fois par semaine ou moins souvent.
- **Repas devant la télévision :** Tous les combien regardes-tu la télévision pendant un repas ? / *réponses : Tous les jours, Plusieurs jours par semaine, A peu près 1 fois par semaine, Moins souvent, Jamais.* Les réponses sont regroupées en 2 catégories : tous les jours, pas tous les jours.
- **Lieu du déjeuner en semaine :** En SEMAINE, quand tu as classe, le midi, où manges-tu d'habitude ? le lundi ... / *réponses : À la cantine, A la cantine, mais avec les aliments, apportés de la maison (panier repas, PAI), A la maison, A l'extérieur du collège (fast-food, boulangerie, cafétéria, restaurant...), Chez un membre de ta famille (grands-parents par exemple), Ailleurs.* Le nombre de déjeuners à la cantine et le nombre de déjeuners à la maison sont comptabilisés en considérant les journées de lundi, mardi, jeudi et vendredi.

Les principaux indicateurs utilisés pour le collège et le lycée à propos des consommations alimentaires sont construits à partir des questions suivantes : « Combien de fois PAR SEMAINE manges-tu ou bois-tu les aliments suivants ... ? » / *réponses : Jamais, Moins d'une fois par semaine, Une fois par semaine, 2-4 jours par semaine, 5-6 jours par semaine, Une fois par jour, tous les jours, Plusieurs fois par jour, tous les jours*

- **Fruits :** les réponses sont regroupées en deux catégories : Chaque jour (Une fois par jour, tous les jours, Plusieurs fois par jour, tous les jours), Moins d'une fois par jour (regroupant les autres modalités de réponse) ;
- **Légumes :** les réponses sont regroupées en deux catégories : Chaque jour (Une fois par jour, tous les jours, Plusieurs fois par jour, tous les jours), Moins d'une fois par jour (regroupant les autres modalités de réponse) ;
- **Sucreries (bonbons, chocolat) :** les réponses sont étudiées en les regroupant en 3 catégories : Chaque jour, Chaque semaine (1 à 6 jours par semaine), Moins d'une fois par semaine ;
- **Coca, soda ou autres boissons contenant du sucre :** les réponses à cette question à propos des boissons sucrées sont regroupées en 3 catégories : Chaque jour, Chaque semaine (1 à 6 jours par semaine), Moins d'une fois par semaine ;
- **Boissons « énergisantes » (Red-Bull, Dark Dog, Burn, Monster Energy drink...) :** les réponses à cette question sont regroupées en 2 catégories : Au moins une fois par semaine, Moins d'une fois par semaine.

L'enquête EnCLASS est coordonnée par l'association pour le développement d'EnCLASS présidée par le Professeur Bruno Falissard. Le volet 2022 a été mené par Stéphane Legleye, Olivier Le Nézet, Antoine Philippon, Virginie Ehlinger, Mariane Sentenac, sous la coresponsabilité scientifique d'Emmanuelle Godeau et Stanislas Spilka.

Les analyses statistiques concernant les pratiques alimentaires, et la rédaction de cette note ont été réalisées par Virginie Ehlinger, Emmanuelle Godeau, et Amandine Rochedy.

Remerciements aux élèves qui ont répondu à l'enquête, à leurs familles, ainsi qu'aux établissements scolaires et personnels éducatifs qui ont rendu possible l'organisation de la collecte.

Pour nous citer : EnCLASS, Note de résultats, Pratiques alimentaires chez les collégiens et lycéens en 2022, Résultats 2022 de l'enquête nationale en collèges et en lycées chez les adolescents sur la santé et les substances (EnCLASS), Paris 2025, 17 p.

EnCLASS

L'Enquête nationale en collège et en lycée chez les adolescents sur la santé et les substances (EnCLASS) a reçu un avis favorable du comité du label de la statistique publique (enquêtes d'intérêt général déclarées au Journal officiel du 23 décembre 2021). L'enquête est menée avec le soutien de la direction générale de l'enseignement scolaire (Dgesco) du ministère de l'Éducation nationale, de l'Observatoire français des drogues et des tendances addictives (OFDT) et de l'École des hautes études en santé publique (EHESP).

EnCLASS est née en 2018 de la fusion de deux enquêtes internationales menées en milieu scolaire :

- HBSC (Health Behaviour in School-aged Children), réalisée en France depuis 1994, est une enquête quadriennale placée sous l'égide du bureau Europe de l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Elle aborde une variété de sujets liés à la santé physique et mentale des adolescents âgés de 11, 13 et 15 ans. En France, depuis 2010, l'échantillon a été élargi à l'ensemble des collégiens, grâce à la collaboration entre l'OFDT, le ministère de l'Éducation nationale et l'Inserm.
- ESPAD (European School Project on Alcohol and other Drugs) est un projet mené en France depuis 1999 en partenariat avec l'Observatoire européen des drogues et des toxicomanies (EMCDDA). Il s'agit d'une enquête européenne quadriennale représentative des élèves de 16 ans. En 2011, l'échantillon pour la France a été étendu à tous les adolescents scolarisés de la seconde à la terminale.

La population cible du dispositif EnCLASS est donc constituée de l'ensemble des élèves de la sixième à la terminale scolarisés dans les établissements relevant du ministère de l'Éducation nationale, publics ou privés sous contrat. Le processus d'échantillonnage d'EnCLASS repose sur un sondage aléatoire stratifié à deux niveaux : sélection aléatoire des établissements scolaires, puis tirage de deux classes dans lesquelles tous les élèves sont invités à participer.

EnCLASS est une enquête anonyme qui repose sur un questionnaire autoadministré en ligne. La passation du questionnaire a lieu dans une salle informatique des établissements scolaires durant une heure de cours, sous la surveillance d'un personnel de l'établissement. Selon les niveaux, différents questionnaires sont utilisés : il existe ainsi trois versions concernant les 6^e-5^e, les 4^e-3^e et les lycéens.

Les collégiens ne sont pas concernés par les usages de drogues illicites, à l'exception des seuls élèves de 4^e et 3^e qui sont interrogés pour certaines substances ou pratiques comme les alcoolisations ponctuelles importantes, les usages de chicha ou de cannabis.

Quelques jours avant les passations, les parents reçoivent un courrier d'information leur permettant d'exercer leur droit de refus (3,5 %). Par ailleurs, les élèves ont la possibilité de refuser de participer ou de répondre (2,0 %).

La collecte 2022 a eu lieu dans 147 collèges et 90 lycées de France métropolitaine. Cela représentait 11 886 élèves (7 237 collégiens et 4 649 lycéens) inscrits dans les établissements sélectionnés. Au total, 9 566 (6 059 collégiens et 3 507 lycéens) ont finalement pu remplir le questionnaire, soit un taux de participation au sein des classes de 84 % chez les collégiens et de 75 % chez les lycéens, en tenant compte des absences les jours de la passation et des refus de participer.

Après suppression des questionnaires inexploitables (nombre trop élevé de données manquantes ou déclarations aberrantes, soit 1,3 % des questionnaires), l'échantillon analysé compte 9 337 élèves, dont 5 919 collégiens et 3 418 lycéens. L'âge moyen des collégiens est de 12,9 ans et l'âge moyen au lycée est de 16,5 ans. Au lycée, les élèves majeurs sont 472 et sont majoritairement en terminale, représentant 41,8 % des effectifs de ce niveau.

Lors des analyses d'EnCLASS par niveau scolaire, les figures présentent la diffusion des indicateurs par niveau scolaire, ce qui laisse penser qu'il pourrait s'agir de données longitudinales. Or, EnCLASS est une enquête dite « transversale », c'est-à-dire qu'elle s'intéresse à des générations successives de collégiens et lycéens, tous interrogés au même moment. Elle se distingue d'enquêtes dites « longitudinales » qui suivent dans le temps une même génération. Ainsi, dans un contexte de forte baisse de prévalences d'usage depuis une dizaine d'années, les courbes d'évolution par niveau scolaire peuvent donner une perception exagérée de la diffusion de telle ou telle substance, car les élèves de terminale interrogés en 2022, qui étaient pour la plupart en 6^e en 2016, avaient alors des niveaux d'usage bien plus importants que ceux des élèves de 6^e observés en 2022 - il s'agit ici d'un effet de génération. Néanmoins, pour deux niveaux scolaires consécutifs, il est fort probable que les évolutions observées reflètent, au moins en partie, la diffusion de ces produits au cours de la scolarité - il s'agit ici, en partie, d'un effet d'âge.

