

ALIMENTATION

En FWB, 53% des jeunes mangent des fruits tous les jours, 56% des légumes et 56% prennent un petit déjeuner tous les matins. Alors que la part de jeunes mangeant quotidiennement des fruits et/ou des légumes a augmenté récemment, la proportion de ceux prenant un petit déjeuner les jours d'école a connu une évolution défavorable.

FRUITS ET LÉGUMES

Il est essentiel de promouvoir la consommation de fruits et légumes dès le plus jeune âge. En effet, le fait d'en manger durant l'adolescence est associé au fait d'en consommer à l'âge adulte. Chez ces derniers, la consommation de fruits et légumes joue un rôle protecteur vis-à-vis de nombreuses maladies chroniques (certains cancers, diabète, maladies cardiovasculaires, ...).

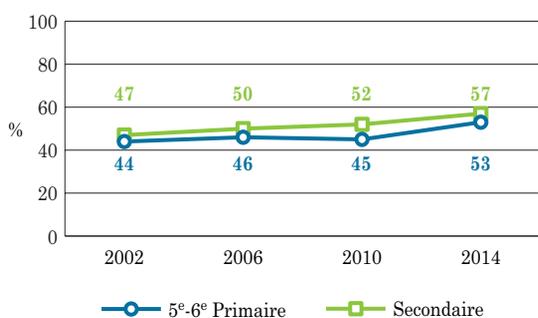
En 2014, 44% des élèves de l'enseignement secondaire et 56% des élèves de 5^e-6^e primaire consomment quotidiennement des fruits. Après avoir augmenté entre 2002 et 2010, la proportion d'élèves du secondaire consommant des fruits tous les jours s'est stabilisée depuis 2010 autour de 45%. Celle des élèves de 5^e-6^e primaire a augmenté depuis 2002. **1**

1 % de jeunes qui consomment quotidiennement des fruits selon l'année d'enquête



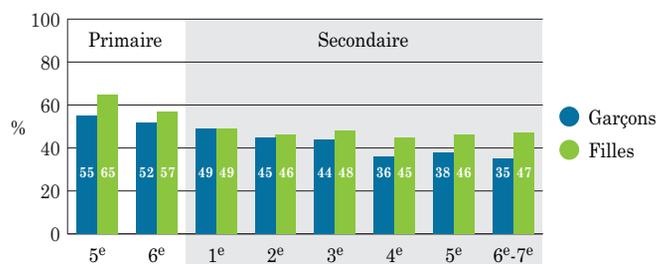
En 2014, 57% des élèves de secondaire et 53% des élèves de 5^e-6^e primaire mangent des légumes tous les jours. Stables entre 2002 et 2010, ces proportions ont augmenté en 2014. **2**

2 % de jeunes qui consomment quotidiennement des légumes selon l'année d'enquête



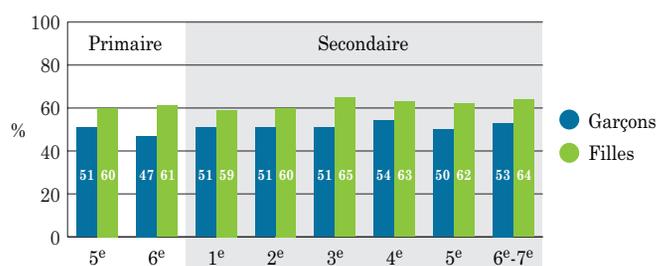
Les proportions d'adolescents consommant quotidiennement des fruits ne diffèrent pas en fonction du genre entre la 6^e primaire et la 3^e secondaire. Puis, elles sont plus élevées chez les filles que chez les garçons. Les proportions de jeunes consommant des fruits tous les jours diminuent entre la 5^e primaire et la 1^{ère} secondaire chez les filles et entre la 5^e primaire et la 4^e secondaire chez les garçons. **3**

3 % de jeunes qui consomment quotidiennement des fruits en fonction du genre et du niveau scolaire (n=13 961)



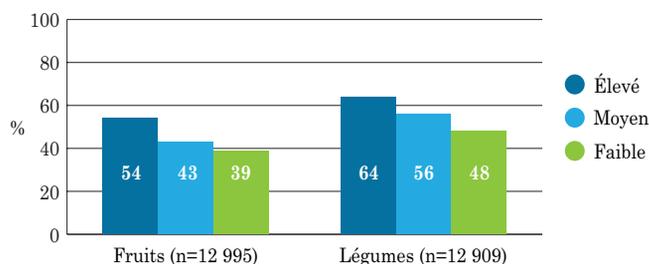
Les proportions de jeunes mangeant quotidiennement des légumes sont plus élevées chez les filles que chez les garçons, sans variation selon le niveau scolaire. **4**

4 % de jeunes qui consomment quotidiennement des légumes en fonction du genre et du niveau scolaire (n=13 848)



Les proportions de jeunes consommant quotidiennement des fruits et celles des jeunes mangeant des légumes tous les jours augmentent lorsque le niveau d'aisance matérielle augmente. **5**

5 % de jeunes qui consomment quotidiennement des fruits et/ou des légumes, selon le niveau d'aisance matérielle



Quel que soit l'âge, les proportions de garçons consommant quotidiennement des fruits en FWB sont parmi les plus élevées au niveau international. Les garçons figurent ainsi dans les trois premières positions du classement international. C'est également le cas chez les filles de 11 ans. Chez les adolescentes de 13 et 15 ans, ces proportions sont supérieures aux proportions globales de l'ensemble des pays ayant participé à l'étude HBSC. **6**

6 % de jeunes qui consomment quotidiennement des fruits, au niveau international et en FWB

	HBSC International			FWB	
	% min	% global	% max	%	Rang
Garçons (11 ans)	15	41	53	53	1/42
Garçons (13 ans)	10	34	53	46	3/42
Garçons (15 ans)	9	29	52	40	3/42
Filles (11 ans)	14	47	62	61	2/42
Filles (13 ans)	16	40	61	49	8/42
Filles (15 ans)	13	37	65	46	6/42

Les proportions de consommation quotidienne de légumes sont similaires aux proportions les plus élevées au niveau international. Les adolescents belges francophones figurent ainsi dans les trois premières positions. **7**

7 % de jeunes qui consomment quotidiennement des légumes, au niveau international et en FWB

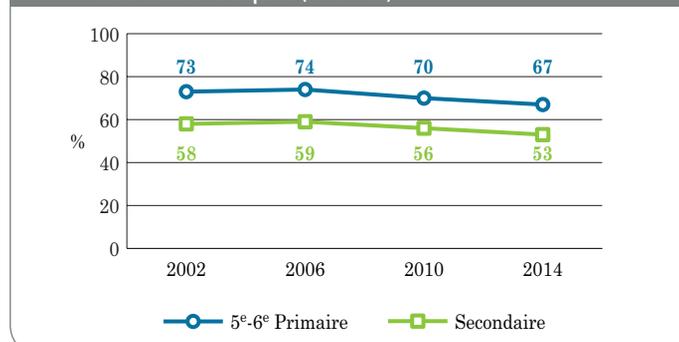
	HBSC International			FWB	
	% min	% global	% max	%	Rang
Garçons (11 ans)	23	35	52	49	3/42
Garçons (13 ans)	18	31	50	50	1/42
Garçons (15 ans)	15	30	53	53	1/42
Filles (11 ans)	18	42	62	61	2/42
Filles (13 ans)	22	38	60	60	1/42
Filles (15 ans)	22	38	65	65	1/42

PRISE D'UN PETIT DÉJEUNER

Prendre un petit déjeuner tous les matins est une habitude associée à d'autres comportements favorables à la santé, tels qu'une consommation plus fréquente de fruits, de légumes et de lait, et moins fréquente de boissons sucrées et de frites. Le petit déjeuner permettrait également d'améliorer les fonctions cognitives qui sont associées à la mémorisation et à l'attention en classe.

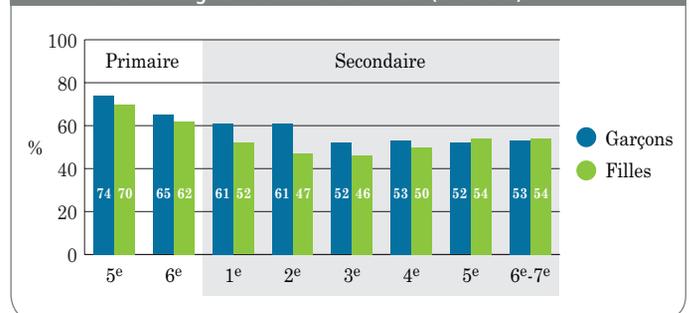
En 2014, 67% des élèves de 5^e-6^e primaire et 53% des élèves de secondaire prennent un petit déjeuner tous les matins avant d'aller à l'école. Ces proportions ont diminué depuis 2006. **8**

8 % de jeunes qui prennent un petit déjeuner tous les jours d'école selon l'année d'enquête (n=13 040)



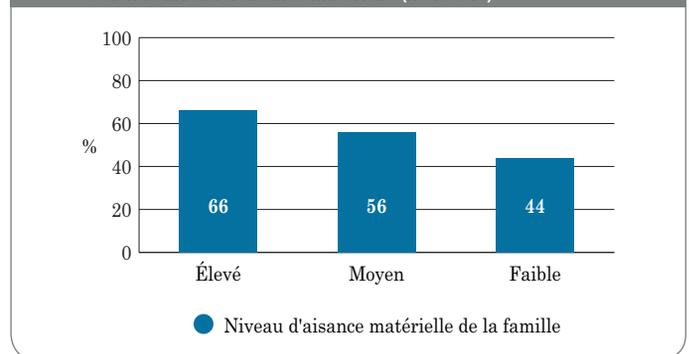
Les proportions de jeunes prenant un petit déjeuner tous les jours d'école sont plus élevées chez les garçons que chez les filles uniquement en 1^{ère}, 2^e et 3^e secondaires. Elles diminuent entre la 5^e primaire et la 3^e secondaire. **9**

9 % de jeunes qui prennent un petit déjeuner tous les jours d'école en fonction du genre et du niveau scolaire (n=13 848)



Les proportions d'adolescents prenant un petit déjeuner tous les jours d'école augmentent lorsque le niveau d'aisance matérielle de la famille du jeune augmente. **10**

10 % de jeunes qui prennent un petit déjeuner tous les jours d'école, selon le niveau d'aisance matérielle (n=13 040)



Quels que soient le genre et l'âge, les proportions d'adolescents déjeunant tous les matins avant d'aller à l'école en FWB sont proches des proportions globales des 42 pays participant à l'étude HBSC. **11**

11 % de jeunes qui prennent un petit déjeuner tous les jours d'école, au niveau international et en FWB

	HBSC International			FWB	
	% min	% global	% max	%	Rang
Garçons (11 ans)	46	72	92	73	16/42
Garçons (13 ans)	42	67	90	62	27/42
Garçons (15 ans)	40	62	86	59	22/42
Filles (11 ans)	42	70	90	65	25/42
Filles (13 ans)	39	58	84	53	24/42
Filles (15 ans)	34	52	73	50	22/42



Les résultats complets de l'Enquête HBSC 2014 menée en Fédération Wallonie-Bruxelles feront l'objet d'une publication détaillée disponible ultérieurement. Plus d'informations sur le site Web sipes.ulb.ac.be

