

VIRGINIE EHLINGER
Inserm UMR 1027, Université Toulouse III
EMMANUELLE GODEAU
Rectorat de Toulouse, Inserm UMR 1027, Université Toulouse III
ANGÉLIQUE NUGIER
Inpes

La santé des collégiens en France/2014

Données françaises de l'enquête internationale Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)

Perception du corps, corpulence et puberté



SYNTHÈSE

- /// La perception que les élèves ont de leur corps et leurs pratiques vis-à-vis du régime diffèrent fortement entre filles et garçons, les filles se jugeant plus souvent trop grosses (35,4 % des filles vs 20,9 % des garçons) et les garçons plus souvent trop maigres (15,8 % des garçons vs 11,3 % des filles). Avec l'avancée dans la scolarité, les filles sont de moins en moins satisfaites de leur poids.
- /// L'effet inverse est observé pour la corpulence, les filles étant plus souvent en dessous du seuil de minceur IOTF 18,5 (20,0 % des filles vs 15,6 % des garçons), les garçons plus souvent en surcharge pondérale (13,2 % des garçons vs 9,9 % des filles, p-value = 0,003).
- /// Bien que perception du corps, pratique du régime et corpulence concordent relativement bien les uns avec les autres, 35,5 % des filles de corpulence normale se trouvent un peu ou beaucoup trop grosses.
- /// Les premières règles apparaissent globalement plus tôt chez les collégiennes en 2014 qu'en 2010 (12,2 ans en 2014 vs 12,4 ans en médiane en 2010).
- /// L'image du corps, la pratique vis-à-vis du régime et la corpulence n'ont pas significativement évolué entre 2010 et 2014.

La perception que les élèves ont de leur corps, entre influence des pairs et représentations des médias, apparition de la puberté et corpulence avérée, est primordiale dans les années collège. On le mesure bien, en ce domaine les différences entre un enfant de 11 ans et un adolescent de 15, un garçon et une fille, sont immenses et déterminantes pour comprendre le vécu et le comportement des élèves.

Dans l'enquête HBSC 2014, la perception de leur corps par les élèves, entre beaucoup trop maigre et beaucoup trop gros, a été complétée par une question portant sur la pratique d'un régime ou « autre chose » en vue d'un contrôle du poids. En outre, il était demandé

aux élèves de préciser leur taille et leur poids, à partir desquels leur indice de masse corporelle a été calculé ($IMC = \text{poids en kg} / (\text{taille en cm})^2$). Enfin, en 2014, la puberté a été appréhendée par trois items : l'un, destiné aux seules filles et présent dans l'enquête depuis toujours, portant sur l'âge des premières règles ; un autre destiné à évaluer l'âge de la puberté chez les garçons à partir de l'apparition de poils sur la figure, le dernier portant sur la perception qu'ont les élèves du développement de leur corps par rapport aux autres élèves du même âge¹.

1. La version extensive des questions est consultable dans le [Questionnaire CM2, 6^e, 5^e](#) et dans le [Questionnaire 4^e, 3^e, 2^{nde}](#).

SEUILS DE CORPULENCE

Les seuils de corpulence retenus sont issus des références internationales de l'International Obesity Task Force (IOTF) établies en fonction du sexe et de l'âge **[1]**.

Les seuils de surpoids et d'obésité (seuils IOTF 25 et 30) correspondent à 18 ans aux seuils de 25 et 30 kg/m² définissant le surpoids ($25 \leq IMC < 30$), l'obésité ($IMC \geq 30$) et la surcharge pondérale ($IMC \geq 25$) chez les adultes.

Par ailleurs, en 2007 trois degrés de minceur ont été définis chez l'enfant **[2]** : les seuils IOTF 16, IOTF 17 et IOTF 18,5 (minceur de degrés 3, 2 et 1 respectivement) aboutissent à 18 ans aux valeurs d'IMC de 16, 17 et 18,5 kg/m².

Notons que le seuil IOTF 17 (degré 2 de minceur) est pratiquement superposable au 3^e percentile des courbes de référence françaises définissant l'insuffisance pondérale.

1. Cole T. J., Bellizzi M. C., Flegal K. M., Dietz W. H. Establishing a Standard Definition for Child Overweight and Obesity Worldwide: International Survey. *British Medical Journal (BMJ)*, 2000, vol. 320, n° 7244 : p. 1240-1243.

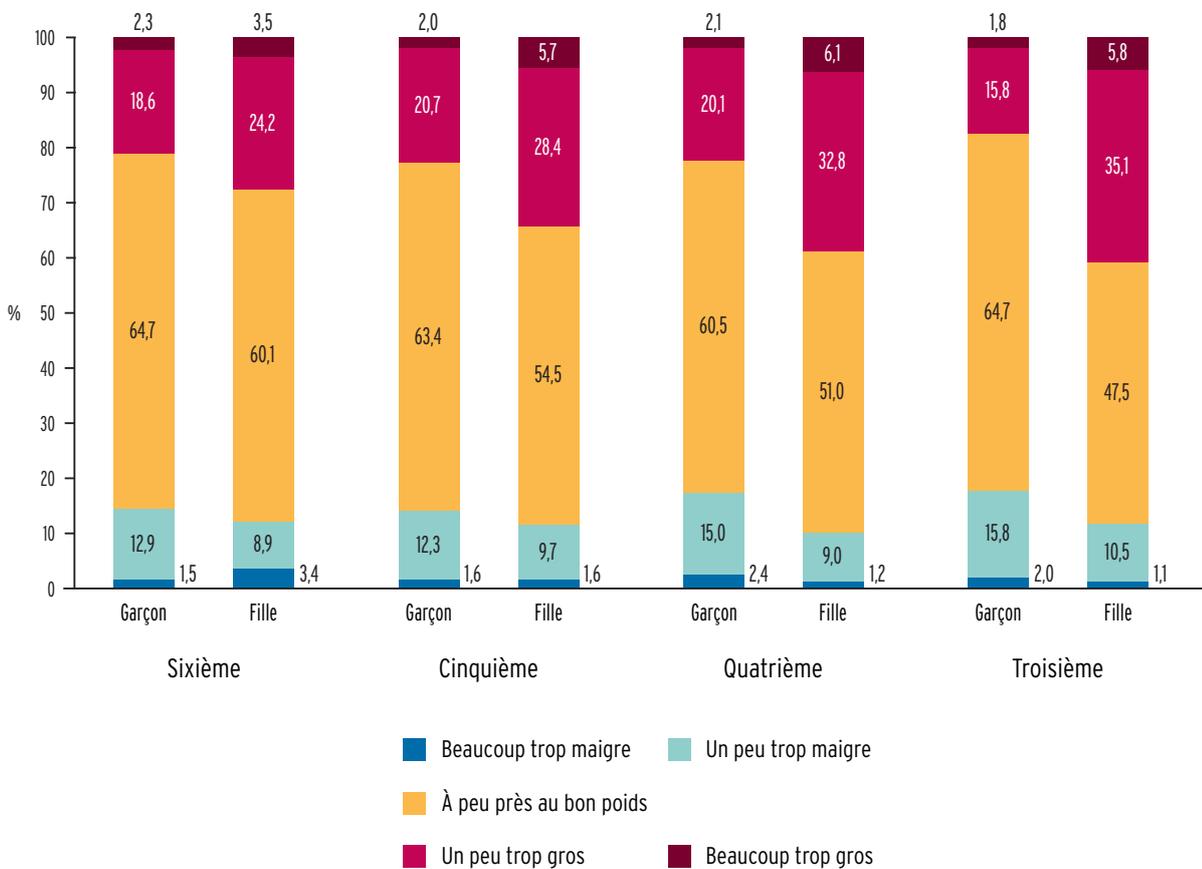
2. Cole T. J., Flegal K. M., Nicholls D., Jackson A. A. Body Mass Index Cut-offs to Define Thinness in Children and Adolescents: International Survey. *BMJ*, 2007, vol. 335, n° 7612 : p. 194.

PERCEPTION DU CORPS

Près de six élèves sur dix (58,4 %) considèrent leur corps «à peu près au bon poids», cette proportion étant plus élevée chez les garçons que chez les filles (63,3 % vs 53,3 %). Les différences entre les sexes ne s'arrêtent pas là : les garçons jugent plus souvent que les filles que leur corps est un peu ou beaucoup trop maigre (15,8 % vs 11,3 %), et à l'inverse, les filles se considèrent plus fréquemment un peu (30,1 % vs 18,8 %) voire beaucoup

(5,3 % vs 2,0 %) trop grosses. Par ailleurs, alors que la perception du corps est plutôt stable au long des années collège chez les garçons, la proportion de filles se trouvant un peu ou beaucoup trop grosses ne cesse d'augmenter avec l'avancée de la scolarité (de 27,7 % en 6^e à 40,9 % en 3^e), alors que la proportion de filles se considérant à peu près au bon poids diminue (de 60,1 % en 6^e à 47,5 % en 3^e) [figure 1].

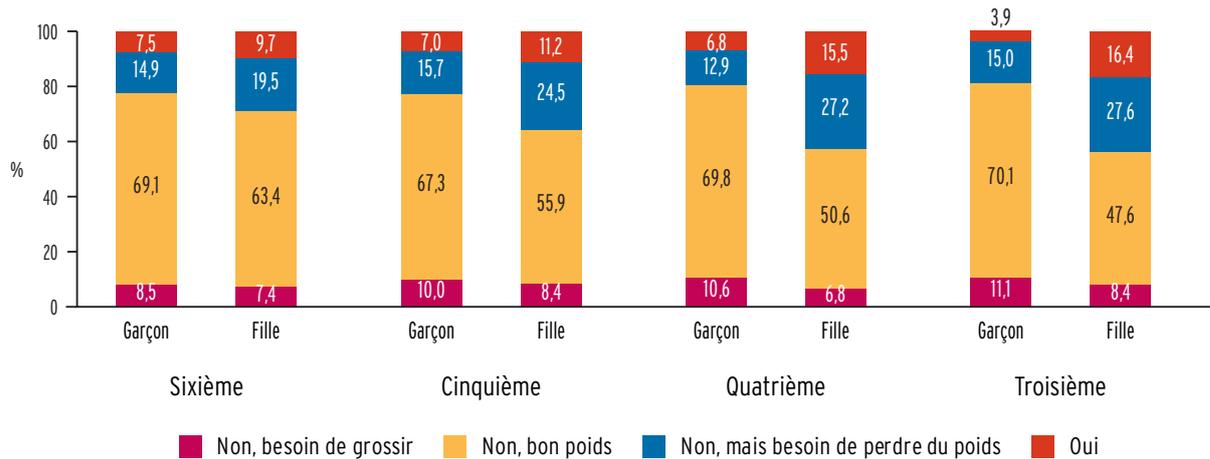
FIGURE 1 Image du corps selon le sexe et la classe (en pourcentage)



RÉGIME ET CONTRÔLE DU POIDS

Les écarts relevés en ce qui concerne la perception qu'ont les élèves de leur corps sont retrouvés dans leurs pratiques de contrôle du poids ou de régimes. Ainsi, des comportements largement différenciés entre filles et garçons apparaissent, les filles déclarant plus fréquemment que les garçons avoir besoin de perdre du poids (24,7 % vs 14,6 %) ou être au régime (13,2 % vs 6,3 %). Là encore, aucune évolution marquée n'est observée chez

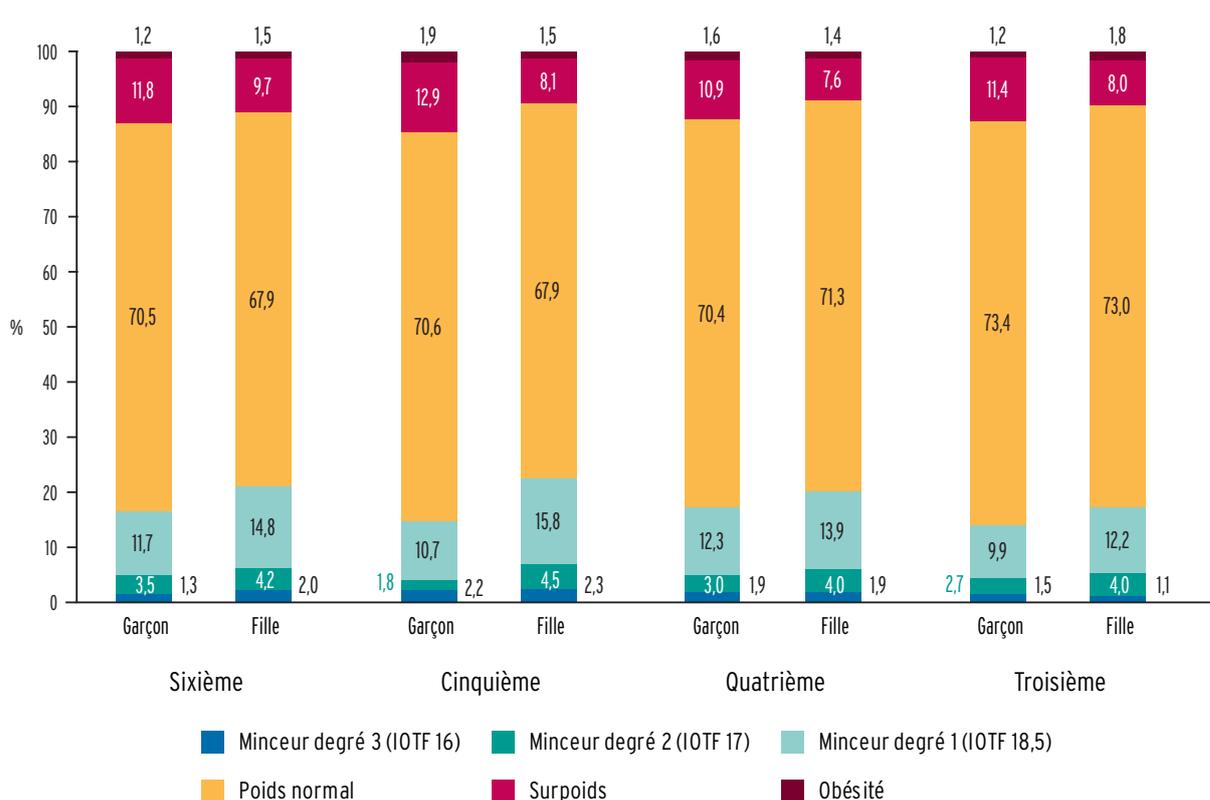
les garçons avec l'avancée dans la scolarité, 20,9 % des garçons au collège déclarant globalement être au régime ou avoir besoin de perdre du poids, alors que la proportion de filles dans ce cas augmente avec les années (hausse significative de 19,5 % déclarant avoir besoin de perdre du poids en 6^e à 27,6 % en 3^e et de 9,7 % déclarant faire un régime en 6^e à 16,4 % en 3^e, cette hausse étant proche du seuil de significativité, p-value = 0,002) [figure 2].

FIGURE 2 Régime selon le sexe et la classe (en pourcentage)

CORPULENCE (OBÉSITÉ, SURPOIDS, CORPULENCE NORMALE ET MINCEUR)

D'après les déclarations des collégiens en ce qui concerne leurs poids et taille, 11,6 % des élèves seraient en surcharge pondérale (10,1 % en surpoids et 1,5 % obèses), sans différence significative entre les filles et les garçons (prévalence de la surcharge pondérale de 13,2 % chez les filles vs 9,9 % chez les garçons). Cependant, lorsqu'on analyse la corpulence des élèves de manière plus détaillée (minceur au seuil IOTF 18,5 ou de degré 1/poids normal/

surpoids/obésité), la minceur est plus fréquente chez les filles (20,1 % vs 15,6 % chez les garçons) tandis que la prévalence du surpoids est supérieure chez les garçons (11,7 % vs 8,3 % chez les filles). Si on considère l'insuffisance pondérale (seuil IOTF 17 ou degré 2 de minceur), 5,2 % des élèves sont à considérer comme maigres, sans différence entre les sexes ni entre les niveaux de classe [figure 3].

FIGURE 3 Corpulence des élèves d'après la taille et le poids déclarés selon le sexe et la classe (en pourcentage)

PERCEPTION DU CORPS, RÉGIME ET CONTRÔLE DU POIDS, CORPULENCE

La corpulence calculée à partir des déclarations de poids et de taille, la perception du corps et les comportements du contrôle du poids sont significativement associés entre eux, et ce de façon plus marquée chez les garçons. On observe tout d'abord une bonne correspondance entre la perception qu'ont les élèves de leur corps et leurs pratiques vis-à-vis des régimes. Ainsi, plus de huit élèves sur dix se considérant à peu près au bon poids indiquent ne pas avoir besoin de suivre un régime (87,4 % chez les garçons vs 80,5 % chez les filles), et plus de huit élèves sur dix considérant leur corps un peu ou beaucoup trop maigre déclarent ne pas avoir besoin de régime (48,9 %

des élèves) ou avoir besoin de grossir (48,0 % des élèves). Enfin, plus de sept élèves sur dix percevant leur corps comme un peu ou beaucoup trop gros indiquent avoir besoin de faire un régime (52,5 %) ou être au régime (21,1 % des garçons vs 27,8 % des filles).

Si l'association entre la corpulence et la perception qu'ont les élèves de leur corps est également forte, la concordance entre ces deux variables n'est pas parfaite, surtout chez les filles [tableau I]. Ainsi, la moitié seulement des filles en insuffisance pondérale (49,0 % des filles en-dessous du seuil IOTF 17) trouvent leur corps un peu ou beaucoup trop maigre, tandis que l'autre moitié

TABLEAU I Image du corps et régime selon le statut pondéral (en pourcentage)

	Insuffisance pondérale (IOTF 17)	Minceur de degré 1 (IOTF 18,5)	Poids normal	Surpoids	Obésité	P-value
IMAGE DU CORPS						
Filles						< 0,001
Beaucoup trop maigre	9,7	5,5	0,5	0,0	0,0	
Un peu trop maigre	39,3	26,9	5,3	0,5	0,0	
À peu près au bon poids	45,4	58,4	58,7	18,9	10,6	
Un peu trop gros	5,1	8,5	31,7	65,2	41,0	
Beaucoup trop gros	0,5	0,7	3,8	15,4	48,4	
Total	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	
Garçons						< 0,001
Beaucoup trop maigre	11,9	5,0	0,9	0,0	0,0	
Un peu trop maigre	46,2	40,8	10,4	1,5	4,1	
À peu près au bon poids	41,5	50,0	72,4	37,9	21,6	
Un peu trop gros	0,4	3,8	15,6	52,6	49,1	
Beaucoup trop gros	0,0	0,4	0,7	8,0	25,2	
Total	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	
RÉGIME						
Filles						< 0,001
Non, pas besoin	54,6	69,7	57,2	18,6	5,8	
Non, mais besoin	2,9	6,9	25,4	52,7	49,8	
Non, besoin de grossir	36,8	20,4	4,3	0,7	0,0	
Oui	5,7	3,0	13,1	28,0	44,4	
Total	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	
Garçons						< 0,001
Non, pas besoin	58,3	70,2	77,6	32,0	17,7	
Non, mais besoin	2,0	1,5	11,0	44,2	47,6	
Non, besoin de grossir	37,0	26,9	7,3	2,3	0,0	
Oui	2,7	1,4	4,1	21,5	34,7	
Total	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	

déclarent être au bon poids (45,4 %), voire un peu (5,1 %) ou beaucoup trop grosses (0,5 %). Par ailleurs, un peu plus d'un tiers des filles de corpulence normale se considèrent un peu ou beaucoup trop grosses (31,7 % et 3,8 % respectivement). Les garçons sont deux fois moins nombreux dans ce cas (différence significative avec les filles) : 15,6 % des garçons de corpulence normale se trouvent un peu trop gros et 0,7 % se trouvent beaucoup trop gros. Parmi les garçons en insuffisance pondérale (seuil IOTF 17), on ne note en revanche pas de différence significative avec les filles : 58,1 % de ces garçons déclarent être beaucoup (11,9 %) ou un peu (46,2 %) trop maigres et 41,5 % déclarent être au bon poids.

Les résultats sont globalement similaires en ce qui concerne la corpulence et les comportements vis-à-

vis des régimes. La majorité des élèves de corpulence normale indiquent ne pas avoir besoin de faire un régime, chez les garçons plus souvent que chez les filles (77,6 % des garçons vs 57,2 % des filles), alors que 17,9 % de ces élèves indiquent avoir besoin de faire un régime (11,0 % des garçons vs 25,4 % des filles) et que 8,4 % déclarent faire un régime (4,1 % des garçons vs 13,1 % des filles). De même, les élèves en surpoids ou obèses tendent à déclarer la plupart du temps avoir besoin de perdre du poids, chez les garçons (44,6 %) comme chez les filles (52,3 %), ou faire un régime, chez les deux sexes (23,0 % des garçons et 30,6 % des filles). Enfin, plus de neuf élèves sur dix en dessous du seuil de minceur IOTF 17 déclarent qu'ils ont besoin de grossir ou qu'ils n'ont pas besoin de faire un régime.

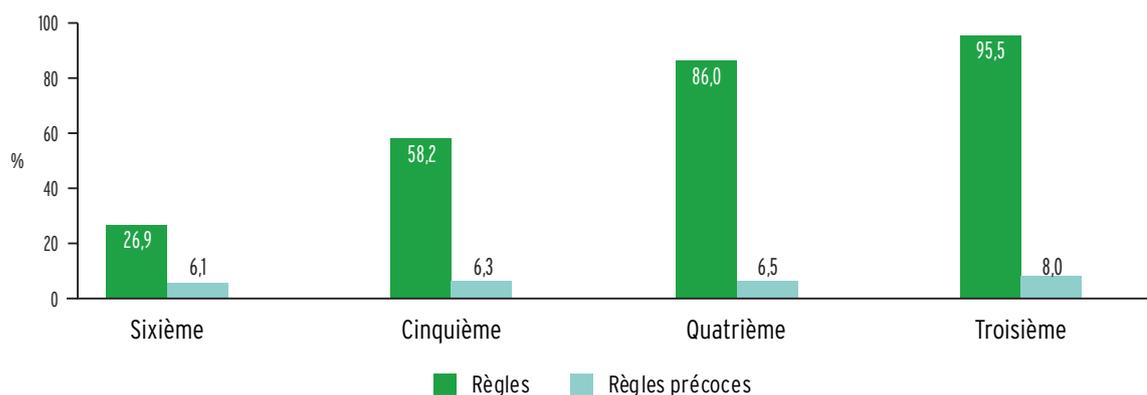
PUBERTÉ

FILLES

Globalement, 66,4 % des collégiennes déclarent avoir déjà eu leurs règles. Cette proportion évolue logiquement avec la classe, passant de 26,9 % en 6^e, à 58,2 % en 5^e, 86,0 % en 4^e et 95,5 % en 3^e [figure 4]. Parmi les filles de 11 ans et plus, 6,7 % indiquent avoir eu leurs premières règles avant 11 ans, alors que 24,4 % des filles de 12 ans

et plus déclarent avoir eu leurs premières règles avant 12 ans. Ces proportions ne varient pas selon le niveau. L'âge des premières règles, en tenant compte des données censurées liées à la présence de filles n'ayant pas encore eu leurs règles dans notre échantillon, ne diffère pas selon la classe. L'âge médian aux premières règles est de 12,2 ans. Un quart des filles ont leurs premières règles à 12 ans ou avant, et un quart à 13 ans et demi ou après.

FIGURE 4 Règles et règles précoces (avant 11 ans) chez les filles selon la classe (en pourcentage)

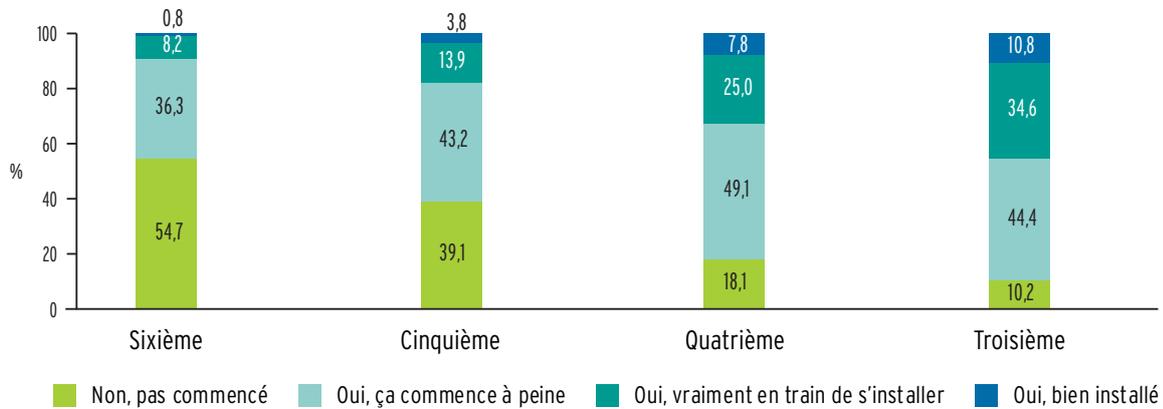


GARÇONS

Pour les garçons, l'apparition des poils sur le visage, utilisée comme un témoin du développement pubertaire, évolue significativement avec l'avancée au collège [figure 5]. Alors qu'en 6^e, 54,7 % des garçons n'ont pas

encore de barbe ou de moustache, ils ne sont plus que 10,2 % à déclarer être dans ce cas en 3^e. On peut également noter que pour près d'un garçon sur dix en 6^e (9,0 %), l'apparition de poils sur la figure est en cours ou déjà bien installée, cette proportion passant à 17,7 % en 5^e, 32,8 % en 4^e et 45,4 % en 3^e.

FIGURE 5 Apparition de poils sur la figure (barbe ou moustache) chez les garçons selon la classe (en pourcentage)



STADE PUBERTAIRE PERÇU

Globalement, l'image que les élèves ont du développement de leur corps par rapport à leurs pairs ne diffère pas entre les filles et les garçons : 55,7 % des élèves jugent que le développement de leur corps est « à peu près pareil » que celui des jeunes de leur âge. La proportion d'élèves qui jugent le développement de leur corps un peu ou très en avance par rapport aux autres (25,0 %) est légèrement plus élevée que celle des élèves qui le jugent un peu ou très en retard (19,3 %). La perception qu'ont les filles du développement de leur corps reste stable tout au long du collège : elles trouvent le développement de leur corps très en avance par rapport aux filles du même âge dans 7,7 % des cas, un peu en avance dans 17,5 % des cas, à peu près pareil que les autres dans 56,0 % des cas, un peu en retard dans 16,2 % des cas et très en retard dans 2,7 % des cas. En revanche, chez les garçons, une évolution marquée est observée : alors que la proportion de garçons jugeant le développement de leur corps un peu ou très en avance ne bouge pas entre la 6^e et la 3^e (22,0 % en 6^e vs 24,2 % en 3^e), les garçons sont de plus en plus nombreux à trouver que le développement de leur corps est un peu en retard (12,1 % en 6^e, 15,7 % en 5^e, 18,6 % en 4^e, 21,9 % en 3^e).

STADE PUBERTAIRE AVÉRÉ ET PERÇU

Chez les filles, l'âge des premières règles est significativement associé à la perception du développement de leur corps par rapport à leurs camarades du même âge : alors que l'âge médian des premières règles est estimé à 11,5 ans parmi les collégiennes qui jugent le développement de leur corps très en avance, il est de 12,7 ans parmi les filles qui le jugent un peu ou très en retard.

En ce qui concerne les garçons, l'apparition de la barbe ou de la moustache apparaît fortement corrélée avec la perception qu'ils ont du développement de leur corps par rapport aux camarades de leur âge.

Les garçons qui trouvent le développement de leur corps un peu ou très en avance par rapport aux autres sont deux fois plus nombreux que les autres à déclarer avoir déjà des poils sur la figure (« en train de s'installer » ou « déjà bien installé ») : 42,3 % des garçons considérant le développement de leur corps en avance indiquent avoir déjà des poils sur le visage, alors que respectivement 20,7 % et 19,5 % des élèves qui trouvent le développement de leur corps à peu près pareil que celui des autres et de ceux qui le trouvent en retard sont dans ce cas.

ÉVOLUTIONS 2010-2014

PERCEPTION DU CORPS, RÉGIME ET CONTRÔLE DU POIDS, CORPULENCE

La perception qu'ont les collégiens de leur corps n'est pas significativement modifiée entre 2010 et 2014, et ce quels

que soient le sexe et la classe. En 2010 comme en 2014, environ six élèves sur dix considèrent que leur corps est à peu près au bon poids, trois élèves sur dix le trouvent un peu ou beaucoup trop gros, et un élève sur dix le trouve un peu ou beaucoup trop maigre.

Par ailleurs, aucune évolution significative n'est repérée au niveau des comportements des élèves vis-à-vis des régimes entre 2010 et 2014, chez les filles comme chez les garçons, et dans tous les niveaux. La proportion d'élèves déclarant faire un régime reste remarquablement stable (13,8 % en 2010 vs 13,2 % en 2014 chez les filles ; 6,3 % en 2010 comme en 2014 chez les garçons).

Enfin, de la même façon, la corpulence des élèves n'a pas significativement évolué entre 2010 et 2014. La proportion de collégiens présentant un poids normal d'après leurs déclarations de poids et de taille reste aux alentours de 70 % (72,8 % en 2010 vs 70,7 % en 2014), tandis qu'environ un élève sur dix est en surpoids (9,1 % en 2010 vs 10,1 % en 2014) et un peu plus d'un élève sur cent est obèse (1,4 % en 2010 vs 1,5 % en 2014).

PUBERTÉ

Seul l'item concernant l'âge aux premières règles chez les filles était déjà proposé en 2010. Si, de manière générale, la proportion de collégiennes ayant déjà eu leurs règles n'a pas évolué entre 2010 et 2014 (67,9 % en 2010 vs 66,4 % en 2014), la ménarche précoce avant 11 ans apparaît un peu plus fréquente en 2014 dans les déclarations des filles de 3^e (4,6 % en 2010 vs 8,0 % en 2014, p-value = 0,003). La répartition de l'âge à la ménarche, en tenant compte des données censurées pour les filles qui n'ont pas encore eu leurs règles au moment de l'enquête, montre que les premières règles sont significativement plus précoces en 2014 qu'en 2010 (12,2 ans en médiane en 2014 vs 12,4 ans en médiane en 2010).

À PROPOS DE HBSC

Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) est une enquête transversale conduite en classe auprès d'élèves de 11, 13 et 15 ans, par auto-questionnaire anonyme, tous les 4 ans depuis 1982, sous l'égide de l'Organisation mondiale de la Santé. Elle porte sur la santé, le bien-être des jeunes, leurs comportements de santé et leurs déterminants. En 2014, elle a été menée dans 43 pays selon une méthodologie et un questionnaire standardisés. En France, l'échantillon de 2014 comporte 7 023 collégiens scolarisés dans 169 collèges métropolitains. Les établissements et classes sélectionnés pour participer à l'enquête ont été tirés au sort par la Direction de l'évaluation, de la prospective et de la performance (Depp) du ministère chargé de l'Éducation nationale selon un sondage en grappes aléatoire stratifié/équilibré afin d'assurer la représentativité de l'échantillon final. Le seuil de significativité des différences présentées dans les brochures est fixé à 1 %, sauf mention contraire. Pour en savoir plus, vous pouvez consulter la [Méthodologie générale](#).

Direction de la collection **François Bourdillon**

Édition **Jeanne Herr**

Conception graphique, maquette et réalisation **Philippe Ferrero**

Institut national de prévention et d'éducation pour la santé
42, boulevard de la Libération
93203 Saint-Denis Cedex France

L'Inpes autorise l'utilisation et la reproduction des résultats de cette enquête sous réserve de la mention des sources.

Pour nous citer : Ehlinger V., Godeau E., Nugier A. *La santé des collégiens en France/2014. Données françaises de l'enquête internationale Health Behaviour in School-aged Children (HBSC). Perception du corps, corpulence et puberté*. Saint-Denis : Inpes, 2016 : 8 p.