

## 2. DÉTERMINANTS NON MÉDICAUX DE LA SANTÉ

### 2.2. Nutrition à l'âge de 11, 13 et 15 ans

La nutrition est un élément important pour le développement des enfants et leur santé à long terme. La consommation de fruits dans l'adolescence, par exemple, au lieu de produits à forte teneur en graisses, en sucre ou en sel, peut protéger contre des problèmes de santé comme l'obésité, le diabète et les maladies cardiaques. En outre, la consommation de fruits dans la jeunesse peut être formatrice de bonnes habitudes et favoriser des comportements alimentaires sains pour le reste de la vie.

Un certain nombre de facteurs influent sur la quantité de fruits consommée par les adolescents, tels que le revenu familial, le coût des aliments, le temps de préparation, le fait que les parents mangent ou non des fruits, et la disponibilité de fruits frais qui peut dépendre du pays ou du climat local (Rasmussen et al., 2006). Un bas niveau de revenu familial est associé à une faible consommation de fruits dans la plupart des pays de l'OCDE. La consommation de fruits (et de légumes) est considérée comme un objectif et un indicateur importants pour une alimentation saine dans la plupart des pays de l'OCDE.

En 2005-06, seulement environ un tiers des garçons et deux cinquièmes des filles de 11 à 15 ans mangeaient au moins un fruit chaque jour, d'après la dernière enquête HBSC (Health Behavior in School-aged Children) (Currie et al., 2008). Globalement, les garçons en Italie et les filles au Royaume-Uni avaient les taux les plus élevés de consommation de fruits quotidienne. La consommation de fruits est relativement faible dans quelques pays nordiques (Finlande, Islande et Suède). Les enfants finlandais déclarent les taux les plus bas de consommation de fruits quotidienne, avec moins d'une fille sur quatre et moins d'un garçon sur cinq. À tous les âges, dans la plupart des pays, les filles sont plus nombreuses que les garçons à manger un fruit chaque jour. À l'âge de 11 ans, les filles en Norvège, au Portugal et en Suisse, et les garçons au Portugal, aux États-Unis et en Italie, sont les plus enclins à manger un fruit chaque jour. À l'âge de 15 ans, les taux les plus élevés s'observent en Italie, au Danemark et au Royaume-Uni pour les filles et en Italie, au Portugal et en Belgique pour les garçons (graphique 2.2.1).

Dans presque tous les pays de l'OCDE, la consommation de fruits quotidienne diminue entre l'âge de 11 ans et l'âge de 15 ans (graphique 2.2.2). Chez les filles, la moyenne de l'OCDE passe de 46 % à 11 ans à 40 % à 13 ans et 36 % à 15 ans. Chez les garçons, les taux passent de 38 % à 33 % et 26 %. En Autriche et en Islande, ces taux chutent de moitié entre 11 ans et 15 ans, et on observe aussi des chutes importantes en Hongrie (chez les filles).

L'Italie (filles) et la Belgique (garçons) sont les pays qui réussissent le mieux à préserver de bonnes habitudes alimentaires chez les enfants.

L'écart entre les garçons et les filles pour la consommation de fruits est maximum à 15 ans, dans la plupart des pays. À 11 ans, la France, l'Italie et l'Espagne montrent la plus grande égalité dans la consommation de fruits entre les garçons et les filles. La Norvège, l'Allemagne et la Pologne enregistrent les écarts les plus grands à cet âge. Arrivé à 15 ans, les écarts au Danemark, en République tchèque et en Turquie atteignent une proportion où moins de six garçons pour dix filles mangent régulièrement des fruits.

Les taux moyens déclarés dans les pays de l'OCDE pour la consommation quotidienne de fruits montrent une certaine augmentation entre 2001-02 et 2005-06. Cette tendance est particulièrement visible pour les filles à 11 ans (graphique 2.2.3).

Pour faire en sorte que les enfants mangent une quantité de fruits conforme aux recommandations diététiques, il faut des stratégies efficaces. Les enfants ont généralement une attitude positive à l'égard de la consommation de fruits, et déclarent avoir accès à des fruits dans une mesure satisfaisante à la maison, mais dans une moindre mesure à l'école et durant leurs loisirs. Une accessibilité accrue des fruits, combinée avec des activités d'éducation et de motivation, peut contribuer à en augmenter la consommation (Sandvik et al., 2005).

#### Définition et écarts

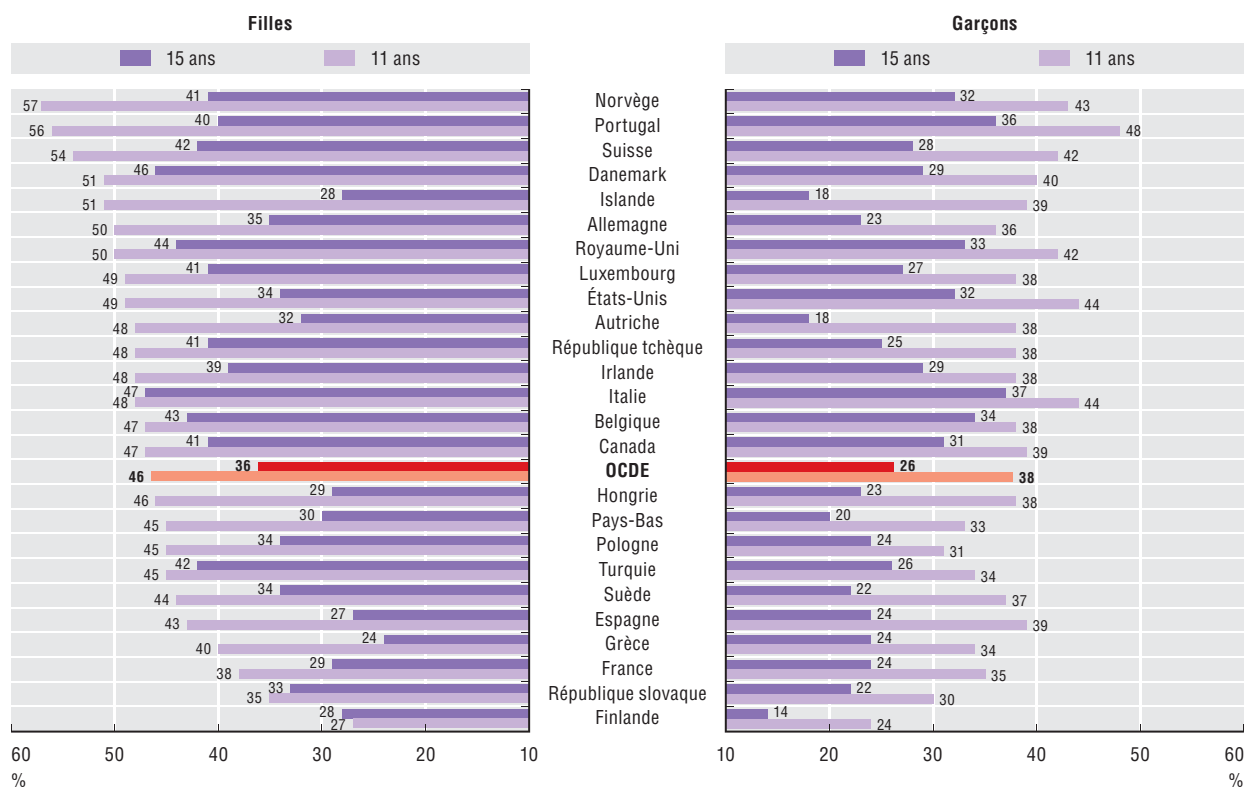
La nutrition est mesurée par la proportion des enfants qui déclarent manger au moins un fruit chaque jour. En plus des fruits, une saine nutrition comprend aussi la consommation d'autres aliments.

Les données, qui concernent 25 pays de l'OCDE, sont tirées des enquêtes HBSC réalisées en 2001-02 et 2005-06. Elles proviennent d'échantillons construits à partir des écoles. Les résultats fournis par la France, l'Allemagne et le Royaume-Uni ne couvrent que certaines régions. L'enquête n'a pas été réalisée en Australie, au Japon, en Corée, au Mexique ni en Nouvelle-Zélande.

## 2. DÉTERMINANTS NON MÉDICAUX DE LA SANTÉ

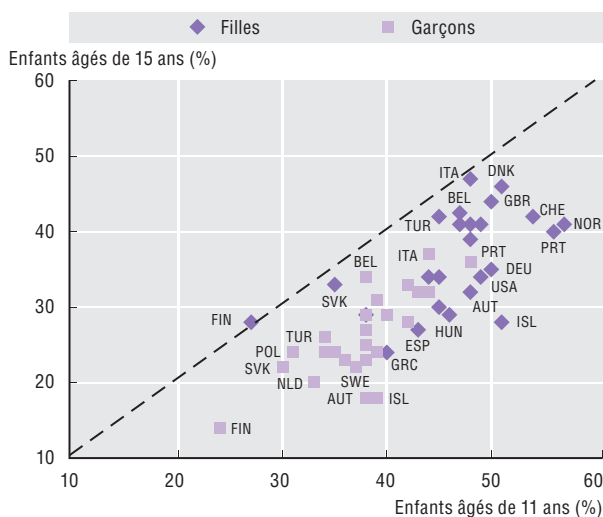
### 2.2. Nutrition à l'âge de 11, 13 et 15 ans

#### 2.2.1 Consommation quotidienne de fruits parmi les enfants de 11 et 15 ans, 2005-06



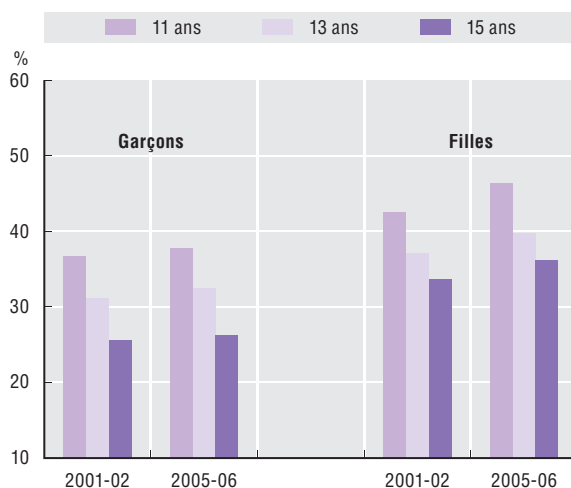
Source : Currie et al. (2008).

#### 2.2.2 Consommation régulière de fruits à 11 et 15 ans, par sexe, 2005-06



Source : Currie et al. (2008).

#### 2.2.3 Pourcentage moyen d'enfants déclarant manger des fruits quotidiennement, par sexe, 2001-02 et 2005-06



Source : Currie et al. (2004, 2008).

StatLink <http://dx.doi.org/10.1787/721376771238>



Extrait de :  
**Health at a Glance 2009**  
OECD Indicators

Accéder à cette publication :  
[https://doi.org/10.1787/health\\_glance-2009-en](https://doi.org/10.1787/health_glance-2009-en)

**Merci de citer ce chapitre comme suit :**

OCDE (2009), « Nutrition à l'âge de 11, 13 et 15 ans », dans *Health at a Glance 2009 : OECD Indicators*, Éditions OCDE, Paris.

DOI: [https://doi.org/10.1787/health\\_glance-2009-17-fr](https://doi.org/10.1787/health_glance-2009-17-fr)

Cet ouvrage est publié sous la responsabilité du Secrétaire général de l'OCDE. Les opinions et les arguments exprimés ici ne reflètent pas nécessairement les vues officielles des pays membres de l'OCDE.

Ce document et toute carte qu'il peut comprendre sont sans préjudice du statut de tout territoire, de la souveraineté s'exerçant sur ce dernier, du tracé des frontières et limites internationales, et du nom de tout territoire, ville ou région.

Vous êtes autorisés à copier, télécharger ou imprimer du contenu OCDE pour votre utilisation personnelle. Vous pouvez inclure des extraits des publications, des bases de données et produits multimédia de l'OCDE dans vos documents, présentations, blogs, sites Internet et matériel d'enseignement, sous réserve de faire mention de la source OCDE et du copyright. Les demandes pour usage public ou commercial ou de traduction devront être adressées à [rights@oecd.org](mailto:rights@oecd.org). Les demandes d'autorisation de photocopier une partie de ce contenu à des fins publiques ou commerciales peuvent être obtenues auprès du Copyright Clearance Center (CCC) [info@copyright.com](mailto:info@copyright.com) ou du Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC) [contact@cfcopies.com](mailto:contact@cfcopies.com).