

LA CORPULENCE DES ENFANTS HÉRAULTAIS : UN PROBLÈME PEUT EN CACHER UN AUTRE

Une enquête menée par la PMI du Conseil Départemental de l'Hérault

MISSION
DÉVELOPPEMENT
DURABLE
ETUDES &
PROSPECTIVE



MÉTHODE

Seul département de France à avoir mené régulièrement une étude sur la surcharge pondérale en moyenne section de maternelle (MS) sur plus de vingt ans, le CD34 (Conseil Départemental de l'Hérault) dispose de données historiques sur cette question. Les études précédentes permettent d'observer l'évolution du taux de surpoids et d'obésité chez les jeunes enfants. En 2018, une étude plus large a été relancée reposant sur 3 enquêtes :

① Une étude descriptive de la prévalence du surpoids et de l'obésité infantile, pour suivre l'évolution des indicateurs de corpulence.

② Une enquête réalisée auprès des enseignants de moyenne section (MS), décrivant les pratiques alimentaires des enfants ainsi que l'utilisation d'outils numériques /audio-visuels en classe.

③ Une enquête réalisée auprès de parents d'élèves, relevant les pratiques alimentaires, l'utilisation des écrans et l'activité physique des enfants.

Les deux premières ont été menées de façon exhaustive (sur toute la population des petits héraultais de moyenne section) ; la troisième a été réalisée sur un échantillon de 860 parents d'élèves (environ 7 %).

IMC et seuils de corpulence : Les courbes de référence utilisées sont celles qui figurent dans le carnet de santé depuis juin 2018, elles sont dites « AFPA – CRESS/INSERM – CGM 2018 » et mesurent la croissance des enfants français

La connaissance de la prévalence de l'obésité est une démarche phare de santé publique. Connaitre, situer, comprendre, sont autant de démarches pour lutter efficacement contre l'obésité et mettre en place des actions de prévention ciblées. L'obésité de l'enfant est un facteur de risque d'obésité de l'adulte : un enfant obèse a deux à quatre fois plus de risque de développer une obésité devenu adulte, ce qui augmente les risques d'apparition précoce de maladies chroniques (diabète et cardiopathies, accident vasculaire cérébral...).

À l'échelle mondiale, le nombre de cas d'obésité a presque triplé depuis 1975, et on dénombre plus de 38 millions d'enfants de moins de 5 ans en surpoids ou obèses en 2019, soit environ 6 % (OMS 2020).

En France, en 2013, **12 % des enfants** de grande section de maternelle étaient en **surcharge pondérale** et 3,5 % étaient obèses. Qu'en est-il pour l'Hérault ?

Afin de disposer de données fines, la Direction de la Protection Maternelle Infantile du Département a conduit durant l'année scolaire 2018/2019 une nouvelle enquête d'envergure concernant les enfants de moyenne section de maternelle. Nous vous présentons ici les premiers résultats.

Principaux résultats

Enquête 1 : Indice de Masse Corporelle

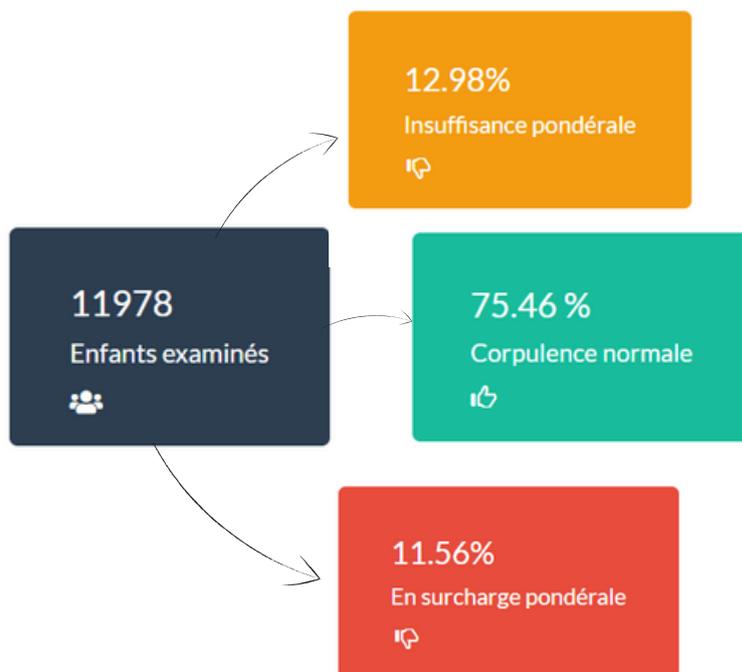
L'IMC moyen pour les enfants en moyenne section de maternelle est de **15,71** chez les filles et de 15,79 chez les garçons. La majorité des enfants (75,5 %) ont une corpulence normale, avec des proportions moins importante de surcharge pondérale (11,5 %) que de maigreur (13 %). La surcharge pondérale touche davantage les filles (12,2 %) que les garçons (10,8 %). On retrouve le même taux d'obésité infantile, que ce soit chez les filles ou les garçons (2,6 %).

Cependant les filles sont plus nombreuses à présenter un surpoids tandis que les garçons présentent davantage une obésité importante (obésité 2).

Un focus sur les enfants en surcharge pondérale âgés de 4 à 5 ans, nous a permis de constater que **28,2 % d'entre eux présentaient déjà une surcharge pondérale à l'examen des 24 mois**. Ce phénomène est plus marqué chez les garçons (près de 1/3 d'entre eux) que chez les filles (1/4 d'entre elles). **Cette corrélation est d'autant plus nette pour les enfants obèses en maternelle** : plus de la moitié d'entre eux (52,5 %) présentaient déjà une surcharge pondérale à l'examen des 24 mois. Ce phénomène est plus marqué chez les filles (57,1 %) que chez les garçons (48,7 %).

Enfin, cette étude a permis de mettre en exergue une problématique concernant l'insuffisance pondérale. En effet, elle concerne aujourd'hui 13 % des enfants âgés de 4 à 5 ans. On constate un petit décalage entre les genres, où les garçons sont plus touchés (13,1 %) que les filles (12,8 %).

Pour 1/3 d'entre eux, ce constat d'insuffisance pondérale avait été établi lors de l'examen des 24 mois.

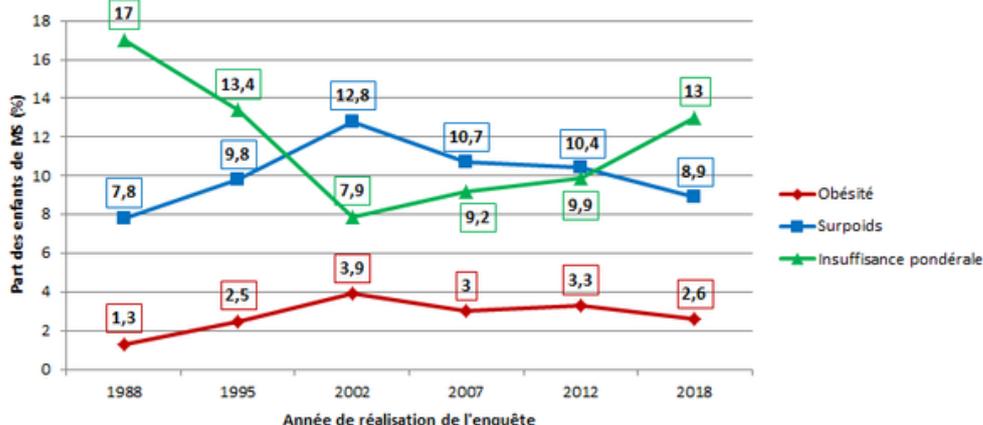


L'existence de données issues des enquêtes sur la corpulence des enfants de moyenne section de maternelle dans l'Hérault depuis 1988, nous permet d'établir un graphe (ci-après) décrivant une tendance de l'évolution du statut pondéral des enfants dans l'Hérault depuis 1988.

Le statut pondéral des enfants de moyenne section de maternelle dans l'Hérault en 2018 est globalement identique à celui de 1995.

Le sexe n'a pas d'influence sur le taux d'obésité des enfants de 4-5 ans scolarisés dans l'Hérault ou sur le taux de la surcharge pondérale lorsque ces enfants avaient 24 mois (6,6 %).

Evolution de la corpulence des enfants de 1988 à 2018



Après une augmentation de la prévalence de l'obésité entre 1988 et 2002, on observe à partir de 2002 :

- une augmentation nette de la maigreur (de 3 points) des enfants de MS
- une baisse (de 2 points) de la surcharge pondérale
- une baisse de l'obésité

Principaux résultats

POINTS DE VIGILANCE

Notre étude a finalement mis en évidence que **13 % des enfants de 4-5 ans sont en insuffisance pondérale** et que 1/3 d'entre eux l'étaient déjà lors de l'examen des 24 mois.

Si cette enquête était initialement centrée sur la prévalence de la surcharge pondérale des enfants, il est important de souligner que comparativement à l'enquête précédente, **la maigreur a progressé de manière significative, de plus de 3 points depuis 2012, ce qui poursuit la tendance amorcée dès 2002.** Elle fait suite à une diminution importante de la prévalence de l'insuffisance pondérale entre 1988 (17 %) et 2002 (7,9 %).

Cette étude a permis aussi de mettre en exergue que plus de la moitié des **enfants obèses** en maternelle (52,5 %) présentaient déjà une surcharge pondérale à l'**examen des 24 mois**. Ce phénomène est plus marqué chez les filles (57,1 %) que chez les garçons (48,7 %).

Ces constats permettent de souligner l'importance de l'examen des 24 mois et des actions de prévention en direction de ce public réceptif.

13 %
INSUFFISANCE
PONDÉRALE

MAIGREUR **+3**
POINTS
DEPUIS 2012

52,5 %
DÉJÀ EN
SURPOIDS

EXAMEN DES
24 MOIS

Enquête ② & ③: Pratiques alimentaires

L'enquête auprès des instituteurs et des parents d'élèves nous confirme certaines informations émanant d'autres études ou sources.

En ce qui concerne le petit déjeuner, près d'1 enfant sur 10 (9,1 %) n'en prennent pas toujours les jours d'école. Il est composé principalement de biscottes, biscuits et viennoiseries, il est plus conséquent et copieux le week-end. A l'école, **31,1 % des classes organisent une collation matinale**. Pour celles qui n'en organisent pas, la décision a majoritairement été prise par l'équipe éducative (83,6 %).

Concernant le déjeuner, le lieu du repas est principalement réparti entre la **cantine** (environ 1 enfant sur 2) et le domicile avec les parents (1 enfant sur 3).

Pour le goûter de l'après-midi (prévu à l'école pour plus de ¾ des enfants), il s'agit avant tout de fruits et de compotes, auxquels se rajoutent parfois une autre collation donnée par les parents à la sortie des classes (remarquée par près de la moitié des enseignants).

55 % des classes de MS mettent en place des **actions spécifiques d'éducation à l'alimentation**, inscrites dans un projet d'école pour 22,1 % d'entre elles. On peut noter la mise en place d'atelier cuisine (22,7 %), la semaine du goût (13,7 %) la découverte des fruits et légumes de saison (8,4 %) les activités autour des sens (7,4 %) et la sensibilisation à l'équilibre alimentaire (7,2 %).

Il n'y a pas d'accès libre à l'eau potable pour 5 % des élèves de classe de moyenne section de maternelle (26 écoles).

COMPOSITION DU REPAS EN FAMILLE	FREQUENCE
Fromages et yaourts	plus d'1 fois / jour
Pain	1 fois / jour
Viande rouge, Viande blanche, Fruits, Légumes verts, Riz et Pâtes, Pomme de terre, Desserts sucrés	plusieurs fois / semaine
Charcuterie, Viande rouge, Poisson, Légumineuses, Tartes et Pizzas	1 fois / semaine
Tartes et Pizzas	de 1 à 4 fois / mois
Fast food	moins d'1 fois / mois



Principaux résultats

Enquête ③: Activités physiques

Pour aller à l'école, la voiture est le moyen de transport le plus fréquent (55,3 %). Cependant, plus d'un tiers des enfants (38,5 %) s'y rendent à pied.

Dans la semaine, plus d'1 enfant sur 10 ne pratique pas de jeux en extérieur en dehors de l'école alors que la quasi-totalité des enfants ont des temps de jeux extérieurs le week-end et/ou vacances. Si la plupart des enfants ont eu un temps d'activité physique à l'école la semaine précédente, 1/3 des parents ne peuvent répondre à cette question. Enfin près de la moitié d'entre eux ne pratiquent pas d'activité sportive organisée.



Concernant l'utilisation des écrans à la maison, 63% des familles possèdent entre 5 et 10 écrans chez eux (TV, ordinateurs, smartphones, tablette, console). Au sein des foyers, **la télévision** reste l'écran le plus répandu (94 %) et celui auquel accèdent principalement les enfants de moyenne section (90 %). Les smartphones sont également des écrans très présents au sein des foyers (77 %) et un quart des enfants y accèdent facilement. Dans plus de la moitié des réponses déclarées, l'enfant peut se retrouver seul devant les écrans et les parents n'utilisent pas de logiciels de contrôle parental pour l'accès à internet. Les jours d'école, la plupart des enfants (73 %) passent moins d'1 heure par jour devant les écrans. Ce temps augmente les jours de congé : 1 enfant sur 2 y passe plus d'1 heure par jour, plutôt le matin.

Enquête ② & ③: Ecrans



A l'école, la majorité des enseignants utilisent des outils numériques et audio-visuels à des fins pédagogiques (la principale exception reste de mauvaises conditions météorologiques), avec une faible fréquence (moins d'1 fois par semaine) et pour une durée inférieure à 30 minutes. Plus d'une classe sur 10 autorise un libre accès aux enfants à ces outils.

Ce qu'il faut retenir

La **surcharge pondérale** des enfants âgées de 4 à 5 ans a amorcé une baisse de 2 points depuis 2002. Elle touche davantage **les filles (12,2 %)** que les garçons (10,8 %). **Plus de la moitié des enfants obèses entre 4 et 5 ans, l'étaient déjà à 2 ans.**

La **maigreur** a progressé de manière très significative, de **plus de 3 points** depuis 2012, pour atteindre **13% des enfants âgées de 4 à 5 ans. 1/3 d'entre eux l'étaient déjà à 2 ans.**

A l'école comme à la maison, **les pratiques alimentaires** sont très hétérogènes et on note que plus de la moitié des classes ont mis en place des actions spécifiques d'éducation à l'alimentation.

Les activités physiques restent inexistantes en semaine pour 10% des enfants. **L'école représente un cadre propice pour un accès à une alimentation saine et des pratiques sportives régulières, comportements qui conditionnent l'avenir en matière de santé.**

La pratique des **écrans** continue son immixtion dans la vie des enfants; les jours non travaillés, ils sont 50% à y consacrer plus d'une heure par jour, ce qui s'est largement démultiplié depuis la COVID.

Le développement physique et social des enfants en dépend et nous devons considérer cet aspect comme un véritable enjeu de santé publique.