

Jeunesses : études et synthèses n°7

Bien manger, manger bien. Les jeunes et leur alimentation

Le dernier numéro du bulletin de l'INJEP fait le point sur les pratiques alimentaires des jeunes et leur réceptivité aux messages nutritionnels des autorités sanitaires.

L'Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire (INJEP) consacre le dernier numéro de son bulletin, *Jeunesses : études et synthèses*, aux pratiques alimentaires des jeunes. Réalisé par Yaëlle Amsellem-Mainguy, chargée d'études à l'INJEP, ce document note que « "manger bien" et "bien manger" n'ont pas la même signification dans le discours des jeunes. Si le premier est associé à la santé, le second renvoie au plaisir et à la satiété ». En d'autres termes, les critères du goût et de la satiété s'opposent aux notions d'équilibre alimentaire.

Ce numéro souligne également la vulnérabilité particulière des filles et des jeunes précaires aux troubles alimentaires. Ainsi, les canons de minceur, voire de maigreur, véhiculés par la publicité, les médias et le milieu de la mode poussent particulièrement les adolescentes à travailler leur corps, à « le modifier et à l'amaigrir ». Ceci d'autant que le « discours sur le poids » constitue, pour cette tranche d'âge, une « dimension centrale de la sociabilité féminine adolescente ».

Par ailleurs, l'examen du surpoids et de l'obésité des adolescents, en fonction de la catégorie sociale des parents, révèle que la proportion d'enfants en surpoids dont le père est cadre supérieur est de 8 %, contre près du double pour les fils d'ouvriers non qualifiés.

Cette synthèse s'appuie sur les résultats des principales enquêtes sur les comportements alimentaires des jeunes : l'Étude nationale nutrition santé (ENNS) (2006), l'Étude individuelle nationale des consommations alimentaires - INCA (2005-2007), le Baromètre santé nutrition (2008), AlimAdos (2009).

[S'abonner](#) ou [télécharger la version PDF](#) de

Jeunesses : études et synthèses n°7

Contact presse : Roch Sonnet : 01 70 98 94 40 - sonnet@injep.fr

JEUNESSES
ÉTUDES ET SYNTHÈSES
Numéro 7 - Janvier 2012 Observatoire de la jeunesse

Bien manger, manger bien. Les jeunes et leur alimentation

Les autorités sanitaires multiplient enquêtes et campagnes pour influer sur les conduites alimentaires des Français, et notamment celles des jeunes. Ceci-ci leur élabore la nutrition aux notions de plaisir et de poids, accorde une grande importance à l'apparence physique pour leur bien-être. Filles et jeunes précaires sont les plus vulnérables aux troubles alimentaires.

Yaëlle Amsellem-Mainguy dirige d'études jeunesse et santé des jeunes. Médecine et chef de la team Agri-éducation jeunesse.

Le débat public sur l'alimentation est indissociable des préoccupations sanitaires. La diffusion massive de messages nutritionnels, dans les médias, par les médias et plus récemment dans le cadre du Programme national nutrition santé (PNNS) pour encourager l'adoption d'un régime alimentaire à base d'équilibre. Les consommateurs sont ainsi amenés à l'importance de bien manger pour leur santé. La mise en place de politiques nationales de programmes d'éducation et de régulation des sources d'informations en direction des jeunes fait partie de dispositifs de santé publique, de prévention, voire de changement des habitudes alimentaires. Ces dispositifs sont considérés comme des facteurs de risque, entre autres pathologies, de l'obésité, notamment celle des enfants et des adolescents. Néanmoins, manger bien et « bien manger » n'ont pas la même signification dans les discours des jeunes. Si le premier est associé à la santé, le second renvoie au plaisir et à la satiété. Dans ce contexte, les messages nutritionnels des jeunes sont leur alimentation les objets d'un grand nombre de questionnements autour des normes, des pratiques, des prescriptions et des recommandations.

© INJEP - Observatoire de la jeunesse, 2012. Tous droits réservés.

En 2009, 22 % des Français de 18 ans et plus étaient en surpoids et 14,5 % étaient obèses. La prévalence de l'obésité est nettement plus élevée chez les enfants et adolescents, notamment chez les adolescents. Également, elle est plus élevée chez les jeunes précaires que chez les autres.

Tableau 1 : Surpoids et obésité des adolescents en France par sexe et par catégorie sociale des parents

	Obèse	Surpoids
Garçons (supérieurs)	1,4	8,4
Filles (supérieures)	3,9	12,2
Adolescents	4,2	10,4
Garçons	2,8	10,9
Jeunes non qualifiés	5,6	14,2
Jeunes non qualifiés	7,9	15,2
Adolescents précaires	4,9	14,1
France métropolitaine	4,3	12,4

Source : Amsellem-Mainguy, 2012. Données de l'Étude nationale nutrition santé (ENNS) 2006.

Bulletin d'études et de synthèses de l'Observatoire de la Jeunesse Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire 10 rue de la Chapelle - 75010 Paris - Tél. : 01 70 98 94 40 - www.injep.fr

