

Le surpoids et l'obésité des collégiens de Haute-Normandie, 2003

Alexandre Pitard¹, Marie France Laplace², Arnaud Porte¹, Annabelle Courseaux¹, Hervé Villet¹

¹ Observatoire régional de la santé de Haute-Normandie, Rouen

² Rectorat de l'Académie de Rouen

INTRODUCTION

L'obésité est un problème majeur de santé publique [1]. Les sujets obèses sont caractérisés par une morbidité et une mortalité cardiovasculaire élevées. Cela tient aux effets propres de l'obésité et à une fréquence accrue des facteurs de risque vasculaire chez les sujets obèses.

Selon l'enquête ObEpi 2003 [2], la prévalence de l'obésité, tous âges confondus, est passée de 8,2 % en 1997 à 9,6 % en 2000 et à 11,3 % en 2003, soit un taux d'accroissement d'environ 5 % par an. La proportion des personnes en surpoids ou obèses a progressé en 6 ans de 36,7 % à 41,6 %.

La région française la plus touchée par l'obésité est la Haute-Normandie avec une prévalence de 13,8 % en 2000.

Selon l'enquête ObEpi 2000 [3], la prévalence de l'obésité ou du surpoids chez les garçons et les filles âgés de 2 à 17 ans est respectivement de 13,4 % et 13,2 %.

L'Observatoire régional de la santé (ORS) de Haute-Normandie en collaboration avec le rectorat de l'Académie de Rouen a mis en place une étude sur les comportements alimentaires des collégiens de Haute-Normandie. Cette enquête a permis de recueillir les informations concernant le poids et la taille des collégiens. Cet article présente les résultats concernant l'indice de masse corporelle (IMC) des collégiens de Haute-Normandie.

POPULATION ET MÉTHODE

La population concernée par cette enquête est celle des collégiens fréquentant les établissements publics du second degré de Haute-Normandie.

Un sondage en grappe a été effectué. Le sondage par grappes se différencie du sondage élémentaire en ce sens que les individus ne sont pas tirés un par un, mais par paquets appelés grappes, l'unité statistique étant l'élève et la grappe étant l'établissement.

La Haute-Normandie comprend 166 collèges. Un fichier comprenant le nom des établissements, leur adresse, leur appartenance ou non à une zone d'éducation prioritaire (Zep) a été fourni par le rectorat.

Pour effectuer un tirage au sort, trois variables de stratification ont été utilisées : le département (Seine-Maritime et Eure), la zone d'implantation de l'établissement par tranche d'unité urbaine (< 10 000 habitants, 10 000 à 50 000 habitants, plus de 50 000 habitants) et l'appartenance ou non à une Zep. L'ORS a procédé à la répartition dans chaque strate des établissements à partir du fichier fourni par le rectorat de Rouen et a tiré au sort un échantillon de 21 établissements (12,7 % de l'ensemble des établissements).

L'enquête a été réalisée au moyen d'un questionnaire comportant des questions sur les habitudes de consommation, les comportements alimentaires, les habitudes de vie, la taille et le poids.

Pour chaque collège, les questionnaires ont été diffusés auprès des élèves de 4 classes d'un même niveau (par exemple

4 classes de 6^e). Le niveau a été déterminé de façon aléatoire pour chacun des établissements inclus dans l'enquête. La classe n'a pas été indiquée sur le questionnaire. Cette procédure a été reconnue anonyme par la Commission nationale de l'informatique et des libertés.

La passation des questionnaires s'est effectuée directement dans les classes des différents établissements retenus dans l'enquête. Les questionnaires étaient auto-administrés et anonymes.

Les élèves ont répondu de manière autonome au questionnaire.

Les questionnaires ont été centralisés au rectorat par l'intermédiaire du service de courrier interne de l'Éducation nationale, puis saisis et analysés par l'ORS.

La saisie et la validation des données ont été effectuées sous Epi Info. L'exploitation des variables qualitatives et quantitatives a été effectuée à l'aide des logiciels Epi Info et Excel.

Un coefficient de redressement propre à chaque établissement a été calculé. En effet les établissements étant de taille différente, la probabilité d'un élève d'être tiré au sort est d'autant plus faible que l'établissement est important. Les observations ont donc été pondérées par l'inverse des probabilités de tirage (plus l'établissement est important, plus le coefficient de redressement est élevé).

Pour chaque élève, l'IMC a été calculé. L'IMC est une mesure de référence internationale égale au rapport du poids (en kilogrammes) sur le carré de la taille (en mètres) : $IMC = P/T^2$ en kg/m^2 .

Les proportions d'élèves en surpoids et obèses ont été calculées en utilisant les seuils proposés par Cole [4]. Les seuils de Cole ont été calculés à partir de données de 6 enquêtes incluant plus de 10 000 enfants âgés de 6 à 18 ans. Ces enquêtes, conduites en Grande-Bretagne, au Brésil, à Honk-Kong, Singapour et aux États-Unis, ont permis d'établir des seuils de référence.

Les enfants dont l'IMC dépasse ces seuils sont considérés comme ayant soit un surpoids, soit une obésité (tableau 1).

Tableau 1

Seuils de Cole pour le surpoids et l'obésité

Age	Surpoids		Obésité	
	Garçons	Filles	Garçons	Filles
11	20,6	20,7	25,1	25,4
11,5	20,9	21,2	25,6	26,1
12	21,2	21,7	26,0	26,7
12,5	21,6	22,1	26,4	27,2
13	21,9	22,6	26,8	27,8
13,5	22,3	23,0	27,2	28,2
14	22,6	23,3	27,6	28,6
14,5	23,0	23,7	28,0	28,9
15	23,3	23,9	28,3	29,1
15,5	23,6	24,2	28,6	29,3

RÉSULTATS

Les 21 établissements et l'ensemble des classes sélectionnés ont participé à l'enquête. La passation des questionnaires a eu lieu en janvier et février 2003. Le tableau 2 présente la distribution des établissements en fonction du département et de l'appartenance ou non à une Zep.

Tableau 2

Répartition des établissements de l'échantillon			
	Seine-Maritime	Eure	Total
Zep	5	1	6
Non Zep	9	6	15
Total	14	7	21

L'enquête a permis de collecter 1 946 questionnaires. Le tableau 3 présente l'effectif associé à chacun des niveaux scolaires.

Tableau 3

Niveau scolaire des élèves de l'échantillon					
Niveau	6 ^e	5 ^e	4 ^e	3 ^e	Total
n	430	464	497	555	1 946

Le calcul de l'IMC était possible pour 1 686 questionnaires (260 questionnaires présentaient des données manquantes pour le poids et/ou la taille). Le pourcentage d'élèves en surpoids est de 10,1 % (IC 95 % = [7,2-13,8]), et celui des obèses de 1,8 % (IC 95 % = [1,3-2,6]).

Le tableau 4 présente les résultats déclinés par sexe, zone d'appartenance des établissements à une Zep et par département de Haute-Normandie.

Tableau 4

Surpoids et obésité par sexe, Zep et département									
	Pas de surpoids			Surpoids			Obésité		
	n	%*	IC 95 %*	n	%*	IC 95 %*	n	%*	IC 95 %*
Garçons	654	86,2	[82,5 - 89,2]	86	11,3	[8,3 - 15,2]	20	2,6	[1,7 - 3,7]
Filles	712	90,8	[86,5 - 93,8]	66	7,7	[5,0 - 11,8]	11	1,5	[0,7 - 3,1]
Zep	374	85,1	[69,4 - 93,5]	58	13,2	[5,3 - 29,1]	8	1,7	[0,8 - 3,6]
Non Zep	1 107	89,1	[85,3 - 92,0]	116	9,1	[6,3 - 13,0]	23	1,9	[1,2 - 2,9]
Seine-Maritime	1 016	89,9	[85,1 - 93,2]	102	7,8	[5,3 - 13,2]	19	1,7	[1,1 - 2,6]
Eure	465	84,6	[78,0 - 89,5]	72	13,2	[8,0 - 21,1]	12	2,1	[0,9 - 5,0]

* valeurs redressées des pourcentages et des intervalles de confiance le sexe n'était pas renseigné dans 137 questionnaires

Même s'il n'existe aucune différence significative du pourcentage d'élèves en surpoids ou obèses en fonction du sexe, de l'appartenance à une Zep ou non et du département, on constate que les pourcentages d'élèves en surpoids ou obèses sont plus importants chez les garçons que chez les filles (13,9 % vs 9,2 %), chez les collégiens scolarisés en Zep (14,9 % vs 11 %) et chez les collégiens scolarisés dans l'Eure (15,3 % vs 9,5 %).

Le tableau 5 présente les pourcentages d'élèves en surpoids ou obèses par âge.

Tableau 5

Surpoids et obésité chez les garçons et les filles âgées de 11 à 15 ans

	Pas de surpoids, ni d'obésité			Surpoids + obésité		
	n	%*	IC 95%*	n	%*	IC 95%*
Garçons						
11 ans	78	81,8	[61,9 - 92,6]	17	18,2	[7,4 - 38,1]
12 ans	135	85,7	[77,3 - 91,4]	22	14,3	[8,6 - 22,7]
13 ans	152	87,9	[82,7 - 91,6]	21	12,2	[8,4 - 17,3]
14 ans	194	83,9	[76,5 - 89,2]	38	16,2	[10,7 - 23,5]
15 ans	75	90,9	[74,2 - 97,2]	7	9,1	[2,8 - 25,8]
Filles						
11 ans	87	84,2	[70,6 - 92,2]	16	15,8	[7,8 - 29,4]
12 ans	136	87	[77,5 - 92,8]	20	13	[7,2 - 22,5]
13 ans	149	91,2	[81,7 - 96,0]	14	8,8	[3,9 - 18,3]
14 ans	234	92,7	[85,9 - 96,4]	19	7,3	[3,6 - 14,1]
15 ans	96	92,9	[86,7 - 96,3]	7	7,1	[3,7 - 13,3]

* valeurs redressées des pourcentages et des intervalles de confiance 21 garçons et 11 filles avaient moins de 11 ans ou plus de 15 ans

La proportion de collégiens en surpoids ou obèses est la plus forte pour les élèves les plus jeunes. Cela peut provenir d'habitudes alimentaires différentes selon l'âge mais aussi d'une plus mauvaise connaissance du poids et de la taille chez les enfants les plus jeunes.

CONCLUSION

Cette étude est basée sur des données déclaratives, néanmoins elle fournit une photographie de la prévalence du surpoids et de l'obésité des collégiens de Haute-Normandie en 2003. Lorsque l'on compare les pourcentages d'enfants obèses ou en surpoids fournis pour la France par l'étude ObEpi 2000 à ceux de notre étude, on constate que ces pourcentages sont inférieurs dans l'étude ObEpi pour les enfants âgés de 11 ans et 14 ans (15,7 % vs 17 %, 12,3 % vs 13,2 %) et supérieurs dans l'étude ObEpi pour les enfants âgés de 12 ans, 13 ans et 15 ans (15,8 % vs 13,7 %, 14,5 % vs 10,8 %, 11,1 % vs 8,1 %). Cette étude s'intègre parfaitement dans certains des objectifs du Programme national nutrition santé (PNNS) qui sont de mettre en place des systèmes de surveillance alimentaire et nutritionnelle de la population et de développer la recherche en nutrition humaine (recherches épidémiologiques, comportementales et cliniques). En ce qui concerne les enfants, l'objectif du PNNS est d'interrompre l'augmentation rapide du surpoids et de l'obésité. Cette enquête devrait être reproduite dans trois ans et permettre ainsi de vérifier si les actions régionales et nationales mises en place dans le cadre du PNNS ont porté leurs fruits.

Cette enquête démontre aussi l'intérêt d'une collaboration avec les services de l'Education nationale dans le domaine de la connaissance épidémiologique. Cette étude devrait être affinée à l'aide de mesures systématiques du poids et de la taille des collégiens par les infirmières ou les médecins de santé scolaire.

RÉFÉRENCES

- [1] Haut Comité de la Santé Publique. Pour une politique nutritionnelle de santé publique en France, Enjeux et propositions. Edition ENSP 2000.
- [2] Rapport ObEpi 2003. Le surpoids et l'obésité en France. Institut Roche de l'Obésité, Sofres 2003.
- [3] Rapport ObEpi 2000. Le surpoids et l'obésité en France. Institut Roche de l'Obésité, Sofres 2001.
- [4] Cole T et al. Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: International Survey. *BMJ*, 320:1240-3.

Collations et goûters dans les écoles maternelles de Haute-Saône, 2002

Agnès Hochart¹, Pascale Melot², Martine Guillet², Elisabeth Ferry³

¹ Observatoire régional de la santé de Franche-Comté, Besançon

² Comité départemental de l'éducation pour la santé de Haute-Saône, Vesoul ³ Inspection académique de Haute-Saône, Vesoul

INTRODUCTION

Le programme national nutrition santé (PNNS) 2001-2005 [1] a pour objectif général d'améliorer l'état de santé de la population en agissant sur l'un de ses déterminants majeurs qu'est la nutrition. Ainsi, parmi les neuf objectifs nutritionnels prioritaires, les deux premiers visent à augmenter respectivement, la consommation de fruits et de légumes et celle de calcium.

Il est en effet aujourd'hui établi que l'alimentation participe au développement des maladies les plus répandues. Parmi elles, l'obésité des enfants touche 10 à 12,5 % des 5-12 ans [1]. Sa prévalence augmente chez l'enfant de façon régulière et dramatique depuis quelques années [5,6]. Aussi, l'arrêt de cette augmentation constitue-t-il l'un des objectifs du PNNS.

La collation matinale et le goûter pris à l'école semblent être devenus de véritables institutions pour les écoliers, leurs parents et les enseignants. Pourtant ces encas sont considérés par les nutritionnistes [2] comme superflus et néfastes pour la plupart des enfants, car susceptibles de favoriser la progression de l'obésité. En effet, la collation matinale ne remplace pas de façon satisfaisante le petit-déjeuner chez les enfants qui n'en ont pas pris, car elle est trop souvent déséquilibrée ; de plus, l'horaire auquel elle est proposée est généralement mal adapté car trop éloigné du réveil et trop proche du repas de midi. Les encas de l'après-midi pris dans la cour de récréation viennent, quant à eux, s'ajouter au traditionnel goûter pris au domicile après l'école et constituent de ce fait un apport calorique supplémentaire, multipliant ainsi le fractionnement de la ration alimentaire quotidienne, qui devrait se limiter à quatre par jour. Dans ce contexte, l'Inspecteur d'académie et le Comité d'éducation pour la santé de Haute-Saône [3] ont mis en place en mars 2002 un groupe de travail pluridisciplinaire (médecins, professeurs et directeurs d'école, diététiciens, éducateurs pour la santé, conseillers pédagogiques, puéricultrices), associant les services de santé scolaire, de protection maternelle et infantile ainsi que l'Observatoire régional de la santé (ORS) de Franche-Comté. Le groupe de travail s'est fixé pour objectif de développer des actions ciblées sur les collations et goûters pris dans le cadre scolaire.

Une première étape a consisté à réaliser un état des lieux départemental, avec le soutien de l'Assurance maladie, concernant ces « petits repas ». Ce travail a été confié à l'ORS. Il s'agissait essentiellement de connaître les pratiques dans les écoles maternelles et primaires (horaires, organisation, composition...) et de pouvoir ainsi les confronter aux principes généraux nutritionnels tels qu'ils ressortent d'une analyse documentaire des principales recommandations publiées.

Les principaux résultats de cette étude, concernant les écoles maternelles, sont présentés dans cet article.

MATÉRIEL ET MÉTHODE

Une enquête par questionnaire a été organisée par l'ORS en septembre 2002 auprès de l'ensemble des classes de maternelle du département de Haute-Saône, soit 84 écoles regroupant 9 300 enfants dans 213 classes.

Les objectifs et modalités de l'enquête étaient précisés dans un courrier signé de l'Inspecteur d'académie accompagnant les questionnaires. Ceux-ci étaient à remplir par les professeurs des écoles, pour leur propre classe, permettant ainsi d'obtenir des résultats détaillés par classe et non par école. Le taux de réponse final a atteint 92 %. La formulation des questions était identique pour les collations et les goûters.

Pour mémoire, rappels qu'en maternelle, les enfants sont accueillis de 8 h 30 à 11 h 30 et de 13 h 30 à 16 h 30.

RÉSULTATS

Les collations matinales

L'enquête montre que 99 % des enfants prennent une collation le matin à l'école. Les horaires sont déterminés par les enseignants mais correspondent généralement aux temps de récréation. Ces petits repas du matin ont lieu entre 9 et 10 heures dans deux-tiers des cas environ et après 10 heures pour un tiers.

Organisation

Les modalités de la collation varient en fonction des établissements. En maternelle, trois cas de figure distincts sont observés : les enfants apportent à titre individuel leur encas ;

l'organisation est interne à l'école, ce sont alors les instituteurs qui choisissent et proposent la collation aux enfants ; enfin, ce sont les parents qui, à tour de rôle, apportent pour l'ensemble de la classe ; dans ce cas, il peut exister ou non une planification avec l'enseignant afin de proposer des collations équilibrées et d'éviter les répétitions.

On constate ainsi que l'organisation des collations revient majoritairement aux enseignants : dans 66 % des classes. En tenant compte des collations apportées par les parents mais programmées avec l'enseignant, cette proportion atteint alors 91 %. A l'opposé, la proportion d'enfants apportant eux-mêmes leur encas le matin est très faible (4 %).

Lieu et durée

La collation est le plus souvent prise dans la classe ; les enfants mangent assis à une table dans 90 % des cas. Pour les autres classes, la collation est mangée dans la cour ou dans le couloir. Près de la moitié des enseignants déclarent que la prise de la collation dure moins de 15 minutes.

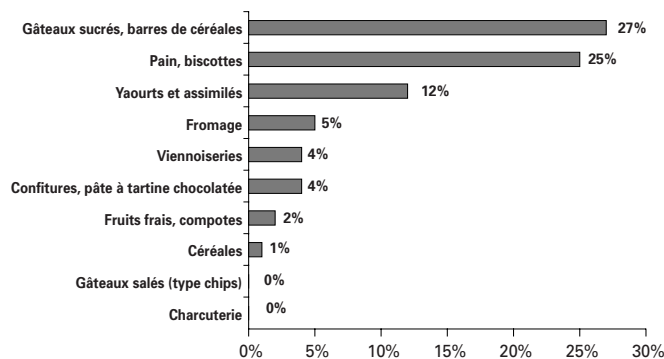
Composition (figure 1)

Concernant la composition des collations, les enseignants devaient décrire, pour chaque type d'aliments, la fréquence de consommation (de « jamais » à « plusieurs fois par semaine »). Cette mesure globale pour l'ensemble d'une classe est tout-à-fait satisfaisante lorsque la collation est organisée collectivement, mais est plus approximative lorsqu'il s'agit d'encas apportés individuellement par les enfants (toutefois cela ne concerne que 4 % des classes).

L'enquête montre que les gâteaux sucrés, les barres céréalières et le pain sont les aliments les plus fréquemment consommés par les enfants. En revanche, les fruits frais, les compotes et le fromage ne sont donnés qu'occasionnellement.

Figure 1

Composition des collations matinales (proportion par type d'aliments consommés plusieurs fois par semaine), écoles maternelles, Haute-Saône, 2002



Possibilités de choix

Rares sont les classes à proposer des collations à volonté (4 %). Majoritairement, les enfants peuvent se resservir une seule fois (65 %) ou deux fois (12 %).

Boissons

Concernant le lait, près d'un tiers des classes en boit tous les jours et près d'un quart moins d'une fois par semaine. Certaines mairies fournissent gratuitement le lait à l'école (50 % des classes). La proportion de classes qui proposent du lait tous les jours atteint alors 52 %.

L'eau en bouteille (minérale ou de source) est proposée de façon systématique dans 11 % des classes, tandis que 9 % en donnent plusieurs fois par semaine et 7 % occasionnellement.

Les jus de fruits ne sont, quant à eux, jamais proposés quotidiennement ; pour 72 % des classes, il s'agit d'une boisson occasionnelle, souvent associée à un événement festif (anniversaire).

Les goûters

Les enseignants ont signalé que 32 % des enfants mangent un goûter à l'école dans l'après-midi. Pour un quart des enfants, cette collation est prise à 15 heures, la moitié mange entre 15 heures 30 et 16 heures, enfin, un quart goûte à 16 heures.

Organisation

A la différence du matin, les goûters sont plus souvent apportés de façon individuelle par les enfants (un tiers des classes qui prennent un goûter). Si l'on rapporte ce chiffre à l'ensemble des 196 classes ayant répondu à l'enquête, on constate que 9 % des enfants apportent eux-mêmes leur goûter (contre 4 % le matin).

Lieu et durée

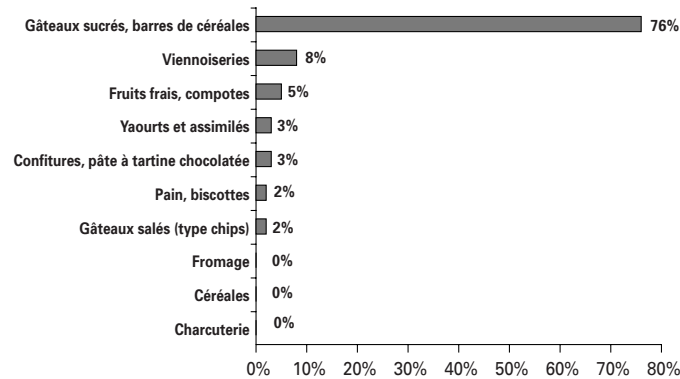
Pour la moitié des répondants, le goûter est pris dans la classe et dans 39 % des cas, il a lieu dans la cour. Plus de la moitié des enseignants estiment qu'il prend moins de 15 minutes.

Composition (figure 2)

Les goûters sont essentiellement composés de gâteaux sucrés ou de barres de céréales. Comme pour les collations matinales, les fruits sont très peu présents.

Figure 2

Composition des goûters (proportion par type d'aliments consommés plusieurs fois par semaine), écoles maternelles, Haute-Saône, 2002



Boissons

Contrairement au matin, peu nombreux sont les enseignants à proposer à boire aux enfants lors du goûter (21 %). Aucune classe ne bénéficie de lait de façon systématique l'après-midi et seules quelques-unes en proposent occasionnellement. L'eau en bouteille est également très peu servie aux enfants lors des goûters. En revanche, l'eau du robinet est la boisson la plus souvent donnée de façon systématique (59 %).

Le goûter lors de l'accueil périscolaire

Pour un peu plus de la moitié des classes, il existe un accueil périscolaire après l'école (garderie) ; à l'occasion un goûter est prévu dans 60 % des cas. Parmi les enfants qui prennent un goûter l'après-midi à l'école, 18 % se voient proposer de nouveau un goûter s'ils fréquentent l'accueil périscolaire.

DISCUSSION

Cette étude permet pour la première fois, à l'échelle d'un département, de quantifier de façon précise, le phénomène des prises alimentaires, hors repas, dans le cadre scolaire, des enfants de 3 à 6 ans fréquentant l'école maternelle.

Les résultats principaux montrent que :

- d'une part, qu'il s'agit d'une pratique généralisée, en particulier pour les collations matinales (99 % des classes de maternelle), et qu'elles sont organisées majoritairement par les enseignants et par les parents ;

- d'autre part, que la composition de ces collations apparaît peu variée (beaucoup de biscuits et gâteaux), trop riche en graisses et en sucres rapides et dépourvue de fruits.

Au vu de ces résultats les recommandations sont :

A court terme, faire évoluer la collation du matin comme un acte pédagogique d'éducation au goût, en accord avec les recommandations nutritionnelles du PNNS (augmenter la consommation de fruits et de produits laitiers) et supprimer le goûter à l'école.

A moyen terme, engager, avec l'ensemble de l'équipe éducative et les familles, une réflexion sur l'intérêt du maintien de la collation matinale à l'école.

Le tableau 1 récapitule les recommandations alimentaires concernant les enfants proposées par le Comité de pilotage de l'étude.

Tableau 1

Résumé des principales recommandations nutritionnelles émises suite à l'enquête, écoles maternelles, Haute-Saône, 2002

Recommandations pour la collation matinale

1. La collation doit pallier les apports insuffisants et non augmenter l'ingestion calorique de la journée.
2. La collation du matin doit être servie au plus tard deux heures avant le déjeuner, soit avant 10h.
3. La collation reste un temps éducatif qui permet l'éveil au goût et qui associe enseignants, assistantes des écoles maternelles, parents et enfants.
4. La collation est un moment convivial et plaisant. Il convient à cet égard de prendre en compte le confort des enfants, la qualité de l'environnement ainsi que le temps accordé pour la prise alimentaire.
5. La collation doit être variée dans le temps : les nutritionnistes recommandent de :
 - privilégier la diversité et l'alternance ; produits laitiers (apport de calcium) ; pain et ses dérivés (apport de glucides lents) et fruits (apport de fibres) ;
 - proscrire les distributions de biscuits, viennoiseries ou charcuterie.
6. La prise est unique, identique pour tous.
7. Toute collation doit être accompagnée d'une boisson : eau (sans sirop), lait ou éventuellement jus de fruits.
8. L'eau est la seule boisson indispensable. L'eau du réseau public doit être à disposition sans restriction de quantité et facilement accessible dans un environnement propice (autre que dans les sanitaires).
9. La distribution de lait, seul, est à encourager. Il s'agit à la fois d'une boisson et d'un aliment. Privilégier le lait demi-écrémé.

Recommandations pour le goûter :

10. Le goûter comprendra au minimum une boisson et un produit céréalier, mais il sera pris en dehors de l'école (domicile, accueil périscolaire) et il sera unique.

Il est par ailleurs nécessaire de rappeler les conclusions du Comité de nutrition de la Société française de pédiatrie [2] émises en juillet 2003, recommandant la suppression de la collation matinale à l'école et le développement de campagnes d'information et d'éducation sur l'importance du petit-déjeuner pour l'équilibre et les rythmes alimentaires.

Le souci de pallier l'insuffisance des apports matinaux d'une minorité d'enfants (7 % des enfants de maternelle (entre 3 et 5 ans) ne consomment pas de petit-déjeuner tous les jours [2]) aboutit à déséquilibrer l'alimentation et à modifier les rythmes alimentaires de la totalité des écoliers [2].

L'étude menée en Haute-Saône souligne la nécessité de continuer à mener des actions de sensibilisation sur l'alimentation des enfants en faveur du personnel de l'Education nationale, parce que ce sont principalement eux qui organisent les collations. L'école doit conserver son rôle de relais et d'exemplarité, y compris dans le domaine de l'alimentation.

Toutefois, les enfants ne prennent dans le cadre scolaire qu'un nombre restreint de leurs repas ; l'école ne peut donc à elle seule assurer l'équilibre alimentaire des enfants. En revanche, elle peut assurer une formation élémentaire du goût en multipliant les occasions de découverte et développer des programmes d'information et d'éducation sur l'importance du petit déjeuner pour l'équilibre et les rythmes alimentaires, à destination des enfants mais surtout des familles.

Seule une large information auprès des familles et des enseignants pour une prise de conscience généralisée permettra d'éviter ces « grignotages » superflus à l'école.

RÉFÉRENCES

- [1] Ministère de l'emploi et de la solidarité. Ministère délégué à la santé. Paris. FRA. Programme national nutrition-santé 2001-2005. Paris : Ministère de l'emploi et de la solidarité, 2001.
- [2] Bocquet A, Bresson J-L, Briend A, et al. La collation de 10 heures en milieu scolaire : un apport alimentaire inadapté et superflu. Arch. de pédiatrie, 2003 ; 10 : 945-7.
- [3] Ministère de l'emploi et de la solidarité. Direction générale de la santé. Paris. FRA Circulaire DGS/(SD5A) N° 2002/13 du 9 janvier 2002 relative à la mise en œuvre du programme national nutrition-santé. Paris : Ministère de l'emploi et de la solidarité, 2002.
- [4] Martin A, Agence française de sécurité sanitaire des aliments. Apports nutritionnels conseillés pour la population française. Paris : Ed. Tec & Doc, 2001.
- [5] Institut national de la santé et de la recherche médicale. Paris.FRA. Obésité, dépistage et prévention chez l'enfant. Paris : Inserm, 2000. p 17-28.
- [6] Guignon N, Badéyan G. La santé des enfants de 6 ans à travers les bilans de santé scolaire. Etudes et résultats, 2002 ; 155.