



Communauté de Communes
Pays de la Zorn
Animation Jeunesse
FDMJC ALSACE



FÉDÉRATION DES
MAISONS DES JEUNES
ET DE LA CULTURE
D'ALSACE

Evolution de la santé chez les jeunes

Le sommeil

Une durée de sommeil en baisse



Entre 1985 et 2010, on observe chez les adolescents une baisse moyenne d'environ **50 minutes** de sommeil par nuit.

Une durée de sommeil en baisse entre 2010 et 2018

Pour les collégiens :

En 2018, **42 %** dorment au moins 8h30 contre **52 %** en 2010.

La part de ceux dont la moyenne de sommeil est inférieure à 7h progresse de **13** à **20 %**.

Pour les lycéens :

50 % déclarent dormir en moyenne autour de 7h par nuit.



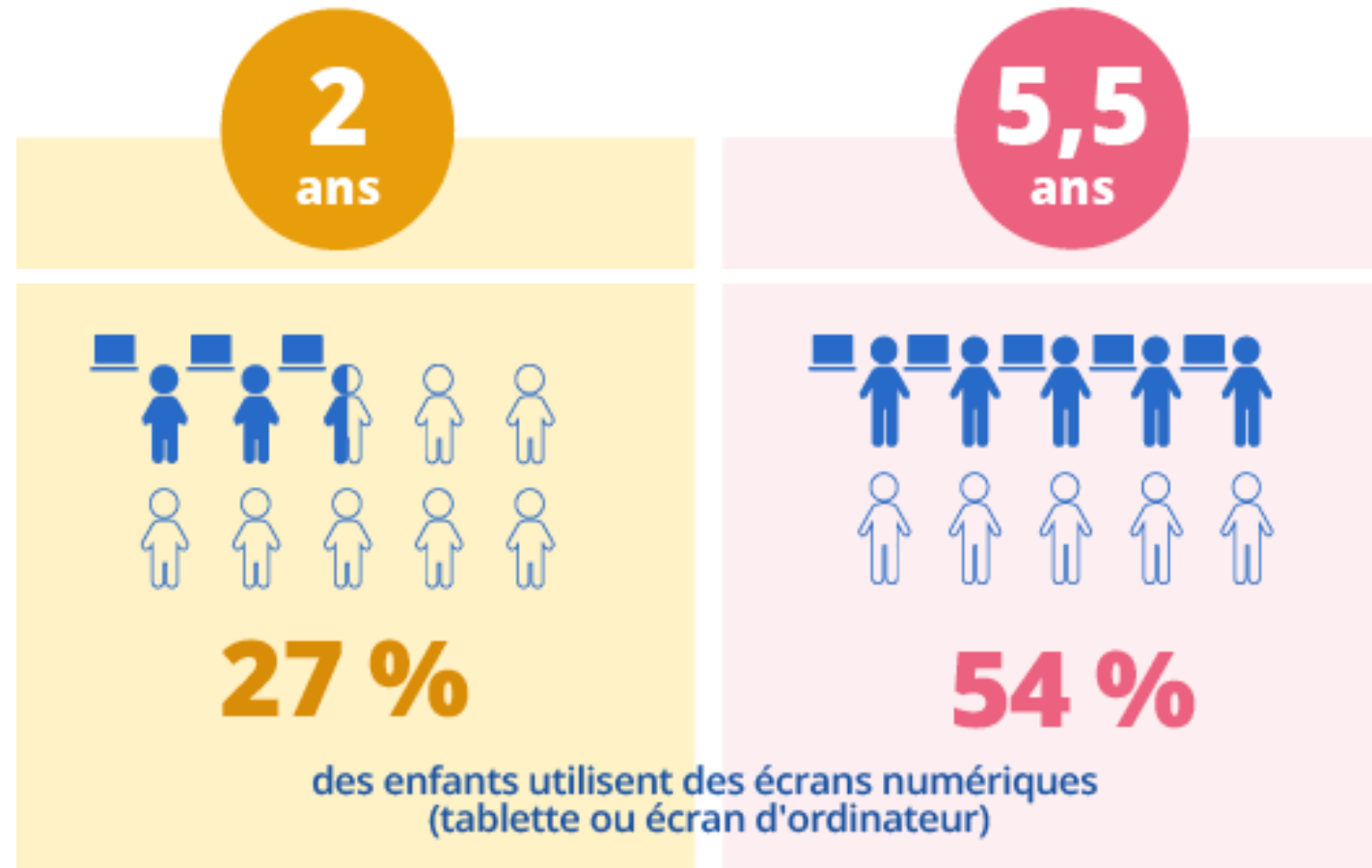
Une durée de sommeil en baisse

30 % des élèves au collège et **40 %** au lycée se sentent fatigués en se levant le matin.

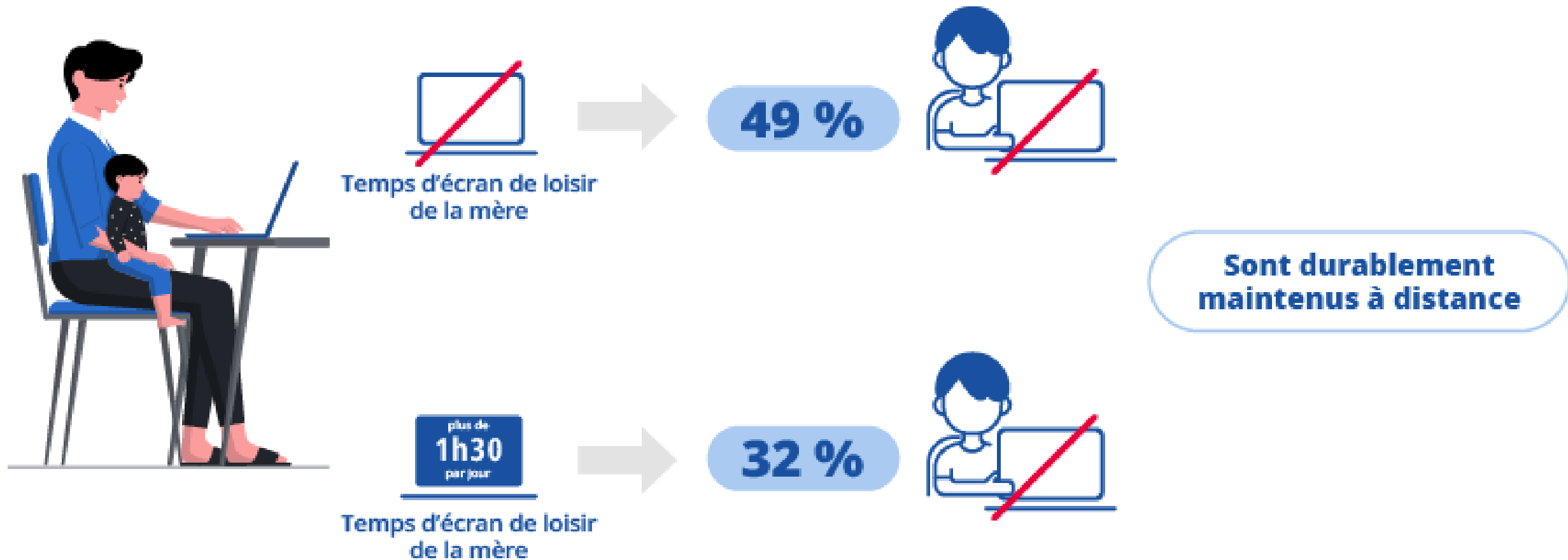


Les écrans

Les enfants de moins de 6 ans et les écrans numériques



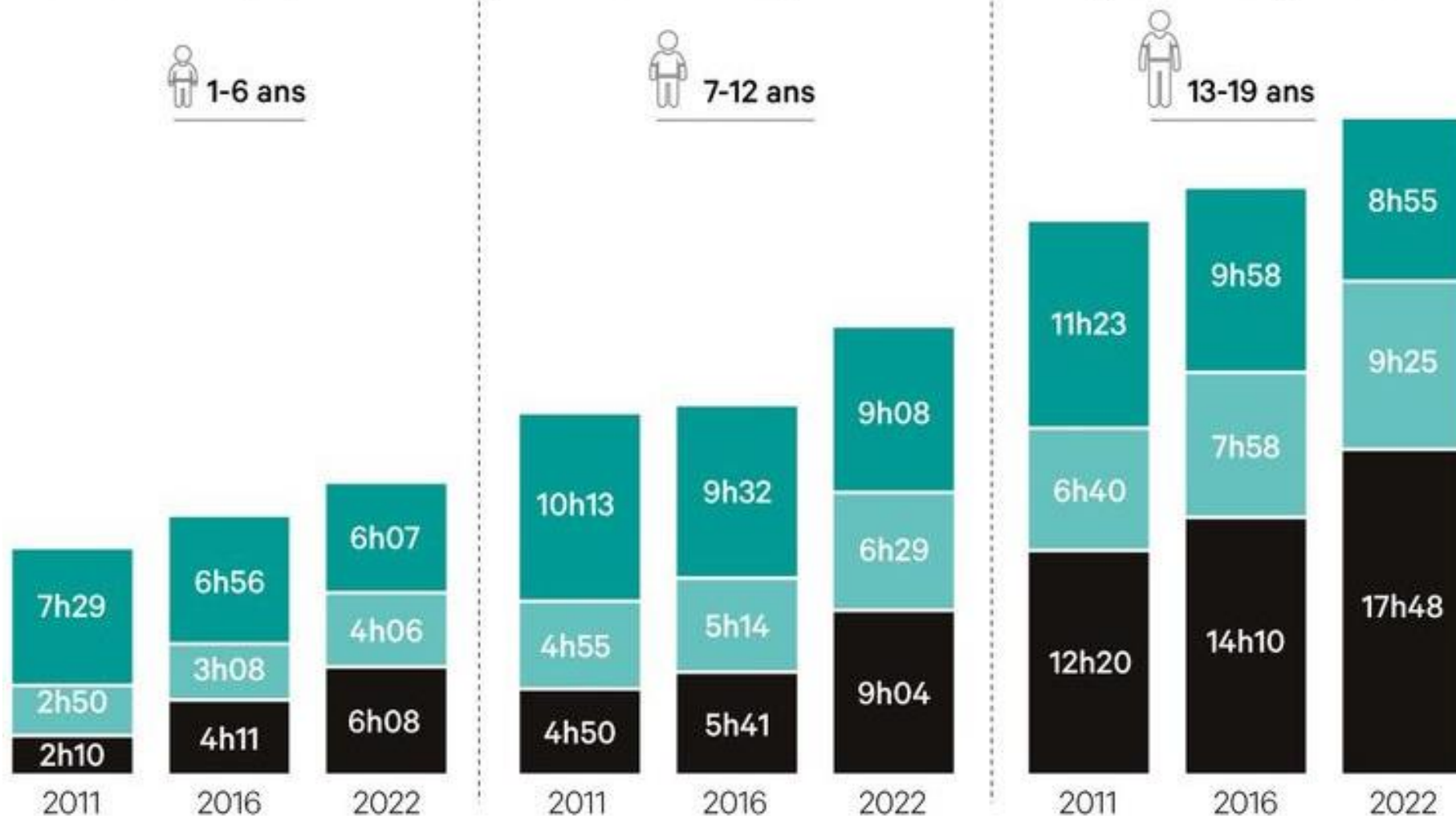
Tel parents, tel enfant, face aux écrans



Le temps passé sur les écrans « enfance-jeunesse »

En nombre d'heures par semaine ■ Télévision ■ Jeux vidéos ■ Web

« Combien de temps par semaine regardes-tu la télévision/passes-tu sur Internet/joues-tu aux jeux vidéo ? »



Ce que représente les écrans à l'échelle d'une vie





Communauté de Communes
Pays de la Zorn
Animation Jeunesse
FDMJC ALSACE



La myopie

L'impact de l'exposition aux écrans sur les capacités oculaires

Plus d'1
Européen sur 3
est myope !

La **myopie** : la réduction du temps passé à l'extérieur et l'intensification des activités en vision de près (notamment des écrans) entraînent une hausse du nombre de personnes atteintes de myopie.

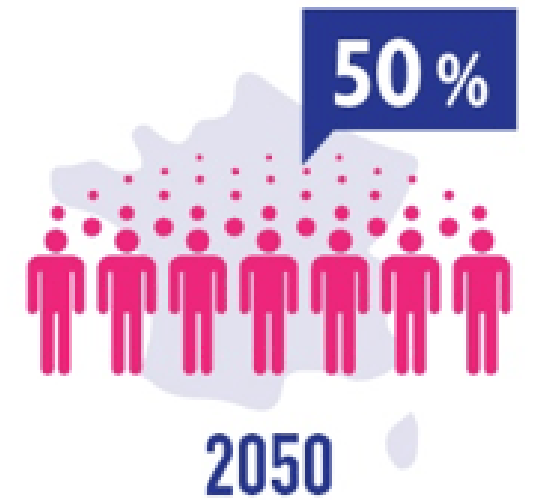
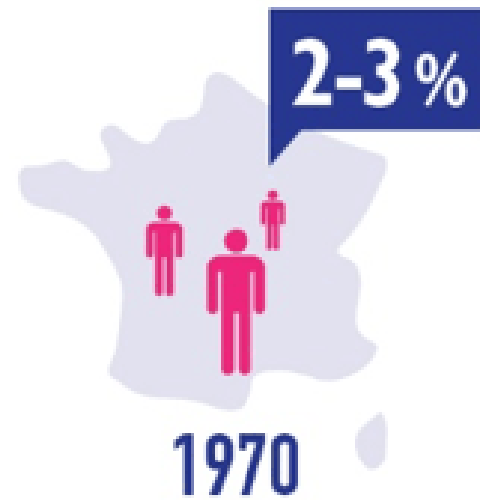


Les allergies

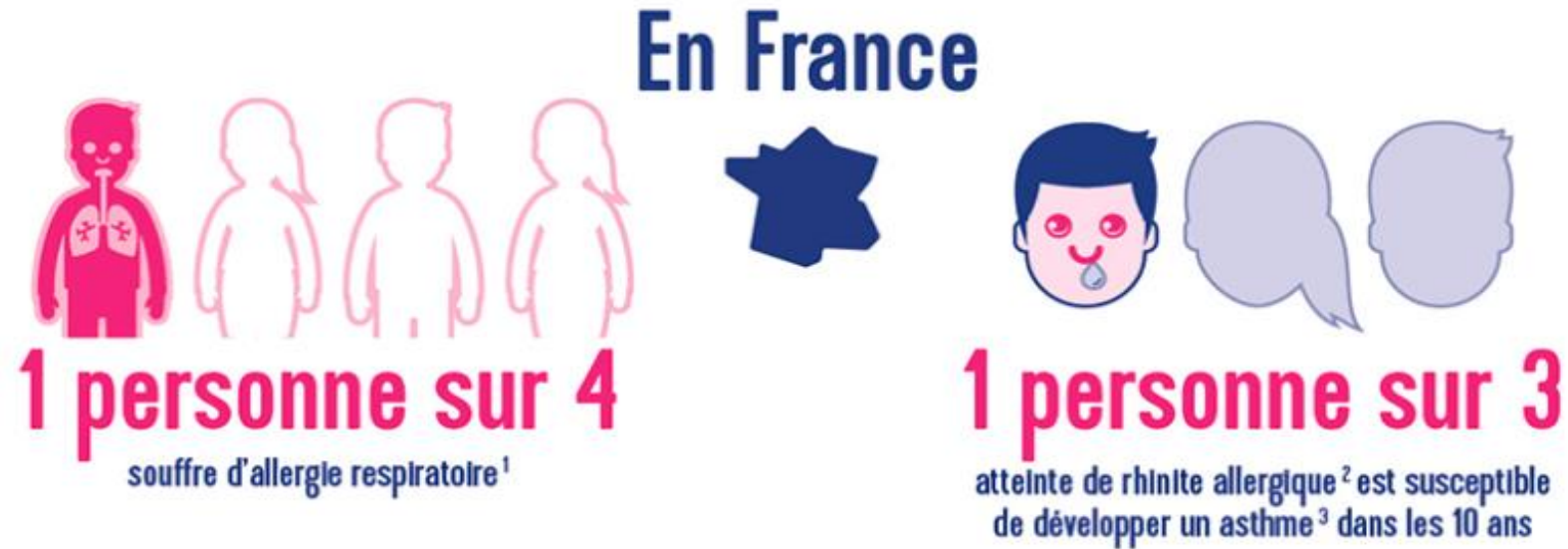
Des faits et chiffres pour comprendre l'allergie

Epidémiologie de l'allergie en France²

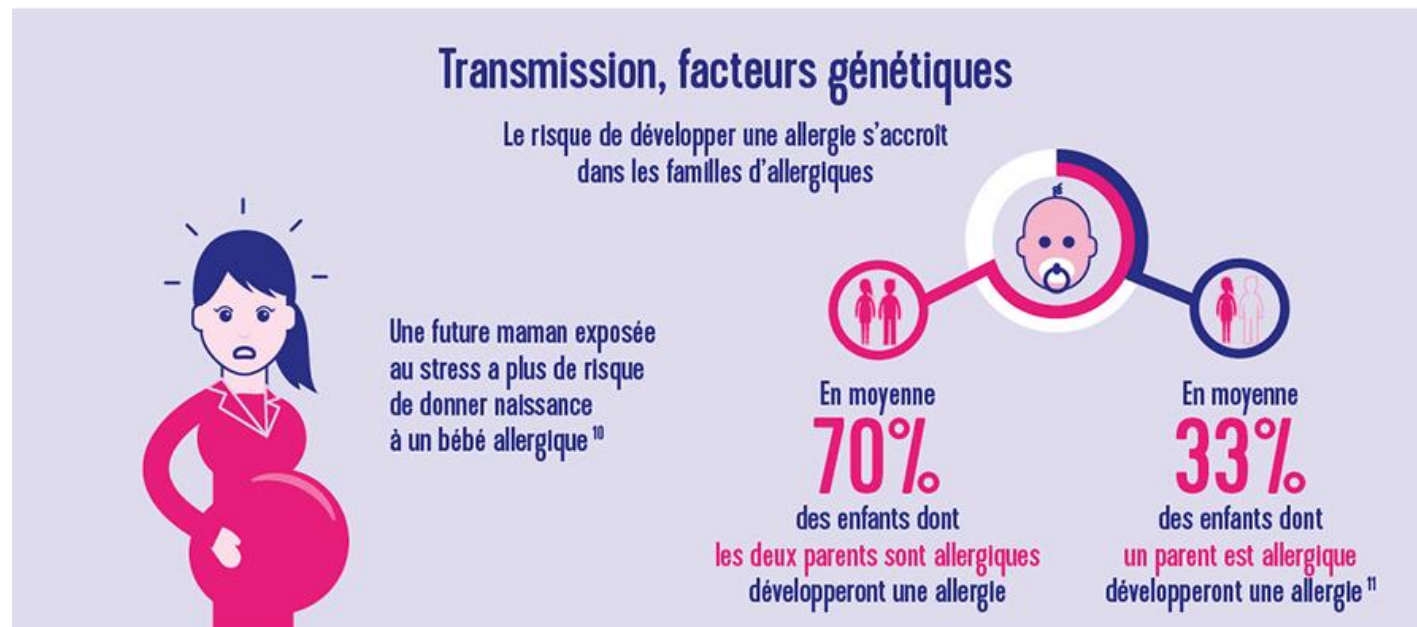
Une hausse constante
des personnes allergiques
depuis 45 ans



Des faits et chiffres pour comprendre l'allergie



Des faits et chiffres pour comprendre l'allergie

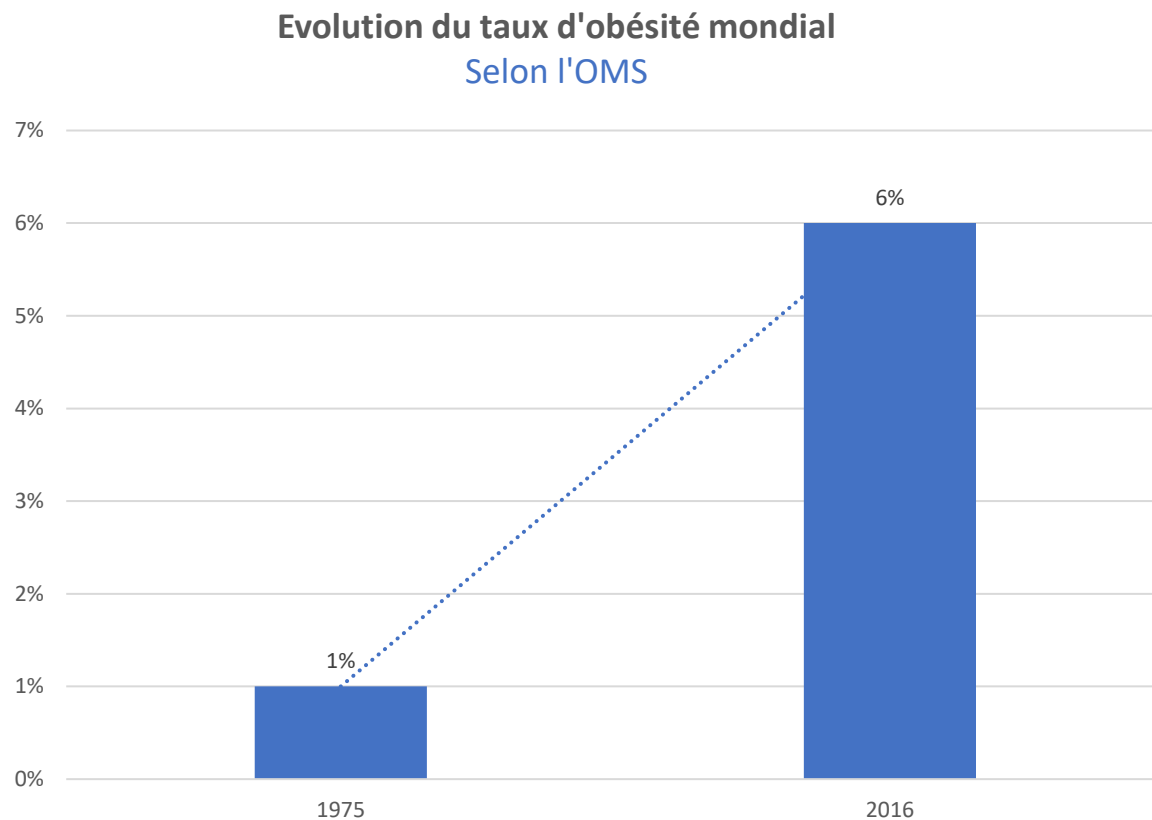


L'enfant face à l'allergie



L'obésité

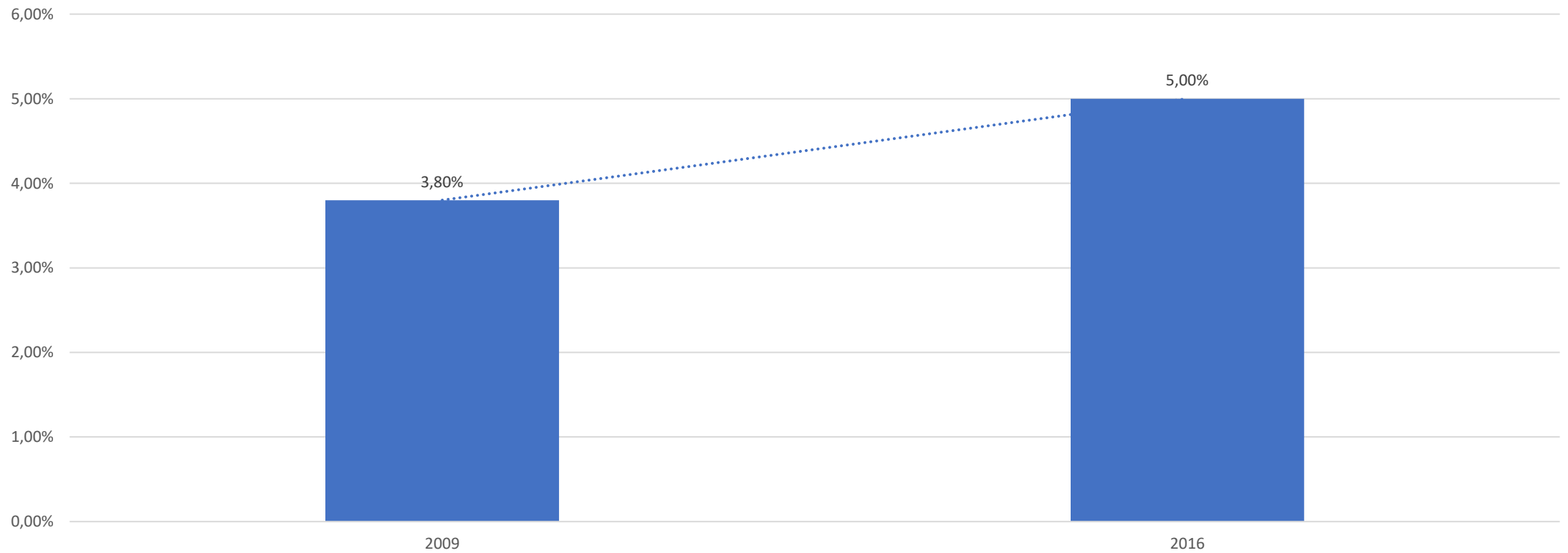
Obésité mondiale



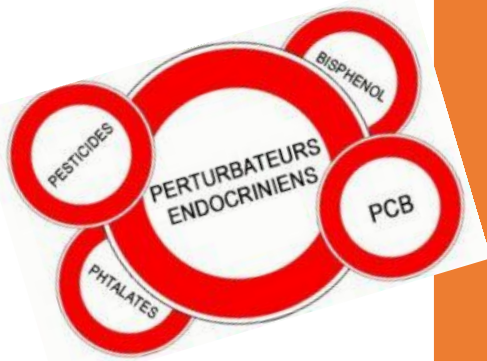
L'obésité a été multiplier par **10** entre 1975 et 2016 pour les enfants et adolescents

Obésité en France

Evolution du taux d'obésité chez les adolescents en France
Selon la DREES

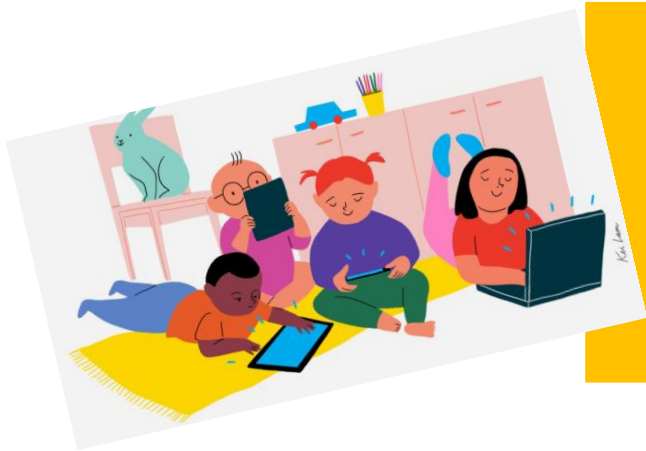


Obésité : les causes socio-environnementales



Perturbateurs
endocriniens

Prise de
nombreux
médicaments



Modes de vie
(sédentarité, alimentation industrielle)

Marketing
alimentaire



Obésité : les causes socio-environnementales



Troubles du sommeil

(apnées, ronflements, insomnies, diminution du temps de sommeil, dérèglement de l'horloge interne)

Stress psychologique

(hypersensibilité, agressions, chocs émotionnels répétés)



Exposition aux polluants atmosphériques

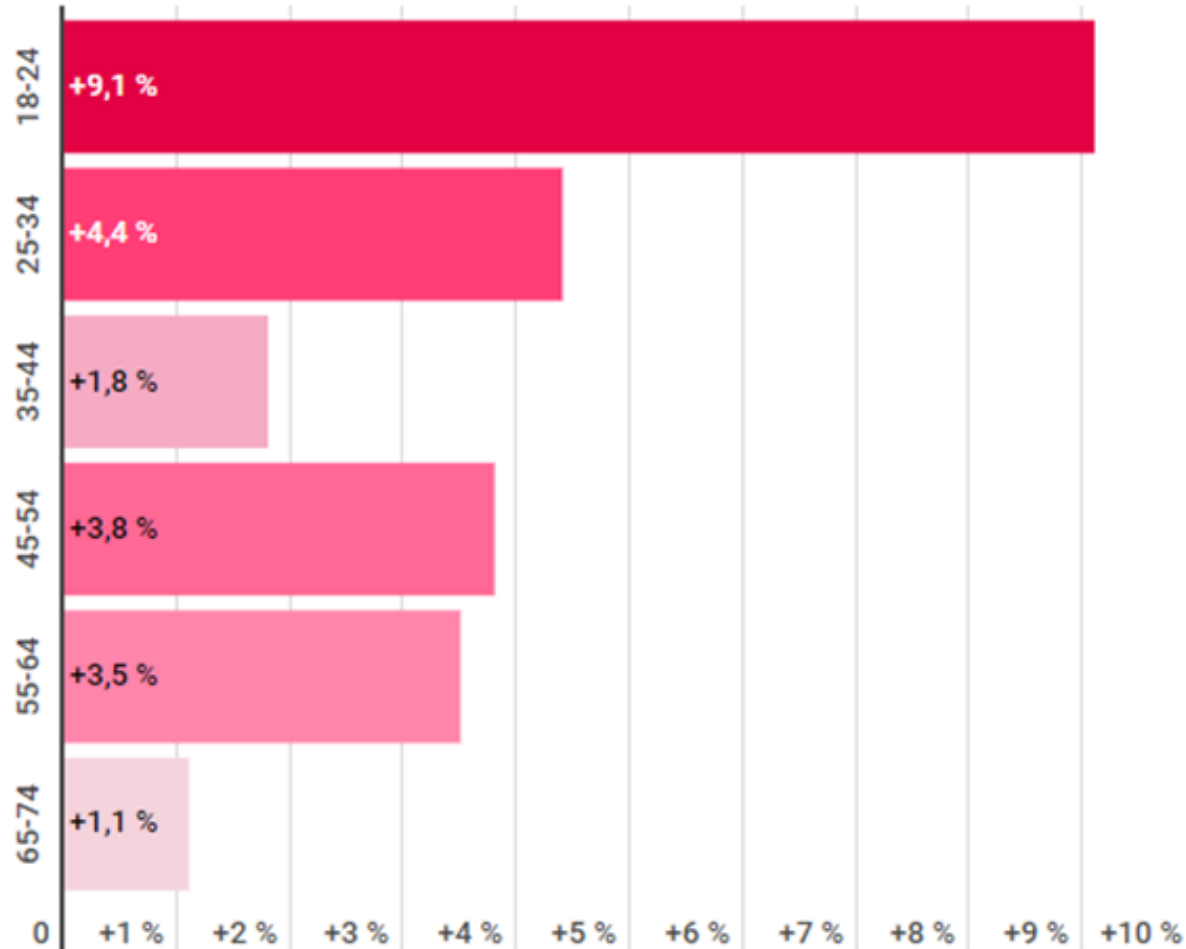
Régimes restrictifs



Maladie psychique

Maladie psychique chez les jeunes

Evolution de la proportion d'épisodes dépressifs
caractérisés en France
entre 2017 et 2021



Maladie psychique chez les jeunes



Prévalence des syndromes dépressifs en France
en 2014, 2019 et mai 2022



■ EHS 2014¹

■ EHS 2019

■ EpiCov mai 2020





Communauté de Communes
Pays de la Zorn
Animation Jeunesse
FDMJC ALSACE

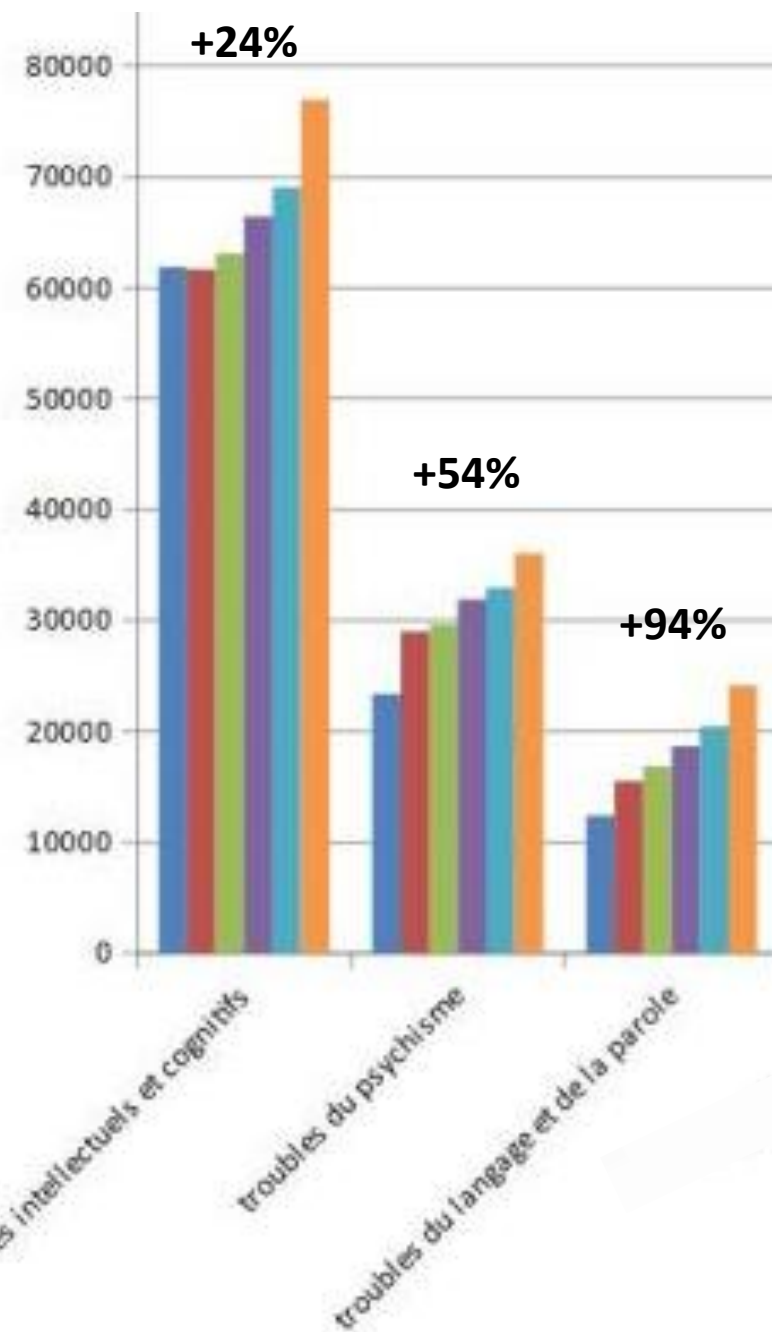
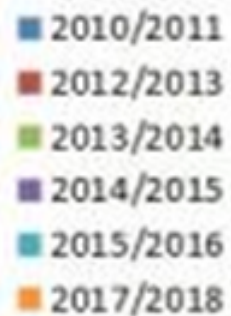


Trouble du comportement

Trouble du comportement

Evolution du nombre d'enfants de 3 à 11 ans scolarisés avec un handicap.

Source : Direction générale de l'enseignement scolaire





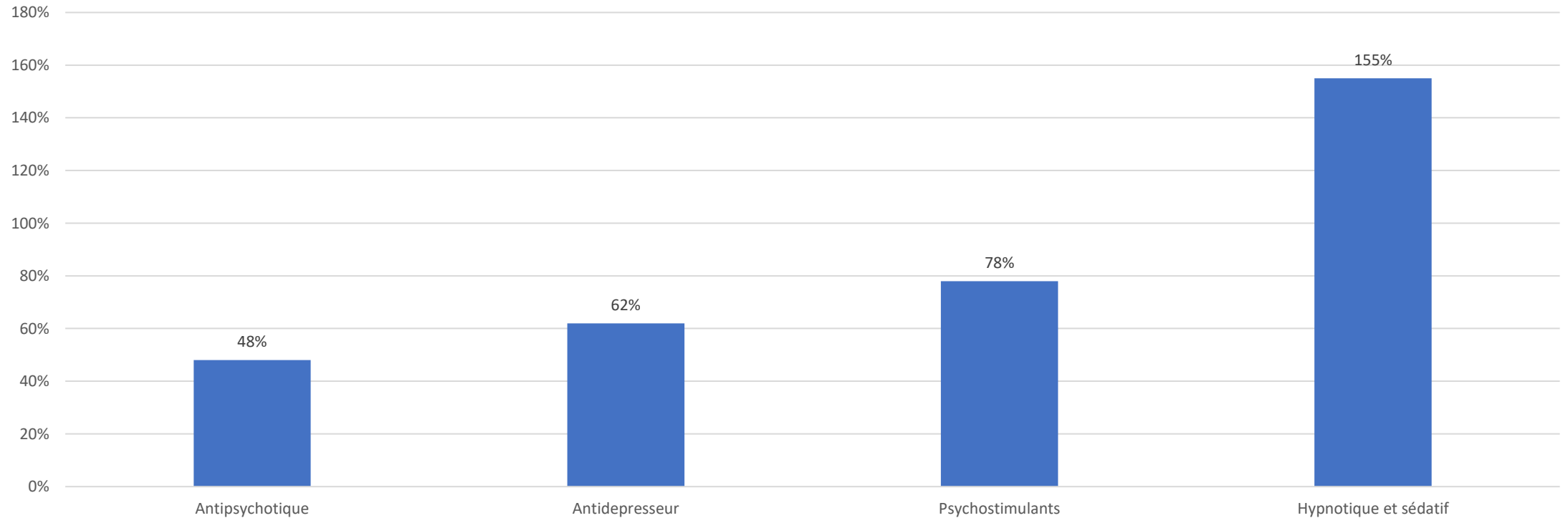
Communauté de Communes
Pays de la Zorn
Animation Jeunesse
FDMJC ALSACE



Médicament

Prise de médicament psychotrope chez l'enfant

Augmentation de la consommation de médicaments psychotropes
chez l'enfant de 2014 à 2021
Selon l'étude HCFEA



La sédentarité

La sédentarité



60% des primaires se redent à l'école **en voiture**



4% y vont à **vélo** ou à trottinette



Moins de 30% des collégiens se rendent en cours à **pied**

Les causes de cette tendance sont multiples :

Dangerosité des routes



Peurs des mauvaises rencontres



Fort encadrement des activités des enfants



autres

La sédentarité des jeunes de 11 à 17 ans

- **66 %** présentent un risque sanitaire préoccupant, causes principales :
 - plus de 2h de temps écran
 - moins de 60 minutes d'activité physique par jour
- **49 %** présentent un risque sanitaire très élevé, causes principales :
 - plus de 4h30 de temps écran journalier
 - et/ou moins de 20 minutes d'activité physique par jour





Communauté de Communes
Pays de la Zorn
Animation Jeunesse
FDMJC ALSACE



Capacité physique

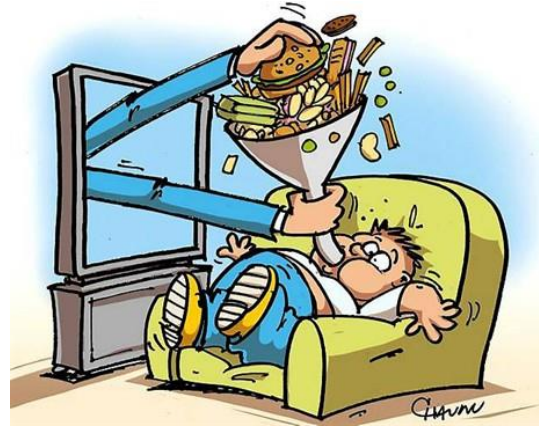
Capacité physique

En **40 ans**, nos collégiens ont perdu environ **25 %** de leur capacité physique

1973 : 600 mètres en **3 minutes** soit 12km/h

2013 : 600 mètres en **4 minutes** soit 9km/h

Moins **de 50 %** des enfants respectent les 60 minutes d'activité physique quotidienne préconisées par les autorités sanitaires.



Les acquis cardiovasculaires se font jusqu'à 20 ans...

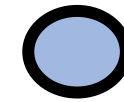
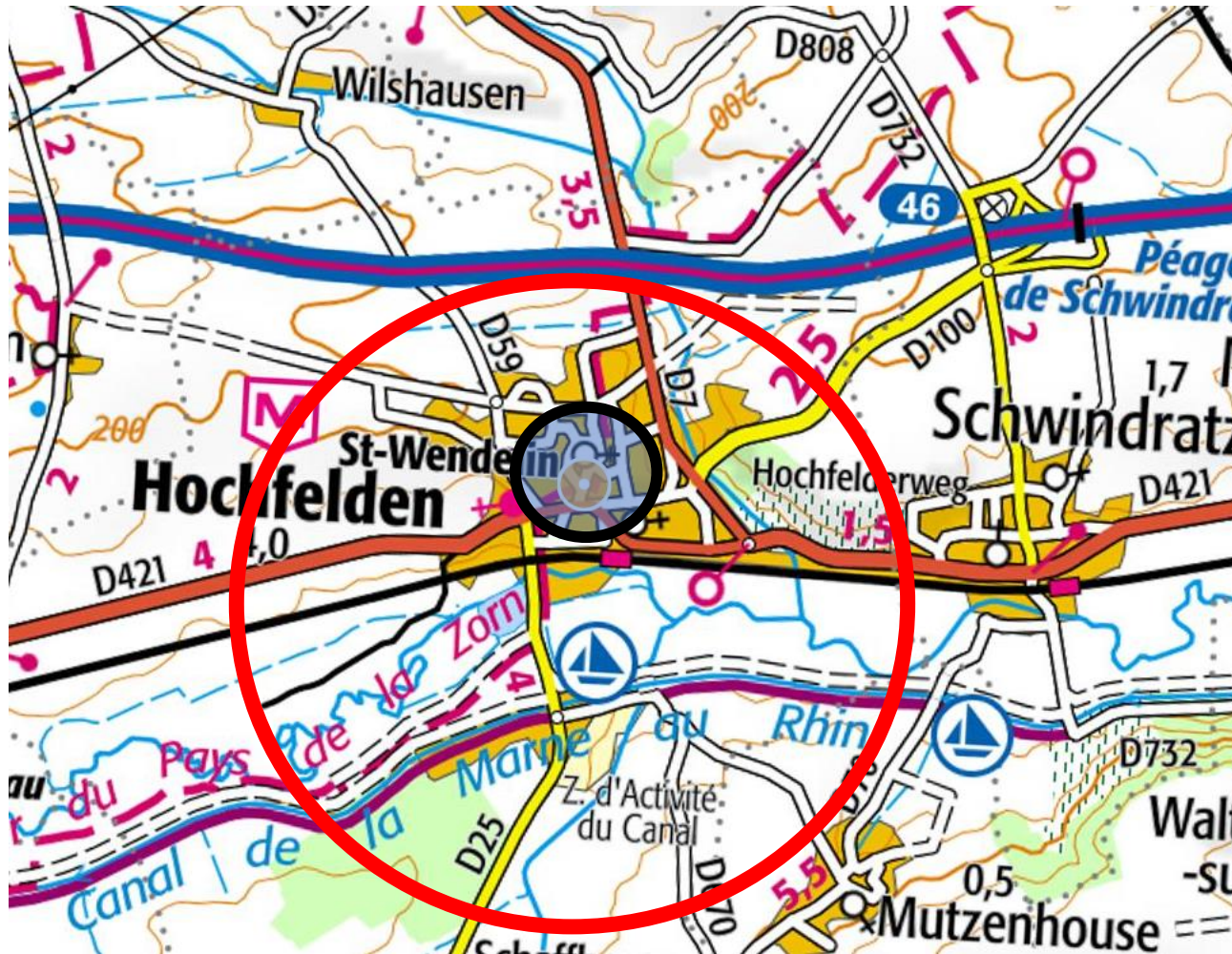
Nos enfants seront-ils les premières générations à vivre moins longtemps que leurs parents ?



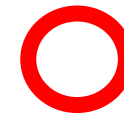
Autonomie

Autonomie

Distance parcourue de manière autonome



Enfant année 2010, - de 1 km



Enfant année 1960, + de 3 km

500m