



**GROUPE SCOLAIRE LES PLANCHES
SAINT MAUR
INDRE**

EVALUATION DES ACTIONS D'EDUCATION A LA SANTE

ANNEE 2005 - 2006



**GROUPE SCOLAIRE LES PLANCHES
SAINT MAUR
INDRE**

EVALUATION DES ACTIONS D'EDUCATION A LA SANTE

ANNEE 2005 - 2006

**Réalisation : Nathalie De Courcel, chargée d'études, ORS du Centre
Céline Cohonner, chargée d'études, ORS du Centre**

Sous la direction de Céline Leclerc, directrice de l'ORS du Centre

Cette étude a pu voir le jour grâce aux financements de la Caisse primaire d'assurance maladie et de l'Institut inter régional pour la santé de l'Indre

INTRODUCTION	5
MÉTHODOLOGIE	7
RECUEIL DES DONNÉES	9
1. LE MODE DE VIE DES ENFANTS	11
1.1 Le sommeil	11
1.2 L'hygiène corporelle	13
1.3 L'hygiène dentaire	15
1.4 Les activités	17
1.5 Les repas	20
1.6 Le tabac	29
1.7 L'alcool	31
1.8 L'exposition au soleil	31
2. L'IMPACT DES ACTIONS AUPRÈS DES ENFANTS, OBSERVÉ PAR LES PARENTS	35
CONCLUSION	39

INTRODUCTION

Depuis la rentrée 2003/2004, un programme d'éducation à la santé est mené par la caisse primaire d'assurance maladie de l'Indre (CPAM 36) et l'institut inter régional pour la santé (IRSA) avec le groupe scolaire de Saint Maur. Il a pour objectif d'intégrer la prévention - santé dans le mode de vie des enfants âgés de 3 à 11 ans (de la petite section de maternelle au CM2). Chaque année, des actions thématiques sont menées sur la totalité du groupe scolaire (écoles maternelle et élémentaire). Les thèmes abordés sont : l'hygiène bucco-dentaire, la nutrition, le sommeil, l'hygiène de vie courante, les accidents de la vie et, pour les plus âgés, l'éducation affective et sexuelle, le tabac et l'alcool. Durant l'année 2005/2006, les interventions suivantes ont été menées :

Interventions nutrition – Dr VALETTE, médecin nutritionniste, IRSA

- *Ecole Maternelle* : les années précédentes il avait été abordé le goûter – le petit déjeuner. En 2005/2006, une intervention sur le thème des fruits a eu lieu dans 4 classes.

- *Ecole Elémentaire* : des interventions ont eu lieu sur le 3^{ème} cycle – CE1 – CM1 – CM2. Le thème du petit déjeuner a été abordé avec les CP et les CE1. Les outils utilisés ont été les affiches du CODES, quiz, jeux d'équipes et individuels.

Interventions Accident de la Vie Courante – Mme BERTHIER, chargée de prévention, CPAM

- *Ecole Maternelle* : une matinée a été consacrée à cette thématique pour 4 classes. Les outils sont la maison de souricette et le livre de contes qui s'y rapporte.

- *Ecole Elémentaire* : les CE1 – CE2 – CM1 ont bénéficié d'une intervention avec 5 élèves de 2^{ème} année de l'IUT, avec des outils confectionnés par l'équipe et un professeur d'art plastique. Un document reprenant le travail des élèves a été donné à chaque enfant en fin d'année scolaire, ainsi qu'un CD de jeu (tête en bois / MAIF) par classe. Un jeu a également été utilisé en travail collectif.

Intervention ANPAA - Mme RICHARD, animatrice de prévention

- *Ecole élémentaire (CM1 et CM2)* : le thème central de l'intervention était le tabac, à la demande de l'enseignant. Cependant, le jeu de l'oie utilisé entraîne éventuellement des questions sur l'ensemble des addictions.

Intervention des services de santé scolaire - Mme MADRIERE, infirmière

- *Ecole Maternelle* : les thèmes abordés étaient l'hygiène et le sommeil.

- *Ecole Elémentaire (cycle 2)* : les thèmes abordés étaient l'hygiène, le cycle corporel et l'éducation affective et sexuelle.

Intervention Sommeil - Dr PLADYS, pédiatre, Châteauroux

- *Ecole Elémentaire* : les élèves de cycle 2 et 3 ont bénéficié d'une intervention sur ce thème.

Intervention Hygiène bucco-dentaire - Dr SOUGY, chirurgien-dentiste, UFSBD

- *Ecole Maternelle* : une intervention a eu lieu dans les quatre classes.

- *Ecole Elémentaire* : en 2005/2006 il n'y a pas eu d'intervention sur ce thème, pour une question de calendrier.

Afin d'évaluer l'efficacité du programme, la CPAM et l'IRSA ont sollicité l'ORS du Centre pour créer des outils permettant d'identifier l'évolution des comportements des enfants. Ces outils, des questionnaires s'adressant aux CP, CE2, CM2, ont été soumis aux élèves pour la première fois en fin d'année scolaire 2005-2006. Un questionnaire reprenant les mêmes items est adressé aux parents des classes de grande section de maternelle, CP, CE2 et CM2. Ils ont pour but, d'une part d'avoir une vision sur les comportements des enfants et d'autre part d'asseoir les résultats obtenus avec les réponses seules des enfants. Ces questionnaires ont également été soumis aux parents en juin 2006.

L'analyse de ces différents questionnaires, présentée ici, donne une image globale des habitudes des enfants scolarisés à Saint Maur sur les différents thèmes cités plus haut. Afin d'obtenir un suivi longitudinal des élèves, des questionnaires seront proposés à chaque fin d'année scolaire. On pourra ainsi observer les changements de comportements, non seulement en fonction de l'âge, mais aussi en fonction du nombre d'années passées dans le groupe scolaire des Planches.

MÉTHODOLOGIE

Construction des questionnaires

Des réunions regroupant directeurs des écoles maternelles et élémentaires et intervenants ont permis de mieux appréhender le contenu des programmes des différentes interventions, de déterminer les points mesurables, de définir les indicateurs pertinents. Suite à ces réunions, des questionnaires sont construits. Etant donné les différentes classes d'âge concernées (grande section de maternelle, CP, CE2 et CM2), l'outil d'évaluation doit s'adapter aux enfants. Trois questionnaires différents sont donc réalisés pour les CP, CE2 et CM2. Les comportements des enfants de grande section de maternelle sont appréciés à partir des réponses des parents. Quatre questionnaires ont ainsi été réalisés à destination des :

- parents des élèves de grande section, CP, CE2, CM2,
- élèves de CP, CE2, CM2.

Les indicateurs

L'objectif de ces questionnaires est d'évaluer la pratique quotidienne des enfants. Pour certains thèmes, les comportements sont difficiles à appréhender : c'est pourquoi l'analyse sur des sujets comme la consommation de tabac et d'alcool porte sur les connaissances. L'éducation affective et sexuelle n'est pas évaluée. Des indicateurs de suivi ont été choisis pour chacun des thèmes abordés avec les intervenants.

Thèmes	Indicateurs
Hygiène bucco-dentaire	Durée et fréquence de brossage des dents, visites chez le dentiste
Nutrition	Composition des repas tout au long de la journée
Sommeil	Durée de sommeil
Activité physique	Activités physiques/sédentaires, télévision, ordinateur
Hygiène corporelle	Lavage des mains, toilette, changement de sous-vêtements
Accidents de la vie courante	Comportement lors de l'exposition au soleil
Tabac et alcool (CM2)	Perception de la consommation

L'analyse des indicateurs concernant l'alimentation est guidée par les recommandations émises dans le Programme national nutrition santé (PNNS) et tirées du livret destiné aux professionnels de santé accompagnant le *Guide nutrition des enfants et ados pour tous les parents*. Des extraits de ce livret, présentés en italique, sont cités dans ce rapport.

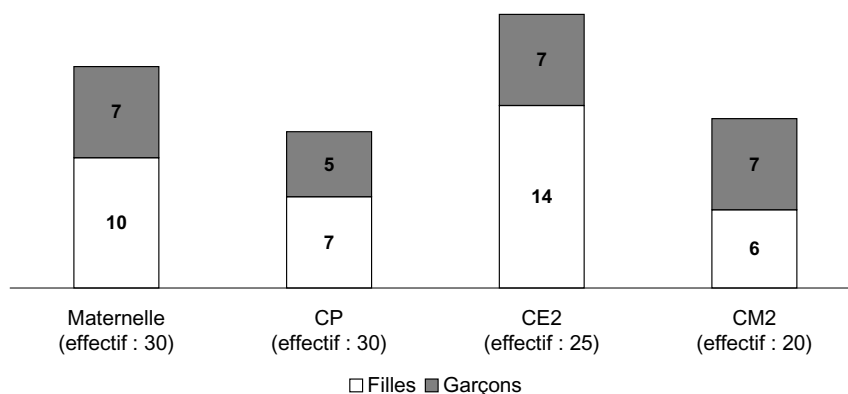
RECUEIL DES DONNÉES

Un total de 56 questionnaires a été récolté dans les trois classes de CP, CE2 et CM2. En CP, le taux de réponse atteint 100% car le questionnaire a été, comme prévu dans le protocole, rempli en classe à l'aide de l'enseignant. En CE2 et CM2, les questionnaires ont été distribués et les enfants les ont remplis seuls, vraisemblablement à la maison.

	Effectif de la classe	Questionnaires reçus	Age moyen	Filles	Garçons
CP	30	30	-	18	12
CE2	25	13	9 ans	10	3
CM2	20	13	11 ans	7	6
Total	75	56	-	35	21

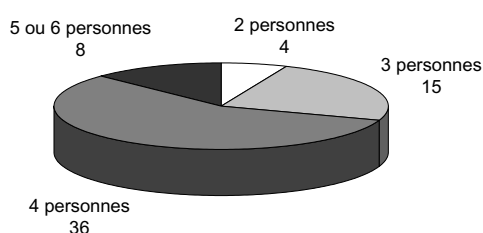
Les parents des classes de grande section de maternelle, de CP, CE2 et CM2 ont été sollicités. 63 questionnaires ont été retournés à l'ORS. Les classes des enfants y sont représentées différemment.

Répartition des questionnaires parents reçus selon la classe et le sexe des enfants

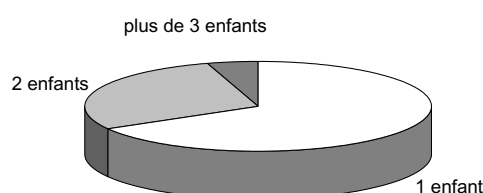


81% des parents répondant font partie d'un foyer de 3 ou 4 personnes et les 2 tiers ont un seul enfant scolarisé dans l'école. 6 parents n'ont pas précisé leur activité professionnelle. Les catégories socio-professionnelles les plus fréquentes sont celles des employés, des ouvriers et des professions intermédiaires.

Nombre de personnes composant le foyer



Nombre d'enfants scolarisés dans l'école

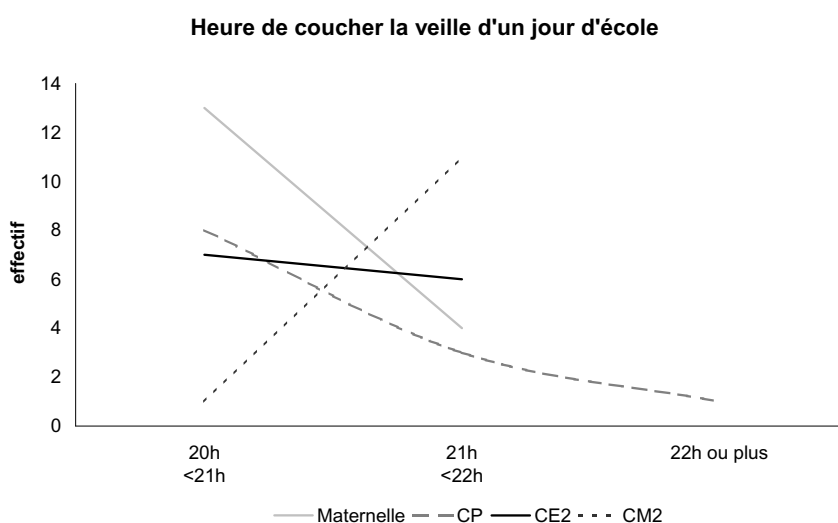


1. LE MODE DE VIE DES ENFANTS

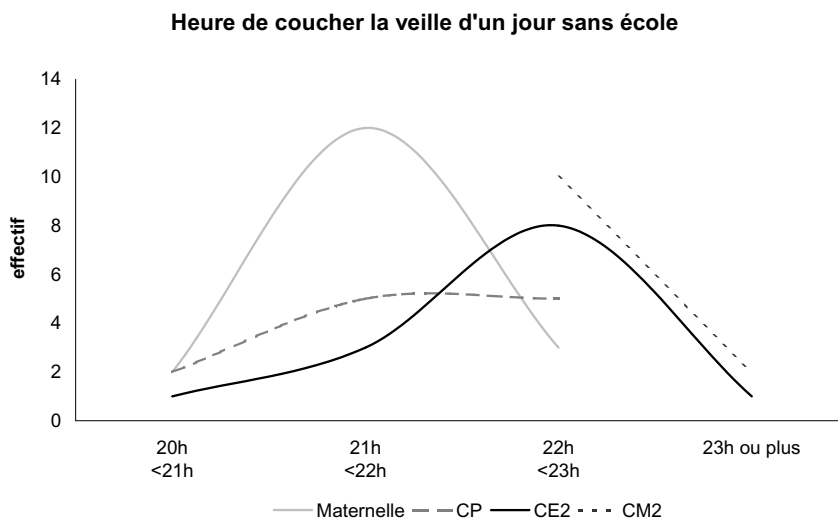
1.1 Le sommeil

Les élèves de CE2 et CM2 ont précisé dans leur questionnaire à quelle heure ils se levaient et se couchaient, les jours d'école et les jours sans école. Pour les maternelle et CP, les données sont issues des questionnaires parents.

La veille des jours d'école, tous les enfants se couchent entre 20h et 22h, à l'exception d'un élève de CP qui se couche après 22h. Cependant, les heures des couchers reculent avec l'âge. En maternelle et en CP, la majorité des enfants se couchent entre 20h et 21h. En CE2, on compte 7 enfants se couchant entre 20h et 21h, pour 6 entre 21h et 22h. En CM2, un seul élève se couche avant 21h.

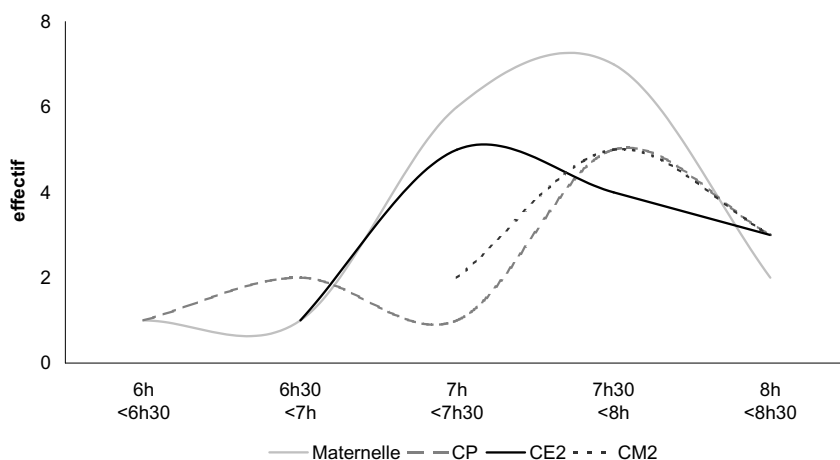


La veille des jours sans école, le coucher est plus tardif y compris pour les plus jeunes. Pour les maternelle et les CP, l'heure de coucher n'excède pas 23h : la majorité des maternelle se couchent entre 21h et 22h, pour les CP, l'heure de coucher est plus étalée. Chez les CE2 et CM2, la majorité des élèves se couchent entre 22h et 23h (jamais avant pour les CM2), quelques-uns plus tard.



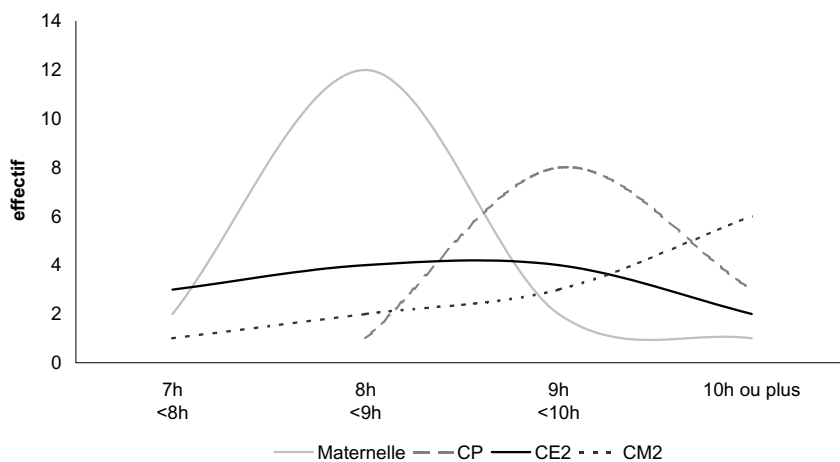
Les jours d'école, les enfants se lèvent pour la plupart entre 7h et 7h30. Pour quelques-uns, le lever a lieu avant 7h, voire avant 6h30 pour 2 enfants. Ce sont les CM2 qui se lèvent le plus tardivement : il est probable qu'à cet âge, les enfants peuvent se débrouiller seuls le matin et ne sont donc pas obligés de se lever en même temps que leurs parents.

Heure de lever un jour d'école



Globalement, plus les enfants sont âgés et plus ils profitent des jours sans école pour dormir tard. Pour les CE2, l'heure du lever est assez étalée. En revanche pour les autres classes, on observe le décalage du lever suivant l'âge : les maternelle se lèvent plutôt entre 8h et 9h, les CP entre 9h et 10h. Enfin, parmi les CM2, la moitié des enfants se lèvent à 10h ou plus tard.

Heure de lever un jour sans école



Au final, les durées moyennes de sommeil varient peu selon les classes. Les jours d'école, les élèves de CM2 dorment en moyenne 20 minutes de moins que les autres.

Durée de sommeil	Jours avec école			Jours sans école		
	<i>minimum</i>	<i>moyenne</i>	<i>maximum</i>	<i>minimum</i>	<i>moyenne</i>	<i>maximum</i>
Maternelle	9h00	10h50	11h40	9h30	11h05	12h30
CP	9h30	10h50	12h00	11h00	11h55	13h00
CE2	10h00	10h50	12h00	9h45	10h50	12h00
CM2	9h00	10h30	11h10	7h50	11h00	11h10

Pour les élèves de CE2 et de CM2, on observe très peu de différence entre les durées de sommeil calculées selon les réponses des enfants et celles mesurées à l'aide des réponses des parents, qui sont respectivement de 10h55 (CE2) et 10h35 (CM2) les jours avec école et de 11h05 (CE2) et 11h00 (CM2) les jours sans école.

Plus de 3 enfants sur 4 se disent fatigués au moment de se lever. Cette proportion est stable d'une classe à l'autre. En CE2 et CM2, les enfants ont pu nuancer leur réponse : sur ces 26 enfants, 6 sont «souvent» fatigués en se levant, 14 sont fatigués «de temps en temps».

Le questionnaire destiné aux parents leur permettait également de donner leur avis sur le temps de sommeil et l'état de fatigue de leurs enfants. Une majorité de parents (38, soit 60% d'entre eux) estiment que leur enfant dort suffisamment, mais qu'il est quand même fatigué de temps en temps au réveil.

Diriez-vous que votre enfant dort ...	Pensez-vous qu'il soit fatigué le matin en se levant ?			Total
	Jamais	De temps en temps	Souvent	
Beaucoup	1	4	0	5
Suffisamment	14	38	1	53
Pas assez	0	1	2	3
Réponse manquante	0	1	1	2
Total	15	44	4	63

1.2 L'hygiène corporelle

47 enfants sur 56 prennent un bain ou une douche tous les jours. 8, dont 5 en CE2 et 3 en CM2, se lavent à une fréquence d'un jour sur deux. Un élève de CE2 déclare se laver de «temps en temps». Presque tous les élèves utilisent un gant ou une fleur de massage, ainsi que du savon ou du gel douche, à chaque fois qu'ils se lavent. L'utilisation du shampoing est un peu moins fréquente.

Utilisation à chaque bain/douche	Maternelle (n=17)	CP (n=30)	CE2 (n=13)	CM2 (n=13)	Total (n=73)	
Savon/gel douche	17	22	13	13	65	89%
Gant/Fleur de massage	15	29	10	10	64	88%
Shampooing	4	19	13	13	49	67%

En ce qui concerne les changements de sous-vêtements, 54 enfants, soit 96% déclarent changer tous les jours de slip ou de culotte, 52 (93%) de chaussettes et 30 (54%) de maillot de corps. On observe peu de différence entre les âges.

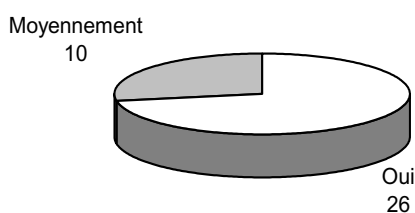
L'hygiène corporelle passe aussi par le lavage fréquent des mains. Des habitudes peuvent être prises dès le plus jeune âge. Dans l'école de Saint Maur, 78% des enfants ayant répondu aux questionnaires affirment se laver les mains après être allés aux toilettes. Avant de se mettre à table ou de cuisiner, ils sont 52, soit 71% à avoir pris l'habitude de se laver les mains.

Je me lave toujours les mains ...	Maternelle (n=17)	CP (n=30)	CE2 (n=13)	CM2 (n=13)	Total (n=73)	
après être allé aux toilettes	10	28	8	11	57	78%
avant de faire la cuisine	12	17	11	12	52	71%
avant les repas	12	19	11	10	52	71%
après avoir caressé un animal	7	28	8	4	47	64%

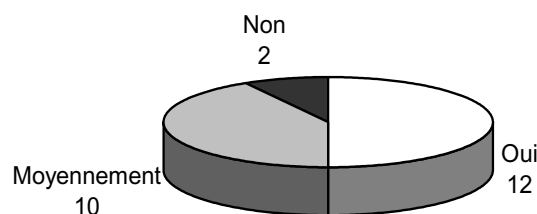
Il était demandé aux parents s'ils pensaient que leur enfant faisait attention à sa propreté. 50 personnes ont répondu à cette question. 28 (56%) estiment que oui, 20 (40%) ont répondu moyennement et 2 (4%) ont répondu non. Ces réponses montrent que, selon les parents, les filles sont plus soucieuses de leur hygiène que les garçons. Ce constat se vérifie sur certains points. Par exemple, 2 filles sur 3 se lavent toujours les mains après être allées aux toilettes. Chez les garçons, ils ne sont qu'un sur 3 à le faire.

Estimez-vous que votre enfant fasse attention à sa propreté ?

Filles



Garçons



1.3 L'hygiène dentaire

Les élèves de CE2 et CM2 ont précisé combien de fois par jour et pendant combien de temps, il se brossaient les dents. Pour les Maternelle et les CP, cette information est issue des questionnaires parents.

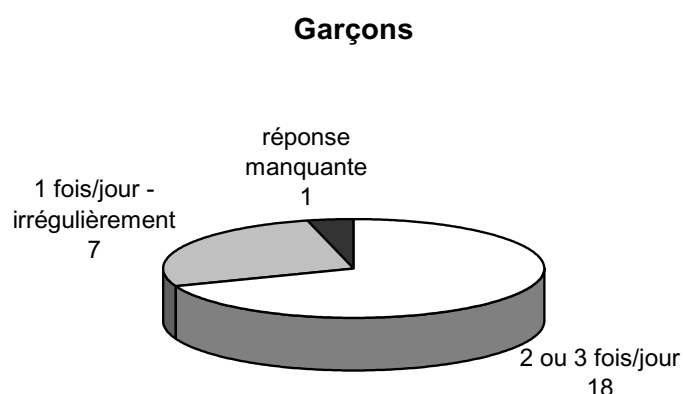
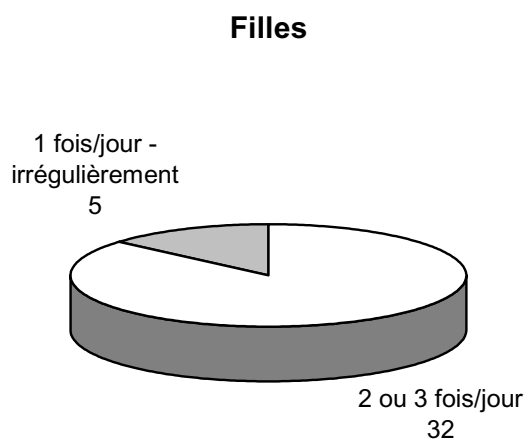
Pour plus de la moitié des enfants, il y a 2 brossages quotidiens. Peu d'enfants prolongent le brossage jusqu'à 3 minutes ou plus. Pour 2 enfants sur 3, le temps de brossage est plutôt compris entre 1 et 2 minutes.

Nombre de brossages quotidiens	Maternelle (n=17)	CP (n=30)	CE2 (n=13)	CM2 (n=13)	Total (n=73)	
1	1	3	5	1	10	14%
2	11	16	6	9	42	57%
3 ou 4	5	11	2	3	21	29%

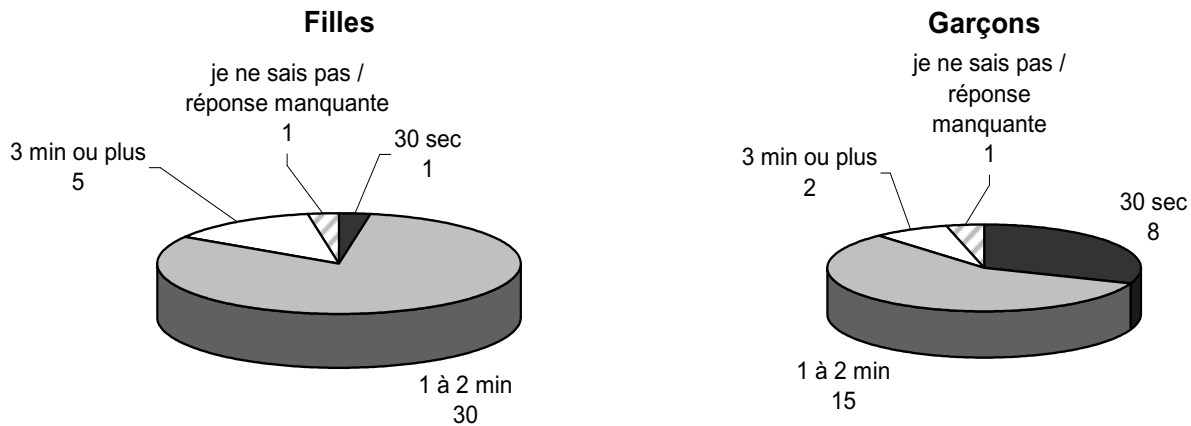
Durée du brossage	Maternelle (n=17)	CP (n=12)	CE2 (n=13)	CM2 (n=13)	Total (n=55)	
plutôt 30 secondes	3	3	2	1	9	16%
plutôt 1 à 2 minutes	11	8	7	10	36	66%
plutôt 3 minutes ou plus	3	1	4	2	10	18%

Comme pour l'hygiène corporelle, les parents déclarent que leurs filles sont plus préoccupées de leur hygiène dentaire. Ce fait s'observe pour la fréquence et pour la durée des brossages.

Combien de fois par jour votre enfant se lave-t-il les dents ?



Pendant combien de temps votre enfant se brosse-t-il les dents ?



Les questionnaires parents fournissent également des informations sur les consultations auprès du dentiste. 18 personnes ont répondu que leur enfant n'était jamais allé chez le dentiste. Il s'agit surtout d'élèves de maternelle ou de CP, mais on y compte également 2 enfants de CE2 et 1 de CM2. Près de 2 enfants sur 3 ont déjà consulté un dentiste. Pour la plupart d'entre eux, le rendez-vous date de moins d'un an.

Date du dernier RDV chez le dentiste	Maternelle (n=17)	CP (n=12)	CE2 (n=21)	CM2 (n=13)	Total (n=63)	
n'y est jamais allé	7	8	2	1	18	29%
moins d'un an	8	2	16	10	36	57%
entre 1 et 2 ans	-	1	1	-	2	3%
plus de 2 ans	1	1	1	1	4	6%
Je ne sais pas / réponse manquante	1	-	1	1	3	5%

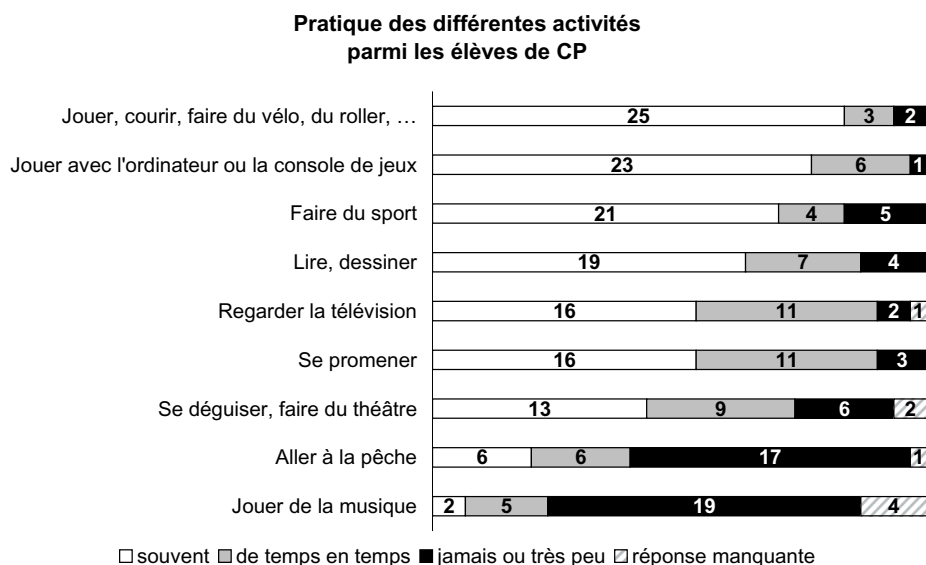
Concernant la fréquence des rendez-vous, beaucoup de parents n'ont pas répondu en maternelle et en CP. A cet âge, il est probable que la plupart des enfants n'ont eu qu'une seule consultation (voire aucune) et les parents ne sont peut-être pas encore fixés sur la fréquence à laquelle ils emmèneront leur enfant chez le dentiste. Globalement, 6 parents sur 10 déclarent emmener leur enfant chez le dentiste 1 ou 2 fois par an. En CE2 et CM2, cette proportion s'élève à 7 sur 10. 3 personnes déclarent que leur enfant ne va chez le dentiste que lorsqu'il a mal aux dents.

Fréquence des RDV	Maternelle (n=17)	CP (n=12)	CE2 (n=21)	CM2 (n=13)	Total (n=63)	
tous les 6 mois	3	1	6	4	14	22%
tous les ans	5	2	10	7	24	38%
tous les 2 ans	1	-	1	1	3	5%
quand il a mal aux dents	1	1	1	0	3	5%
Je ne sais pas / réponse manquante	7	8	3	1	19	30%

1.4 Les activités

La sédentarité est un facteur de risque d'obésité et de maladies chroniques. Le Programme national nutrition santé (PNNS) recommande, pour les enfants de plus de trois ans, la pratique «*d'au moins une demi-heure, voire une heure, de marche rapide (ou équivalent) par jour*».

Il était demandé aux élèves de CP de citer pour différentes activités s'ils la pratiquent souvent, de temps en temps, jamais ou très peu. Les réponses montrent un certain équilibre entre activités physiques et sédentaires, toutefois on observe qu'à cet âge, les jeux vidéo tiennent déjà une place importante dans les loisirs des enfants.

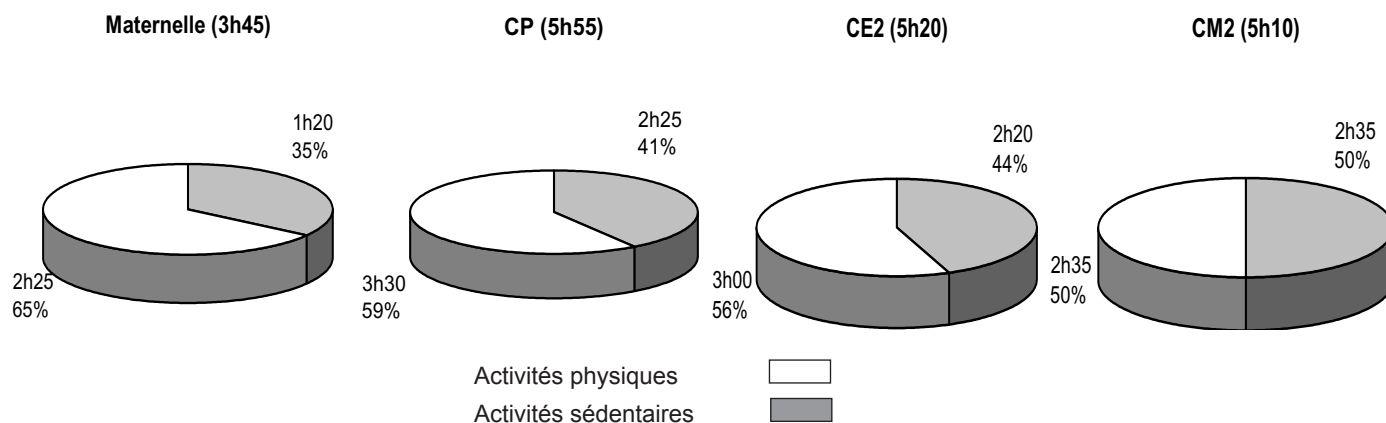


Les plus âgés ont pu indiquer s'ils pratiquaient un sport en dehors de l'école, dans un club ou une association. Cette pratique est assez courante : 8 élèves sur 13 en CE2 et 11 sur 13 en CM2 ont une activité sportive extra scolaire. Les CM2 ont précisé quelle était la durée hebdomadaire de cette activité : elle est de moins de 2 heures pour 5 enfants, de 2 à 4 heures pour les 6 autres.

La pratique d'un sport est évidemment à encourager chez les enfants. Mais il faut également avoir à l'esprit qu'«*il semble qu'une dépense physique régulière, d'intensité modérée et prolongée (comme la marche par exemple), soit plus bénéfique qu'une activité ponctuelle de forte intensité. Il serait donc plus efficace d'inciter l'enfant à bouger au quotidien, dans toutes ses activités, notamment les jeux, et de ne pas se contenter de l'inscrire dans un club de sport pour une activité intense une fois par semaine*».

A partir des réponses des parents, une moyenne du temps consacré aux différentes activités a été calculée (moyenne des jours avec et sans école). Le regroupement des activités «physiques» (faire du sport, jouer dehors) et des activités «sédentaires» (regarder la télévision, utiliser un ordinateur ou une console, jouer de la musique, lire) permet d'observer que la part des loisirs consacrés aux activités sédentaires augmente avec l'âge. Ainsi, sur leurs 3h45 d'activités quotidiennes, les élèves de maternelle consacrent en moyenne 1h20 aux activités sédentaires. En CM2, le temps consacré à ces activités est de 2h35 en moyenne, soit la moitié des 5h10 de loisirs quotidiennes.

Répartition des activités physiques et sédentaires selon la classe

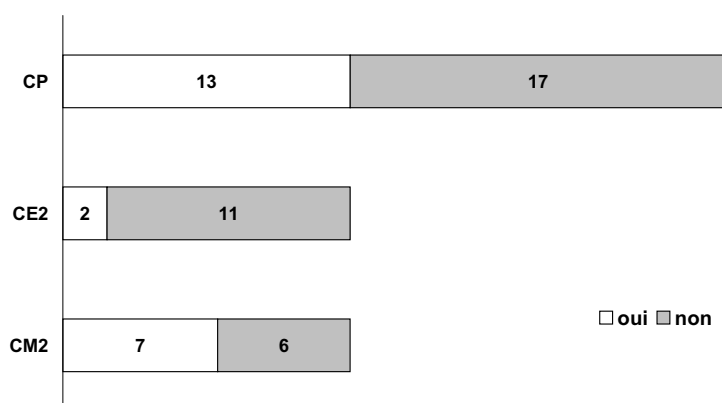


La majorité des parents (43, soit 68%) estiment que leur enfant est plutôt actif. Les enfants jugés «plutôt actifs» consacrent en moyenne 2h55 par jour à des activités physiques (moyenne des jours avec et sans école). Cette moyenne est de 2h10 pour les enfants estimés pas ou peu actifs, et de 4h pour ceux jugés très ou trop actifs.

	Pas ou peu actif	Plutôt actif	Très ou trop actif	Réponse manquante	Total
Maternelle	0	15	1	1	17
CP	2	5	3	2	12
CE2	5	12	3	1	21
CM2	0	11	1	1	13
Total	7	43	8	5	63

Des questions portant sur l'équipement en ordinateur et console de jeux, ainsi que la présence de la télévision dans la chambre, ont été posées aux élèves de CP, CE2 et CM2. En effet, «*La surcharge pondérale et l'adiposité sont fortement corrélés au temps passé devant la télévision et les jeux vidéo, considéré comme un bon marqueur de la sédentarité*». 22 enfants sur 56, soit près d'un sur 4, déclarent avoir une télévision dans leur chambre.

Y a-t-il une télévision dans ta chambre ?

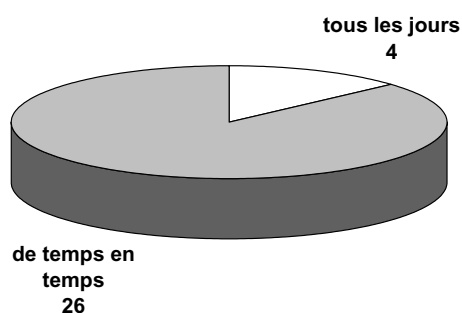


La quasi totalité des familles est équipée d'un ordinateur : 52 enfants sur les 56 ayant répondu aux questionnaires, soit 93% d'entre eux. Les consoles de jeux sont légèrement moins fréquentes : 3 élèves sur 4 en possèdent une.

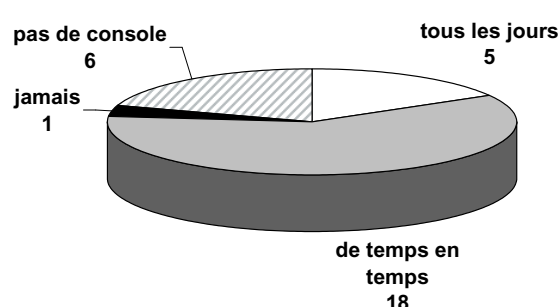
Equipement en ordinateur/console	CP (n=30)	CE2 (n=13)	CM2 (n=13)	Total (n=56)	
ni ordinateur, ni console	-	3	-	3	5%
dispose d'un ordinateur	6	4	1	11	20%
dispose d'une console	-	-	1	1	2%
un ordinateur et une console	24	6	11	41	73%

Parmi les 30 élèves de CP, tous disposent d'un ordinateur à la maison et s'en servent. La plupart déclarent l'utiliser de temps en temps, mais pour 4 enfants l'utilisation est quotidienne. Concernant la console de jeux, 24 enfants en disposent et 23 s'en servent, dont 5 quotidiennement.

Utilisation de l'ordinateur chez les élèves de CP



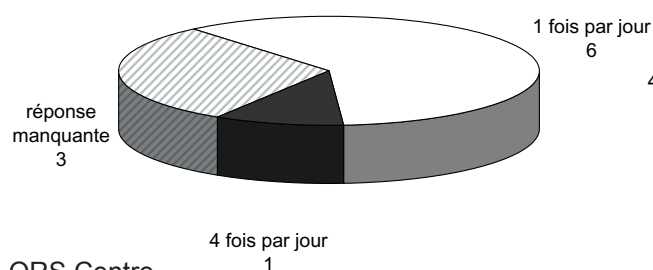
Utilisation de la console chez les élèves de CP



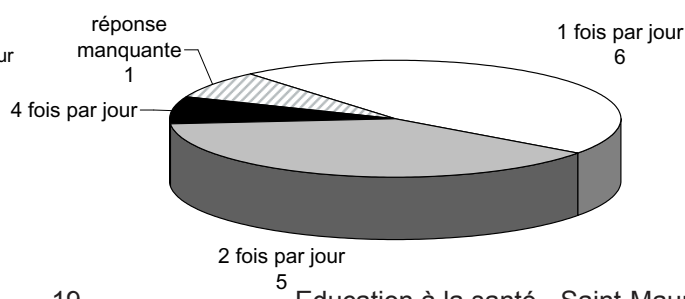
Sur les 10 élèves de CE2 qui disposent d'ordinateurs ou de consoles, 7 ont précisé à quels moments de la journée ils emploient ces appareils : le matin avant de partir à l'école, le midi, le soir en rentrant de l'école, le soir après le dîner. Chez les CM2, 12 élèves sur 13 ont donné cette information.

La plupart des élèves de CE2 n'utilise l'ordinateur ou la console qu'à un seul moment de la journée. Généralement, ils jouent en rentrant de l'école (5), un enfant joue le soir après le repas. Un enfant a cité chaque proposition. Les élèves de CM2 sont plus nombreux à citer 2 moments de la journée. Dans cette classe on compte également un enfant ayant cité chacune des 4 propositions.

Utilisation de l'ordinateur et de la console chez les élèves de CE2



Utilisation de l'ordinateur et de la console chez les élèves de CM2



1.5 Les repas

Lieu du déjeuner

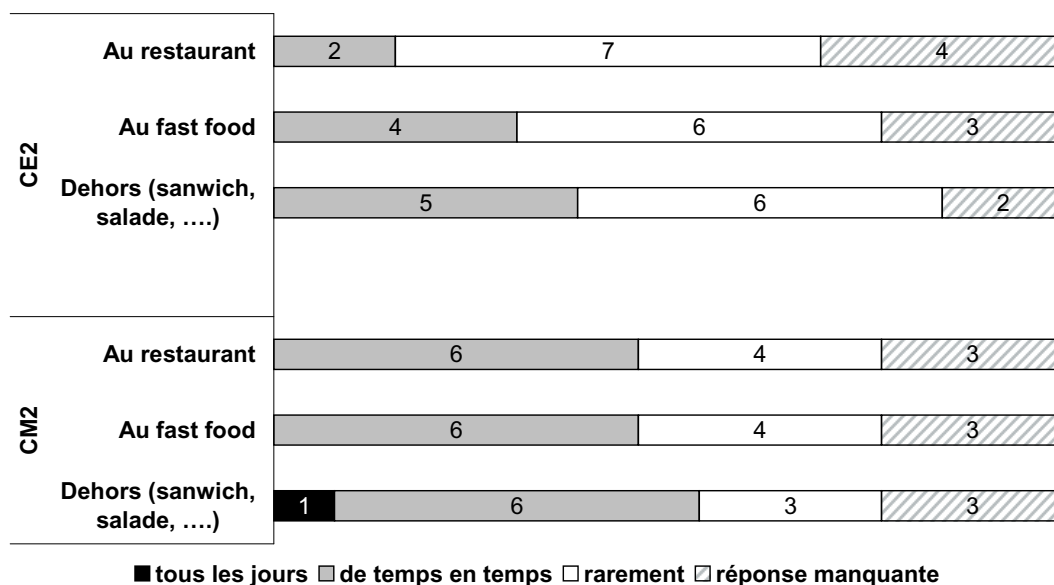
Parmi les élèves de maternelle, la répartition du lieu de déjeuner est assez équilibrée avec 6 enfants qui déjeunent à la cantine, 5 à la maison et enfin 6 qui déjeunent en alternance à la cantine ou chez eux. En CP, les élèves déjeunant exclusivement à la maison sont plus rares.

Lieu de déjeuner	à la cantine	à la maison	à la cantine ou à la maison	Réponse manquante	Total
Maternelle	6	5	6	-	17
CP	15	2	12	1	30

Les élèves de CE2 et CM2 ont pu préciser leurs réponses. Ils ont également fourni des renseignements sur la fréquence à laquelle ils prennent leurs repas à l'extérieur.

Lieu de déjeuner	à la cantine				à la maison			
	tous les jours	de temps en temps	rarement	réponse manquante	tous les jours	de temps en temps	rarement	réponse manquante
CE2 (13)	6	2	3	2	6	3	2	2
CM2 (13)	10	2	1	-	7	3	-	3

Fréquence des repas pris à l'extérieur



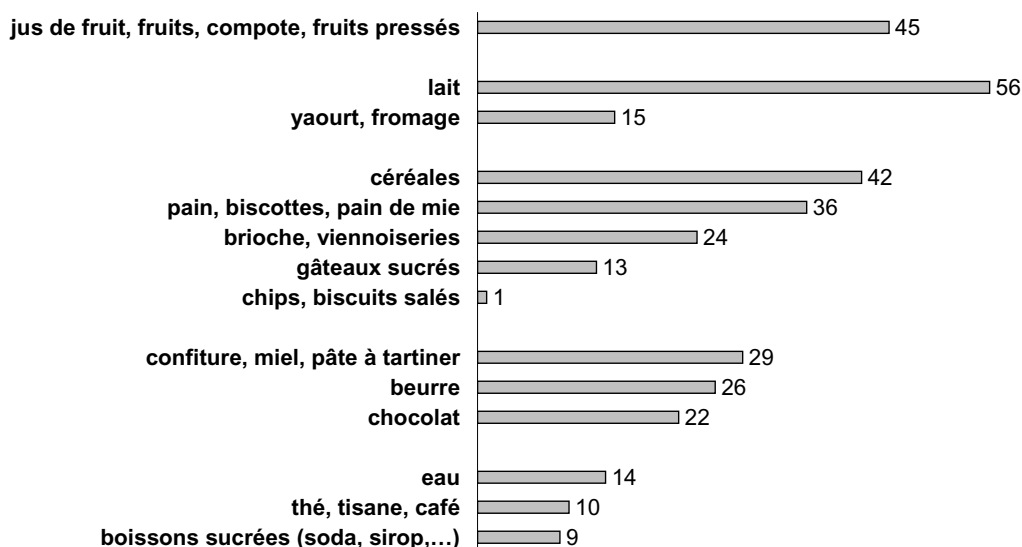
Une analyse de l'alimentation quotidienne des enfants a été réalisée, en fonction de ce qu'ils mangent généralement au petit déjeuner, aux goûters du matin et du soir et ce qu'ils avaient consommé lors du déjeuner et du dîner les plus récents. Dès lors qu'aucun aliment n'est cité pour le déjeuner ou le dîner, le questionnaire n'est pas pris en compte. 65 questionnaires ont ainsi été étudiés. Lorsqu'il n'y avait pas de réponse pour le petit déjeuner ou les collations, on considère que l'enfant n'a rien pris à ce repas.

nombre de questionnaires ...	Maternelle (questionnaires parents)	CP	CE2	CM2	Total
recueillis	17	30	13	13	73
contenant des réponses manquantes pour les repas	1	-	3	4	8
utilisés pour l'analyse des repas	16	30	10	9	65

Le petit déjeuner

Le graphique ci-dessous présente pour chaque aliment le nombre d'enfants ayant déclaré consommer cet aliment au petit déjeuner. Le fait qu'un aliment soit cité ne signifie pas qu'il est consommé systématiquement au petit déjeuner : ainsi certains enfants ont cité tout à la fois céréales, pain, brioche et gâteaux ! ce qui ne veut pas dire qu'ils prennent tous ces aliments le matin, mais plutôt qu'ils alternent ces différents produits pour leur petit déjeuner.

Aliments consommés au petit déjeuner



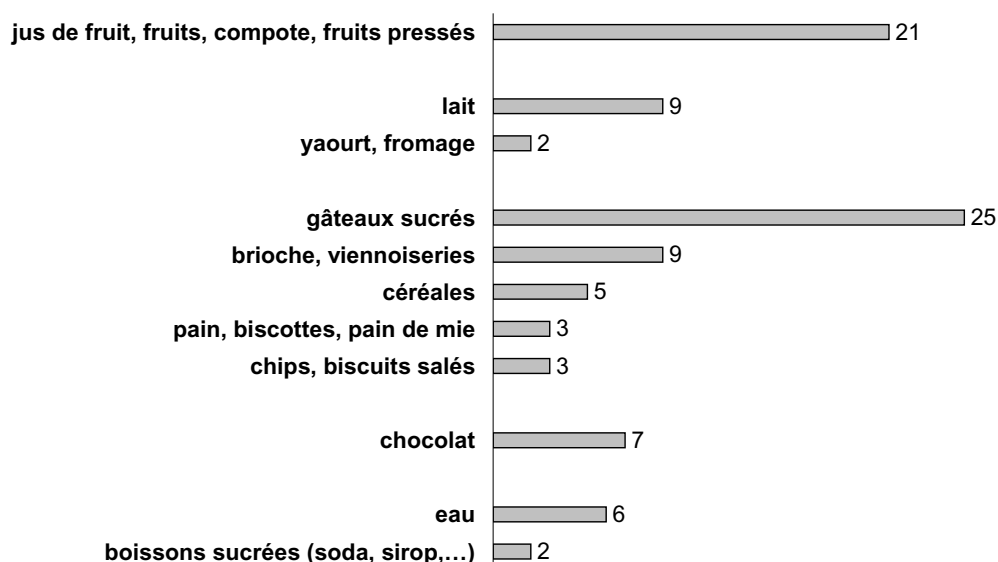
Un petit déjeuner équilibré devrait comporter «un laitage, un produit céréalier, et un fruit ou jus de fruits». 7 enfants n'ont cité ni les yaourts, ni le lait, ce qui semble indiquer qu'ils ne consomment jamais de laitages au petit déjeuner. De la même façon, 4 enfants ne mangent apparemment aucun produit céréalier (pain, céréales, brioche, viennoiseries ou gâteaux) le matin. Les élèves ne consommant pas ces 2 types d'aliments le matin seraient donc relativement minoritaires. En revanche, les fruits ou jus de fruits ne sont pas cités dans 20 questionnaires. Il y aurait donc près de 3 enfants sur 10 qui n'intègrent pas de fruit à leur petit déjeuner.

Les collations

L'Agence française de sécurité des aliments estime que «*la collation du matin à l'école, de par sa composition, son horaire, son caractère systématique et indifférencié, n'est pas justifiée et ne constitue pas une réponse adaptée à l'absence de petit déjeuner. Le souci de pallier l'insuffisance des apports matinaux observée chez une minorité d'enfants aboutit à un déséquilibre de l'alimentation et à une modification des rythmes alimentaires de la totalité des écoliers, et cette prise alimentaire supplémentaire est à l'origine d'un excès calorique qui ne peut que favoriser l'augmentation de la prévalence de l'obésité constatée depuis 30 ans chez les enfants d'âge scolaire en France*».

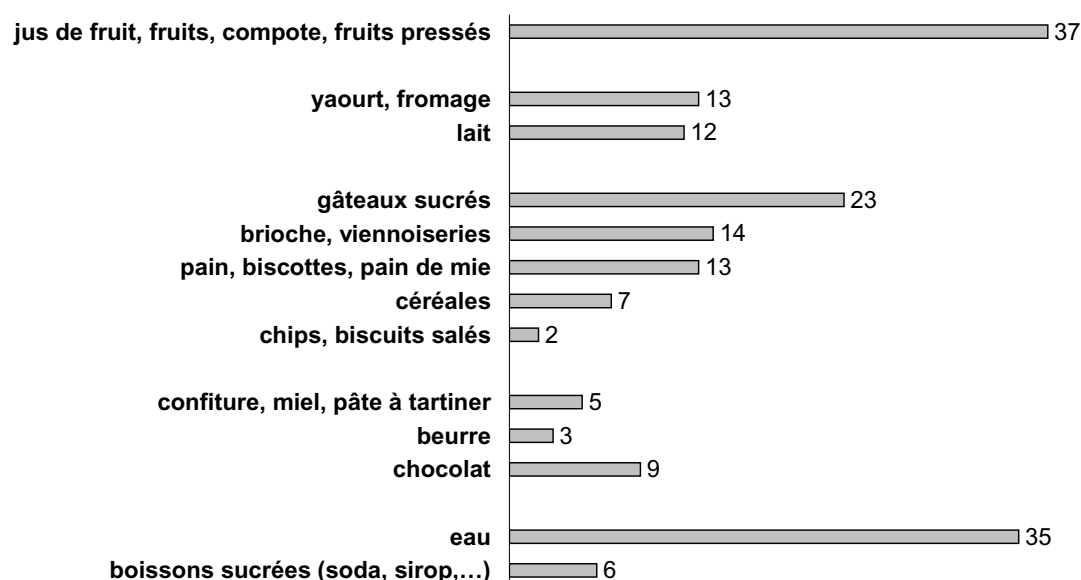
Or, 39 enfants sur les 65 considérés (soit 6 sur 10) prennent un goûter le matin. Cette recommandation semble donc être méconnue ou ignorée par les parents, qui pensent sans doute bien faire en prévoyant un en-cas pour leur enfant, par crainte qu'il ait faim avant le déjeuner ou qu'il ne mange pas suffisamment à midi. «*Il est courant que les parents glissent des aliments dans le cartable de leur enfant «au cas où». Le plus souvent, ils craignent que, si le menu de la cantine ne convient pas à leur enfant, celui-ci ne mange rien jusqu'au goûter. Une étude menée en Loire-Atlantique sur le contenu des poches et des cartables des enfants a montré qu'il était composé dans 80% des cas de produits sucrés (45% de biscuits, pâtisseries ou chocolats et 6% de jus de fruits ou de sodas) et très rarement de fruits ou de produits laitiers (7%) ou de pain (13%). Rien ne justifie une telle pratique*». On constate en effet que les aliments consommés par les élèves de Saint-Maur au goûter du matin sont essentiellement des gâteaux ou viennoiseries, pratiques à transporter, mais riches en sucre et en matières grasses.

Aliments consommés au goûter du matin



Le goûter de l'après-midi, pris à la maison, se compose d'aliments plus variés. Il est aussi plus suivi : 50 enfants sur les 65 répondants prennent quelque chose à ce moment de la journée.

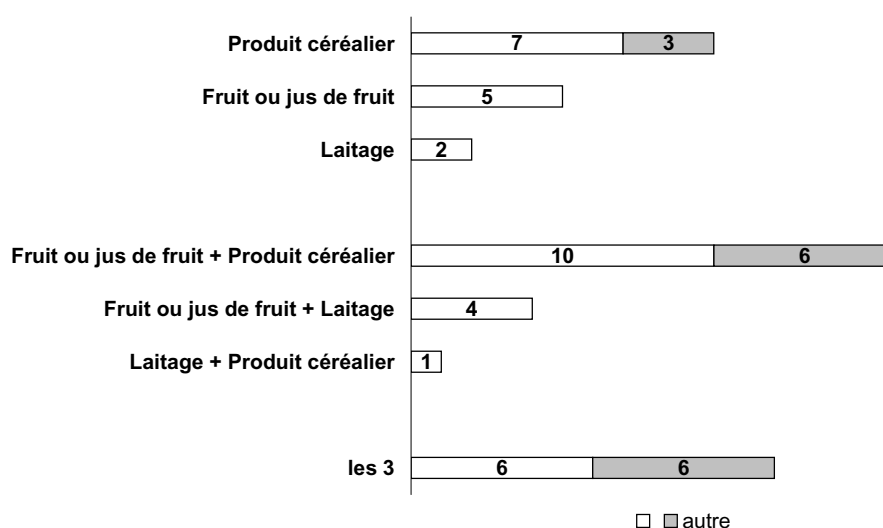
Aliments consommés au goûter de l'après-midi



Contrairement à la collation du matin, le goûter de l'après-midi est partie intégrante du rythme alimentaire de l'enfant : «*Le goûter pris dans l'après-midi, souvent à la sortie de l'école, est important pour l'enfant, et ne doit pas être confondu avec d'autres prises alimentaires non structurées s'apparentant plus à du grignotage. Idéalement, il se compose d'un ou deux aliments à choisir parmi les groupes suivants : fruits ou jus de fruits, laitages, produits céréaliers*». Afin de vérifier combien d'enfants prennent un goûter correspondant à cette recommandation, des regroupements ont été effectués pour obtenir ces 3 familles d'aliments. Les produits n'appartenant à aucune de ces catégories (soda, chocolat, ...) sont regroupés sous le terme «*autre*».

Il apparaît ainsi que 21 enfants prennent bien un goûter composé de 2 types d'aliments proposés. Il s'agit généralement d'un produit céréalier accompagné d'un fruit ou d'un jus de fruit (et d'un autre produit pour 6 enfants). 17 enfants ne consomment qu'une seule de ces catégories d'aliments et enfin 12 consomment les 3. La part d'enfants ajoutant un autre produit (soda, chocolat, ...), gras et/ou sucré, à leur goûter reste limitée puisque c'est le cas pour seulement 15 enfants. Cependant, comme le montre le graphique précédent, les produits céréaliers consommés au goûter sont souvent des gâteaux ou des viennoiseries.

Types de produits consommés au goûter de l'après-midi

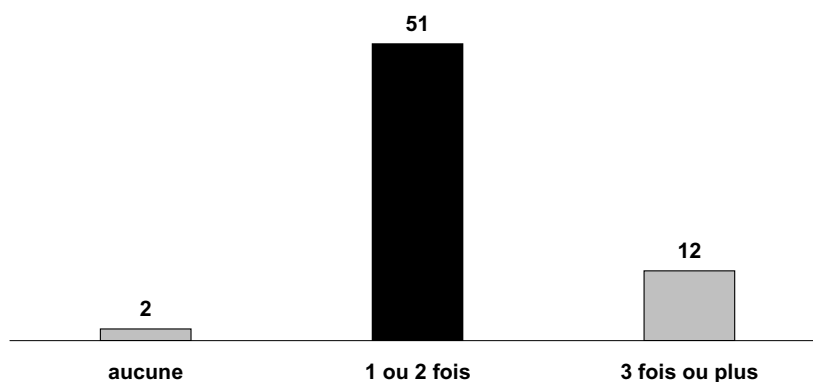


Consommation quotidienne des différents groupes d'aliments

La fréquence quotidienne de consommation a été estimée pour chacune des grandes familles d'aliments. Les graphiques suivants présentent, pour chaque groupe d'aliments, le nombre de portions consommées quotidiennement. La quantité recommandée (PNNS) est présentée en noir.

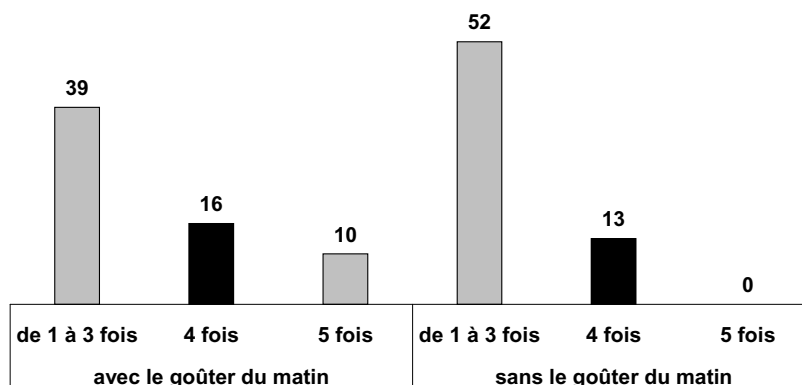
Concernant la consommation de viande, la recommandation est de «ne donner de la viande qu'une seule fois par jour (ou bien donner des quantités plus petites lorsque de la viande est consommée aux repas de midi et du soir)». Une large majorité d'enfants ont une consommation qui correspond à cette recommandation. La part d'enfants n'ayant pas mangé de viande est très minoritaire.

Consommation de viande, produits de la pêche, œufs au cours de la journée

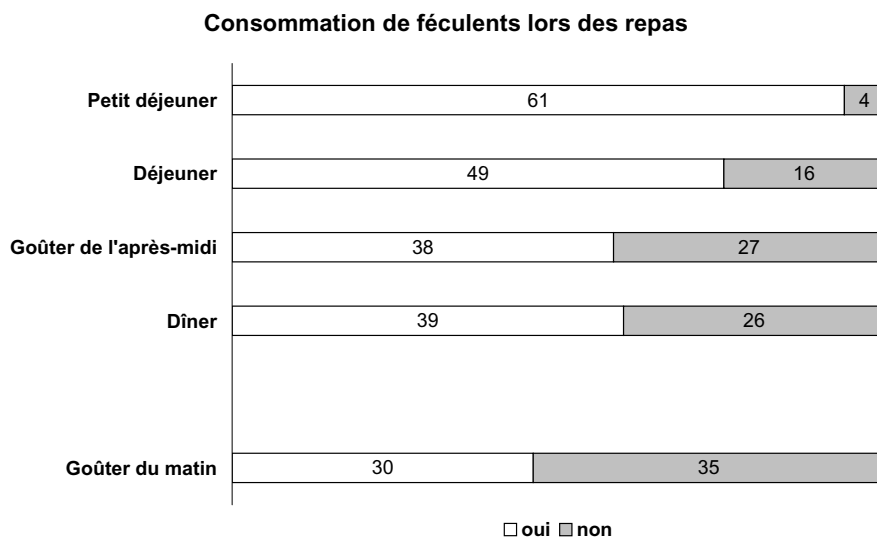


D'après le PNNS, des féculents doivent être pris «à chaque repas et selon l'appétit», ce qui correspond à une consommation 4 fois par jour (petit déjeuner, déjeuner, goûter de l'après-midi et dîner, la collation du matin étant déconseillée). Pour 39 enfants la consommation n'atteint pas les 4 portions recommandées au cours de la journée. Cependant la majorité d'entre eux (28) en prennent tout de même 3. Pour une dizaine d'enfants, il y a 5 prises de féculents quotidiennes, dues à la collation matinale. En ne tenant pas compte de ce goûter, ce sont 52 enfants, soit 8 sur 10, qui n'atteignent pas la recommandation journalière.

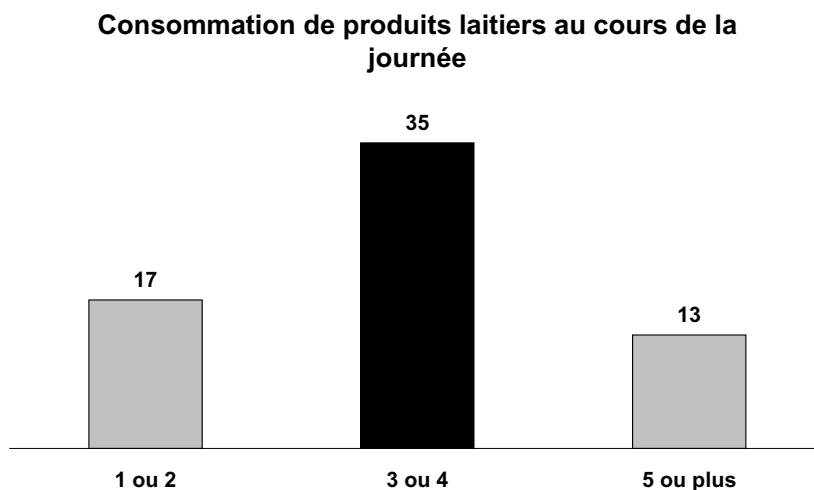
Consommation de féculents au cours de la journée



Le petit déjeuner est le repas pour lequel cette recommandation est la plus souvent respectée, puis la consommation de féculents au cours des repas diminue au cours de la journée. L'après-midi et le soir, près de 6 enfants sur 10 ne prennent pas de produit céréalier.

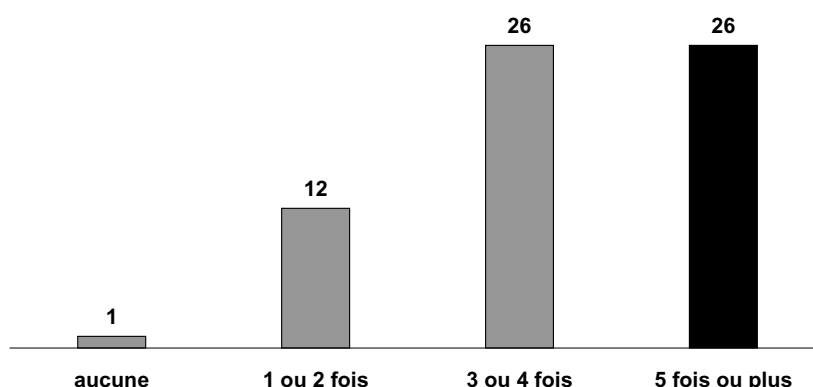


En matière de produits laitages, le repère de consommation est de consommer «*3 produits laitiers par jour (ou 4 en fonction de la taille de la portion et de la richesse en calcium)*» et on rappelle qu'«*il n'est pas nécessaire d'encourager la consommation de produits laitiers au delà.*» Un peu plus de la moitié des enfants ont une consommation adaptée.



Les fruits et légumes sont la catégorie d'aliments pour laquelle on observe la sous-consommation la plus importante. Le PNNS recommande la consommation de «*5 fruits et /ou légumes par jour (avec des portions adaptées à la taille de l'enfant)*» : c'est le cas pour seulement 26 enfants. Pour 26 enfants, la consommation journalière de fruits et légumes est cependant assez proche du seuil recommandé, avec 3 ou 4 portions quotidiennes. On compte tout de même 13 enfants qui mangent des fruits et légumes en quantité très insuffisante (de 0 à 2 fois par jour). Les jus de fruits ont été inclus dans ce décompte, sans qu'on puisse distinguer s'il s'agit vraiment de «*fruit pressé ou jus de fruit sans sucre ajouté*» suivant les conseils du PNNS.

Consommation de fruits, jus de fruits et légumes au cours de la journée

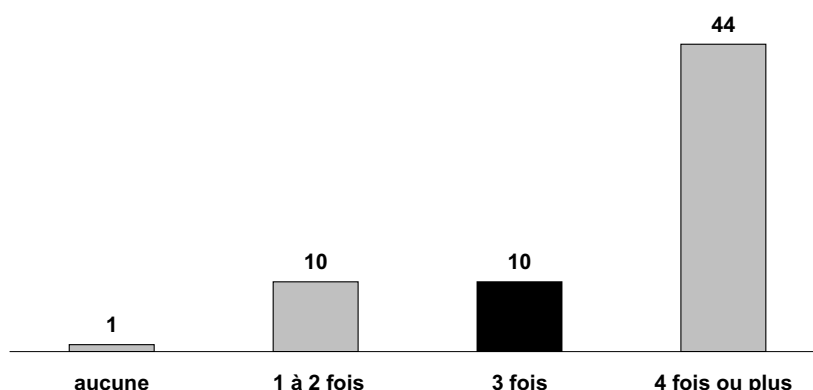


La consommation de matières grasses a également été estimée, en comptant une prise pour :

- les aliments panés ou frits,
- les sauces, le beurre, la pâte à tartiner,
- le fromage, la crème glacée
- la brioche, les viennoiseries, les biscuits salés ou sucrés,
- les plats préparés et sandwiches (lasagnes, hamburger, ...)

Ce décompte est probablement sous-estimé, car certaines prises de matières grasses sont souvent éludées dans les questionnaires. Par exemple, on ne sait pas si les crudités sont accompagnées de vinaigrette, si les pâtes sont additionnées de beurre... Cependant, même sous-estimée, la consommation de matières grasses dépasse déjà les 3 prises quotidiennes recommandées pour une grande partie des enfants.

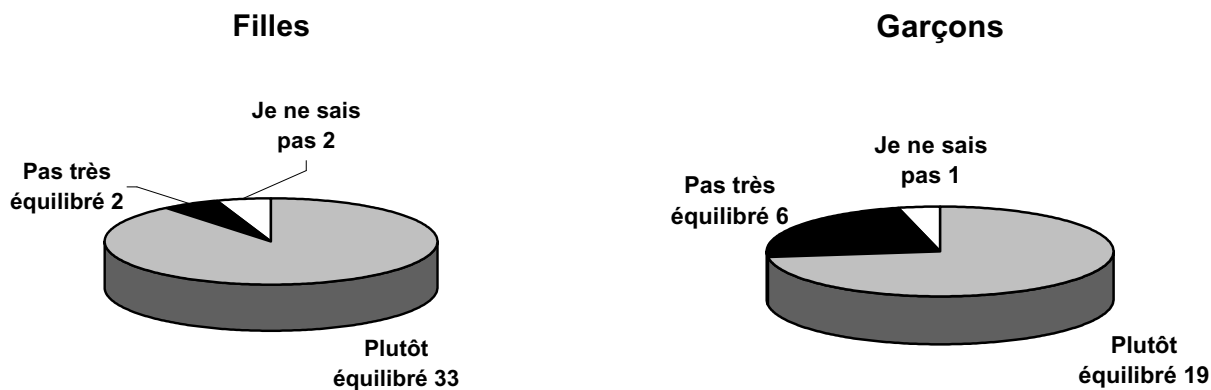
Consommation de matières grasses au cours de la journée



Équilibre et quantité

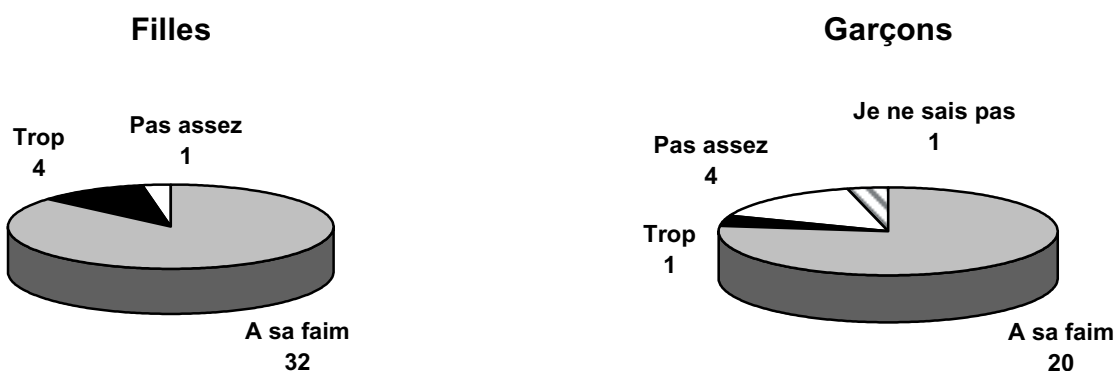
Les parents pouvaient donner leur avis sur l'équilibre des repas de leurs enfants, ainsi que sur la quantité de nourriture consommée. 52 parents (83%) pensent que les repas de leur enfant sont plutôt équilibrés. 8 enfants ont des repas qui ne sont pas très équilibrés selon leurs parents : 6 garçons pour 2 filles.

Selon vous, les repas de votre enfant sont ...



Les enfants qui, selon leurs parents, mangent trop, sont essentiellement des filles. A l'inverse, sur les 5 enfants qui ne mangent pas assez, on compte 4 garçons pour une fille.

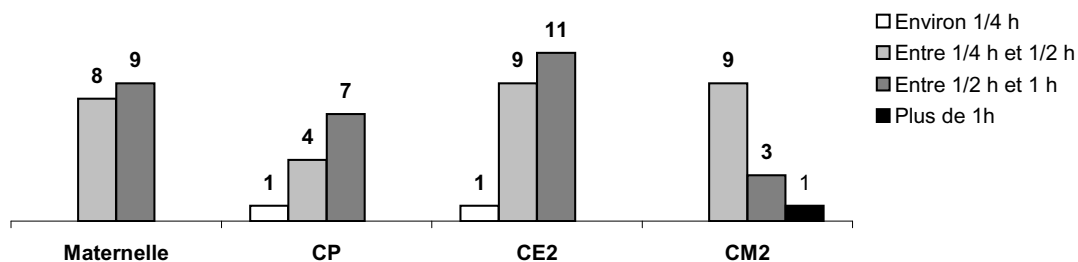
Selon vous, votre enfant mange ...



Durée et circonstances des repas

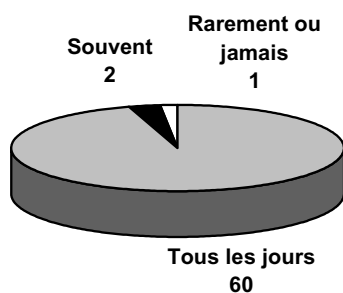
A la maison, rares sont les enfants qui prennent leurs repas en moins d'un quart d'heure (2) ou à l'inverse en plus d'une heure (1). Pour 30 enfants (48%), la durée des repas est comprise entre 1/4h et 1/2h. 30 enfants également prennent leurs repas en 1/2h - 1h.

Durée des repas pris à la maison selon la classe

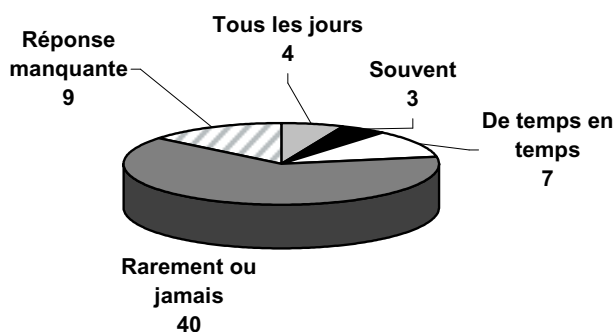


La quasi totalité des enfants prend tous leurs repas en famille. 14 enfants (22%) prennent leurs repas en regardant la télévision, au moins de temps en temps. Ecouter la radio est moins courant : c'est le cas pour 5 enfants (8%). Cependant, ces chiffres sont peut-être sous-évalués car un nombre important de parents n'ont pas répondu à ces 2 questions.

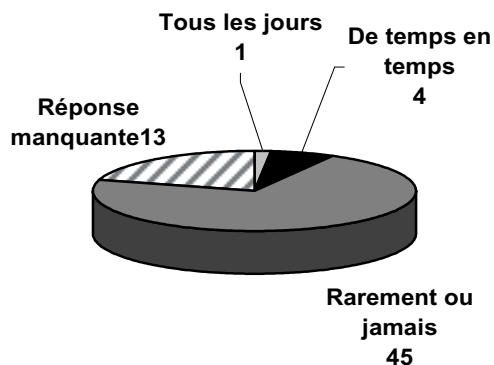
En famille



Devant la télévision



En écoutant la radio



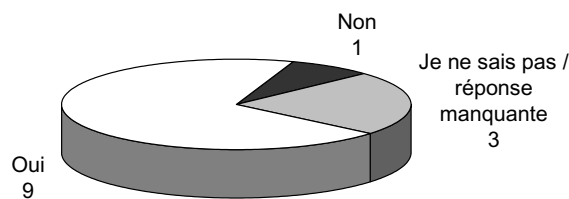
1.6 Le tabac

Parmi les enfants, seuls les 13 élèves de CM2 étaient questionnés sur ce thème. Parmi eux, 4 vivent avec au moins une personne qui fume (parents, frères ou soeurs).

Quelle est ton opinion sur la consommation de tabac ?	Oui	Non	Je ne sais pas
C'est gênant	13	0	0
C'est idiot	12	0	1
C'est sympathique	0	12	1
Ca m'est égal	2	11	0

Tous ces enfants trouvent que le tabagisme est gênant, cependant 2 déclarent en parallèle que ça leur est égal (il s'agit d'enfants vivant dans des foyers non fumeurs). 9 enfants savent que le tabac a des effets néfastes sur la santé.

Sais-tu s'il y a des effets secondaires du tabac sur la santé ?

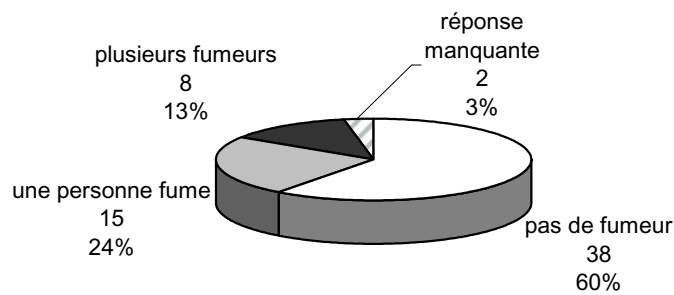


8 ont précisé quels étaient selon eux les dangers du tabagisme :

- «cancers, problèmes de respiration»
- «On peut être atteint du tabac. Les poumons peuvent être atteints et puis on peut avoir un cancer des poumons.»
- «Ca abîme les poumons et le sang devient tout noir.»
- «Quand nous fumons nous abîmons nos poumons, notre oesophage, etc...»
- «Nous pouvons mourir d'un cancer des poumons.»
- «Les poumons se remplissent de fumée et après on peine à respirer.»
- «Les poumons deviennent noirs ce qui provoque un cancer du poumon.»

Parmi les 63 questionnaires parents recueillis, 23 (37%) proviennent d'un foyer où il y a au moins un fumeur.

A la maison ...



Parmi les foyers «fumeurs», environ la moitié des parents reconnaissent que leurs enfants sont gênés par le tabagisme à la maison. A noter que 2 parents ont mal interprété la proposition «je ne suis pas concerné car personne ne fume dans la maison», qui s'adressait normalement aux non fumeurs. Ces parents semblent considérer que le tabagisme n'est plus un problème pour les enfants, dès lors que le danger du tabagisme passif est écarté en fumant à l'extérieur.

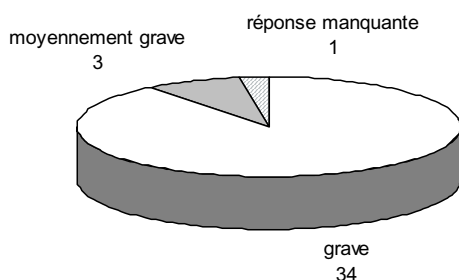
Que pense votre enfant du tabagisme à la maison ?

Il trouve cela gênant	11	48%
Ca ne le dérange pas	6	26%
Il semble indifférent	3	13%
Je ne suis pas concerné, personne ne fume dans la maison	2	9%
Réponse manquante	1	4%

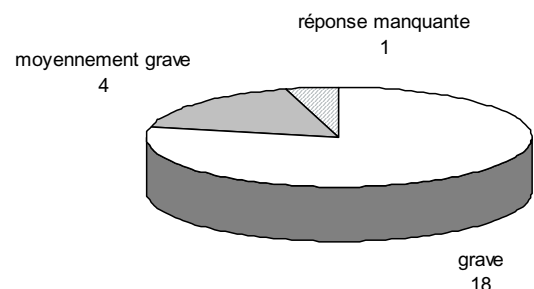
Parmi les 23 foyers avec fumeurs, 4 parents trouveraient moyennement grave que leur enfant se mette à fumer. Ces 4 personnes ont toutes répondu à la question précédente que le tabagisme ne dérangeait pas leur enfant. Parmi les foyers sans fumeurs, on compte également 3 parents ayant répondu «moyennement grave». Cependant, aucune réponse «peu grave» n'a été relevée.

Si, plus tard, votre enfant se mettait à fumer, vous trouveriez ça ...

dans les foyers sans fumeurs



dans les foyers avec fumeurs



1.7 L'alcool

Seuls les questionnaires adressés aux CM2 abordaient ce thème. Ces élèves pouvaient donner leur avis en une phrase sur la consommation d'alcool, 9 sur 13 l'ont fait.

Concernant les effets de l'alcool, l'état d'ivresse est le plus fréquemment cité : il est mentionné par 4 enfants. 2 enfants parlent du risque d'accident de la route. Enfin 2 autres évoquent des conséquences sur la santé. Parmi les élèves qui portent un jugement sur l'alcool, les avis sont plutôt modérés (pas très bien, pas très correct). Pour certains d'entre eux, la consommation d'alcool est tout à fait acceptable du moment qu'elle reste occasionnelle ou limitée.

Réponses des élèves de CM2 :

- «Ce n'est pas bien, parfois ça rend saoul méchant et on fait des bêtises.»
- «Ca rend saoul.»
- «Je ne trouve pas ça très correct parce que si l'on prend la voiture on peut avoir un accident grave, mais on peut en boire quand même un petit peu.»
- «Ce n'est pas très bien, juste pendant les grandes occasions.»
- «Ce n'est pas très bien si on en boit tout le temps, mais pour les adultes une fois de temps en temps c'est bien».
- «C'est inutile, ce n'est pas bon pour la santé.»
- «C'est mauvais pour la santé et on peut en mourir.»
- «Que ça rend saoul et quand on prend le volant on provoque un accident.»
- «Mon opinion sur l'alcool est que ça rend saoul on fait n'importe quoi.»

1.8 L'exposition au soleil

Les élèves de CP, CE2 et CM2 ont été consultés sur les précautions à adopter lors d'une exposition au soleil. Globalement, plus de 8 enfants sur 10 prennent des lunettes de soleil, un chapeau, de l'eau et un parasol lors d'une exposition au soleil. Quant à la crème solaire, il sont près de 100% à l'employer. Le port du T-shirt est généralisé parmi les CE2 et CM2, mais minoritaire chez les CP (1 enfant sur 3).

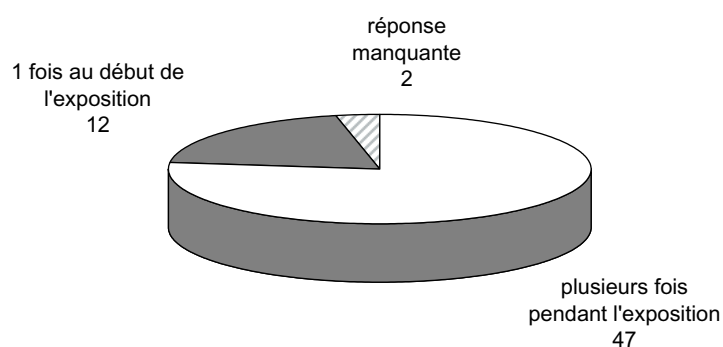
Lorsque tu vas au soleil, que prends-tu avec toi ?	CP (n=30)	CE2 (n=13)	CM2 (n=13)	Total (n=56)
de la crème solaire	30	11	13	54 96%
des lunettes de soleil	28	10	12	50 89%
un bob ou une casquette	26	10	13	49 88%
de l'eau	25	11	12	48 86%
un parasol	25	9	12	46 82%
un T-shirt	10	10	12	32 57%

Pour les élèves de CM2, les connaissances concernant les dangers du soleil ont été testées à l'aide de 4 questions. Les 13 élèves ont répondu correctement à la question sur les dangers des coups de soleil et des grains de beauté. La question, pourtant assez proche, sur les effets néfastes de l'exposition au soleil, compte 2 réponses manquantes. 3 enfants n'associent pas systématiquement cancers de la peau et soleil. Enfin, la question qui compte le moins de bonnes réponses est la première : 1 élève répond que l'exposition au soleil est bonne pour la santé, 3 sont hésitants.

	plutôt d'accord	pas d'accord	je ne sais pas / réponse manquante
L'exposition au soleil est bonne pour la santé, pleine de vitamines.	1	9	3
L'exposition au soleil peut avoir des effets néfastes sur la santé.	11	0	2
Les coups de soleil et les grains de beauté peuvent être dangereux.	13	0	0
Les cancers de la peau viennent du soleil.	10	0	3

Voyons ce qu'il en est parmi les parents. Sur les 63 répondants, 61 déclarent appliquer de la crème solaire à leur enfant lors d'une exposition importante au soleil. Une personne seulement ne le fait pas et une n'a pas répondu à la question. Toutefois, parmi les parents qui mettent de la crème à leurs enfants, 12 ne le font qu'au début de l'exposition et ne renouvellent pas l'application par la suite.

A quel moment appliquez-vous de la crème à votre enfant ?

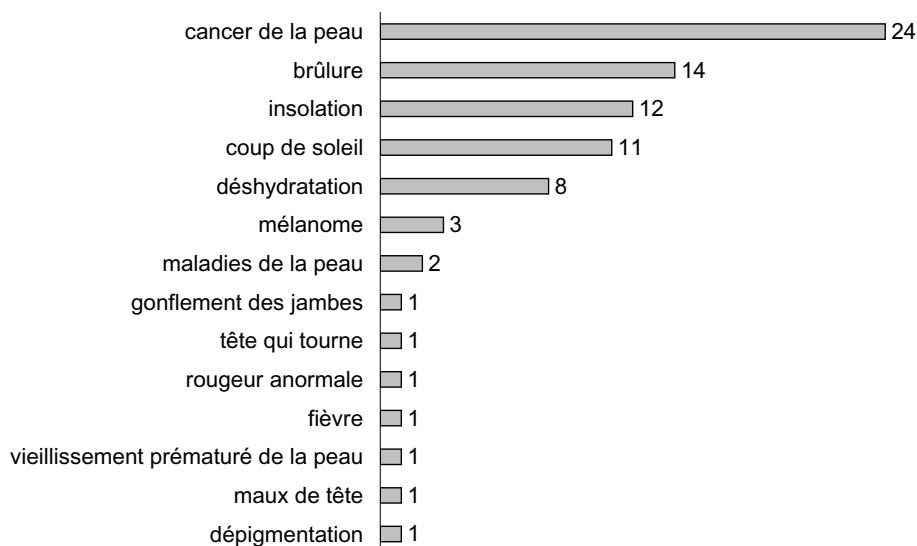


A la question « Connaissez-vous les risques encourus lors d'une exposition au soleil ? », 7 parents n'ont pas donné de réponse (dont la personne qui n'emploie pas de crème solaire).

Un parent a répondu non. Cette personne applique tout de même de la crème à son enfant, mais une seule fois au début de l'exposition. L'utilisation de crème solaire laisse à penser que malgré sa réponse négative, cette personne soupçonne les dangers du soleil. Peut-être manque-t-elle d'informations pour pouvoir les préciser et pour savoir qu'il faut renouveler l'application.

19 personnes ont répondu oui, sans plus de précisions. Toutes utilisent de la crème solaire : 16 plusieurs fois pendant l'exposition, 1 au début seulement, 2 ne l'ont pas précisé. Enfin, 35 parents ont cité des risques d'exposition au soleil.

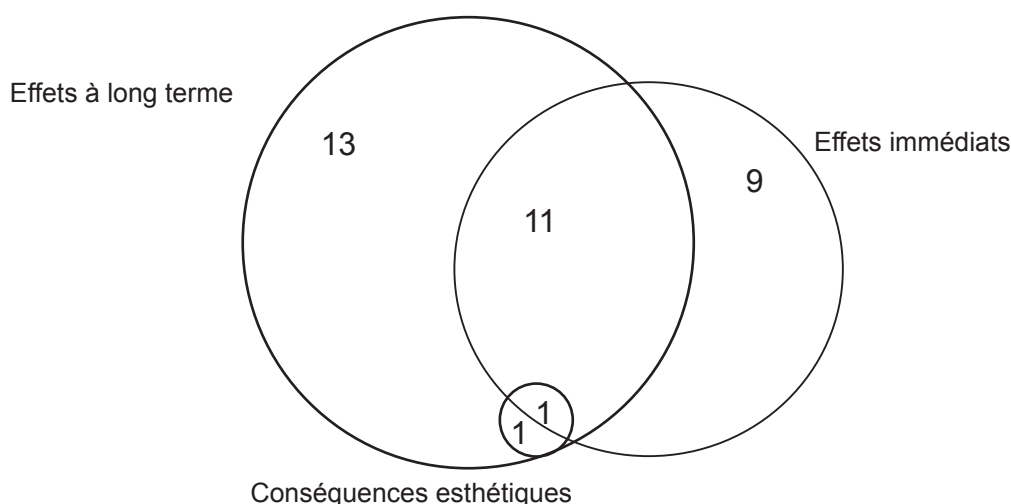
Risques cités par les parents



Parmi les risques cités par les parents, on peut distinguer 3 types d'effets de l'exposition au soleil :

- les effets «immédiats» du soleil : brûlure, coup de soleil, insolation, déshydratation, maux de tête, rougeur...
- les effets «à plus long terme» : cancer, mélanome, maladies de la peau,
- les conséquences esthétiques : dépigmentation, vieillissement prématuré de la peau.

Types de risques cités par les parents



Les conséquences esthétiques, du fait de leur caractère moins «dangereux», sont très peu citées par les parents, toujours en association avec d'autres risques. En ce qui concerne les effets sur la santé, 14 parents n'ont cité que des effets à long terme (le plus souvent le cancer), omettant les risques plus immédiats tels que les brûlures ou l'insolation. A l'inverse, 9 personnes n'ont pas du tout évoqué le cancer, le mélanome ou les maladies de la peau. Enfin, 12 parents ont mentionné à la fois ces 2 aspects.

2. L'IMPACT DES ACTIONS AUPRÈS DES ENFANTS, OBSERVÉ PAR LES PARENTS

1 mère n'a pas renseigné cette partie du questionnaire. 62 questionnaires seront donc pris en compte dans ce chapitre.

Les dents et l'alimentation sont les sujets les plus abordés avec les parents.

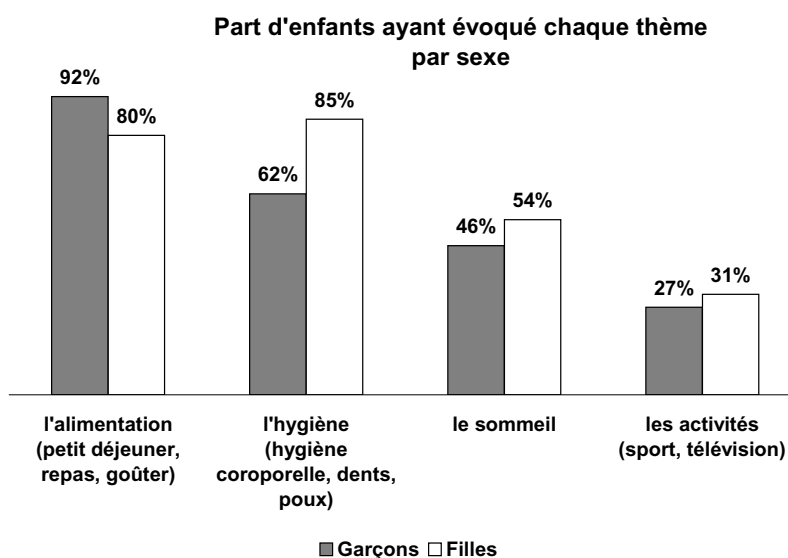
Parmi les 62 parents ayant répondu, 61 ont entendu parler des interventions par leur enfant. Dans le questionnaire, ces parents étaient invités à citer les sujets dont leurs enfants leur ont parlé, parmi les suivants :

- les dents
- l'hygiène corporelle
- la télévision
- le sommeil
- le petit déjeuner
- le goûter
- les repas
- les poux
- le sport, l'activité physique
- les UV, la peau, les grains de beauté
- autre, à préciser

En moyenne, les enfants ont évoqué 4 sujets avec leurs parents. Cette moyenne augmente légèrement avec l'âge des enfants (de 3,7 sujets chez les maternelle à 5,2 chez les CM2 [pour qui 3 sujets supplémentaires étaient proposés]). En revanche, on n'observe pas de différence entre filles et garçons pour le nombre de sujets invoqués.

Les dents et le petit déjeuner sont les sujets dont les enfants parlent le plus : ils sont plus de 70% à avoir abordé ces thèmes avec leurs parents. Viennent ensuite les repas (52%), le sommeil (51%), le goûter (40%) et l'hygiène corporelle (30%). Les 3 thèmes les moins abordés sont les poux (23%), le sport et l'activité physique (21%) et enfin la télévision (16%). Le sujet UV/peau/grains de beauté n'a jamais été mentionné.

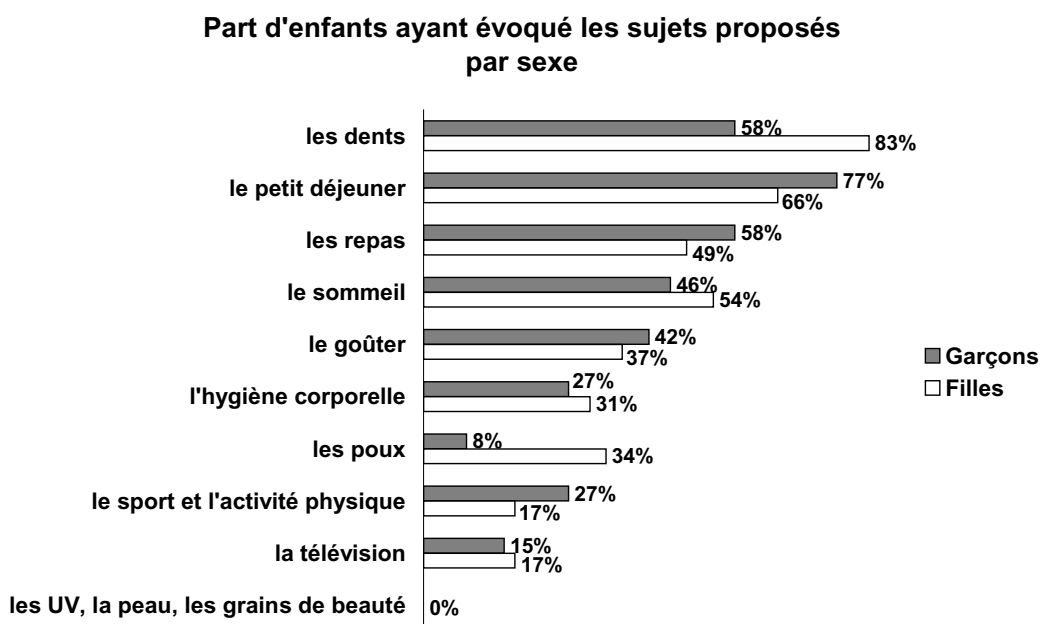
En regroupant les sujets en 4 grands thèmes (l'alimentation, l'hygiène, le sommeil et les activités), il ressort que l'alimentation est le thème le plus souvent évoqué par les enfants (85%). 3 enfants sur 4 ont parlé à leurs parents d'un sujet concernant l'hygiène et 1 sur 2 du sommeil. Ils ne sont que 30% à avoir abordé le sport ou la télévision.



Les parents pouvaient éventuellement préciser un autre sujet dont leur enfant leur aurait parlé. 2 d'entre eux l'ont fait, pour ajouter la sécurité dans les véhicules et l'importance des fruits et des légumes.

Les filles parlent plus des dents et des poux.

Concernant les poux, on note que les filles sont plus nombreuses à en discuter avec leurs parents : 34% contre seulement 8% des garçons. Les filles sont certainement plus concernées et plus préoccupées par ce problème. Il en va de même pour les dents.



Chez les CM2, le corps et le tabac sont plus cités que l'alcool

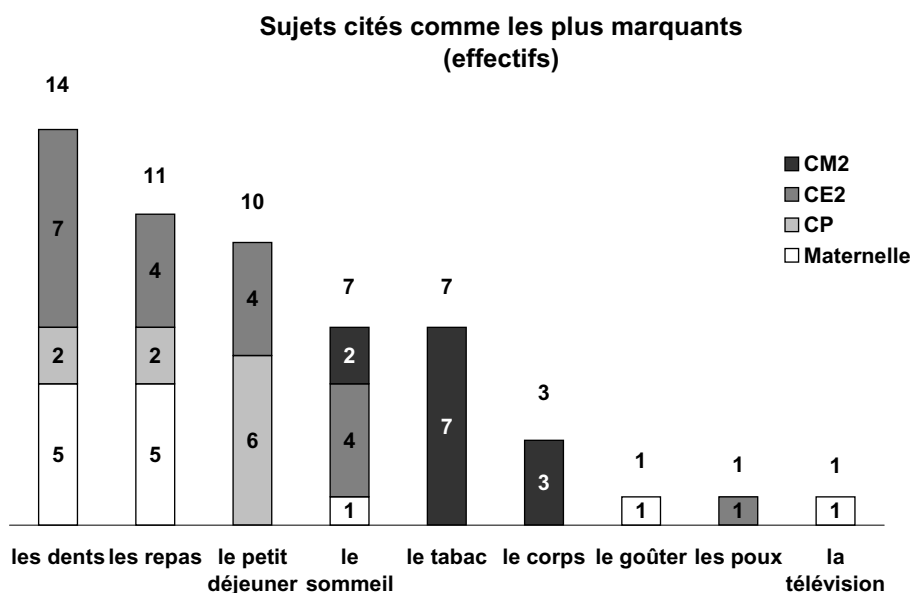
Les parents des élèves de CM2 pouvaient également cocher 3 sujets supplémentaires : le tabac, l'alcool et le corps garçon/fille. Cependant le tabac et l'alcool ont été cochés par 3 parents d'élèves plus jeunes. Ces 3 réponses ne sont pas prises en compte.

Tandis que quasiment tous les enfants de CM2 (12 sur 13) ont parlé du tabac et du corps avec leurs parents, l'alcool est moins souvent évoqué (6 enfants sur 13). Cela s'explique par le fait que l'alcool a été très peu (voire pas du tout abordé) lors de l'intervention de l'ANPAA. Les enseignants avaient en effet émis le souhait que les thèmes alcool et drogues ne soient pas évoqués et que l'intervention se concentre essentiellement sur le tabac. Notons que le thème de l'alcool a tout de même pu être abordé lors d'interventions portant sur d'autres thématiques (l'alimentation par exemple).

Les sujets les plus souvent cités sont aussi les plus marquants.

Parmi les 61 parents ayant cité des sujets, 6 n'ont pas indiqué de sujet plus marquant que les autres. Le sujet le plus marquant a donc été analysé sur les réponses de 55 parents. L'hygiène corporelle, le sport et l'activité physique ne sont jamais cités comme sujet le plus marquant (et bien sûr les UV, pas cités du tout).

Parmi les sujets qui semblent les plus frappants, on retrouve (tout à fait logiquement) les sujets les plus souvent abordés : les dents, les repas, le petit déjeuner et le sommeil. Les dents sont le sujet le plus évoqué par les enfants, c'est également ce sujet qui semble le plus les avoir frappé, notamment les élèves de CE2 et de maternelle. Quant aux CP, ils semblent surtout marqués par le sujet du petit déjeuner. Pour les élèves de CM2, les sujets les plus marquants sont ceux qui leur étaient spécialement destinés, et en particulier le tabac.



Changements constatés dans le comportement des enfants

15 parents sur les 61 (25%) déclarent qu'ils ont constaté des changements dans le comportement de leur enfant vis-à-vis d'un de ces sujets de santé, 12 d'entre eux pensent que ce changement est bénéfique. 13 parents ont précisé ce qui avait changé dans le comportement de leur enfant. Les modifications concernent essentiellement l'alimentation et l'hygiène dentaire. 7 parents ont noté des modifications au niveau de l'alimentation. 3 ont cité «les repas» ou «l'alimentation» comme changement. 4 autres ont donné une réponse plus précise : «Elle déjeune plus souvent», «Elle mange en plus des céréales», «Il mange plus le matin» ou encore «Pas de goûter après l'école». 3 personnes ont cité des changements de comportement au niveau de l'hygiène dentaire : «les dents», «se lave les dents», «importance de se brosser les dents» et «se lave spontanément les dents». Enfin, d'autres parents ont mentionné «le corps», «les règles» et «sécurité en voiture».

CONCLUSION

L'hygiène dentaire est le sujet que les enfants ont le plus abordé avec leurs parents et il apparaît que plusieurs enfants ont modifié leurs habitudes sur ce point. En interrogeant les enfants, on constate que la plupart ont de bonnes habitudes : 86% des enfants se brossent les dents 2 fois par jour ou plus. Cependant, la durée du brossage reste souvent insuffisante, puisque seuls 18% des élèves prolongent le brossage jusqu'à 3 minutes ou plus. L'accent devrait peut-être être plus particulièrement mis sur la sensibilisation des garçons, qui semblent un peu moins préoccupés que les filles de leur hygiène.

L'alimentation est aussi un sujet qui a souvent été abordé avec les parents. Certains citent là encore des modifications du comportement de leur enfant. Cependant, certaines habitudes alimentaires des élèves pourraient encore être améliorées : les fruits et légumes ne sont pas suffisamment consommés et de nombreux enfants prennent un goûter le matin, bien que cette collation ne soit pas justifiée. De plus, ce goûter est très souvent composé d'aliments industriels, gras et sucrés. La consommation de ce type de produits a certainement un impact sur la consommation quotidienne de matières grasses, qui est trop élevée pour une grande partie des enfants. Il pourrait être intéressant d'accentuer la sensibilisation sur ce point et d'étudier par la suite l'évolution de cette consommation.

Plus de trois-quarts des enfants se disent fatigués au moment de se lever. Les parents signalent également ce fait. Pourtant, ils sont nombreux à estimer que leur enfant dort suffisamment. La fatigue des enfants est peut-être à mettre en lien avec les heures de coucher, car même si en moyenne les durées de sommeil semblent raisonnables, on note que certains enfants se couchent assez tardivement.

Les élèves de CM2 ont été plus spécifiquement questionnés sur le tabac et l'alcool. Pour ces thèmes, il ne s'agissait pas d'évaluer les comportements, mais les connaissances des enfants sur les dangers de ces produits. Au final, compte tenu du taux de retour faible dans cette classe et de certaines réponses manquantes, peu d'entre eux se sont exprimés. C'est essentiellement le thème du tabac qui a été abordé au cours des interventions et en effet, sur la base de ces quelques réponses, il semble que les effets néfastes du tabac soient mieux connus que ceux de l'alcool. Concernant le tabagisme, les enfants ont mentionné des conséquences sur la santé et sont capables de donner des précisions, sur les organes touchés par exemple. Sur le thème de l'alcool, rares sont les enfants qui ont cité des conséquences directes sur la santé.

Cette évaluation est le constat d'une première année. Dans les années à venir, si le recueil des questionnaires est exhaustif, on pourra mesurer l'évolution des différents indicateurs. Il sera alors intéressant d'observer ces résultats pour les enfants actuellement en maternelle ou en CP, lorsqu'ils seront plus âgés et auront bénéficié du programme d'actions durant toute leur scolarité à Saint-Maur.