



Observatoire valaisan de la santé

Walliser Gesundheitsobservatorium

---

# ***La santé des écoliers (11-15 ans) dans le canton du Valais 1994 - 2006***



Octobre 2008

# Table des matières

<b>Table des matières</b> .....	<b>2</b>
<b>Résumé</b> .....	<b>3</b>
<b>Introduction</b> .....	<b>5</b>
<b>Méthode</b> .....	<b>6</b>
<b>Résultats</b> .....	<b>7</b>
Santé physique et mentale .....	7
Troubles physiques.....	8
Blessures ou accidents .....	12
Conditions de vie.....	13
Relations familiales .....	13
Relations sociales .....	15
Sexualité.....	17
Environnement scolaire.....	19
Violence.....	21
Alimentation et sédentarité .....	26
Perception du corps .....	26
Surpoids et obésité .....	28
Alimentation .....	29
Activité physique et sportive.....	34
Loisirs .....	36
Substances psychotropes .....	38
Tabac.....	38
Tabac : premières expériences de consommation .....	38
Alcool.....	40
Alcool : premières expériences d'ivresse .....	40
Consommation d'alcool : types de boissons .....	42
Cannabis (parmi les 14-15 ans) .....	45
Cannabis : premières expériences de consommation .....	45
Consommation de cannabis .....	46
<b>Conclusions et recommandations</b> .....	<b>47</b>
Santé physique .....	47
Violence .....	47
Alimentation et sédentarité .....	48
Substances psychotropes .....	49
Tabac.....	49
Alcool.....	49
Cannabis .....	50
<b>Index des figures</b> .....	<b>51</b>

## Résumé

Ce document est le quatrième rapport sur la santé des jeunes dans le canton du Valais. Il a été réalisé par l'Observatoire valaisan de la santé sur mandat de la Ligue valaisanne contre les toxicomanies (LVT), la Ligue valaisanne contre les maladies pulmonaires et pour la prévention (LVPP) et du Service de la santé publique du canton du Valais.

Ce rapport présente les résultats de l'enquête « Health behaviour in school-aged children (HBSC) » organisée sous l'égide de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) et en Suisse, de l'Institut suisse de prévention de l'alcoolisme et autres toxicomanies (ISPA). L'étude est réalisée tous les quatre ans et les résultats des années 1994, 1998, 2002 et 2006 sont présentés dans ce rapport.

Le but de cette étude est d'améliorer la connaissance et la compréhension de la santé et du bien-être des écoliers, leur comportement de santé et le contexte social dans lequel ils évoluent.

Les principaux résultats sont les suivants :

- La majorité des jeunes valaisans (plus de 90%) juge leur état de santé bon, très bon ou excellent.
- Nous notons une augmentation des symptômes physiques rapportés par les jeunes entre 1994 et 2006, comme les maux de tête, les maux de ventre et les maux de dos. Ces symptômes sont plus souvent rapportés chez les filles que chez les garçons.
- Une augmentation de la violence subie ou provoquée entre 2002 et 2006 est rapportée, autant chez les garçons que chez les filles.
- Le pourcentage de jeunes étant en surpoids augmente entre 1994 et 2006 passant de 5% à 8%, alors celui de l'obésité reste stable à environ 1%.
- La proportion d'écoliers prenant un petit-déjeuner augmente entre 2002 et 2006 dans les deux sexes, autant les jours d'école que durant le week-end.
- Nous notons une diminution importante de consommation de fruits et de légumes entre 1998 et 2002 dans les deux sexes. Cette tendance s'est stabilisée chez les garçons et une nouvelle augmentation est observée chez les filles en 2006.
- La majorité des écoliers valaisans se montre plutôt active physiquement, par contre 40% des filles ne pratiquent jamais ou seulement une fois par semaine une activité physique.

- Nous notons une diminution de la proportion de fumeurs de 11% à 6% chez les filles et de 12% à 6% chez les garçons entre 1998 et 2006.
- L'alcool est le psychotrope le plus précocement consommé chez les jeunes valaisans.
- 11% des écolières et 18% des écoliers valaisans ont été au moins deux fois ivres dans leur vie. Cette proportion est nettement plus élevée que la moyenne romande ou suisse.
- La proportion de filles et garçons ayant au moins une fois dans leur vie consommé du cannabis parmi les 14-15 ans avait fortement augmenté entre 1998 et 2002 (37% en 2002). Cette tendance ensuite a été inversée et nous notons une baisse en 2006 : 21% chez les filles et 29% chez les garçons. La même tendance est observée au niveau national.

# Introduction

Ce rapport synthétise les principaux résultats valaisans de l'enquête intitulée « Health behaviour in school-aged children (HBSC) » organisée sous l'égide de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) dans de nombreux pays, pour la plupart européens, et qui porte sur la santé des écoliers de 11 à 15 ans. L'étude HBSC a été initiée en 1983, mais a été réalisée pour la première fois en Suisse en 1986 avec un rythme quadriennal. En Suisse l'Institut suisse de prévention de l'alcoolisme et autres toxicomanies (ISPA) coordonne et conduit l'étude nationale. Celle-ci a pu être réalisée grâce à l'appui financier de l'Office fédéral de la santé publique et des cantons, dont le canton du Valais. Ce rapport présente des informations sur la santé des jeunes valaisans pour les années 1994, 1998, 2002 et 2006.

L'objectif de cette étude est de récolter des données concernant le comportement des jeunes en matière de santé et son évolution au cours du temps. Dans ce rapport nous nous sommes concentrés sur quatre grands axes :

1. la santé physique et mentale qui rapporte l'état de santé subjectif des jeunes
2. les conditions de vie qui traitent de l'environnement familial, social et scolaire, ainsi que de la sexualité
3. l'alimentation et la sédentarité qui décrivent les habitudes alimentaires, la perception que les jeunes ont de leur corps, leurs pratiques des sports et des loisirs
4. les substances psychotropes qui traitent de la consommation de tabac, d'alcool et de cannabis.

Le canton du Valais, désireux d'avoir une image précise et complète de la santé des jeunes a financé un sur-échantillonnage de l'enquête HBSC. Ce rapport a été réalisé sur mandat de la Ligue valaisanne contre les toxicomanies (LVT), de la Ligue valaisanne contre les maladies pulmonaires et pour la prévention (LVPP) et du Service de la santé publique du canton du Valais. Il a pour but d'établir un bilan de santé global représentatif des élèves valaisans, romands et suisses et de mettre en évidence des changements de comportements au cours du temps.

Nous remercions Monsieur le Docteur Georges Dupuis, Chef du Service de la santé publique et médecin cantonal, Monsieur Jean-Bernard Moix, Directeur de la LVPP, Monsieur Jean-Daniel Barman, Secrétaire général de la LVT, ainsi que Madame Annick Clerc Béro, collaboratrice scientifique à la LVT pour la relecture de ce rapport et pour leur collaboration.

## Méthode

L'enquête HBSC concerne les comportements de santé et les styles de vie des élèves âgés de 11 à 15 ans, des classes de 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> Primaire, ainsi que de 1<sup>ère</sup>, 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> du Cycle d'orientation des écoles publiques. La sélection des élèves a été réalisée en suivant la méthode de l'échantillonnage par grappe, les unités primaires étant les classes et les unités secondaires les élèves. L'enquête se base sur un questionnaire standardisé, composé de questions internationales élaborées sous l'égide de l'OMS et de questions nationales ajoutées par l'ISPA, afin de couvrir plus largement certains thèmes spécifiques. Pour des raisons éthiques, certaines questions, par exemple sur les drogues illégales ou la sexualité, n'ont été posées qu'aux élèves de 14 et 15 ans. La récolte des données a eu lieu entre janvier et avril 2006. Le questionnaire était rempli durant une période de cours de 45 minutes par les élèves. La participation était volontaire et le traitement des données strictement anonyme.

Pour l'enquête 2006, l'échantillon national comprenait 590 classes, correspondant à 9'791 élèves de 11 à 15 ans. Un sur-échantillonnage a été effectué dans 11 cantons, dont le canton du Valais. L'échantillon cantonal valaisan comptait 1'087 élèves de 11 à 15 ans, provenant de 63 classes. Ce rapport présente des comparaisons temporelles entre les années 1994, 1998, 2002 et 2006. Celles-ci n'ont pas toujours été possibles, car le questionnaire a parfois été modifié, rendant les comparaisons impossibles. De plus il faut noter que les enquêtes de 1994 et 2002 incluaient les élèves de 11 à 16 ans, alors que celles de 1998 et 2006 ceux de 11 à 15 ans. Cependant, ces modifications ne biaisent pas l'interprétation globale des résultats, parce que l'échantillon des élèves de 16 ans en 2002 était beaucoup plus petit et également parce que nous avons peu utilisé les données de 1994 dans ce document.

Ce rapport a été réalisé sur la base des documents fournis par l'ISPA, décrivant avec détails les réponses au questionnaire des enquêtes 2002 et 2006 pour le canton du Valais et la Suisse. Pour les données 1994, nous avons utilisé le rapport préparé par l'ISPA<sup>1</sup>, et pour les données de 1998, celles du rapport de la Ligue valaisanne contre les toxicomanies<sup>2</sup>. Les données sur les moyennes romandes de l'enquête HBSC 2006 nous ont été fournies par l'ISPA.

---

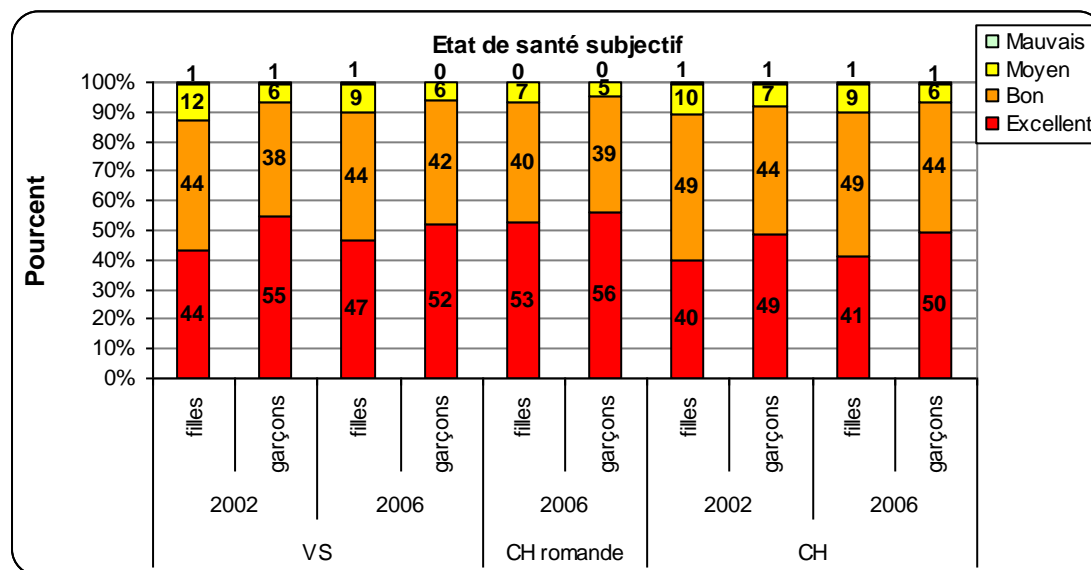
<sup>1</sup> Efionayi-Mäder D, François Y, Le Gauffey Y. La santé des jeunes dans le canton du Valais. Comparaison avec l'ensemble de la Suisse. SFA / ISPA, Lausanne 1995.

<sup>2</sup> Clerc Bérod A. La santé des jeunes dans le canton du Valais. Ligue valaisanne contre les toxicomanies, Sion, novembre 2000.

# Résultats

## Santé physique et mentale

Figure 1. Etat de santé général subjectif, selon le sexe, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse, 2002-2006.

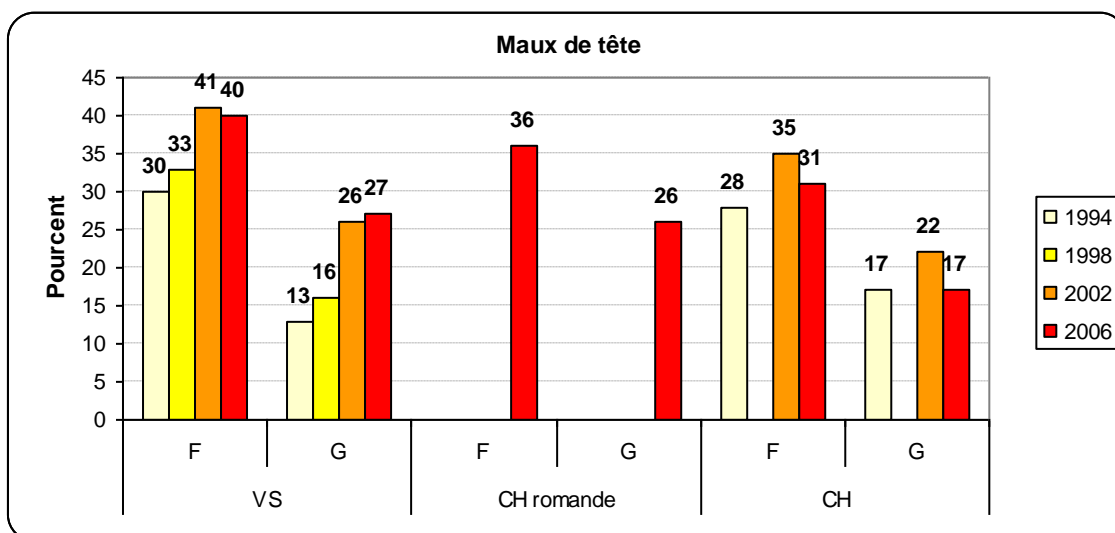


« Comment décrirais-tu ton état de santé ? »

L'état de santé général subjectif des écoliers valaisans est généralement bon ou excellent, 91% chez les filles et 94% chez les garçons. Ces chiffres ont peu changé entre 2002 et 2006 et sont similaires à la moyenne suisse romande et nationale (Figure 1).

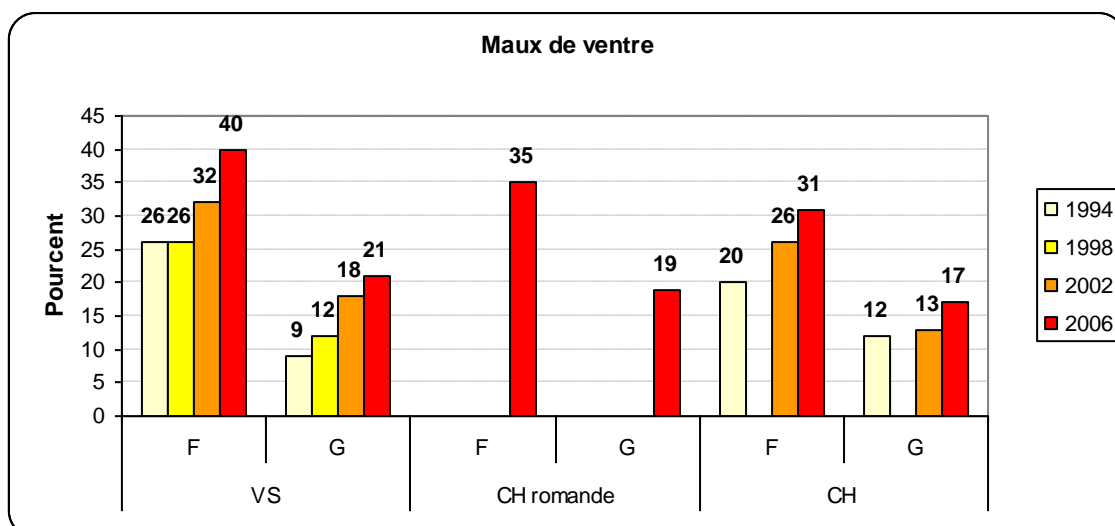
## Troubles physiques

Figure 2. Proportion d'écoliers souffrant au moins une fois par semaine de maux de tête au cours des 6 derniers mois, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006.



« Au cours des 6 derniers mois, combien de fois as-tu eu les troubles suivants ? »

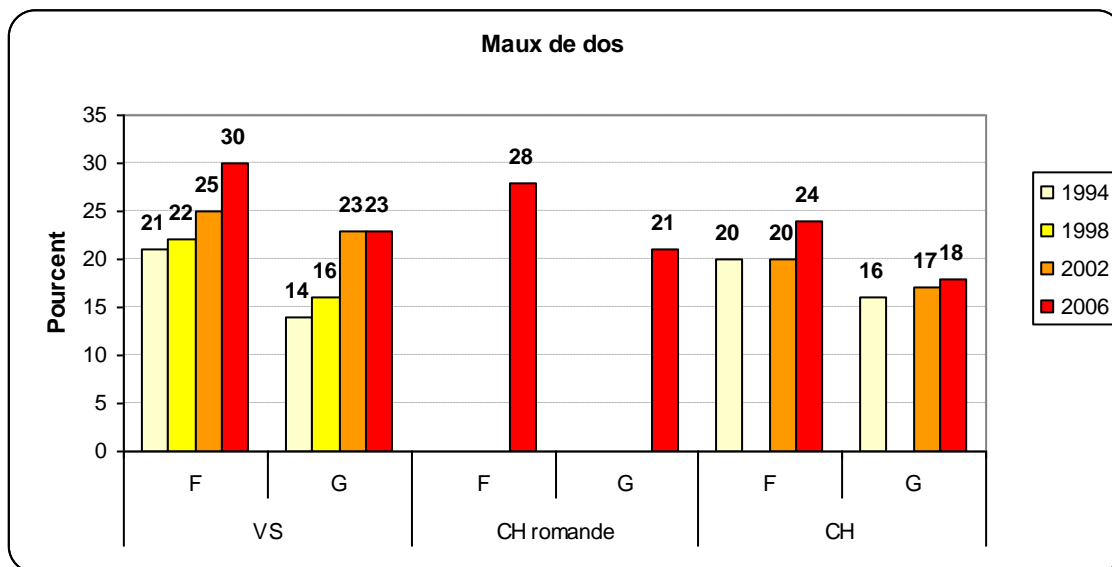
Figure 3. Proportion d'écoliers souffrant au moins une fois par semaine de maux de ventre au cours des 6 derniers mois, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006.



« Au cours des 6 derniers mois, combien de fois as-tu eu les troubles suivants ? »

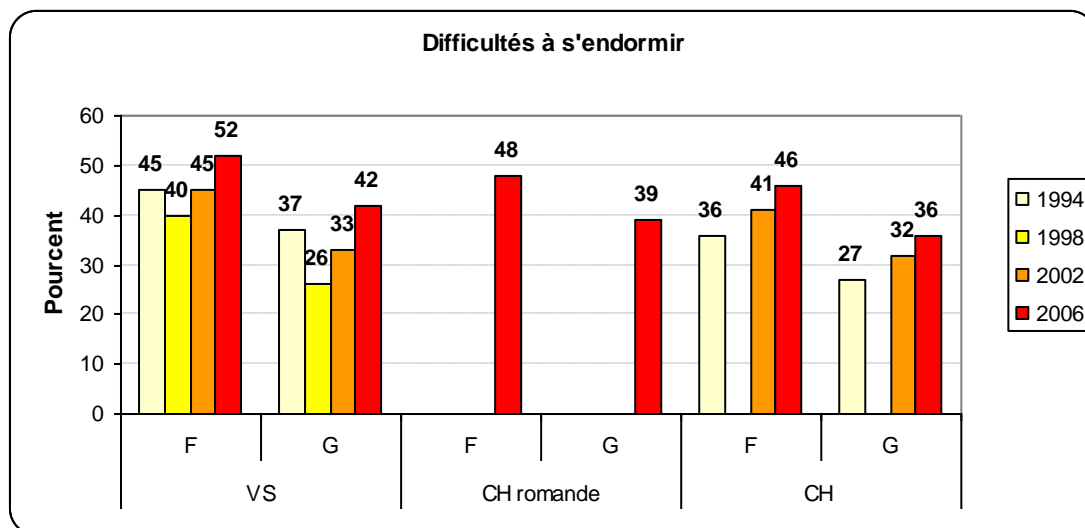


**Figure 4.** Proportion d'écopliers souffrant au moins une fois par semaine de maux de dos au cours des 6 derniers mois, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006.



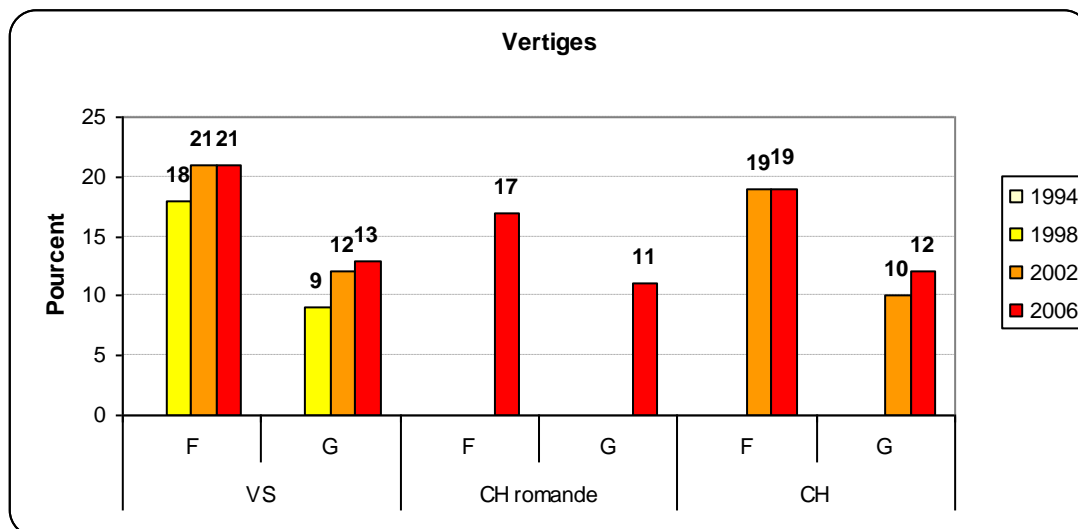
« Au cours des 6 derniers mois, combien de fois as-tu eu les troubles suivants ? »

**Figure 5.** Proportion d'écopliers souffrant au moins une fois par semaine de difficultés à s'endormir au cours des 6 derniers mois, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006.



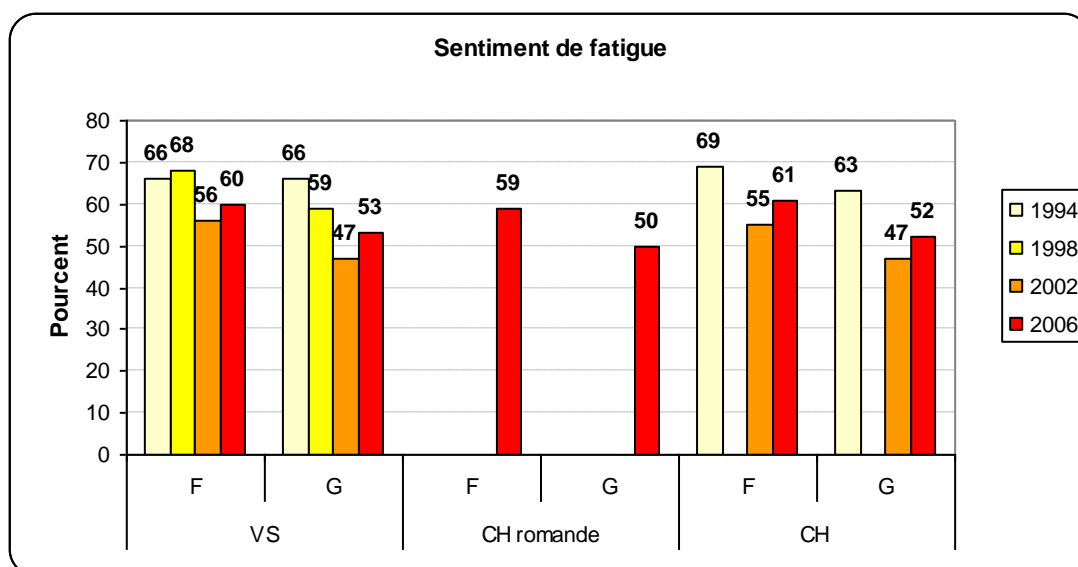
« Au cours des 6 derniers mois, combien de fois as-tu eu les troubles suivants ? »

**Figure 6. Proportion d'écoliers souffrant au moins une fois par semaine de vertiges au cours des 6 derniers mois, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006.**



« Au cours des 6 derniers mois, combien de fois as-tu eu les troubles suivants ? »

**Figure 7. Proportion d'écoliers souffrant au moins une fois par semaine de sentiment de fatigue au cours des 6 derniers mois, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006.**



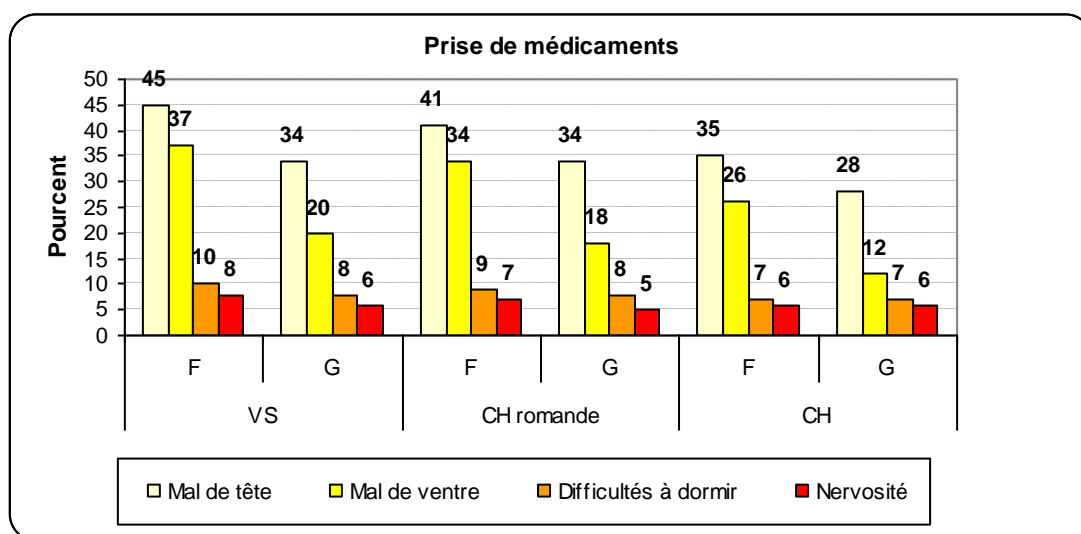
« Au cours des 6 derniers mois, combien de fois as-tu eu les troubles suivants ? »

Nous notons chez les écoliers valaisans une augmentation entre 1994 et 2006 des maux de tête (Figure 2), des maux de ventre (Figure 3), des maux de dos (Figure 4), et des difficultés à s'endormir (Figure 5). Cette augmentation s'observe dans les deux sexes, mais elle est plus marquée chez les filles. En 2006, 40% des écolières valaisannes et 25% des écoliers

ont des maux de tête. Cette augmentation, bien que beaucoup moins marquée, est également observée pour la moyenne nationale. En 2006, les écolières et les écoliers valaisans ont davantage de maux de tête, de maux de ventre, de maux de dos et de difficultés à s'endormir que la moyenne nationale.

Par ailleurs, nous notons que la proportion de jeunes ayant des vertiges (Figure 6) et des sentiments de fatigue (Figure 7) n'a pas augmenté entre 1994 et 2006 et que pour ces deux symptômes les résultats valaisans sont proches de ceux des écoliers suisses.

**Figure 8. Proportion d'écoliers ayant pris au moins une fois au cours des 30 derniers jours des médicaments, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2006.**

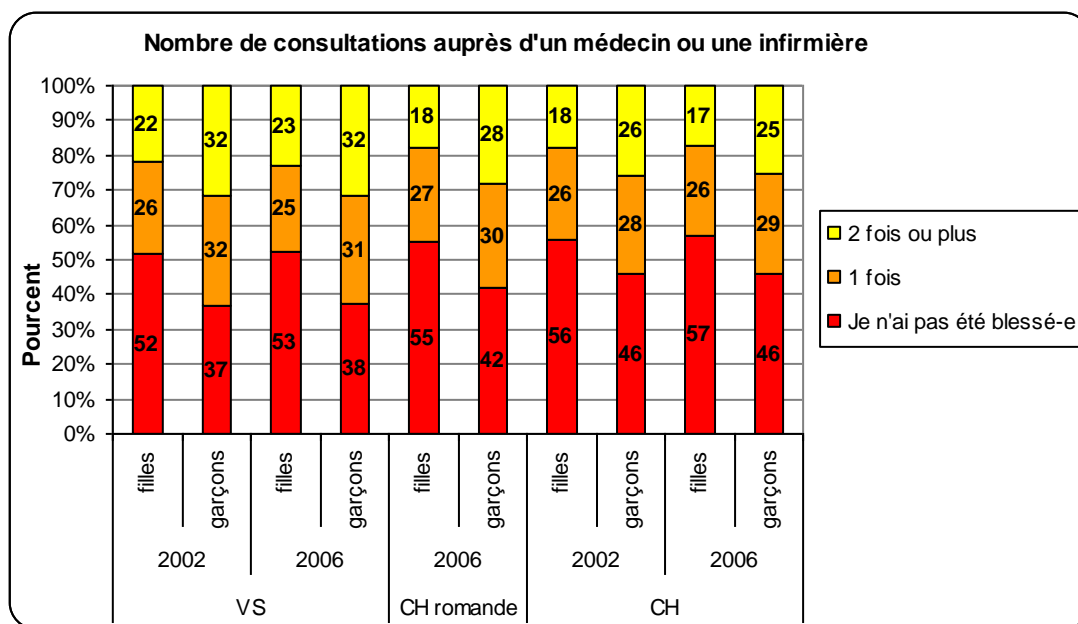


« Durant les 30 derniers jours, as-tu pris des médicaments pour soigner les troubles suivants ? »

La Figure 8 montre que 45% des écolières valaisannes ont pris des médicaments dans les 30 derniers jours pour des maux de tête, alors que seules 35% des écolières suisses en prenaient. De même, davantage de jeunes Valaisans des deux sexes ont pris des médicaments pour un mal de ventre et des difficultés à s'endormir que la moyenne nationale. La proportion d'écoliers prenant des médicaments pour certains troubles dépasse parfois celle reportée pour le symptôme en question.

## Blessures ou accidents

Figure 9. Nombre de consultations auprès d'un médecin ou d'une infirmière au cours des 12 derniers mois pour une blessure ou un accident, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.



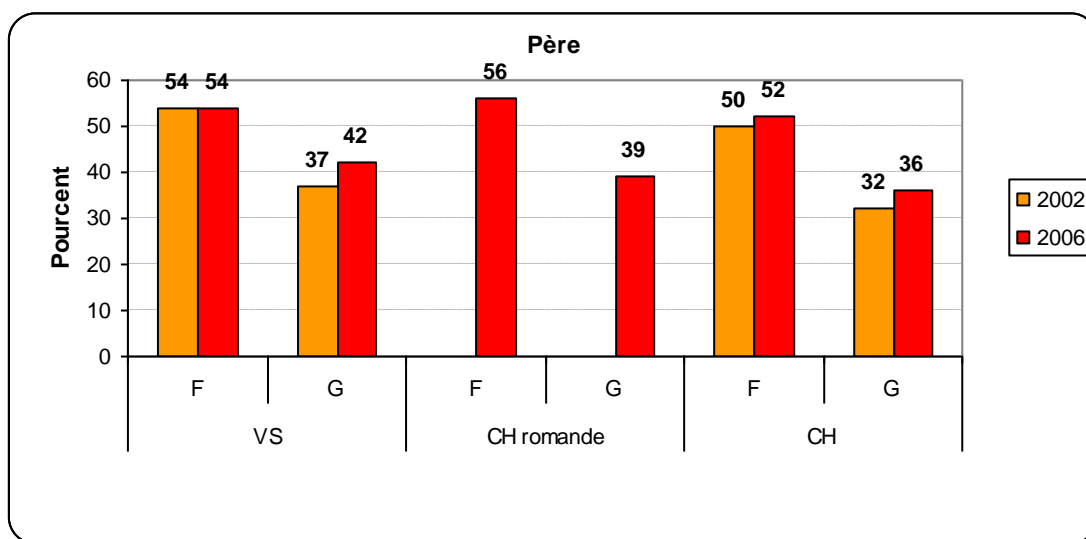
« Au cours des 12 derniers mois, combien de fois as-tu eu une blessure ou un accident pour lequel tu es allé(e) voir un médecin ou une infirmière ? »

Le nombre de consultations pour blessures ou accidents des jeunes Valaisans a peu changé entre 2002 et 2006, et est proche de la moyenne nationale (Figure 9). Nous notons que les garçons se blessent plus que les filles.

## Conditions de vie

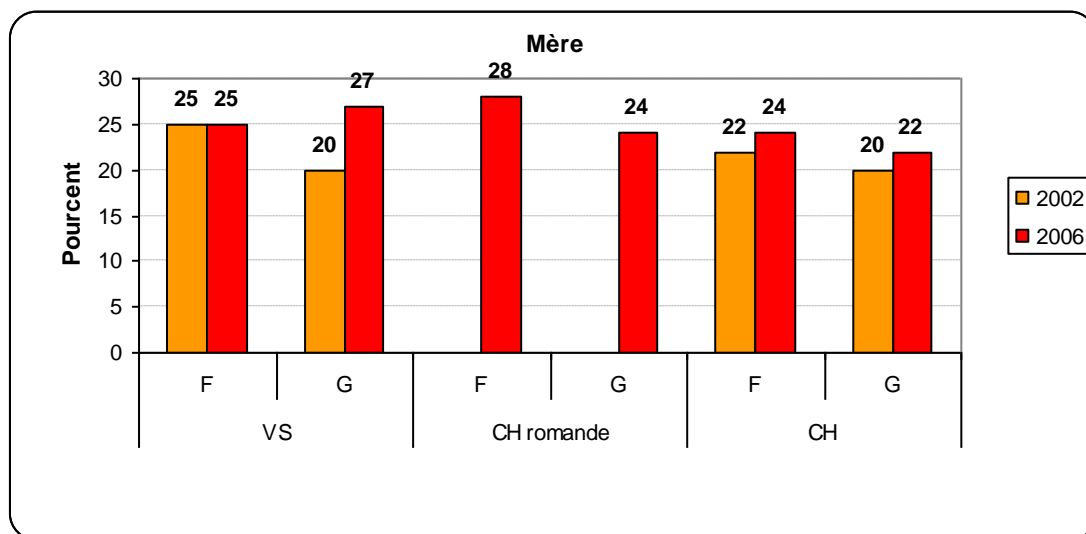
### Relations familiales

Figure 10. Proportion d'écoliers ayant des difficultés ou une impossibilité de parler de leurs soucis à leur père, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.



« Est-ce facile pour toi de parler de tes soucis avec les personnes suivantes ? »

Figure 11. Proportion d'écoliers ayant des difficultés ou une impossibilité de parler de leurs soucis à leur mère, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.

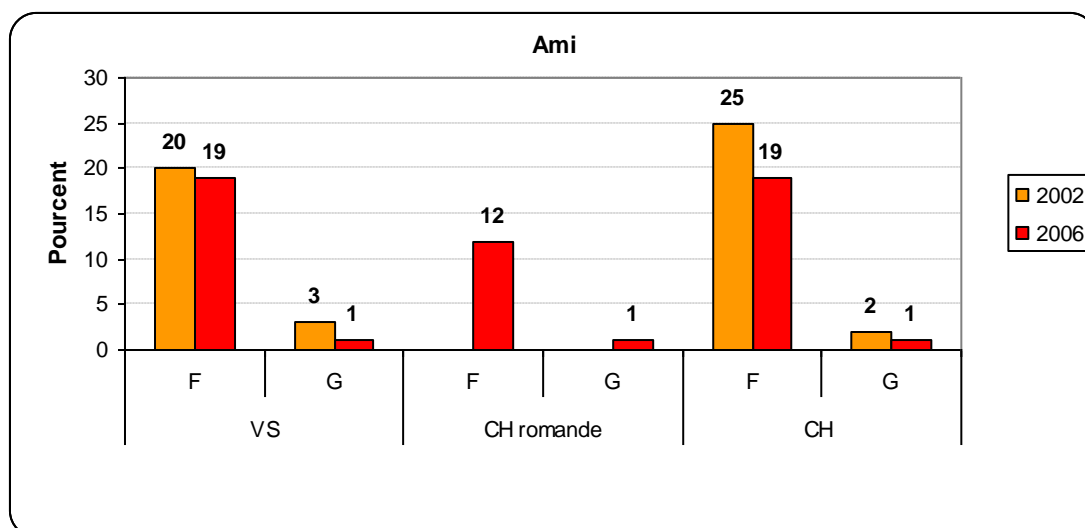


« Est-ce facile pour toi de parler de tes soucis avec les personnes suivantes ? »

La Figure 10 montre qu'en 2006, 54% des écolières et 42% des écoliers valaisans ont de la difficulté à parler à leur père. De même, sur la Figure 11 nous voyons que 25% des écolières et 27% des écoliers ont de la difficulté à parler à leur mère. Les parts sont similaires en 2002 et 2006 et proches de la moyenne nationale.

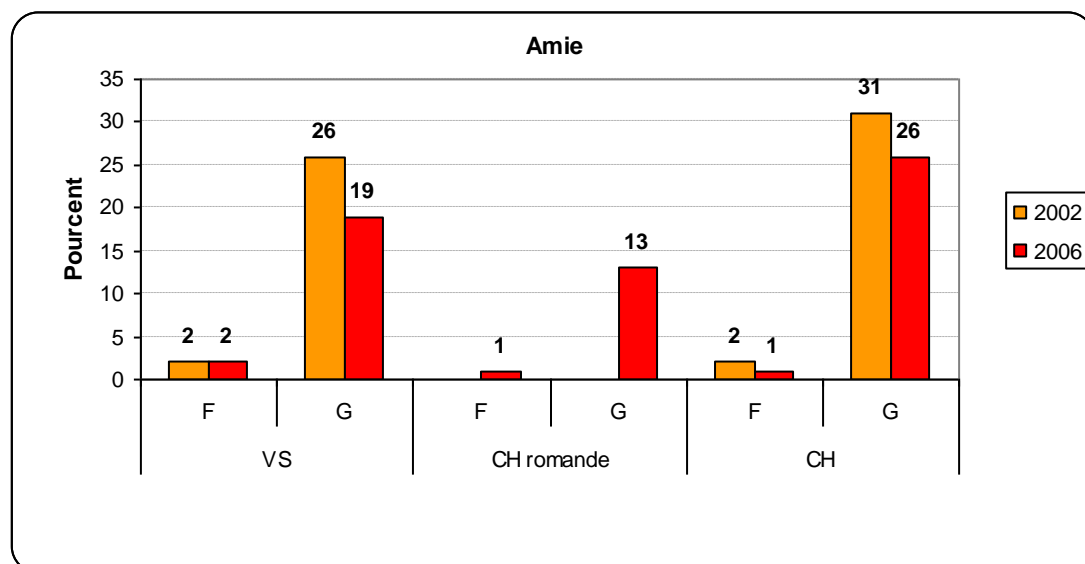
## Relations sociales

Figure 12. Proportion d'écoliers n'ayant pas d'ami, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.



« Combien de vrais amis as-tu actuellement ? »

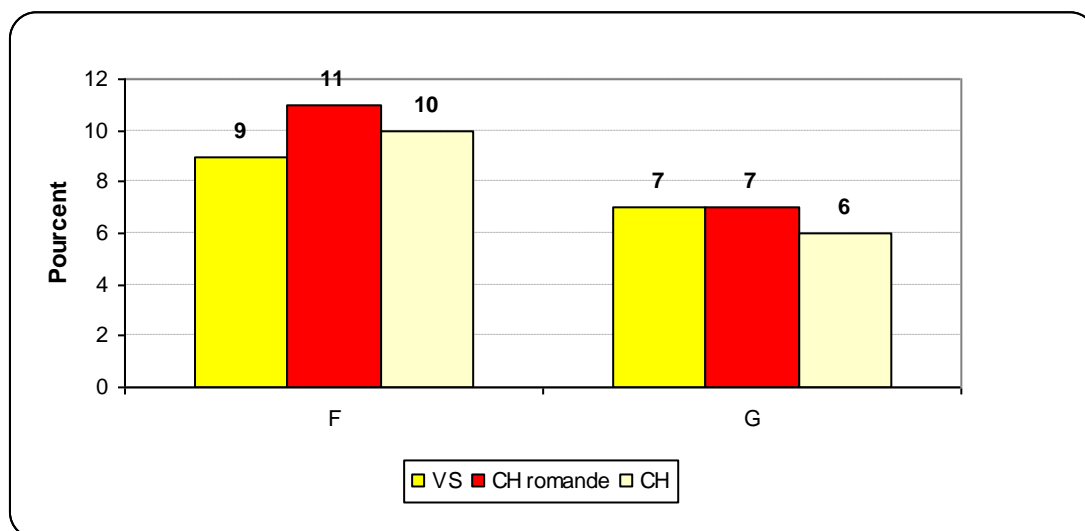
Figure 13. Proportion d'écoliers n'ayant pas d'amie, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.



« Combien de vraies amies as-tu actuellement ? »

La Figure 12 décrit la part des écoliers valaisans n'ayant pas d'ami et la Figure 13 n'ayant pas d'amie. Cette proportion change peu entre 2002 et 2006 et est légèrement inférieure à la moyenne nationale.

Figure 14. Proportion d'élèves s'étant senti(e) seul(e) (parfois ou toujours) au cours de la dernière semaine, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2006.



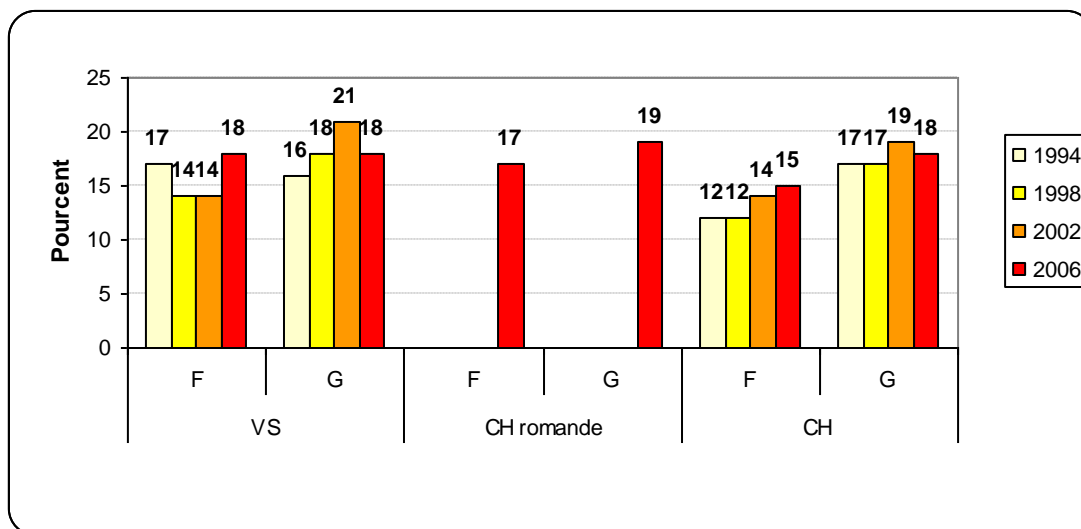
« Si tu penses à la semaine dernière... t'es-tu senti(e) seul(e) ? »

Sur la Figure 14 nous observons que 9% des écolières valaisannes et 7% des écoliers se sentaient seuls au cours de la dernière semaine. Ces chiffres sont comparables à la moyenne suisse romande et nationale.



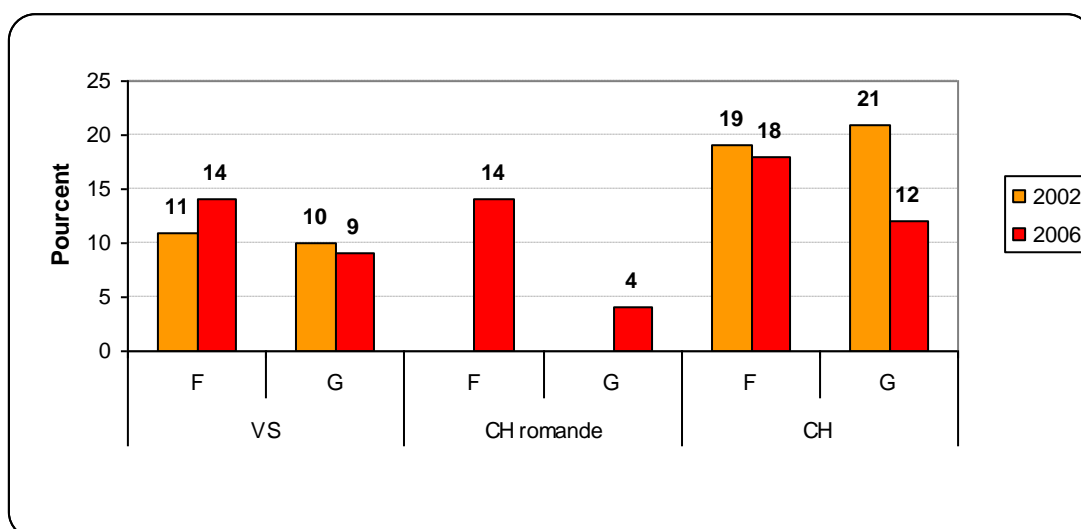
## Sexualité

Figure 15. Proportion d'écopliers de 14-15 ans ayant déjà eu une relation sexuelle, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006.



« As-tu déjà eu des relations sexuelles (couché avec quelqu'un) ? »

Figure 16. Proportion d'écopliers de 14-15 ans n'ayant pas utilisé de préservatif lors de leur dernier rapport sexuel, en % (de ceux ayant eu au moins une relation sexuelle) selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.

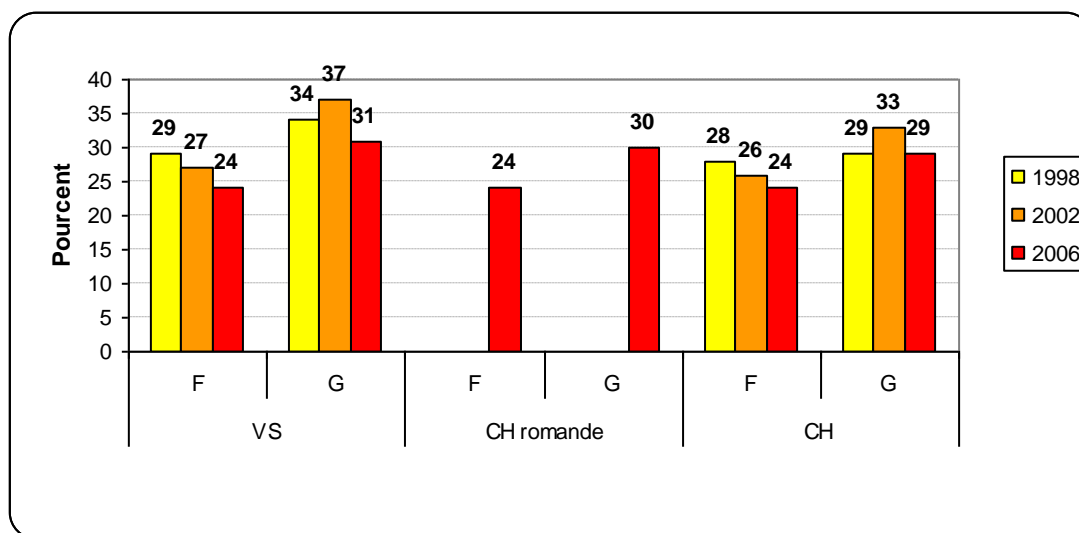


« La dernière fois que tu as eu des relations sexuelles, as-tu ou ton partenaire a-t-il utilisé un préservatif ? »

La Figure 15 montre que 18% des jeunes valaisans (filles et garçons) de 14 et 15 ans ont déjà eu une relation sexuelle. Ces chiffres ont peu évolué entre les années 1994 et 2006 et sont très proches de la moyenne suisse romande et nationale. Parmi ceux ayant eu au moins une relation sexuelle, seuls 14% des filles et 9% des garçons en Valais n'ont pas utilisé de préservatif. Il est important de noter que l'utilisation du préservatif a légèrement diminué parmi les jeunes de 14 et 15 ans entre 2002 et 2006 en Valais. Par ailleurs, il est intéressant de noter que l'utilisation de préservatifs est beaucoup plus importante parmi les jeunes valaisans et suisses romands que dans le reste de la Suisse. Il semble que les campagnes de prévention contre le SIDA aient eu un impact important auprès des jeunes valaisans.

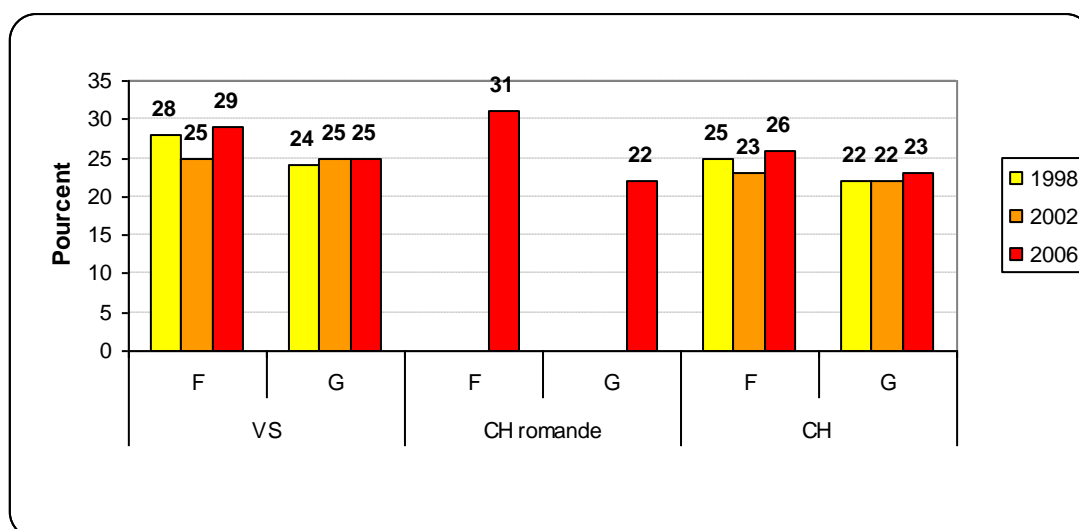
## Environnement scolaire

Figure 17. Proportion d'élèves déclarant ne pas aimer l'école cette année (pas beaucoup ou pas du tout), en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006.



« Cette année-ci, que penses-tu de l'école ? »

Figure 18. Proportion d'élèves déclarant être assez ou très stressés par le travail scolaire, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006.

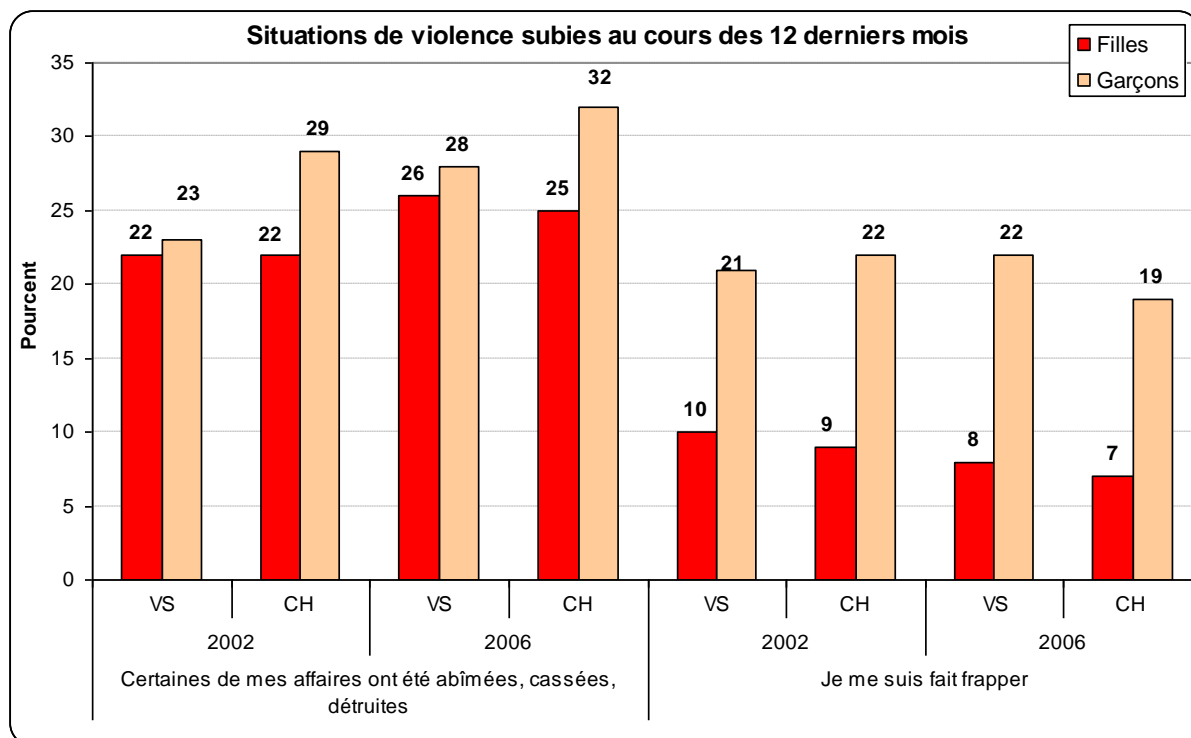


« Es-tu stressé(e) par le travail scolaire ? »

La part des écoliers valaisans déclarant ne pas aimer l'école diminue légèrement chez les filles et les garçons entre 1998 et 2006, mais ces chiffres restent encore conséquents (Figure 17). Par ailleurs, nous ne notons aucune évolution temporelle de la part des écoliers valaisans étant assez ou très stressés par le travail scolaire, celle-ci restant de 29% chez les écolières et de 25% chez les écoliers en 2006 (Figure 18).

## Violence

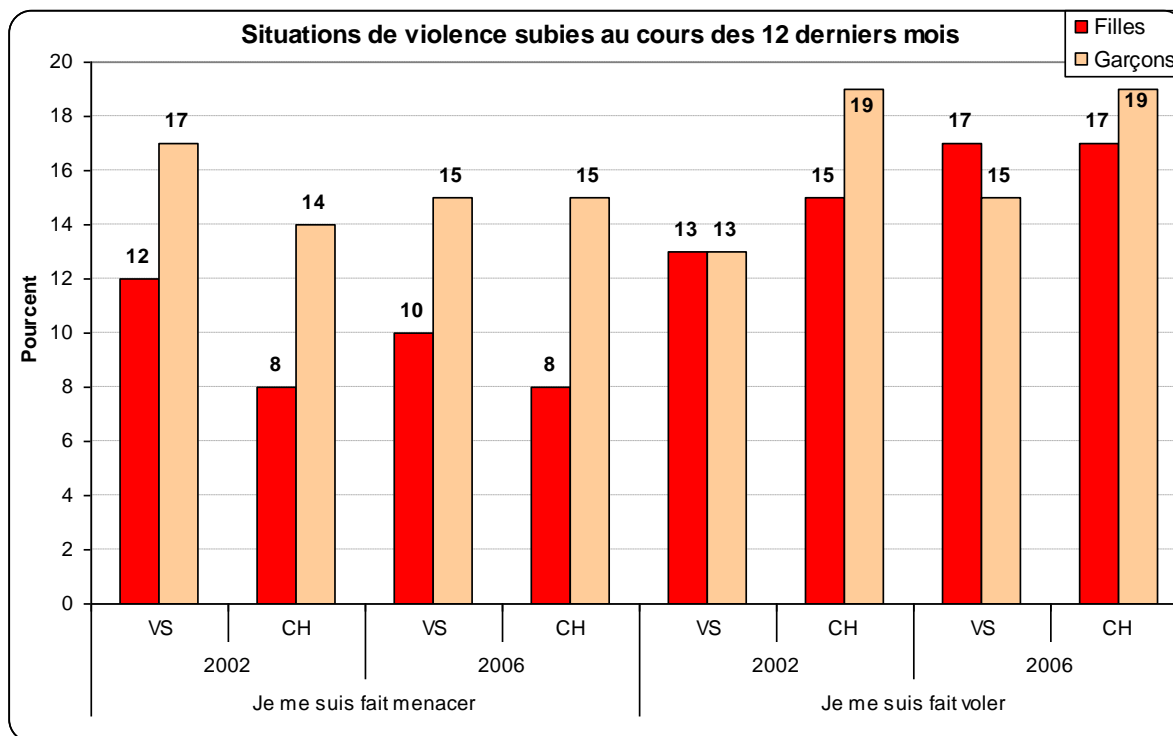
Figure 19. Proportion des jeunes dont leurs affaires ont été abîmées ou qui ont été frappés au moins une fois au cours des 12 derniers mois, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse 2002-2006.



« Au cours des 12 derniers mois, laquelle ou lesquelles de ces situations as-tu vécues à l'école ? »

Sur la Figure 19 nous notons une augmentation entre 2002 et 2006, de la part de jeunes des deux sexes dont les affaires ont été abîmées, cassées ou détruites. Par ailleurs la proportion d'écoliers valaisans s'étant fait frapper est restée stable entre 2002 et 2006.

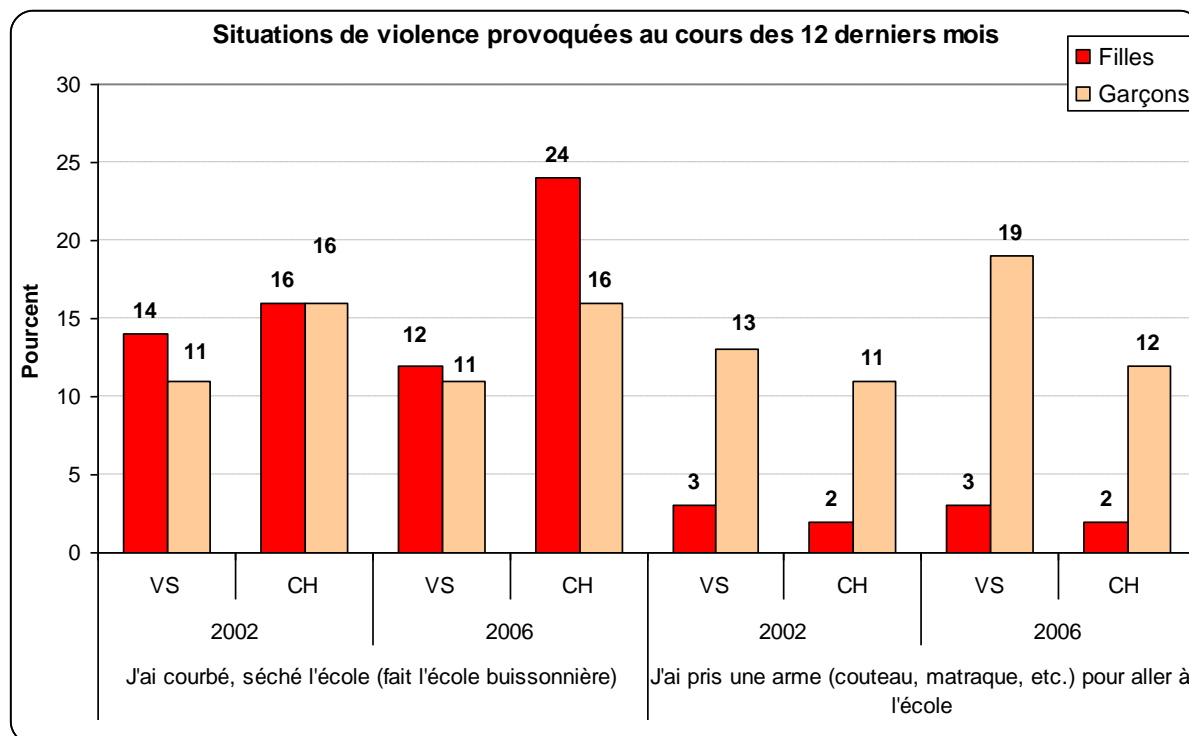
**Figure 20. Proportion des jeunes qui se sont faits menacer ou faits voler au moins une fois au cours des 12 derniers mois, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse 2002-2006.**



« Au cours des 12 derniers mois, laquelle ou lesquelles de ces situations as-tu vécues à l'école ? »

La part des jeunes écoliers valaisans s'étant fait menacer n'a pas augmenté entre 2002 et 2006 (Figure 20). Cependant nous notons pendant cette même période une légère augmentation de la proportion des jeunes s'étant fait voler au moins une fois au cours des 12 derniers mois en Valais, celle-ci passant de 13% dans les deux sexes en 2002 à 17% chez les filles et 15% chez les garçons en 2006.

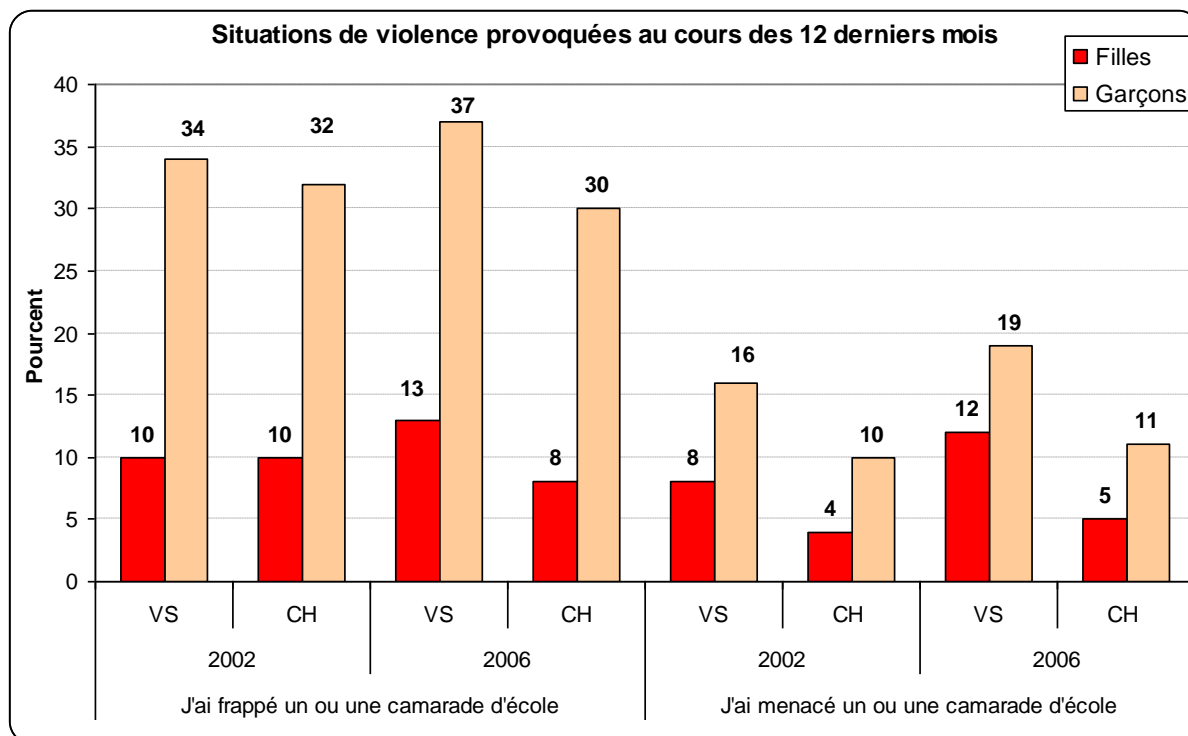
Figure 21. Proportion des jeunes ayant « courbé » l'école ou ayant pris une arme à l'école durant les 12 derniers mois, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse 2002-2006.



« Quelles sont les choses que tu as faites au cours des 12 derniers mois ? »

La proportion des jeunes ayant fait l'école buissonnière est restée stable entre 2002 et 2006 chez les écoliers valaisans (Figure 21) alors qu'elle a fortement augmenté chez les garçons au niveau national. Par contre, la proportion de garçons ayant pris une arme à l'école dans les 12 derniers mois a fortement progressé, passant de 13% en 2002 à 19% en 2006 pour les garçons du canton du Valais.

Figure 22. Proportion des jeunes ayant frappé ou menacé un camarade d'école durant les 12 derniers mois, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse 2002-2006.

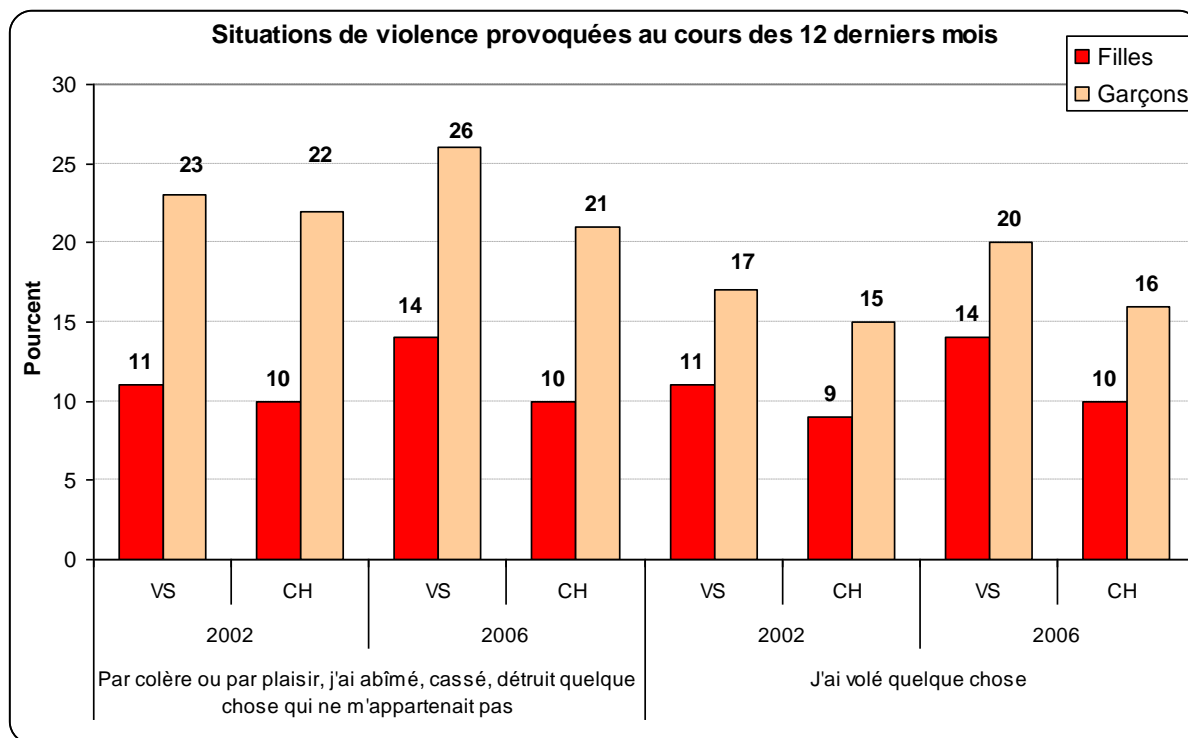


« Quelles sont les choses que tu as faites au cours des 12 derniers mois ? »

Nous voyons sur la Figure 22 que la proportion des jeunes ayant frappé un camarade d'école a légèrement augmenté en Valais, passant de 34% en 2002 à 37% en 2006 pour les garçons, alors qu'elle diminue légèrement au niveau national. Une légère augmentation est également notée chez les filles où la proportion passe de 10 à 13%. Par ailleurs, nous notons une augmentation importante de la part des jeunes ayant menacé un camarade d'école durant les 12 derniers mois entre 2002 et 2006. Cette proportion passe de 8% à 12% chez les filles et de 16 à 19% chez les garçons.



**Figure 23. Proportion des jeunes ayant abîmé ou volé quelque chose à l'école durant les 12 derniers mois, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse 2002-2006.**



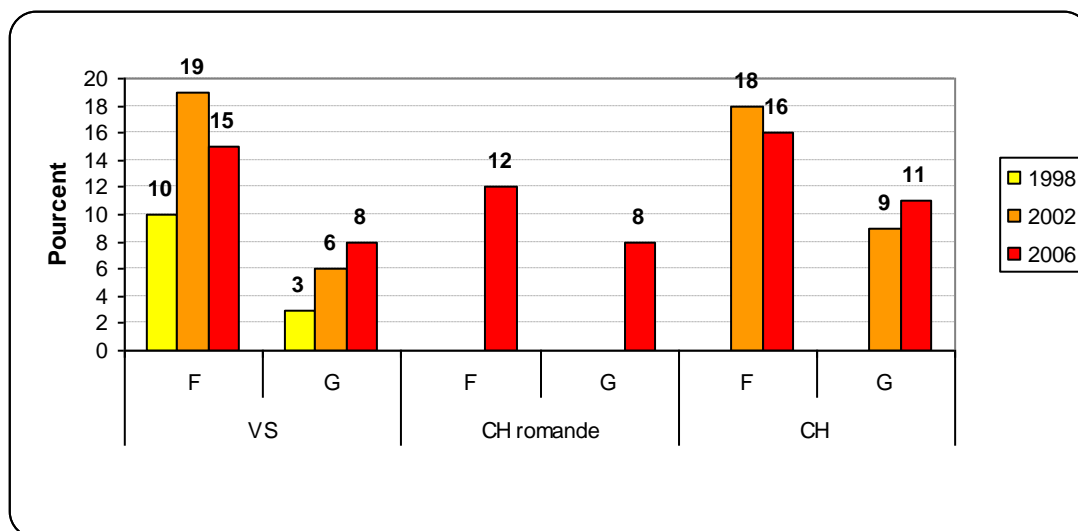
« Quelles sont les choses que tu as faites au cours des 12 derniers mois ? »

Sur la Figure 23, nous voyons que la part des jeunes ayant abîmé, par colère ou par plaisir, cassé ou détruit quelque chose qui ne leur appartenait pas au cours des 12 derniers mois a légèrement augmenté entre 2002 et 2006, passant de 11% à 14% chez les filles et de 23 à 26% chez les garçons. Cette augmentation n'est pas observée au niveau national. De plus la proportion d'élèves ayant volé quelque chose dans les 12 derniers mois a également augmenté de 11% à 14% entre 2002 et 2006 chez les filles et entre 17% et 20% chez les garçons pour 2002 et 2006.

## Alimentation et sédentarité

### Perception du corps

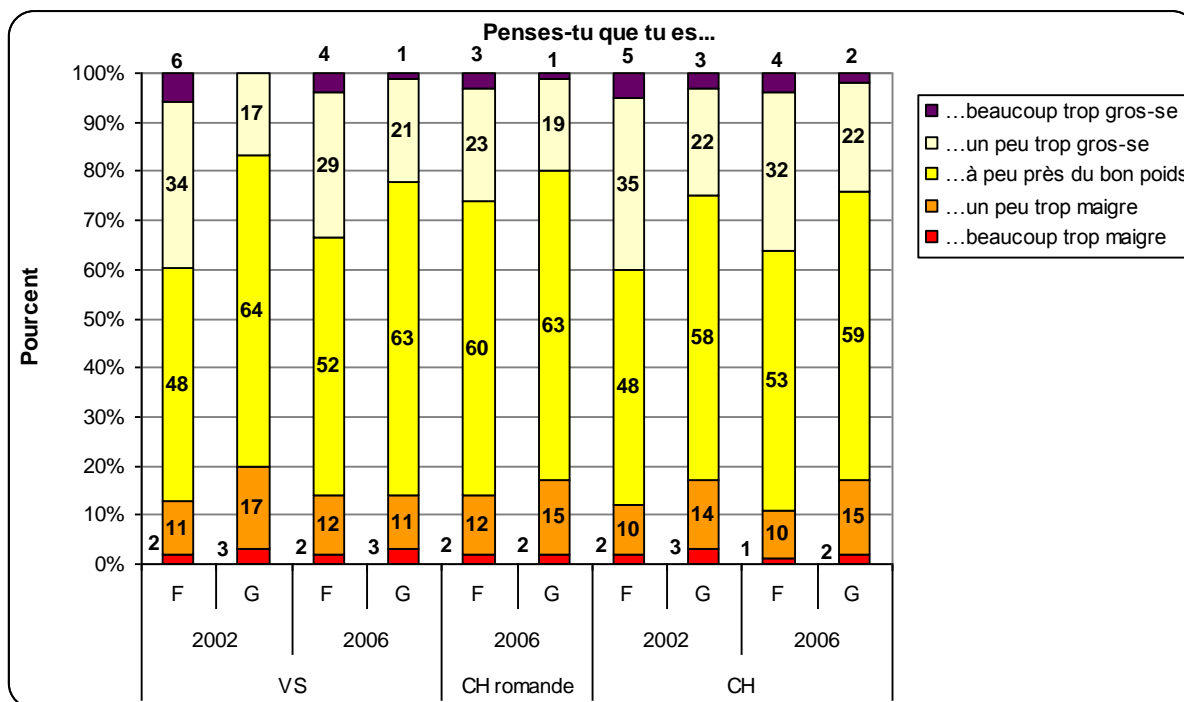
Figure 24. Proportion d'écoliers déclarant faire un régime, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006.



« Fais-tu actuellement un régime ou quelque chose d'autre pour perdre du poids ? »

La Figure 24 montre que la proportion d'écoliers valaisans faisant un régime a augmenté entre 1998 et 2006, passant de 3% à 8%. Une augmentation similaire est observée chez les écolières valaisannes, passant de 10% en 1998 à 19% en 2002, puis à 15% en 2006. Ces proportions sont proches de la moyenne nationale.

Figure 25. Satisfaction des jeunes par rapport à leur poids, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.

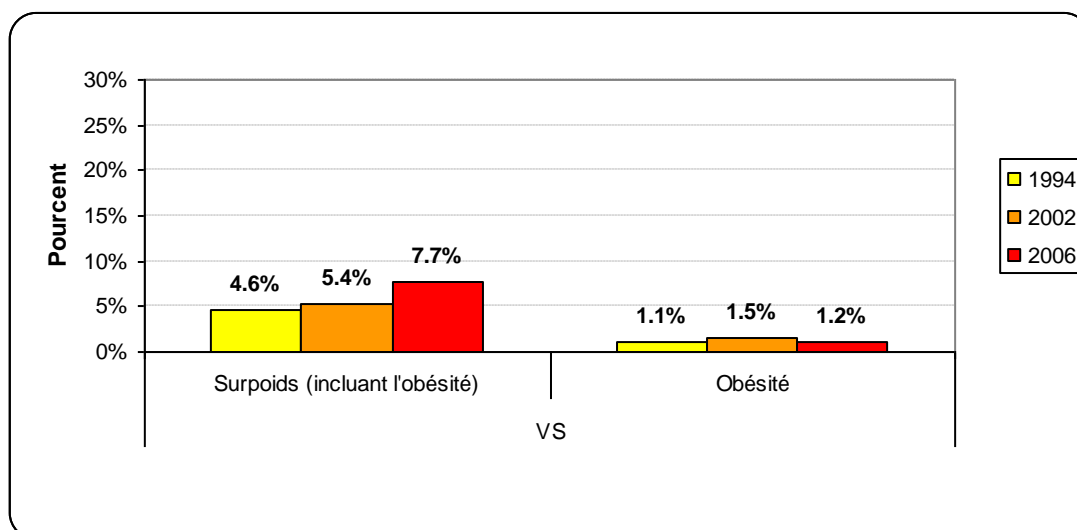


« Penses-tu que tu es... »

Sur la Figure 25 nous voyons que la proportion des jeunes trouvant qu'ils font à peu près le bon poids varie peu entre 2002 et 2006. La moyenne valaisanne est proche de la moyenne suisse romande et nationale.

## Surpoids et obésité

Figure 26. Proportion des écoliers ayant un surpoids ou étant obèse, en %, les deux sexes confondus. Comparaison Valais, 1994, 2002 et 2006.

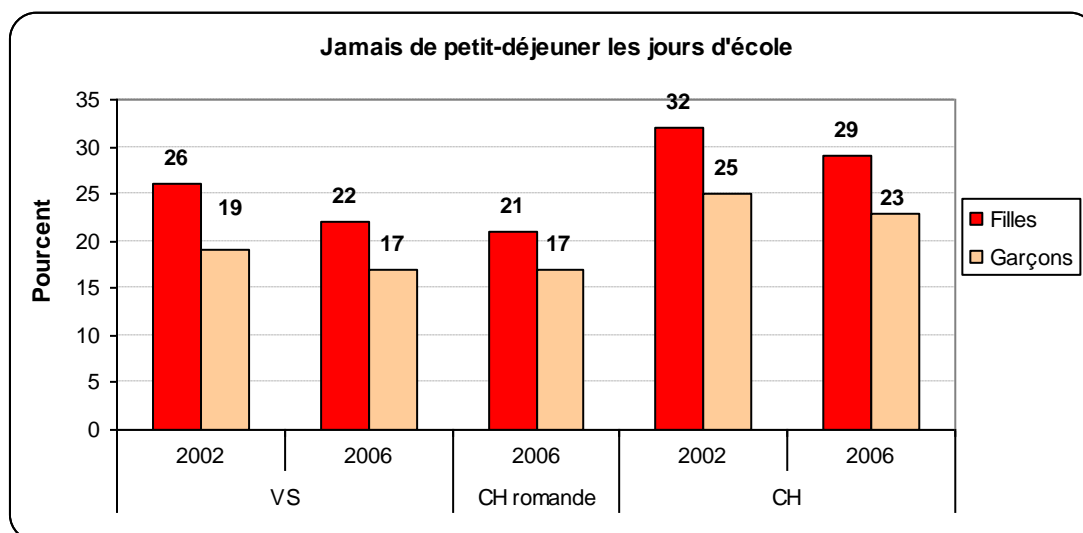


La figure 26 montre une augmentation du surpoids entre 1994 et 2006 qui passe de 4.6% à 7.7% en Valais (garçons et filles confondus). Ces chiffres relatifs aux jeunes en surpoids incluent également ceux souffrant d'obésité. Par ailleurs, la proportion de jeunes souffrant d'obésité semble rester stable en Valais entre 1994 et 2006. Il faut cependant interpréter ces résultats avec une certaine prudence car les informations sur le poids et la taille sont rapportées dans cette étude par les écoliers eux-mêmes et ne sont pas des mesures objectives prises par des professionnels, comme des infirmières scolaires ou des médecins. Les résultats valaisans sont légèrement inférieurs à ceux d'une étude vaudoise effectuée en 2005 et 2006 auprès de plus 5'000 élèves de sixième année (environ 12 ans). Dans cette étude le surpoids (incluant l'obésité) était de 13.7% et l'obésité de 1.7%<sup>3</sup>.

<sup>3</sup> Lasserre AM, Chiolero A, Cachat F, Paccaud F, Bovet P. Overweight in Swiss Children and Associations with Children's and Parent's Characteristics. *Obesity* 2007;15:2912-2919.

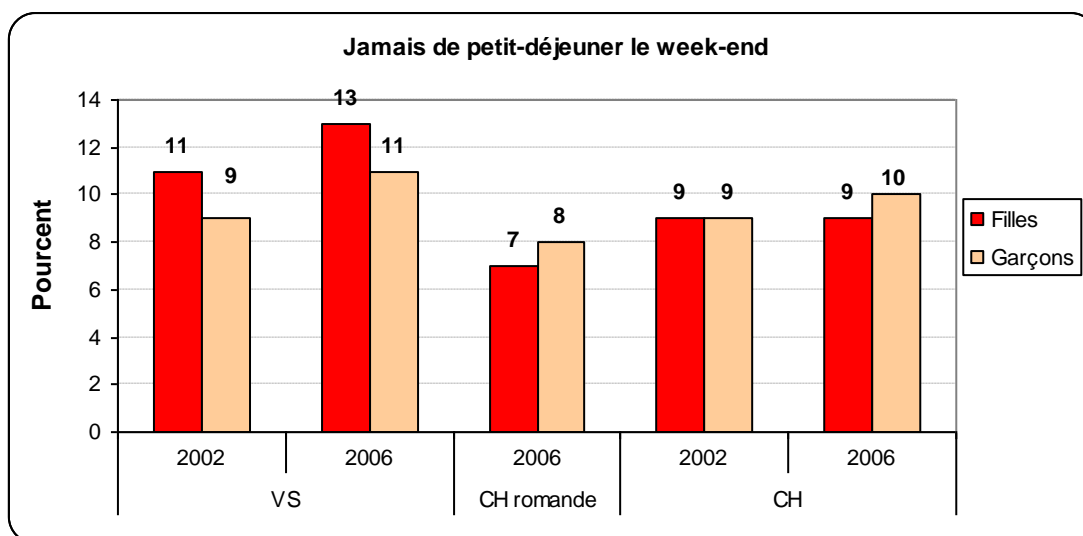
## Alimentation

Figure 27. Proportion des jeunes ne prenant pas de petit-déjeuner durant les jours d'école, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.



« Généralement, quand prends-tu un vrai petit-déjeuner (pas seulement un verre de lait ou un jus de fruit) ? »

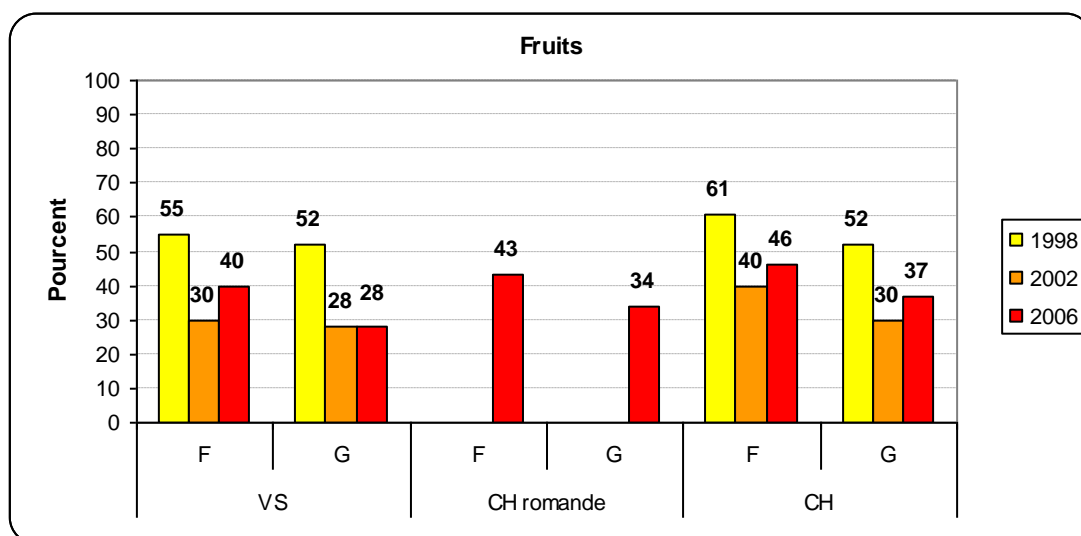
Figure 28. Proportion des jeunes ne prenant pas de petit-déjeuner durant les jours du week-end, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.



« Généralement, quand prends-tu un vrai petit-déjeuner (pas seulement un verre de lait ou un jus de fruit) ? »

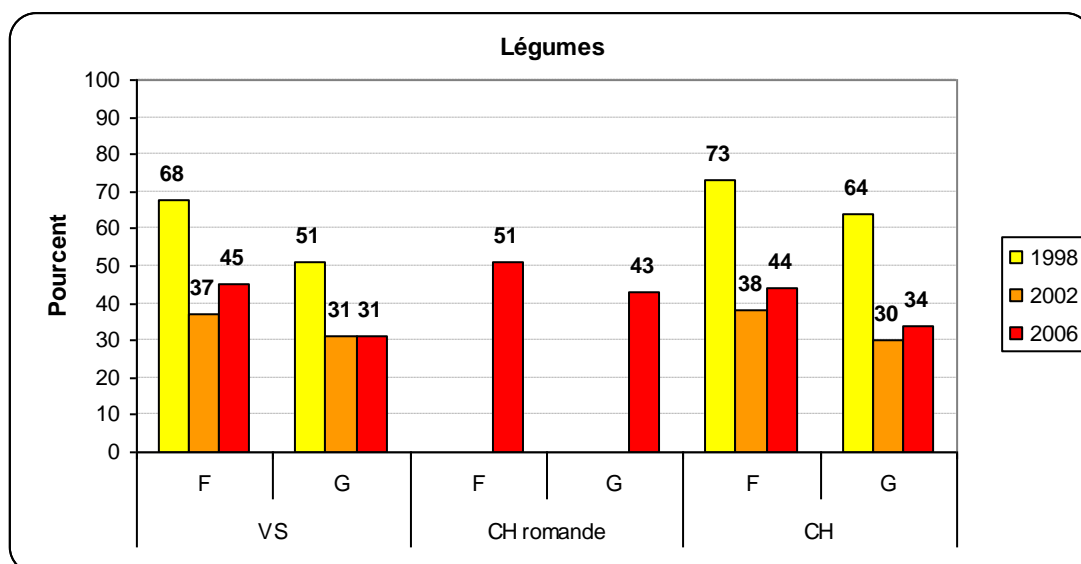
Nous notons sur la Figure 27, qu'en Valais la part des jeunes ne prenant pas de petit-déjeuner durant les jours d'école diminue légèrement entre 2002 et 2006, passant de 26% à 22% chez les filles et de 19% à 17% chez les garçons. Cette proportion est plus élevée parmi les jeunes écoliers suisses, autant chez les filles que les garçons. La même tendance est observée par rapport à la part des jeunes ne prenant pas de petit-déjeuner le week-end (Figure 28).

**Figure 29.** Consommation de fruits par les jeunes au moins une fois par jour, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006.



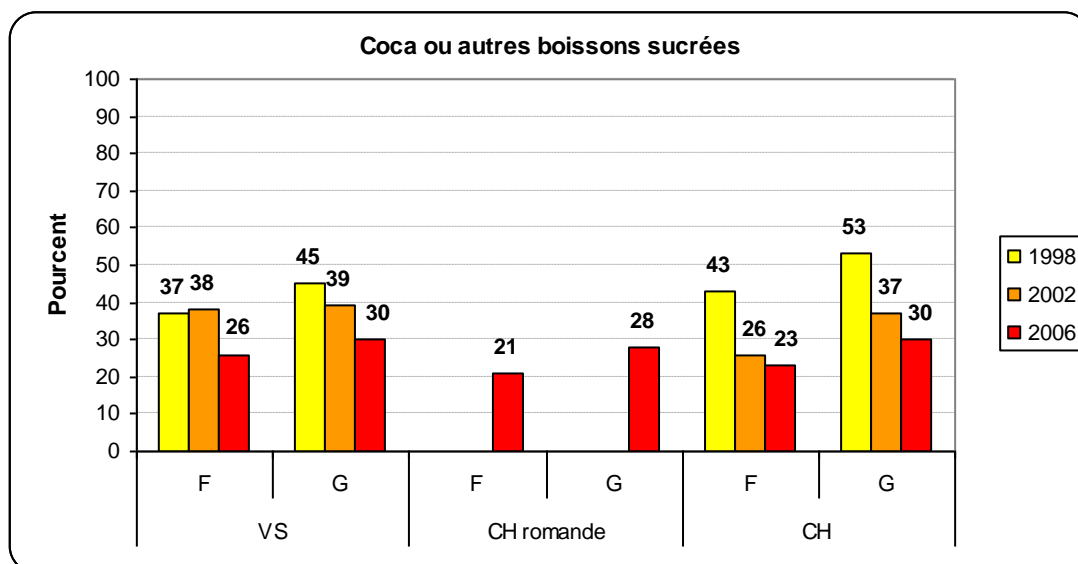
« Généralement, combien de fois par semaine bois-tu ou manges-tu les aliments suivants ? »

**Figure 30.** Consommation de légumes par les jeunes au moins une fois par jour, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006.



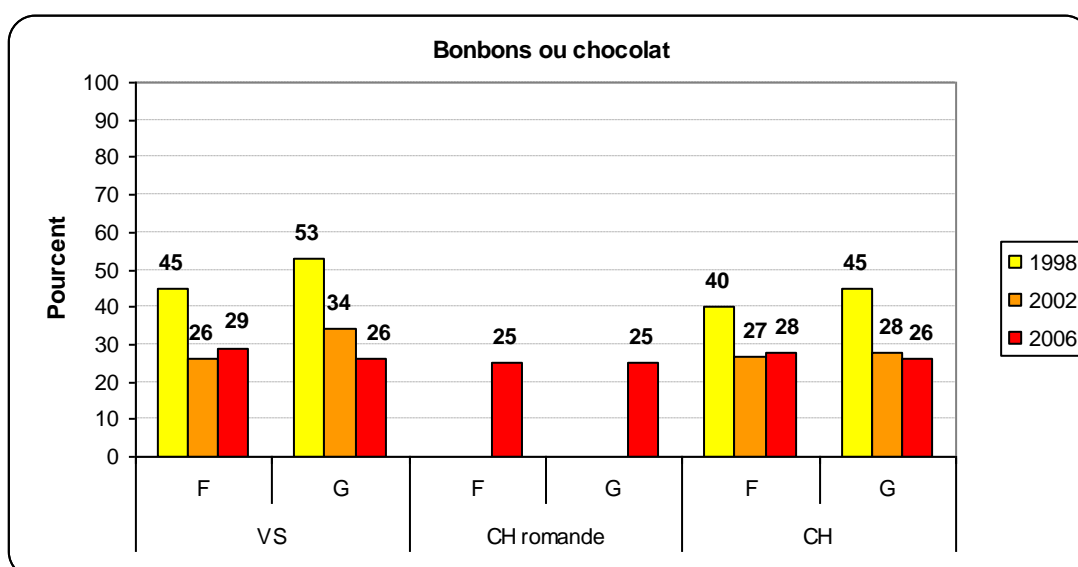
« Généralement, combien de fois par semaine bois-tu ou manges-tu les aliments suivants ? »

**Figure 31.** Consommation de Coca ou autres boissons sucrées par les jeunes au moins une fois par jour, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006.



« Généralement, combien de fois par semaine bois-tu ou manges-tu les aliments suivants ? »

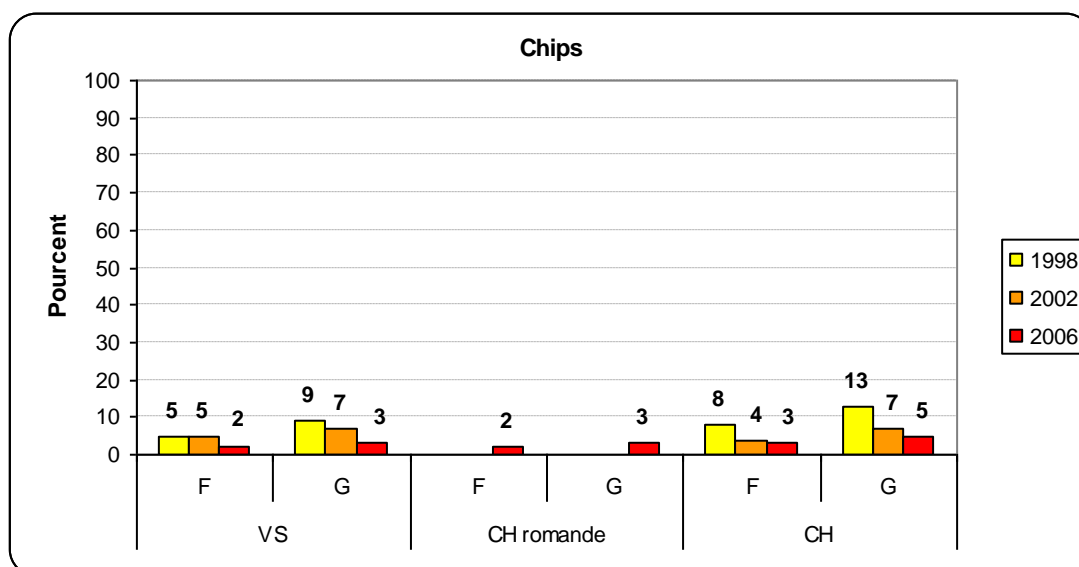
**Figure 32.** Consommation de bonbons ou de chocolat par les jeunes au moins une fois par jour, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006.



« Généralement, combien de fois par semaine bois-tu ou manges-tu les aliments suivants ? »



Figure 33. Consommation de chips par les jeunes au moins une fois par jour, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006.



« Généralement, combien de fois par semaine bois-tu ou manges-tu les aliments suivants ? »

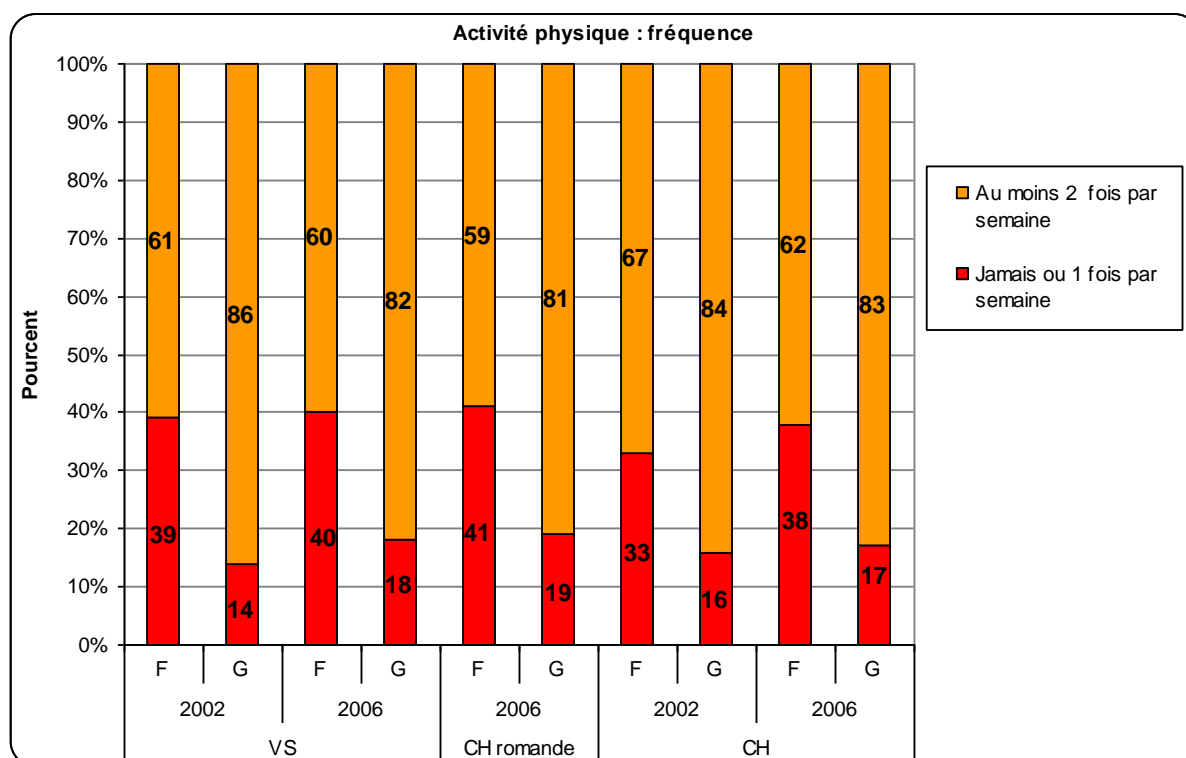
Comme sur le plan national, la proportion d'écoliers valaisans qui mangent au moins une fois par jour des fruits a beaucoup diminué en Valais, passant de 55% en 1998 à 40% en 2006 chez les filles et de 52% en 1998 à 28% en 2006 chez les garçons. Les moyennes suisses romandes et nationales sont plus élevées que les chiffres observés en Valais (Figure 29).

Nous notons de manière similaire sur la Figure 30 une diminution importante de la proportion de jeunes mangeant au moins une fois par jour des légumes en Valais, passant de 68% en 1998 à 45% en 2006 chez les filles et de 51% en 1998 à 31% en 2006 chez les garçons. La même diminution est observée au niveau national. Ces résultats sont inquiétants et des mesures ciblées de prévention doivent être prises.

Les Figure 31 à 33 montrent que la consommation de boissons sucrées, de bonbons ou de chocolat et de chips chez les jeunes a diminué entre 1998 et 2006 dans les deux sexes, ce qui est réjouissant en terme de prévention.

## Activité physique et sportive

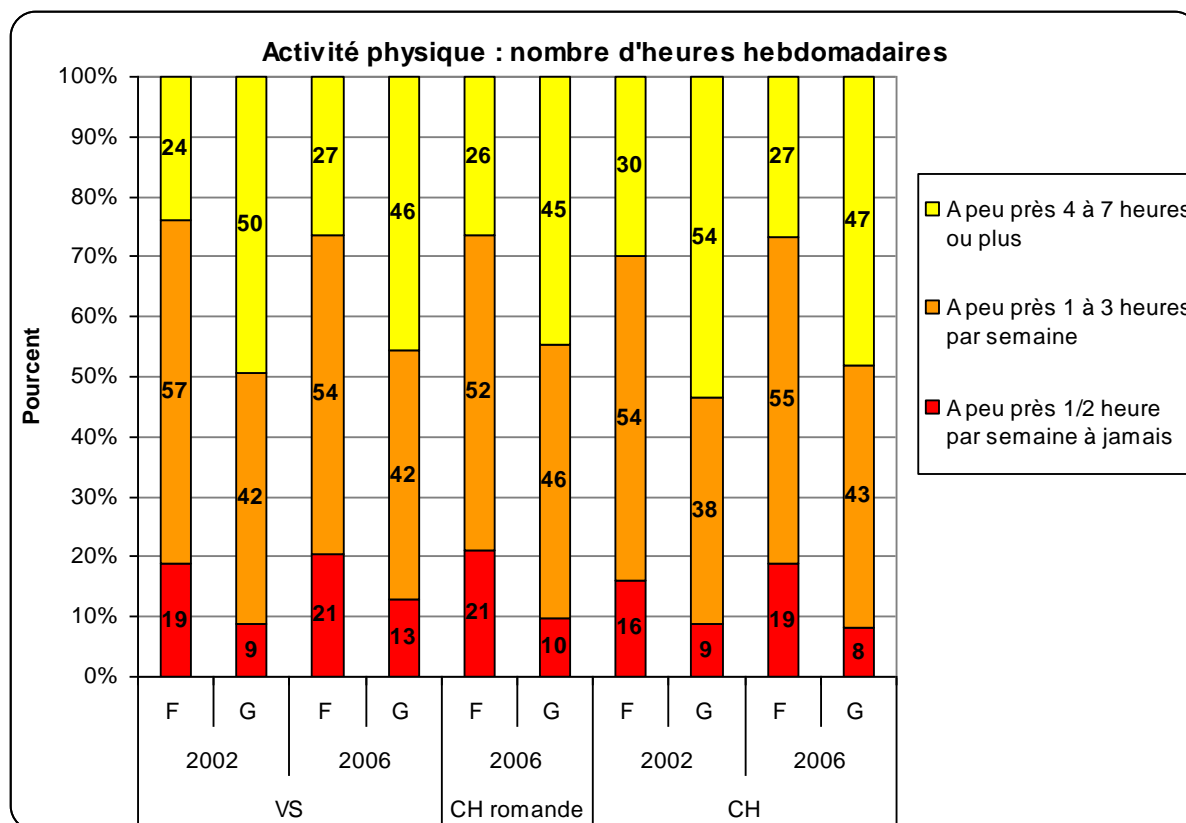
Figure 34. Fréquence à faire du sport en dehors des heures scolaires, au point de transpirer ou d'être essouffé(e), en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.



« En dehors des heures d'école, combien de fois fais-tu du sport au point de transpirer ou d'être essouffé(e) ? »

Nous voyons sur la Figure 34 une augmentation de la proportion de garçons valaisans ne faisant jamais ou seulement une fois par semaine du sport, cette proportion passant de 14% en 2002 à 18% en 2006. Chez les filles les proportions restent stables au cours du temps. Cette part de jeunes valaisans ne faisant jamais ou une fois par semaine du sport est similaire en Suisse romande et en Suisse pour les deux sexes. Il est donc réjouissant de constater que 4 jeunes sur 5 ont une activité physique.

Figure 35. Nombre d'heures par semaine à faire du sport en dehors de l'école, au point de transpirer ou d'être essouffé(e), en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.

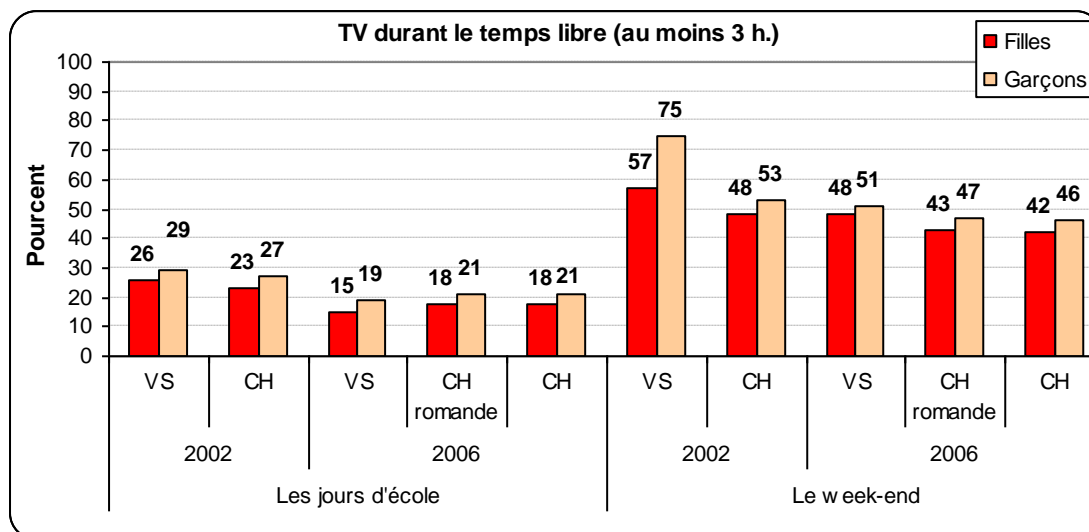


« En dehors des heures d'école, combien d'heures par semaine fais-tu du sport au point de transpirer ou d'être essouffé(e) ? »

Nous notons une augmentation de la proportion de jeunes valaisans ne faisant jamais ou à peu près 1/2 heure de sport par semaine en dehors de l'école au point de transpirer ou d'être essouffés, qui passe de 19% chez les filles en 2002 à 21% en 2006 et de 9% chez les garçons en 2002 à 13% en 2006. Les moyennes romandes et suisses sont très proches des moyennes valaisannes dans les deux sexes (Figure 35).

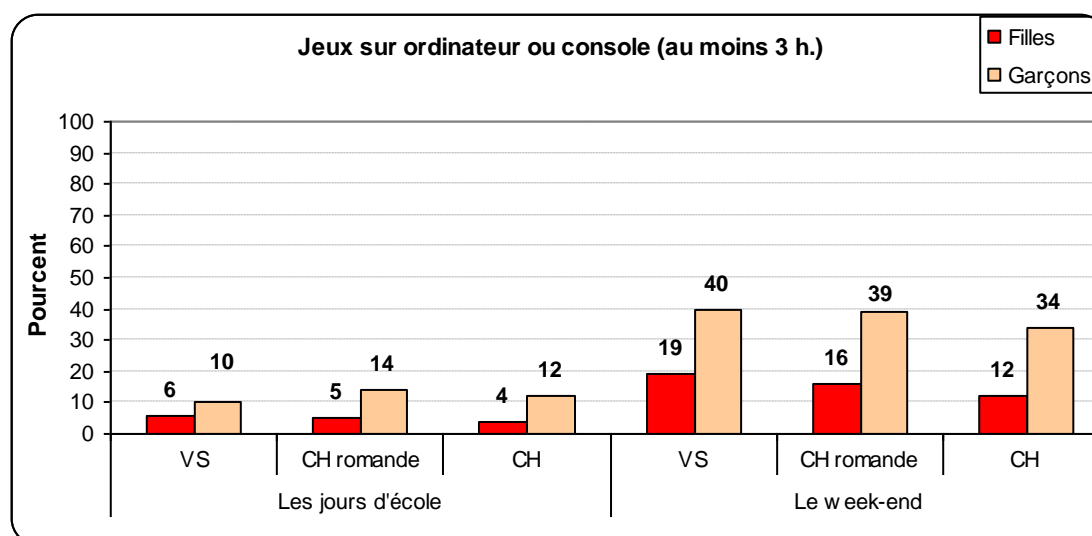
## Loisirs

**Figure 36.** Proportion d'écoliers consacrant au moins 3 heures par jour à la télévision durant le temps libre (y compris les DVD et les vidéos) les jours d'école et le week-end, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.



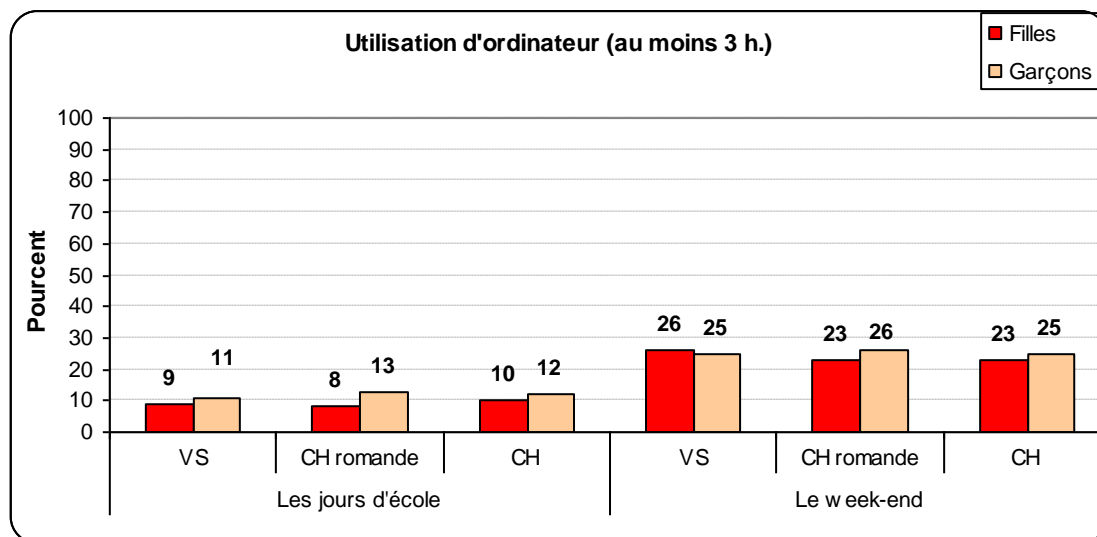
« Généralement, à peu près combien d'heures par jour regardes-tu la télévision durant ton temps libre (y compris les DVD et les vidéos) ? »

**Figure 37.** Proportion d'écoliers consacrant au moins 3 heures par jour à jouer avec un ordinateur ou une console durant le temps libre les jours d'école et le week-end, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2006.



« Généralement, à peu près combien d'heures par jour joues-tu à l'ordinateur ou avec une console (Playstation, Xbox, Gamecube, PSP, etc.) durant ton temps libre ? »

**Figure 38. Proportion d'écoliers consacrant au moins 3 heures par jour à utiliser un ordinateur (e-mails, chatt, internet, faire les devoirs, etc.) durant le temps libre les jours d'école et le week-end, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2006.**



« Généralement, à peu près combien d'heures par jour utilises-tu un ordinateur durant ton temps libre (correspondre par e-mails, chatter ou surfer sur Internet, faire tes devoirs, etc.) ? »

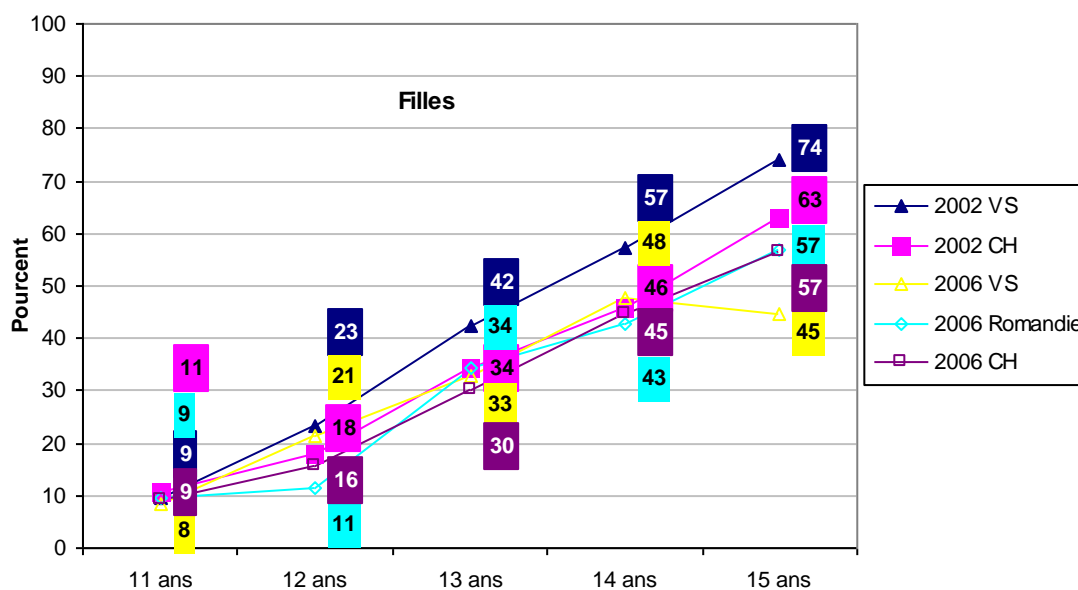
La Figure 36 montre une diminution de la proportion d'écoliers regardant la TV durant leur temps libre au moins 3 heures par jour entre 2002 et 2006, et durant les jours d'école, et durant le week-end. La même diminution est observée au niveau national. De plus, notons sur la Figure 37 que 10% des garçons et 6% des filles en Valais utilisent une console de jeux au moins 3 heures par jour et sur la Figure 38 que cette proportion est de 11% parmi les écoliers et 9% parmi les écolières quant à l'utilisation d'un ordinateur. Il n'a malheureusement pas été possible de comparer les données de ces deux dernières Figures avec celles de 2002, car ces questions ont été modifiées entre les deux enquêtes.

# Substances psychotropes

## Tabac

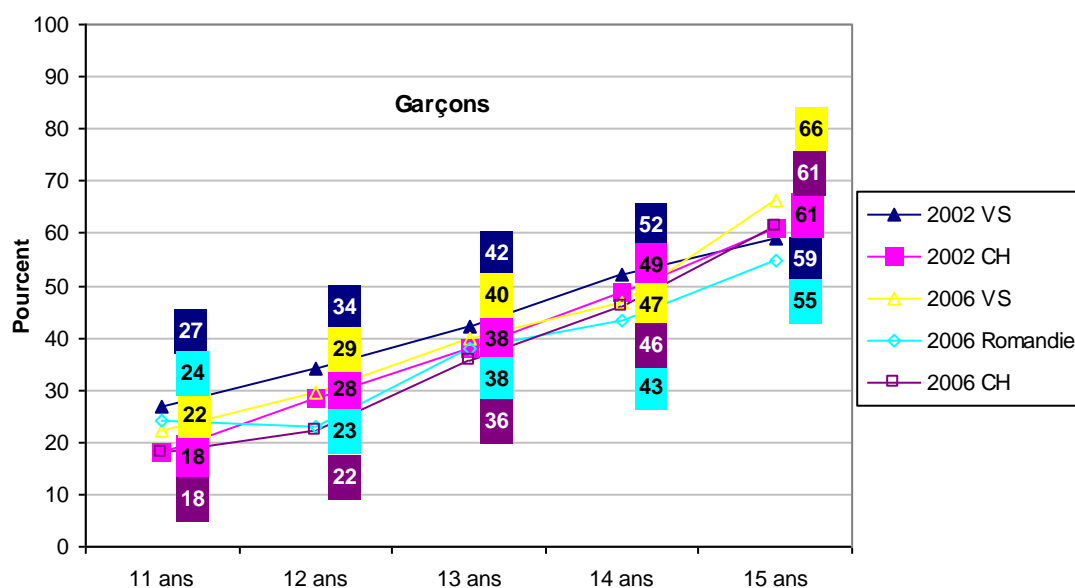
### Tabac : premières expériences de consommation

**Figure 39. Proportion de filles indiquant avoir déjà fumé du tabac, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.**



« As-tu déjà fumé du tabac (une cigarette, un cigare ou une pipe) ? »

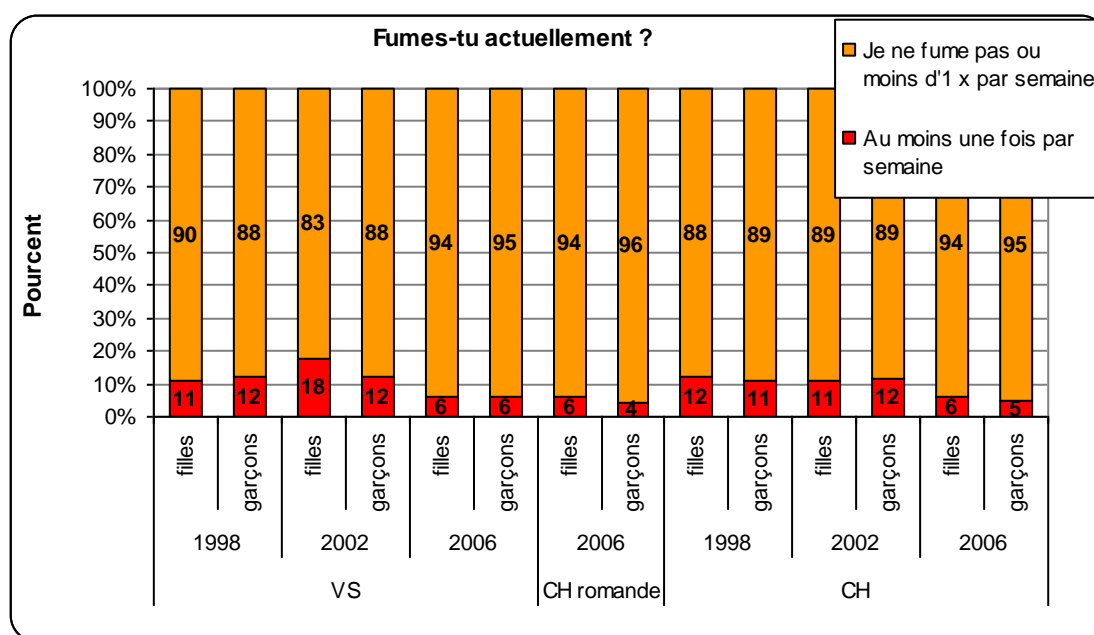
**Figure 40. Proportion de garçons indiquant avoir déjà du fumé tabac, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.**



« As-tu déjà fumé du tabac (une cigarette, un cigare ou une pipe) ? »

Nous observons une diminution des premières expériences de consommation entre 2002 et 2006 chez les filles (Figure 39) en Valais. Parmi les écolières valaisannes, 42% indiquaient avoir déjà fumé une cigarette à 13 ans et 74% à 15 ans en 2002, alors qu'elles ne sont que 33% à 13 ans et 45% à 15 ans en 2006. Cette diminution s'observe également chez les garçons mais de manière nettement moins accentuée (Figure 40).

**Figure 41. Consommation actuelle de tabac parmi les jeunes, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006.**



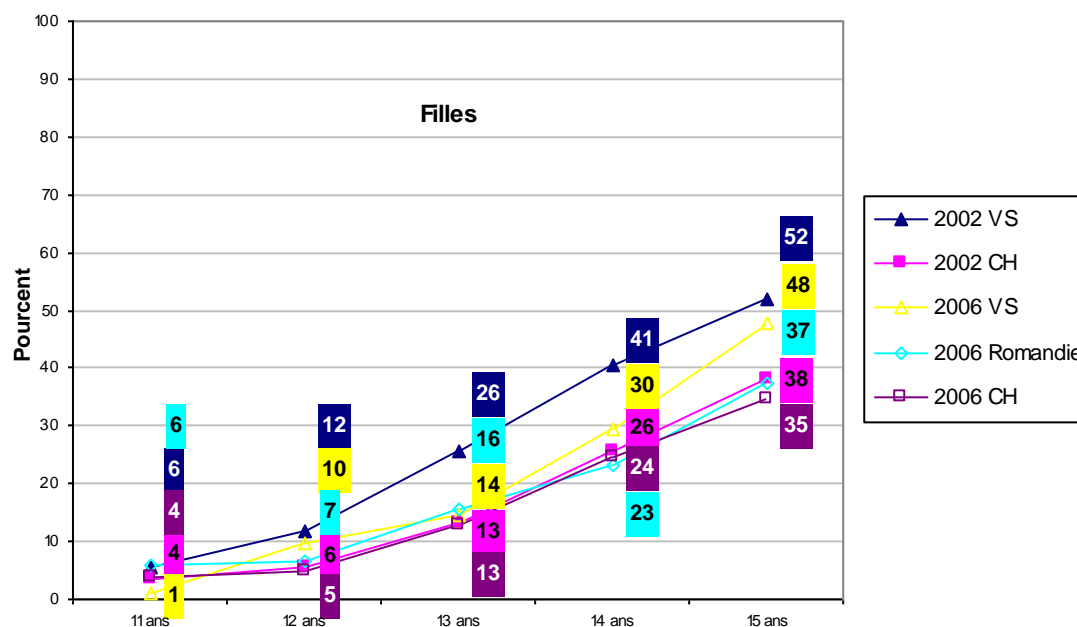
« Fumes-tu actuellement ? »

La Figure 41 montre que parmi les écolières valaisannes, la proportion de fumeuses de tabac (au moins une fois par semaine) augmente entre 1998 à 2002, de 11% à 18%, puis diminue nettement à 6% en 2006. Chez les garçons nous observons également une baisse de la proportion de fumeurs (au moins une fois par semaine) de 12% en 1998 à 6% en 2006. Cette baisse entre 2002 et 2006 s'observe également au niveau national. La proportion de fumeurs au moins hebdomadaires est similaire en 2006 entre les jeunes valaisans, romands et suisses.

## Alcool

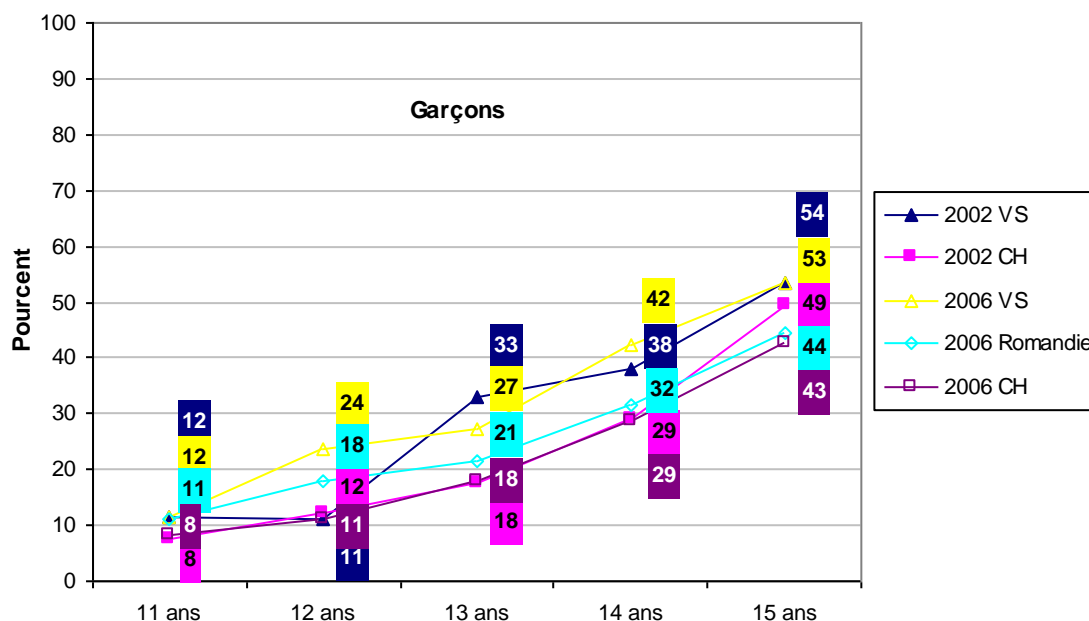
### Alcool : premières expériences d'ivresse

Figure 42. Proportion de filles indiquant avoir déjà été au moins une fois ivre, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.



« As-tu déjà été vraiment soûle ? »

Figure 43. Proportion de garçons indiquant avoir déjà été au moins une fois ivre, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.

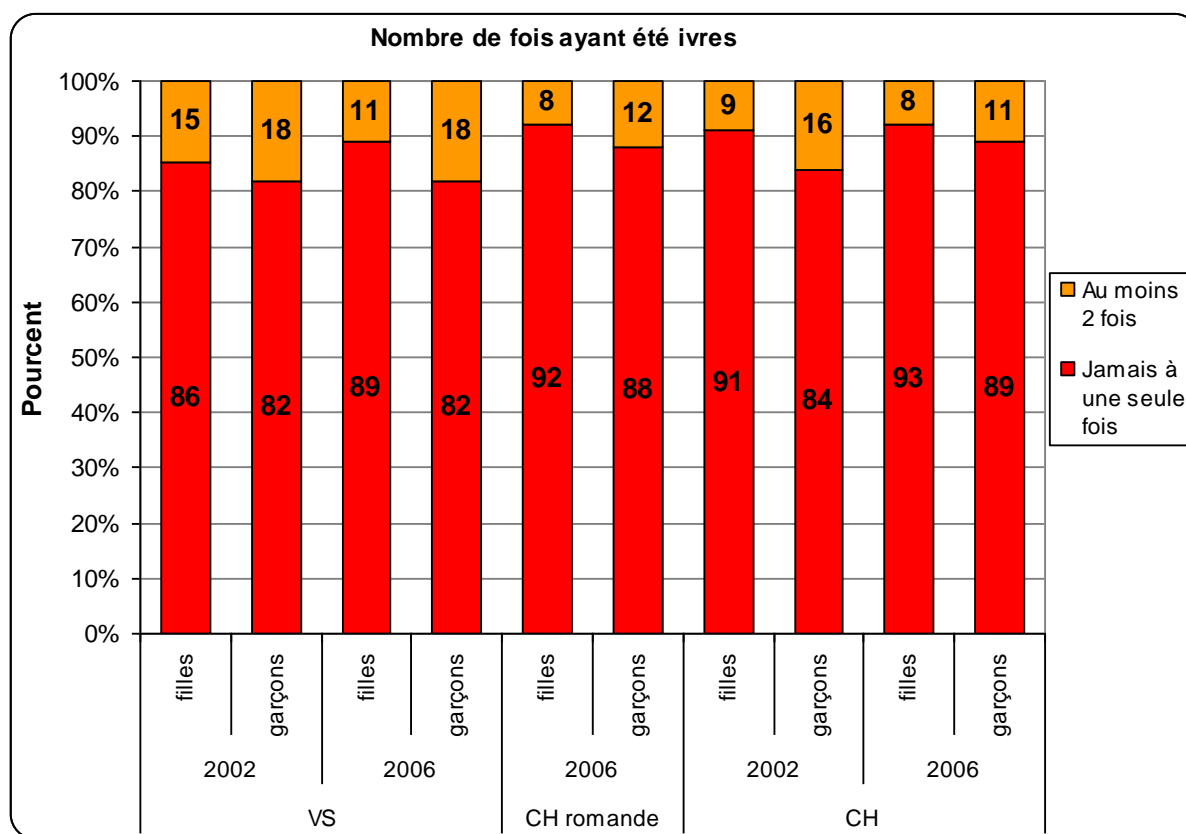


« As-tu déjà été vraiment soûl ? »



Les Figures 42 et 43 nous montrent une légère diminution des premières expériences d'ivresse chez les filles entre 2002 et 2006 en Valais, diminution qui n'apparaît pas chez les garçons. En 2006, 48% des filles et 55% des garçons de 15 ans indiquent avoir été déjà ivres. Ces chiffres sont largement supérieurs à la moyenne romande et à la moyenne nationale dans les deux sexes, montrant que dans le canton du Valais des efforts encore importants de prévention de la consommation abusive d'alcool doivent être faits auprès des jeunes et de leur entourage.

**Figure 44.** Répartition des jeunes selon le nombre de fois où ils ont été ivres dans leur vie, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.

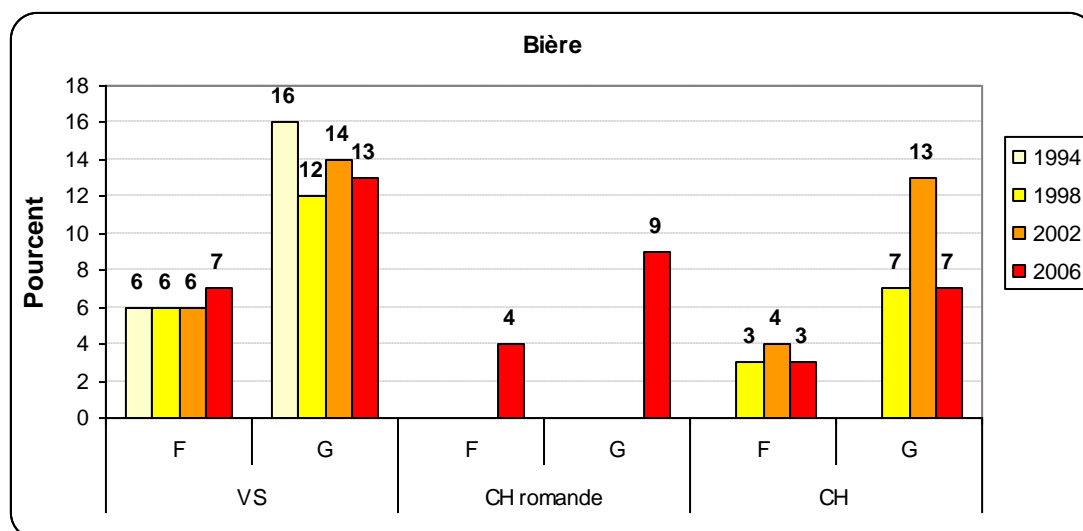


« As-tu déjà été vraiment soûl(e) ? »

La proportion de jeunes ayant été au moins deux fois ivres est restée stable au cours du temps en Valais dans les deux sexes. Par contre cette proportion reste supérieure à la moyenne romande et à la moyenne suisse, en particulier chez les garçons (Figure 44).

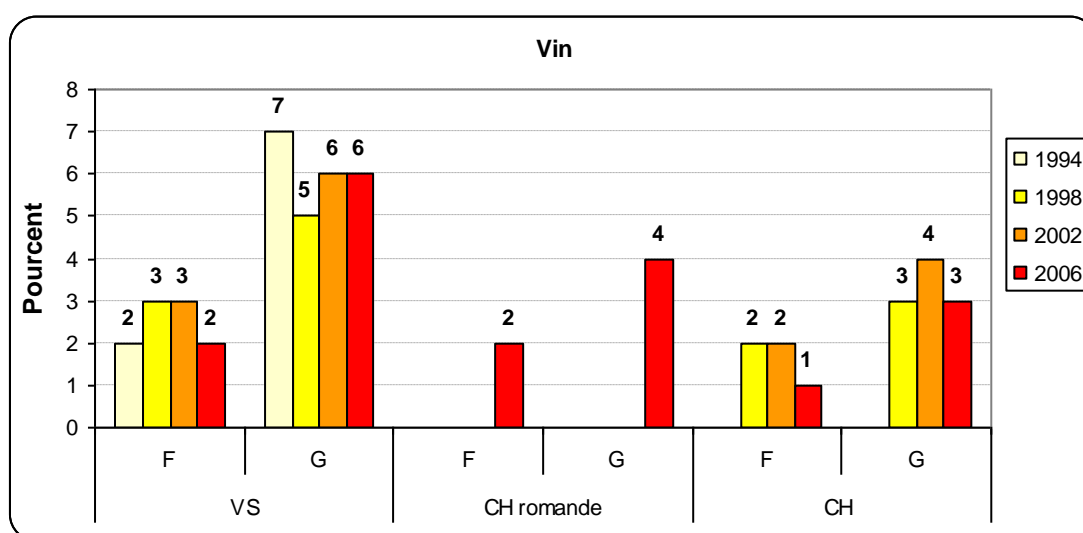
## Consommation d'alcool : types de boissons

Figure 45. Consommation de bière au moins une fois par semaine chez les jeunes, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006.



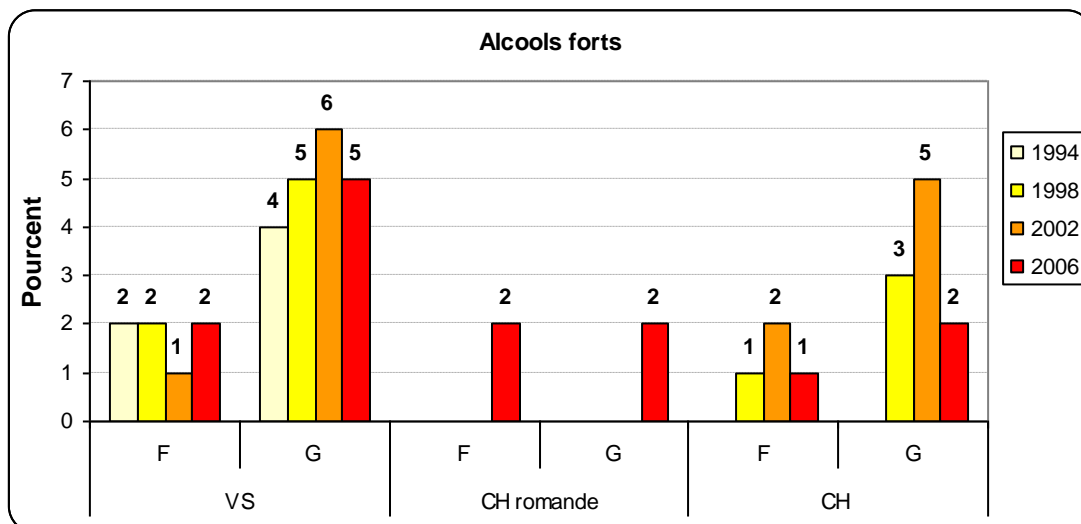
« Actuellement, combien de fois bois-tu ces boissons alcooliques (par exemple bière, vin ou alcool fort), même si ce sont de petites quantités ? »

Figure 46. Consommation de vin au moins une fois par semaine chez les jeunes, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006.



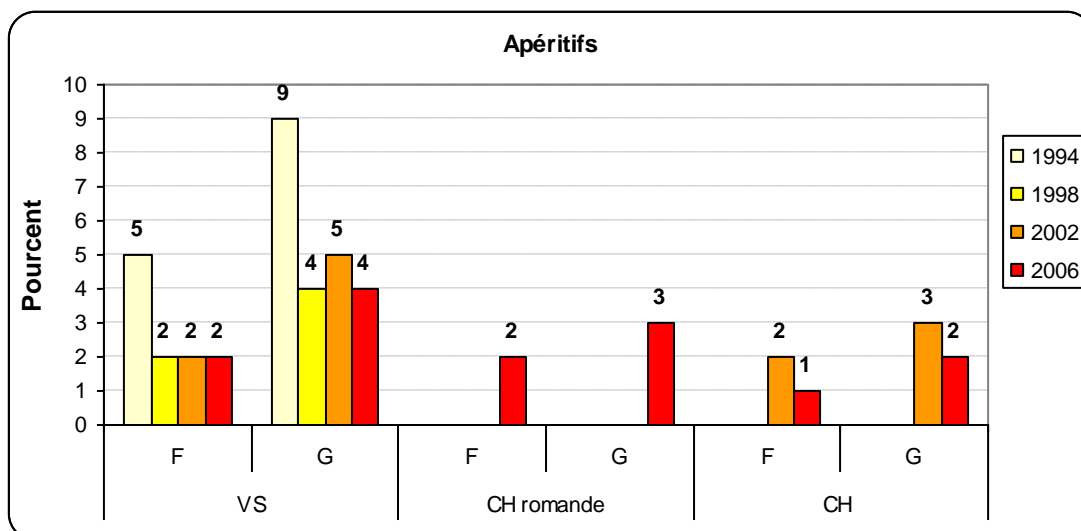
« Actuellement, combien de fois bois-tu ces boissons alcooliques (par exemple bière, vin ou alcool fort), même si ce sont de petites quantités ? »

Figure 47. Consommation d'alcools forts au moins une fois par semaine chez les jeunes, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006.



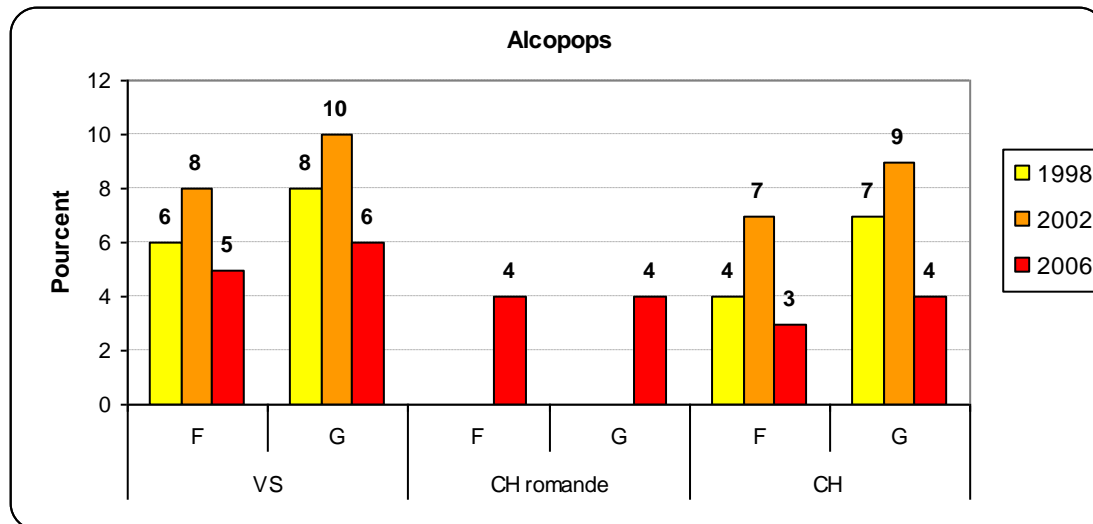
« Actuellement, combien de fois bois-tu ces boissons alcooliques (par exemple bière, vin ou alcool fort), même si ce sont de petites quantités ? »

Figure 48. Consommation d'apéritifs au moins une fois par semaine chez les jeunes, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006.



« Actuellement, combien de fois bois-tu ces boissons alcooliques (par exemple bière, vin ou alcool fort), même si ce sont de petites quantités ? »

Figure 49. Consommation d'alco pops au moins une fois par semaine chez les jeunes, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006.



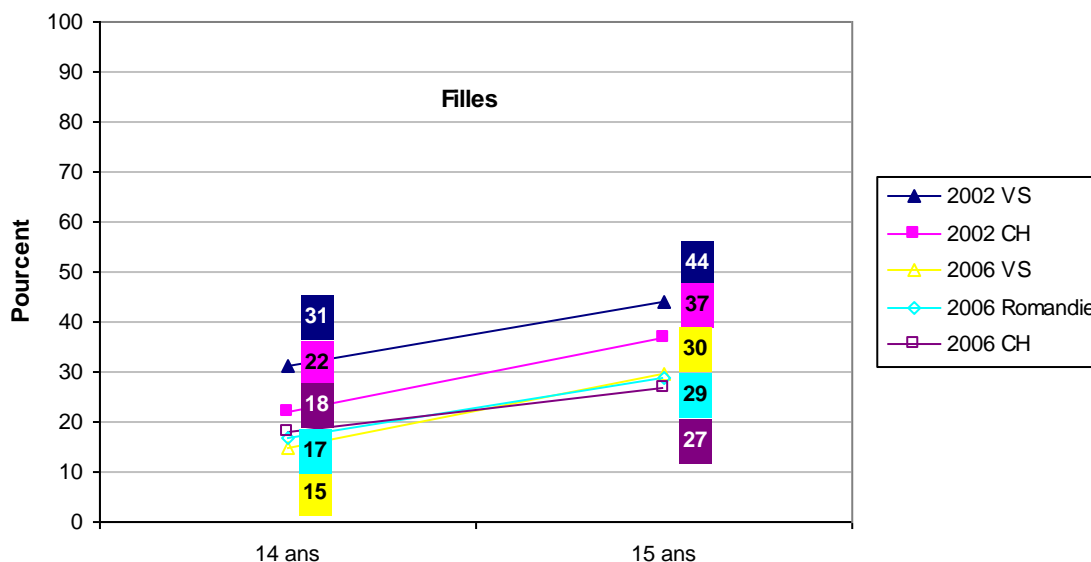
« Actuellement, combien de fois bois-tu ces boissons alcooliques (par exemple bière, vin ou alcool fort), même si ce sont de petites quantités ? »

La consommation de bière (Figure 45), de vin (Figure 46), d'alcools forts (Figure 47), d'apéritifs (Figure 48) au moins une fois par semaine est restée relativement stable au cours du temps en Valais, étant plus importante chez les garçons que chez les filles. La consommation d'alco pops (Figure 49) a diminué dans les deux sexes en Valais entre 2002 et 2006 suite à l'introduction de mesures économiques de prévention. La consommation de ces différents alcools par les écoliers valaisans est toujours plus importante que la moyenne romande et suisse.

## Cannabis (parmi les 14-15 ans)

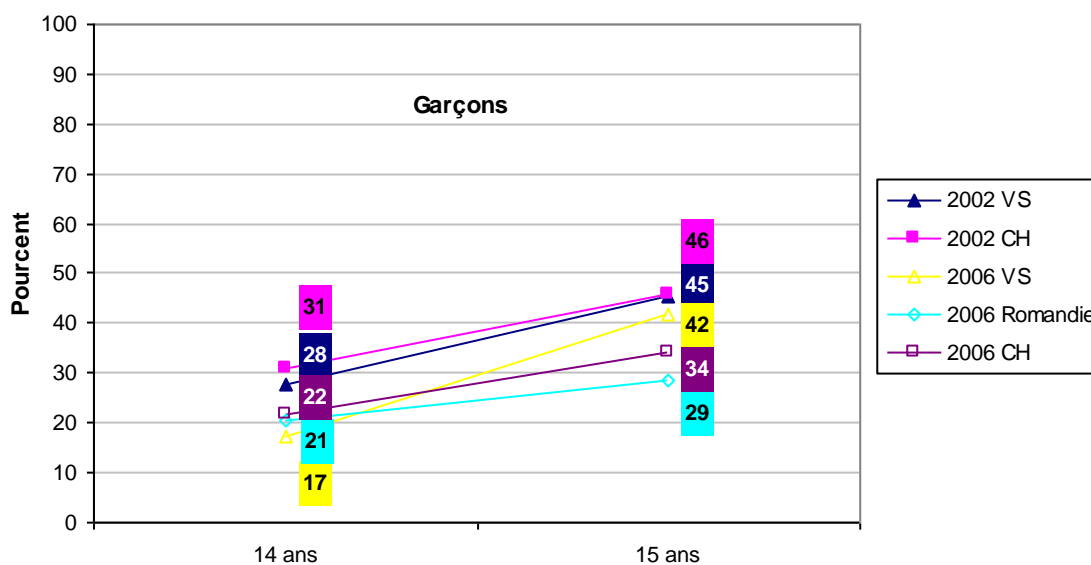
### Cannabis : premières expériences de consommation

Figure 50. Proportion de filles indiquant avoir déjà pris du cannabis au moins une fois chez le jeunes de 14-15 ans, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.



« As-tu déjà pris du cannabis (joint, shit, herbe, marijuana, haschisch) au cours de ta vie ? »

Figure 51. Proportion de garçons indiquant avoir déjà pris du cannabis au moins une fois chez le jeunes de 14-15 ans, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.



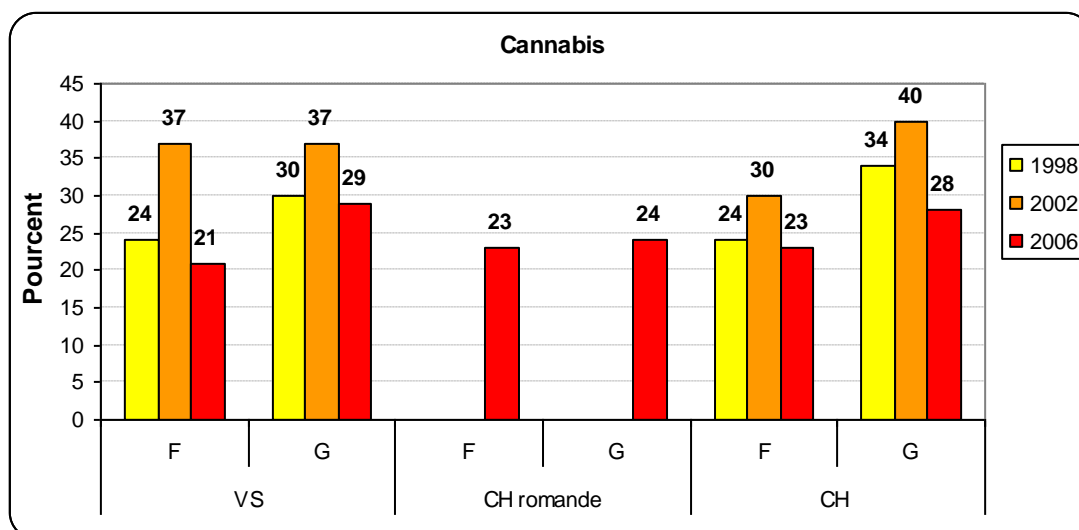
« As-tu déjà pris du cannabis (joint, shit, herbe, marijuana, haschisch) au cours de ta vie ? »

La proportion d'écolières ayant déjà pris du cannabis était de 31% à 14 ans et de 44% à 15 ans en 2002. Cette proportion a ensuite diminué à 15% à 14 ans et 30% à 15 ans pour les écolières valaisannes en 2006 (Figure 50). Nous observons également une nette diminution au niveau national.

Chez les garçons, sur la Figure 51, nous observons également une diminution, mais un peu moins marquée des premières expériences de consommation de cannabis en Valais.

## Consommation de cannabis

**Figure 52.** Prévalence à vie de consommation de cannabis chez les jeunes de 14-15 ans, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006.



« As-tu déjà pris du cannabis (joint, shit, herbe, marijuana, haschisch) au cours de ta vie ? »

La Figure 52 montre que la prévalence à vie de consommation de cannabis chez les écolières valaisannes a augmenté de 24% en 1998 à 37% en 2002, puis est redescendue à 21% en 2006.

Chez les garçons valaisans nous observons la même tendance avec une augmentation de 30% en 1998 à 37% en 2002, puis une diminution à 29% en 2006. En 2006, la proportion de jeunes de 14 et 15 ans ayant déjà consommé du cannabis dans leur vie en Valais est proche de la moyenne romande et nationale.

# Conclusions et recommandations

Les études HBSC réalisées entre 1994 et 2006 permettent de fournir une photographie de l'état de santé des écoliers. Elles renseignent sur les comportements de santé, les facteurs de risque et les changements intervenus depuis une douzaine d'années. Ces données donnent des pistes de réflexion pour les programmes de prévention et de promotion de la santé en faveur des jeunes.

## Santé physique

### Résultats

Nous notons tout d'abord que la majorité des écoliers juge son état de santé de manière positive. Ces résultats doivent cependant être tempérés par une augmentation régulière entre 1994 et 2006 de symptômes physiques subjectivement rapportés par les jeunes comme les maux de tête, les maux de ventre, et les maux de dos qui prennent de plus en plus d'importance. Quarante pourcent des écolières souffrent de maux de tête et de maux de ventre en 2006 par exemple. Chez les garçons valaisans le phénomène est similaire, mais moins prononcé.

### Recommandations

Donner les moyens d'identifier les éventuelles causes psychosomatiques liées à ces manifestations physiques.

## Violence

### Résultats

Le deuxième résultat de ce rapport est l'augmentation de la violence subie ou provoquée entre 2002 et 2006, autant chez les garçons que chez les filles. Cette augmentation n'est pas propre au canton du Valais, elle s'observe également au niveau national. Elle est relativement modérée et en général de l'ordre de 3%, mais il est inquiétant de voir que l'augmentation de cette violence s'observe dans la plupart des indicateurs mesurés. La proportion de jeunes dont les affaires ont été abîmées, cassées ou détruites a augmenté de 4% chez les filles et de 5% chez les garçons entre 2002 et 2006, et le fait de se faire voler de 4% chez les filles et de 2% chez les garçons. Parmi les situations de violence provoquées au cours des 12 derniers mois, la proportion d'écoliers ayant pris une arme (couteau ou matraque) a augmenté de 6% entre 2002 et 2006. Le fait d'avoir frappé un camarade d'école a augmenté de 3% dans les deux sexes, le fait d'avoir menacé un camarade d'école a

augmenté de 4% chez les filles et de 3% chez les garçons entre les deux années étudiées. Finalement le fait d'avoir abîmé, cassé ou détruit le bien d'autrui, ainsi que le fait d'avoir volé a augmenté de 3%, autant chez les filles que chez les garçons entre 2002 et 2006.

## Recommandations

Les mesures de prévention de la violence en milieu scolaire doivent être renforcées.

## Alimentation et sédentarité

---

### Résultats

Concernant les habitudes alimentaires des jeunes valaisans, nous constatons tout d'abord une augmentation réjouissante entre 2002 et 2006 de la proportion de jeunes prenant un petit-déjeuner, autant les jours d'école que durant le week-end, et ceci pour les deux sexes. Le petit-déjeuner est sur le plan quantitatif un repas important qui est le plus souvent facilement négligé. Sur le plan quantitatif, nous avons noté dans notre dernier rapport sur la santé des jeunes d'avril 2005, une diminution importante de la consommation de fruits et de légumes entre 1998 et 2002. La consommation de fruits était de 55% en 1998 chez les écolières valaisannes, puis elle a diminué à 30% en 2002. Il est réjouissant de voir que celle-ci a à nouveau augmenté à 40% en 2006. Par contre chez les garçons nous n'avons noté aucune amélioration entre 2002 et 2006. Les mêmes résultats sont observés pour la consommation de légumes.

Les jeunes Valaisans consacrent une partie importante de leurs loisirs à être devant un ordinateur ou à regarder la télévision. De plus, 40% des filles ne font jamais ou seulement une fois par semaine une activité physique. Cette proportion était restée stable entre 2002 et 2006. Par contre, il est inquiétant de voir que cette proportion a augmenté chez les garçons durant la même période, passant de 14% à 18% en Valais.

### Recommandations

Il faut continuer à promouvoir l'activité physique et favoriser l'accessibilité à des pratiques sportives, ceci de façon coordonnée sur l'ensemble du territoire cantonal. L'enseignement spécifique à l'alimentation et l'exercice physique doit être intensifié dans le cadre scolaire. La gymnastique doit continuer à faire partie du programme scolaire. Il est également souhaitable de favoriser la pratique d'un sport en dehors des heures scolaires. Les programmes d'activités sportives pour jeunes en surcharge pondérale doivent être poursuivis.



## Substances psychotropes

---

### Tabac

---

#### Résultats

Lorsque les jeunes fument au moins une fois par semaine, on parle de consommation régulière de cigarettes. Dans notre dernier rapport sur la santé des jeunes d'avril 2005, nous notions une augmentation de la proportion de fumeurs entre 1998 et 2002 et ceci autant chez les filles que les garçons. Il est réjouissant de constater que la proportion de fumeurs a chuté en Valais, comme en Suisse. Le canton du Valais compte en 2006 6% de fumeurs réguliers dans les deux sexes, âgés de 11 à 15 ans. Ces résultats positifs sont à mettre en parallèle avec les efforts concertés et structurés mis en place au niveau national dans le cadre du Programme national pour la prévention du tabagisme comprenant entre autres des mesures structurelles comme l'augmentation du prix du paquet de cigarettes. Mais ces résultats sont également le fruit de la mise en place d'un programme de prévention efficace de lutte contre le tabagisme au niveau cantonal, par le Centre d'Information pour la Prévention du Tabagisme (CIPRET VS) qui établit des campagnes d'informations ciblées, effectue de la prévention dans les établissements scolaires, et met à disposition du matériel d'information et de prévention.

#### Recommandations

Même si les premiers résultats positifs de ces différents programmes de lutte contre le tabagisme sont observés, les efforts de prévention doivent être absolument poursuivis comme le fait de promouvoir des écoles et des lieux sans fumée pour les jeunes. Outre l'information il est nécessaire de prendre des mesures économiques et législatives, comme l'augmentation du prix du paquet de cigarettes et l'interdiction de la publicité sur l'ensemble du territoire. Il faut également encourager les enseignants à montrer l'exemple.

## Alcool

---

#### Résultats

L'alcool est le psychotrope le plus précocement consommé chez les jeunes Valaisans. Son initiation est largement entamée dès 11 ans chez les garçons. Or les enfants sont plus sensibles à l'alcool et l'éliminent moins bien de leur organisme que les adultes. Plus l'enfant est jeune, plus la prudence est de mise. Même une petite quantité d'alcool peut provoquer une intoxication. Certains jeunes boivent occasionnellement trop. En 2006, les écolières sont moins nombreuses qu'en 2002 à indiquer à avoir été ivres, ce qui n'est pas le cas des écoliers valaisans. Cette observation que 18% des garçons valaisans ont été ivres au moins

deux fois, alors que la moyenne suisse romande est de 12% et la moyenne nationale de 11%, est inquiétante et problématique en terme de santé publique. Parmi les jeunes qui consomment de l'alcool, la plupart boivent de la bière ou du vin et il est également inquiétant de noter que la consommation de bière, de vin, d'alcools forts et d'apéritifs en 2006 est nettement plus importante parmi les garçons valaisans par rapport à la moyenne romande ou nationale.

## Recommandations

Au vu de ces chiffres, il est important de mettre en place des programmes de prévention pour lutter de manière efficace contre la consommation excessive d'alcool des jeunes. Comme pour la prévention anti-tabagique, les mesures économiques et législatives ont un impact important sur les écoliers. Le contrôle du respect de l'interdiction de la vente d'alcool aux écoliers doit être intensifié dans les différents points de vente d'alcool, dans les cafés et dans les restaurants.

## Cannabis

---

### Résultats

De nos jours les produits dérivés du cannabis contiennent beaucoup plus de substance active, le Tétrahydrocannabinol (THC), que par le passé. Fumer des joints entraîne des symptômes respiratoires et peut conduire à une baisse des résultats scolaires ou entraver le développement psychique, comme modifier l'humeur, les sensations et le comportement. Nous notons dans ce rapport que la consommation de cannabis parmi les 14 et 15 ans qui avait fortement augmenté entre 1998 et 2002, diminue en 2006, dans les deux sexes. La même tendance est observée au niveau national. Même si nous observons une baisse de la consommation entre 2002 et 2006, la prévalence à vie de la consommation du cannabis reste élevée chez les 14-15 ans en 2006 et les efforts de prévention doivent être poursuivis. La tendance observée pour la consommation de cannabis est similaire à celle du tabac avec un pic en 2002.

### Recommandations

Il est important de continuer à intervenir avant l'âge de 14 ans avec des actions de prévention et de sensibilisation des dangers dus à la consommation du cannabis. Il est important d'associer les professionnels de l'éducation à ces formes de prévention. Il faut également continuer à sensibiliser la population et ne pas banaliser le cannabis qui de nos jours semble être une substance psychotrope dangereuse pour la santé mentale des jeunes en cas de consommation régulière à long terme.

# Index des figures

Figure 1.	Etat de santé général subjectif, selon le sexe, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse, 2002-2006. ....	7
Figure 2.	Proportion d'écoliers souffrant au moins une fois par semaine de maux de tête au cours des 6 derniers mois, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006. ....	8
Figure 3.	Proportion d'écoliers souffrant au moins une fois par semaine de maux de ventre au cours des 6 derniers mois, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006. ....	8
Figure 4.	Proportion d'écoliers souffrant au moins une fois par semaine de maux de dos au cours des 6 derniers mois, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006. ....	9
Figure 5.	Proportion d'écoliers souffrant au moins une fois par semaine de difficultés à s'endormir au cours des 6 derniers mois, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006. ....	9
Figure 6.	Proportion d'écoliers souffrant au moins une fois par semaine de vertiges au cours des 6 derniers mois, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006. ....	10
Figure 7.	Proportion d'écoliers souffrant au moins une fois par semaine de sentiment de fatigue au cours des 6 derniers mois, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006. ....	10
Figure 8.	Proportion d'écoliers ayant pris au moins une fois au cours des 30 derniers jours des médicaments, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2006. ....	11
Figure 9.	Nombre de consultations auprès d'un médecin ou d'une infirmière au cours des 12 derniers mois pour une blessure ou un accident, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006. ....	12
Figure 10.	Proportion d'écoliers ayant des difficultés ou une impossibilité de parler de leurs soucis à leur père, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006. ....	13
Figure 11.	Proportion d'écoliers ayant des difficultés ou une impossibilité de parler de leurs soucis à leur mère, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006. ....	13
Figure 12.	Proportion d'écoliers n'ayant pas d'ami, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006. ....	15
Figure 13.	Proportion d'écoliers n'ayant pas d'amie, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006. ....	15
Figure 14.	Proportion d'écoliers s'étant senti(e) seul(e) (parfois ou toujours) au cours de la dernière semaine, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2006. ....	16
Figure 15.	Proportion d'écoliers de 14-15 ans ayant déjà eu une relation sexuelle, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006. ....	17
Figure 16.	Proportion d'écoliers de 14-15 ans n'ayant pas utilisé de préservatif lors de leur dernier rapport sexuel, en % (de ceux ayant eu au moins une relation sexuelle) selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006. ....	17
Figure 17.	Proportion d'écoliers déclarant ne pas aimer l'école cette année (pas beaucoup ou pas du tout), en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006. ....	19
Figure 18.	Proportion d'écoliers déclarant être assez ou très stressés par le travail scolaire, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006. ....	19
Figure 19.	Proportion des jeunes dont leurs affaires ont été abîmées ou qui ont été frappés au moins une fois au cours des 12 derniers mois, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse 2002-2006. ....	21
Figure 20.	Proportion des jeunes qui se sont faits menacer ou faits voler au moins une fois au cours des 12 derniers mois, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse 2002-2006. ....	22
Figure 21.	Proportion des jeunes ayant « courbé » l'école ou ayant pris une arme à l'école durant les 12 derniers mois, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse 2002-2006. ....	23
Figure 22.	Proportion des jeunes ayant frappé ou menacé un camarade d'école durant les 12 derniers mois, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse 2002-2006. ....	24

Figure 23.	Proportion des jeunes ayant abîmé ou volé quelque chose à l'école durant les 12 derniers mois, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse 2002-2006.....	25
Figure 24.	Proportion d'écoliers déclarant faire un régime, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006. ....	26
Figure 25.	Satisfaction des jeunes par rapport à leur poids, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.....	27
Figure 26.	Proportion des écoliers ayant un surpoids ou étant obèse, en %, les deux sexes confondus. Comparaison Valais, 1994, 2002 et 2006.....	28
Figure 27.	Proportion des jeunes ne prenant pas de petit-déjeuner durant les jours d'école, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006. ....	29
Figure 28.	Proportion des jeunes ne prenant pas de petit-déjeuner durant les jours du week-end, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006. ....	29
Figure 29.	Consommation de fruits par les jeunes au moins une fois par jour, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006.....	31
Figure 30.	Consommation de légumes par les jeunes au moins une fois par jour, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006.....	31
Figure 31.	Consommation de Coca ou autres boissons sucrées par les jeunes au moins une fois par jour, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006.....	32
Figure 32.	Consommation de bonbons ou de chocolat par les jeunes au moins une fois par jour, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006. ....	32
Figure 33.	Consommation de chips par les jeunes au moins une fois par jour, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006.....	33
Figure 34.	Fréquence à faire du sport en dehors des heures scolaires, au point de transpirer ou d'être essoufflé(e), en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006. ...	34
Figure 35.	Nombre d'heures par semaine à faire du sport en dehors de l'école, au point de transpirer ou d'être essoufflé(e), en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006. ....	35
Figure 36.	Proportion d'écoliers consacrant au moins 3 heures par jour à la télévision durant le temps libre (y compris les DVD et les vidéos) les jours d'école et le week-end, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.....	36
Figure 37.	Proportion d'écoliers consacrant au moins 3 heures par jour à jouer avec un ordinateur ou une console durant le temps libre les jours d'école et le week-end, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2006. ....	36
Figure 38.	Proportion d'écoliers consacrant au moins 3 heures par jour à utiliser un ordinateur (e-mails, chatt, internet, faire les devoirs, etc.) durant le temps libre les jours d'école et le week-end, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2006. ....	37
Figure 39.	Proportion de filles indiquant avoir déjà fumé du tabac, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006. ....	38
Figure 40.	Proportion de garçons indiquant avoir déjà du fumé tabac, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006. ....	38
Figure 41.	Consommation actuelle de tabac parmi les jeunes, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006.....	39
Figure 42.	Proportion de filles indiquant avoir déjà été au moins une fois ivre, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006.....	40
Figure 43.	Proportion de garçons indiquant avoir déjà été au moins une fois ivre, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006. ....	40
Figure 44.	Répartition des jeunes selon le nombre de fois où ils ont été ivres dans leur vie, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006. ....	41
Figure 45.	Consommation de bière au moins une fois par semaine chez les jeunes, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006.....	42
Figure 46.	Consommation de vin au moins une fois par semaine chez les jeunes, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006.....	42

---

Figure 47.	Consommation d'alcools forts au moins une fois par semaine chez les jeunes, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006. ....	43
Figure 48.	Consommation d'apéritifs au moins une fois par semaine chez les jeunes, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1994-2006. ....	43
Figure 49.	Consommation d'alco pops au moins une fois par semaine chez les jeunes, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006. ....	44
Figure 50.	Proportion de filles indiquant avoir déjà pris du cannabis au moins une fois chez le jeunes de 14-15 ans, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006. ....	45
Figure 51.	Proportion de garçons indiquant avoir déjà pris du cannabis au moins une fois chez le jeunes de 14-15 ans, en %. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 2002-2006. ....	45
Figure 52.	Prévalence à vie de consommation de cannabis chez les jeunes de 14-15 ans, en % selon le sexe. Comparaison Valais, Suisse romande, Suisse 1998-2006. ....	46