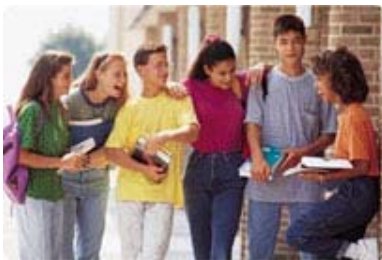




Ligue valaisanne contre
les toxicomanies



Observatoire valaisan de la santé
Walliser Gesundheitsobservatorium



***La santé des jeunes écoliers et
adolescents
dans le canton du Valais
en 2002***



Mme Jeanne-Marie Chabloz
Mme Annick Clerc Bérod
M Jean-Christophe Luthi

Avril 2005

Table des matières

Table des matières	2
Synthèse des résultats et recommandations	5
Les jeunes Valaisans sous la loupe	5
Santé physique	6
Santé mentale	6
Relations familiales	7
Relations sexuelles	7
Activité physique	9
Violence et comportements déviants	10
Accidents	10
Consommation de substances créant une dépendance	11
Les jeunes inégaux face à la santé	12
L'importance des mesures de promotion de la santé	13
Avertissement au lecteur	14
Remerciements	15
1. Introduction	16
1.1. Cadre et objectifs des études HBSC et SMASH	17
1.2. Méthodes	18
1.2.1. Organisation des enquêtes	18
1.2.1.1. Etude HBSC	18
1.2.1.2. Etude SMASH	18
1.2.2. Elaboration des questionnaires	19
1.2.2.1. Etude HBSC	19
1.2.2.2. Etude SMASH	19
1.2.3. Méthodes d'échantillonnage	19
1.2.3.1. Etude HBSC	19
1.2.3.2. Etude SMASH	20
1.2.4. Gestion des données et analyses statistiques	20
1.2.5. Photographie 2002	20
1.2.6. Evolution 1994-2002 et 1992-2002	20
2. Description des deux échantillons valaisans	22
2.1. Echantillon HBSC	22
2.2. Echantillon SMASH	23
3. Bien-être, santé physique & santé psychique	24
3.1. Bien-être	24
3.2. Santé générale	25
3.2.1. Troubles physiques	26
3.2.1.1. Tendances	28
3.2.2. Etats affectifs et troubles psychiques	30
3.2.2.1. Tendances	33
3.2.3. Les soucis des jeunes valaisans	34
3.2.3.1. Tendances	36
3.2.4. Sentiment de solitude, mal-être et confiance en soi	37
3.2.4.1. Tendances	38
3.2.5. Conduites suicidaires et états dépressifs	39
3.2.5.1. Conduites suicidaires	39
3.2.5.1.1. Tendances	41
3.2.5.2. État dépressif	41
3.2.6. Image corporelle	43
3.2.6.1. Tendances	44
4. Conditions de vie et relations avec les autres	45
4.1. Environnement psychosocial	45
4.1.1. Environnement familial	45
4.1.1.1. Tendances	45
4.1.2. Relations avec la famille	46

4.1.2.1.	Communication	46
4.1.2.2.	Type et qualité des relations	47
4.1.2.2.1.	Tendances.....	50
4.1.2.3.	Comportements et habitudes	50
4.1.3.	Relations avec les amis	52
4.1.3.1.	Tendances.....	53
4.1.4.	Sorties et comportements des pairs	53
4.1.4.1.	Tendances.....	54
4.1.5.	Environnement scolaire et apprentissage.....	56
4.1.5.1.	Appréciation de l'école et de l'apprentissage.....	57
4.1.5.2.	Charge de travail et stress	60
4.1.5.3.	Tendances.....	63
4.1.6.	Sexualité et amour	64
4.1.6.1.	La sexualité des jeunes de 14 et 15 ans.....	64
4.1.6.2.	La sexualité des adolescents de 16 à 20 ans	65
4.1.6.2.1.	Tendances.....	65
4.1.6.3.	Méthodes de contraception et protection contre le SIDA	66
4.1.6.3.1.	Tendances.....	67
4.1.6.4.	Alcool, drogues et relations sexuelles chez les 16-20 ans	67
4.1.6.5.	Grossesse et IVG.....	67
5.	Comportements liés à la santé	68
5.1.	Perception du corps, poids et alimentation	68
5.1.1.	Le souci de la ligne	69
5.1.1.1.	Préoccupation relative au poids et à l'alimentation.....	71
5.1.2.	Obésité et surpoids	72
5.1.3.	Alimentation	74
5.1.3.1.	Tendances.....	77
5.2.	Sport et loisirs	79
5.2.1.	Activité physique et sportive	79
5.2.1.1.	Tendances.....	84
5.2.2.	Loisirs.....	84
5.3.	Perception du danger - Conduites d'essai et conduites à risque.....	88
5.3.1.	Perception du danger.....	89
5.4.	Violence et accidents	92
5.4.1.	Violence subie.....	92
5.4.1.1.	Tendances.....	93
5.4.2.	Violence active.....	93
5.4.3.	Harcèlement systématique	94
5.4.3.1.	Tendances.....	95
5.4.4.	Traumatismes accidentels	95
5.4.4.1.	Tendances.....	96
5.4.5.	Abus sexuels.....	96
5.4.5.1.	Tendances.....	97
5.4.6.	Comportements déviants.....	97
5.4.6.1.	Tendances.....	99
5.5.	Substances psychotropes.....	100
5.5.1.	Age des premières expériences/consommations.....	100
5.5.2.	Tabac	102
5.5.2.1.	Signes de dépendance	103
5.5.2.2.	Nombre de cigarettes	105
5.5.2.3.	Raisons de fumer des écoliers.....	105
5.5.2.4.	Tendances.....	107
5.5.3.	Alcool	108
5.5.3.1.	Types de boissons	109
5.5.3.2.	Tendances.....	111
5.5.3.3.	Ivresse.....	113
5.5.3.4.	Tendances.....	115
5.5.3.5.	Comportements problématiques (problèmes) liés à des états d'ivresse	115
5.5.3.6.	Tendances.....	116
5.5.3.7.	Raisons de consommer ou non de l'alcool	117
5.5.4.	Cannabis.....	118

5.5.4.1.	Fumeurs de cannabis réguliers et occasionnels.....	119
5.5.4.2.	Tendances.....	122
5.5.5.	Autres drogues.....	123
5.5.5.1.	Tendances.....	125
5.5.6.	Disponibilité d'acceptation de drogues illégales et raisons avancées.....	127
5.5.6.1.	Tendances.....	130
6.	Conclusions et recommandations	132
6.1.	Conclusions.....	132
	La majorité des jeunes interrogés s'estiment en bonne santé.....	132
	Une minorité de jeunes souffrent d'états dépressif et conduites suicidaires	132
	Les comparaisons entre les 10 dernières années font apparaître une péjoration de la situation de la consommation de tabac, d'alcool et de cannabis	133
6.2.	Recommandations	134
	Cadre de vie : développer un réseau relationnel et social qui favorise la santé.....	134
	Activité physique et conduite alimentaire	134
	Usage de tabac, d'alcool et de cannabis	135
7.	Index des figures.....	136
8.	Index des tableaux	139
9.	Bibliographie	142

Synthèse des résultats et recommandations

Les jeunes Valaisans sous la loupe

Les deux études HBSC et SMASH réalisées en 2002 fournissent une photographie des écoliers et des adolescents : besoins et comportements de santé, facteurs de risques et évaluation des changements intervenus depuis une dizaine d'années.

Le but global de ces études est d'améliorer la connaissance et la compréhension de la santé et du bien-être des jeunes, leurs comportements de santé et le contexte social dans lequel ils évoluent.

Les données obtenues doivent permettre de réfléchir à une planification optimale des services de santé et des programmes de prévention et de promotion de la santé pour les jeunes.

Quelques précisions

- HBSC (Health Behaviour in School-aged Children) : Etude internationale réalisée également en Suisse en 2002 auprès des écoliers de la 5^{ème} primaire à la 2^{ème} année du cycle d'orientation (11 à 15 ans).
- SMASH (Swiss Multicenter Adolescent Study on Health) : étude réalisée en Suisse auprès des apprentis et étudiants (16 à 20 ans).
- Les deux enquêtes ont été menées en Suisse respectivement par l'ISPA (Institut Suisse pour la Prévention de l'Alcoolisme et autres toxicomanies) et par l'IUMSP (Institut Universitaire de Médecine Sociale et Préventive) avec le soutien de l'OFSP (Office Fédéral de la Santé Publique) et des cantons.
- Les résultats présentés ici concernent 1123 écoliers Valaisans âgés de 11 à 15 ans (588 filles et 535 garçons) et 413 adolescents apprentis ou étudiants âgés de 16 à 20 ans (194 filles et 219 garçons).

Des jeunes Valaisans en bonne santé ? Oui, mais ...

La grande majorité des jeunes Valaisans entre 11 et 20 ans juge son état de santé de manière plutôt positive. Il n'y a d'ailleurs globalement pas de grande différence entre les résultats Valaisans et les résultats suisses.

Cependant, certains problèmes de santé touchent ces jeunes Valaisans et nécessitent qu'on y prête attention :

- troubles physiques,
- états dépressifs et conduites suicidaires,
- relations sexuelles non protégées,
- alimentation saine,
- prévention des traumatismes et accidents
- comportements déviants,
- consommation de produits psychotropes.

Il règne de grandes disparités de santé en Valais, comme en Suisse d'ailleurs :

- entre les sexes,
- entre les filières de formation (étudiants – apprentis).

Les sous-chapitres ci-dessous présentent synthétiquement les problèmes principaux et des recommandations pour tenter d'y remédier. Un aperçu des résultats chiffrés est proposé à titre d'information : le lecteur se reportera aux chapitres concernés pour plus de détails.

Santé physique

Résultats

La majorité des jeunes Valaisans (plus de 90%) juge leur état de santé bon, très bon ou excellent.

Cependant – et la situation s’est détériorée ces dix dernières années - une part importante d’entre eux déclare souffrir (très) souvent de maux de ventre, de maux de dos ou de maux de tête.

C’est systématiquement chez les filles et parmi les apprentis qu’ont été observés une moins bonne perception de la part des jeunes de leur santé et des plaintes subjectives plus fréquentes.

Recommandations

- ◆ Maintenir, voir augmenter le nombre de cours d’activité physique dispensés dans les écoles, y intégrer les notions d’ergonomie.
- ◆ Donner les moyens d’identifier les éventuels causes psychosomatiques liés à ces manifestations physiques.

Quelques chiffres (cf. Chap. 3.2)

- Les apprentis Valaisans sont 56.5% à se trouver en très bonne ou en excellente santé, contre 73.9% des étudiants.
- Dès l’âge de 12 ans, les filles ont une appréciation de leur vie plus négative que les garçons.
- Chez les 11-15 ans, 1 fille sur 5 souffre au moins une fois par semaine de maux de dos, 1 sur 4 de maux de ventre et 1 sur 3 de maux de tête (pour les garçons c’est respectivement 1 sur 5, 1 sur 6 et 1 sur 5).
- Entre 16 et 20 ans, les filles Valaisannes sont 2 sur 5 à ressentir assez souvent ou très souvent l’un de ces trois .

Santé mentale

Résultats

Une proportion importante (40%) d’adolescents Valaisans a pensé au suicide, a même été jusqu’à tenter de se suicider, et ce avant l’âge de 20 ans. S’il est vrai que la présence d’idées suicidaires à l’adolescence ne nécessite pas forcément des mesures particulières, l’élaboration d’un plan pour se suicider est un signe beaucoup plus grave.

Recommandations

Il est important que la problématique du suicide reste une préoccupation de santé publique prioritaire :

- ◆ Améliorer la sensibilisation et l’information des professionnels appelés à intervenir auprès des adolescents.
- ◆ Assurer un dépistage précoce des signes de dépression.
- ◆ Favoriser et faciliter l’accès aux spécialistes.
- ◆ Mettre sur pied des réseaux permettant une meilleure collaboration entre les intervenants de premier recours

Quelques chiffres (cf. Chap. 3.2.4. et 3.2.5.)

- Les jeunes Valaisans de 11 à 15 ans sont 20% à se percevoir négativement (seul, absence de confiance en soi, rejeté ou incapable).
- Une part importante (de 1 sur 5 à 1 sur 3) des jeunes Valaisans de 16 à 20 ans s’est reconnue dans des affirmations liées à des symptômes de dépression.
- Environ 40% des 14-15 ans ont déjà pensé au suicide et environ 5% y ont pensé sérieusement avec plan ou sont même passé à l’acte.
- Près de 20% des 16 et 20 ans ont vécu au cours des 12 mois précédant l’enquête des moments où ils auraient aimé se suicider ; 4% ont fait une tentative de suicide au cours de leur vie.

Relations familiales

Résultats

Plus des trois quarts des écoliers et adolescents vivent avec leurs deux parents.

La très grande majorité des jeunes interrogés juge positivement l'attitude des parents à son égard (soutien, règles, confiance, etc.). Une minorité craint tout de même une certaine violence parentale.

Les jeunes sont cependant critiques vis-à-vis de certaines des habitudes parentales jugées excessives (consommation d'alcool, tabagisme, travail).

Recommandations

- ♦ Poursuivre les interventions destinées à réduire la violence vis-à-vis des enfants

Quelques chiffres (cf. Chap. 4.1)

- Les jeunes Valaisans sont 15% à ne pas parler de leurs soucis, difficultés ou problèmes avec leurs parents.
- En Valais, les filles sont 8.8% à éprouver une certaine peur à l'idée d'être battues par leurs parents, (4.8% pour les filles suisses), les garçons sont 2.8%.

Relations sexuelles

Résultats

Il semblerait que les écoliers Valaisans se protègent plus lors des relations sexuelles que les autres Suisses. Mais avec l'âge, la proportion des jeunes qui prennent des risques augmente.

Recommandations

- ♦ Poursuivre les interventions destinées à promouvoir l'utilisation du préservatif et une meilleure gestion des risques.

Quelques chiffres (cf. Chap. 4.1.6.)

- Près de 1 écolier (11-15 ans) sur 5, et plus de 1 adolescent (16-20 ans) sur 2 a déjà eu des relations sexuelles.
- Entre 14 et 15 ans, 90.4% des écoliers Valaisans, sans différence de sexe, contre 79.8% des Suisses se sont protégés lors de leur dernière relation sexuelle.
- Chez les 16-20 ans, 74.7% des filles (77.3% pour les filles suisses) et 70.2% des garçons (74.6% pour les garçons suisses) ont utilisé un préservatif.

Environnements scolaire et professionnel

Résultats

La grande majorité des adolescents Valaisans semble à l'aise dans sa classe et a confiance en ses enseignants. La plupart des apprentis se sent bien dans son équipe de travail.

Toutefois une grande partie de ces jeunes Valaisans se déclare stressée : le système scolaire actuel, notamment, surcharge les élèves en devoirs.

Recommandations

- ◆ Prendre des mesures au niveau des autorités scolaires afin de diminuer le temps consacré aux devoirs pour le bien de la santé des jeunes.

Quelques chiffres (cf. Chap. 4.1.5.)

- Un peu plus de 1 écolier sur 10 indique ne pas aimer du tout l'école et un peu moins de 1 sur 5 pense que l'école est très souvent ennuyeuse.
- 1 écolier Valaisan sur 4 se sent assez ou très stressé par le travail scolaire, et une large part des apprentis Valaisans est fréquemment confronté à un facteur de stress.
- La charge de travail scolaire, en dehors des heures d'école, dépasse deux heures par jour d'école pour 27.9% des filles de 11 ans (contre 23.2% des garçons) et pour 39.8% des filles de 15 ans (23.2% pour les garçons).

Obésité et surpoids

Résultats

Les analyses effectuées ne laissent pas apparaître pour l'instant une évolution inquiétante de surcharge pondérale ou d'obésité parmi les jeunes Valaisans, mais il existe déjà des problèmes dans ce domaine.

Recommandations :

- ◆ Le Valais n'échappera pas aux tendances internationales et nationales : des mesures visant à prévenir l'augmentation du surpoids et de l'obésité devront également être prises dans ce Canton.

Quelques chiffres (cf. Chap. 5.1.2)

- Environ 1 jeune Valaisan sur 10 (environ 1 fille sur 5 et 1 garçon sur 20) pratique ou a déjà pratiqué un régime amaigrissant.
- 1.1% d'écoliers Valaisans sont obèses en 1994 et 1.5% en 2002.
- 4.6% d'écoliers Valaisans sont en surpoids en 1994 et 5.4% en 2002.
- Chez les 16-20 ans Valaisans, on trouve 8.7% d'entre eux qui souffrent d'un surpoids et 0.7% d'obésité en 2002.

Alimentation

Résultats

Sur le plan quantitatif, le petit déjeuner est malheureusement le repas le plus facilement négligé. Sur le plan qualitatif, la consommation des fruits et des légumes est loin des recommandations, elle diminue même significativement depuis 1998.

Recommandations

- ◆ Poursuivre des interventions visant à promouvoir une alimentation saine (particulièrement pour les fruits et légumes)

Quelques chiffres (cf. Chap. 5.1.3.)

- 25% des filles et 18% de garçons entre 11 et 15 ans ne prennent jamais de vrai petit déjeuner les jours d'école (le pourcentage passant de 13% à 35% entre 11 ans et 15 ans).
- 34.1% des 11-15 ans mangent au moins quotidiennement des légumes.
- 12.3% des 11-15 ans mangent des fruits plusieurs fois par jour.

Activité physique

Résultats

Les jeunes Valaisans consacrent une partie importante de leurs loisirs à être devant un ordinateur ou à regarder la télévision.

Une majorité de jeunes Valaisans se montre plutôt active physiquement avec une activité correspondant aux recommandations (minimum de 30 à 60 minutes quotidiennes d'activité modérée).

Recommandations

- ◆ Intensifier l'enseignement concernant l'alimentation et promouvoir l'activité physique.
- ◆ Favoriser l'accessibilité à des pratiques sportives.

Quelques chiffres (cf. Chap. 5.2.1.)

- Plus de 1 écolier Valaisan sur 4 regarde la télévision plus de trois heures par jour durant la semaine et 2 sur 5 durant le week-end.
- 1 garçon sur 20 et 1 fille sur 10 pratique moins d'une fois par semaine une activité sportive au point de transpirer ou d'être essoufflé.
- Près de 64% des jeunes entre 11 et 15 ans pratiquent une activité sportive entre 2 et 3 heures hebdomadaires.
- 24 % des filles et 50% des garçons exercent une activité sportive plus de 4 heures hebdomadaires.
- Les adolescents Valaisans entre 16 et 20 ans sont 50% à pratiquer au moins 3 fois par semaine une activité physique pendant 20 minutes.

Violence et comportements déviants

Résultats

Le nombre d'actes déviants (déprédation et vol) commis par des jeunes Valaisans est importante et en augmentation depuis 1992. Au cours des 12 mois précédant l'enquête, près de 16% des jeunes âgés de 11 à 15 ans avouent avoir détruit volontairement quelque chose qui ne leur appartenait pas ; plus de 10% indiquent avoir volé quelque chose. De plus, les 16-20 ans sont 17% à avoir détruit volontairement quelque chose qui ne leur appartenait pas et 23% à avoir volé (en augmentation depuis 1992).

Beaucoup de jeunes Valaisans sont victimes de violences verbale, physique ou sexuelle.

La violence relative aux abus sexuels est un phénomène qui touche essentiellement les filles.

Recommandations

- ◆ Promouvoir les interventions destinées à améliorer les ressources des jeunes face à la violence verbale, physique ou sexuelle.

Quelques chiffres (cf. Chap. 5.4. et 5.5.)

- Près de 1 jeune Valaisan sur 4 a été victime de vol et/ou de violence physique au cours des 12 mois précédant l'enquête.
- Chez les 14-15 ans, 1 fille sur 20 indique qu'il lui est déjà arrivé qu'un adulte touche ses organes sexuels alors qu'elle ne le voulait pas.
- Chez les 16-20 ans, 1 adolescente sur 10 indique qu'elle a déjà subi une agression sexuelle ou un abus sexuel.

Accidents

Résultats

Les accidents / traumatismes non intentionnels touchent un grand nombre de jeunes Valaisans.

Les comportements préventifs – en particulier chez les apprentis Valaisans – ne sont pas systématiquement adoptés.

Recommandations

- ◆ Promouvoir l'utilisation des moyens de protection auprès de populations ciblées (par ex. casque auprès des apprentis).
- ◆ Promouvoir l'utilisation du casque à vélo chez les jeunes en général
- ◆ Renforcer les messages préventifs intégrés à la formation des jeunes conducteurs (voiture, moto, scooter...).

Quelques chiffres (cf. Chap. 5.4.4.)

- Au cours des 12 mois précédant l'enquête, 62.5% des écoliers (11-15 ans), 47.8% des écolières ont eu une blessure ou un accident pour lequel ils sont allés voir un membre du corps médical.
- 39.3% des adolescents (16-20 ans) Valaisans et 27.5 % des adolescentes Valaisannes signalent un accident ayant nécessité des soins dans les 12 mois précédant l'enquête.
- 1 jeune sur 10 porte un casque à bicyclette (les garçons plus que les filles, et les élèves plus que les apprentis.)
- 1 apprenti sur 5 environ ne met pas systématiquement le casque en moto..

Consommation de substances créant une dépendance

Résultats

L'alcool est le psychotrope le plus précocement consommé par les jeunes Valaisans de 11-15 ans ; son initiation est largement entamée dès 11 ans chez les garçons. Suivent, dans l'ordre, l'expérience de tabac, l'expérience de l'ivresse, puis l'expérience de cannabis. L'augmentation de la consommation des alco pops et des alcools forts est préoccupante, de même que l'augmentation des pratiques d'alcoolisation massive. Le nombre de jeunes Valaisans ayant goûté au cannabis au moins une fois dans leur vie est en nette augmentation.

Recommandations

Tabac

- ◆ Prendre des mesures de prévention du tabagisme en milieu scolaires (dès la 5^e ou 6^e année d'école primaire)
- ◆ Promouvoir un environnement sain, comme des écoles et des lieux sans fumée pour les adolescents plus âgés.
- ◆ Assurer l'accès à des programmes de désaccoutumance tabagique.
- ◆ Encourager les enseignants à montrer l'exemple.
- ◆ Recourir aux méthodes reconnues les plus efficaces de lutte contre le tabagisme chez les jeunes : mesures économiques et législatives (augmentation du prix du paquet de la cigarette, restriction d'accès à la cigarette et interdiction de la publicité).

Alcool

- ◆ Aborder de façon interactive la place de l'alcool dans la vie sociale des jeunes.

Cannabis

- ◆ Par des efforts de prévention (notamment dans le cadre scolaire) aborder les effets de cette substance, plus spécialement les atteintes portées à la santé mentale.
- ◆ Orienter les jeunes ayant une consommation problématique ou un comportement à risque vers des professionnels de santé.

Quelques chiffres (cf. Chap. 5.5.)

La consommation régulière d'alcool est en augmentation :

- les alco pops chez les 11-15 ans (6.3% en 1998 et 8.3% en 2002),
- la bière chez les adolescentes Valaisannes (11.7% en 1992 et 23.6% en 2002)
- les alcools forts chez les 16-20 ans (14% en 1992 et 21.6% en 2002 pour les filles ; 24.3% en 1992 et 34.1% en 2002 pour les garçons).
- 15% des 11-15 ans ont déjà connu au moins deux états d'ivresse dans leur vie.
- La consommation jusqu'à l'ivresse est une pratique répandue parmi les 16-20 ans Valaisans, puisque 27.4% des garçons (Suisse : 23.2%) et 10.3% des filles (Suisse : 6.3%) la connaissent au moins une fois par semaine.
- Les filles de 11-15 ans qui déclarent fumer quotidiennement sont 3.8% en 1994, 6.0% en 1998 et 10.2% en 2002.
- Les garçons de 11-15 ans qui déclarent fumer quotidiennement sont 4.9% en 1994, 6.0% en 1998 et 7% en 2002.
- Les adolescents Valaisans de 16-20 ans sont 34.1% à se déclarer fumeurs quotidiens.
- Environ un tiers (29.7%) des 14-15 ans Valaisans a déjà goûté au cannabis en 2002 (1994 : 11.2% ; 1998 : 20%), ainsi que 56% des adolescents de 16-20 ans (1992 : 30%).

Les jeunes inégaux face à la santé

Résultats

Les jeunes ne sont pas égaux face à l'avenir et cela se manifeste dans les résultats de ces enquêtes sur l'évaluation subjective de la santé.

C'est systématiquement chez les filles et parmi les apprentis qu'ont été observés une moins bonne perception de la part des jeunes de leur santé, des plaintes subjectives plus fréquentes et un sentiment d'être heureux moins souvent ressenti.

Recommandations

- ◆ Prendre des mesures pour éviter une aggravation de ces disparités.

Quelques chiffres (p. ex. Chap. 3)

- Les apprentis Valaisans sont 56.5% à se trouver en très bonne ou en excellente santé, contre 73.9% des étudiants.
- Dès l'âge de 12 ans, les filles ont une appréciation de leur vie plus négative que les garçons.
- Les apprenties paraissent aussi plus stressées que les étudiantes (55.9% contre 45.1%), et semblent être plus sujettes à la tristesse et à la déprime (40.2%) que les étudiantes (30.4%).
- Les apprentis sont un tiers à avoir besoin d'aide pour des problèmes liés au tabac (28.5%, contre 11.2% chez les étudiants), idem pour l'alcool mais dans une moindre proportion (11.5% pour les apprentis et 5.6% pour les étudiants).

L'importance des mesures de promotion de la santé

Recommandations

- Pour avoir un impact positif sur la santé et le bien-être, il est important de mener un travail en réseau avec l'entourage familial, scolaire, professionnel et social.
- L'école occupe une place stratégique, non seulement en tant que lieu d'apprentissage important pour l'avenir des jeunes, mais aussi comme lieu de vie et de rencontres. Il faut introduire des programmes de promotion de la santé en milieu scolaire (programme EGPS – Education Globale Pour la Santé) et favoriser les efforts de promotion de la santé qui s'y font.
- Une bonne insertion dans un milieu scolaire et professionnel valorisant constitue un atout important pour rester en bonne santé, d'où l'importance de développer les choix et les possibilités en matière de places d'apprentissage et, plus globalement de favoriser l'entrée et le maintien dans une filière de formation d'un maximum d'adolescents.

Avertissement au lecteur

Nous parlerons en général d'écoliers pour les jeunes de l'étude HBSC qui concerne les 11-15 ans et nous parlerons d'adolescents, d'étudiants et d'apprentis pour mentionner ceux de l'étude SMASH, qui concerne les 16-20 ans.

La forme masculine est utilisée par défaut lors des comparaisons. Il est fait mention des valaisans ou des suisses quand on parle de groupes d'individus sans distinction de sexe. Par contre, les termes spécifiques de garçons et filles, ainsi que écolie-è-r-e-s, étudiant-e-s et apprenti-e-s seront utilisés lorsque l'on compare les groupes et les genres.

Ce rapport se base sur les nombreuses statistiques nationales et valaisannes qui figurent dans la bibliographie. Les deux enquêtes mentionnées ont également fourni de nombreuses informations sur l'état de santé des jeunes.

Par valaisan, population valaisanne, et suisse, on entend les résidents sans distinction d'origine ou de nationalité.

Pour l'étude HBSC, les résultats dont nous disposions au niveau national excluaient les non-réponses, et il nous était très difficile de pouvoir effectuer des analyses où les non-réponses n'étaient pas exclues. Nous avons donc conservé cette procédure pour l'analyse des données valaisannes. Tous les tableaux et toutes les figures reportent cependant la taille de l'échantillon des répondants. La part des non-réponses, également négligeable en général, peut alors être calculée en rapportant leur nombre à l'effectif total.

Pour des raisons de clarté, les auteurs de l'étude SMASH ont publié au niveau national des résultats où les non-réponses n'étaient pas exclues des analyses (leur fréquence, négligeable de façon générale s'obtient par complément à 100%). Dans ce rapport, afin d'être cohérents avec les résultats nationaux déjà publiés, nous avons fait de même pour l'exploitation des résultats valaisans.

Concernant l'interprétation des chiffres : en raison des effectifs faibles issus de l'enquête SMASH, certaines estimations doivent être considérées comme instables et issues d'un échantillon dont la représentativité est limitée. Toutes les fréquences estimées sur un nombre trop faible d'individus pour être considérées comme vraiment fiables, sont présentées entre parenthèses dans les tableaux.

Remerciements

Nous remercions les responsables de l'étude HBSC (de l'ISPA, notamment le Dr Holger Schmid et Monsieur Hervé Kuendig) et ceux de l'étude SMASH (de l'IUMSP, notamment le Dr Pierre-André Michaud et Monsieur André Jeannin) pour la mise à disposition et la documentation des données valaisannes pour les enquêtes 2002 et les enquêtes antérieures, ainsi que pour leur disponibilité.

Nous remercions ici les auteurs du rapport SMASH 02, rapport sur lequel nous nous sommes basés et auquel nous avons beaucoup emprunté.

Nous remercions également :

M. Jean-Daniel Barman, Ligue valaisanne contre les toxicomanies, Sion

M. Jean-Bernard Moix, Ligue valaisanne contre les maladies pulmonaires et pour la prévention, Sion

Dr Benoît Delaloye, Réseau Santé Valais, Sion

PD Dr Nicolas Troillet, Institut central des hôpitaux valaisans, Sion

M. Beat Bärenfaller, Centre hospitalier du Haut-Valais, Brigue

Prof. Fred Paccaud, Institut universitaire de médecine sociale et préventive (IUMSP), Lausanne

M. Christian Willa, Service de la santé publique, Sion

Mme Elisabeth Marty, Service de la santé publique, Sion

Mme Séverine Schusselé Fillettaz, ADSAN – Agence pour le développement et l'évaluation des politiques de santé, Genève

Mme Dorothee Locher, Observatoire valaisan de la santé, Sion

Mme Veronika Bertin, Observatoire valaisan de la santé, Sion

Enfin, nous remercions le Dr Georges Dupuis, médecin cantonal, qui a suivi et soutenu la réalisation de ce rapport depuis le début.

1. Introduction

Le présent document synthétise les principaux résultats valaisans de l'enquête internationale Health Behavior School-aged Children (HBSC) et de l'enquête suisse SMASH (Swiss Multicenter Adolescent Survey on Health), menées toutes les deux en Suisse en 2002. La mise en commun des résultats permet pour la première fois d'avoir une vue d'ensemble de la santé et des modes de vie des jeunes valaisans entre 11 et 20 ans, mise dans une perspective nationale.

Ce rapport est séparé en trois grandes parties permettant d'avoir un cadre conceptuel cohérent qui voit la santé comme un état d'équilibre, entre risque et protection, influencé par ces différents facteurs de risque et de protection ; ¹

Le bien-être, la santé physique et psychique ; cette première partie traite de l'état de santé subjectif des jeunes, de leur bien-être, troubles, états affectifs, soucis, mal-être, perception du corps et conduites suicidaires. Elle décrit entre autres les facteurs liés au fonctionnement, aux caractéristiques individuelles et à l'état psychologique de l'adolescent, l'équilibre de base de la santé de l'adolescent.

Les conditions de vie et facteurs déterminants pour la santé : cette partie traite de l'environnement psychosocial, de l'environnement familial, amical, scolaire et du stress ainsi que de la sexualité. Elle décrit les ressources de l'adolescent en matière de santé (le côté protection).

Les comportements spécifiques au mode de vie et en matière de santé ; cette dernière partie traite des habitudes alimentaires et de la perception du corps, de la pratique du sport et des loisirs, du danger, des violences diverses, de la consommation d'alcool et de substances psychotropes. Elle décrit les habitudes, les styles d'adaptations des jeunes, leur système de valeurs.

C'est sous l'angle de la promotion de la santé (et de la prévention) que l'on cherche à mieux comprendre les comportements liés à la santé chez les jeunes. Signée en 1986 à l'occasion de la première conférence internationale pour la promotion de la santé, la charte d'Ottawa ² définit ainsi la promotion de la santé : « donner aux individus davantage de maîtrise de leur propre santé, et davantage de moyens de l'améliorer ». La santé est définie et perçue comme « concept positif, qui met l'accent sur les ressources sociales et personnelles, et sur les capacités physiques ». Elle n'est donc pas uniquement tributaire du secteur de la santé, « son ambition est le bien-être complet de l'individu ».

1.1. Cadre et objectifs des études HBSC et SMASH

L'année 2002 offrait une opportunité intéressante puisque l'étude quadriennale HBSC, enquête auprès des écoliers de 11-16 ans, menée par l'Institut suisse de prévention de l'alcoolisme et autres toxicomanies (ISPA) ³ et l'enquête suisse sur la santé menée tous les cinq ans par l'Office fédéral de la statistique ⁴ se répétaient. Le groupe de recherche sur la santé des adolescents rattaché à l'IUMSP (Institut universitaire de médecine sociale et préventive) de Lausanne a donc proposé à l'Office fédéral de la santé publique de répéter, dix ans après une première recherche, une enquête similaire auprès des jeunes de 16 à 20 ans (SMASH). L'intérêt de la démarche réside dans le fait qu'il est alors possible de mesurer l'évolution de l'état et des besoins de santé des jeunes sur une décennie et d'offrir un panorama complet de ces comportements entre 11 et 20 ans.

L'étude HBSC est une étude transversale conduite avec la collaboration de l'office régional de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) pour l'Europe. Initiée en 1982 par des chercheurs de trois pays, elle est réalisée actuellement dans 36 pays. ⁵ Elle s'intéresse à la vie quotidienne et à la santé des jeunes écoliers de 10 à 16 ans. En 2002, l'ISPA a conduit l'étude HBSC en Suisse, sous l'égide de l'OMS. ⁶ Elle a été réalisée avec l'appui financier de l'Office Fédéral de la Santé Publique et des Cantons. Les principaux thèmes abordés sont le bien-être, les troubles physiques et psychiques, l'environnement familial et scolaire, la pratique du sport, les loisirs et la consommation de substances psychotropes.

L'étude SMASH a été menée pour la première fois en 1992 par l'IUMSP de Lausanne, ⁷ en collaboration avec l'Institut universitaire de médecine sociale et préventive de Zürich et l'Ufficio di promozione e di valutazione sanitaria du canton du Tessin. Elle s'intéresse à la santé et au style de vie des adolescents de 16 à 20 ans. Cette recherche est réalisée dans les centres professionnels et les établissements secondaires supérieurs de Suisse. En 2002, elle a été menée par les mêmes groupes de recherche qu'en 1992. Les principaux thèmes abordés ont été les comportements de santé dans des domaines importants comme celui de l'usage de substances psychoactives, de la sexualité, de la santé mentale, ou encore de l'alimentation et du sport. ⁸

Le but global de ces études est d'améliorer la connaissance et la compréhension de la santé et du bien-être des jeunes, leurs comportements de santé et le contexte social dans lequel ils évoluent. C'est au moment de l'adolescence que l'individu adopte des comportements de santé qui influenceront son avenir, à court ou à long terme. C'est aussi au cours de cette période que les conduites dites d'essai peuvent poser de réels problèmes en termes de santé publique. De nombreuses institutions et organismes cherchent à répondre sur le plan médical, éducatif ou psychosocial à ces problèmes. La planification de ces services repose sur une évaluation sérieuse des besoins des adolescents dans ce domaine ⁹. Cette évaluation doit porter non seulement sur les indicateurs traditionnels, mais également sur les indicateurs subjectifs rendant compte de l'ampleur et du caractère des besoins ressentis par les adolescents. ¹⁰ D'où l'intérêt de mener de grandes enquêtes sur la manière dont les adolescents eux-mêmes peuvent rendre compte de leur état de santé, de leurs attitudes et comportements, de leurs besoins enfin.

Les résultats de ces enquêtes sont également utilisés pour informer et influencer les organismes responsables de la promotion de la santé et de l'éducation de la santé auprès des jeunes et les pratiques au niveau national et international. Il est important de noter que la santé des jeunes est prise dans un sens large, comprenant le bien-être physique, social et émotionnel. Ces choix se réfèrent à une conception de « la santé [...] vue comme un état d'équilibre, un processus dynamique constamment influencé par des éléments et comportements personnels de même que par des données environnementales » .¹¹ La santé doit être perçue comme une ressource dans la vie quotidienne, et non seulement comme l'absence de maladie. La recherche en besoins de santé des jeunes nécessite de considérer aussi bien les aspects positifs de la santé que les facteurs de risque pour des futurs états de mauvaise santé. Le contexte et les relations de la famille, de l'école et des pairs sont à explorer.

Le canton du Valais, désireux d'avoir une image précise et complète de la santé de ses jeunes, a payé pour un sur-échantillonnage de l'enquête HBSC. Il n'a malheureusement pas été possible de le faire pour l'enquête SMASH. Les objectifs de ce rapport valaisan sont les mêmes que ceux des buts globaux des deux études, mais dimensionnés au contexte et aux particularités du canton. Il s'agit de contribuer à l'amélioration de la connaissance et de la compréhension des comportements de santé des jeunes valaisans afin d'établir une réflexion sur les priorités d'action et les stratégies propres à améliorer l'état de santé des jeunes valaisans et jeunes valaisannes.

1.2. Méthodes

1.2.1. Organisation des enquêtes

1.2.1.1. Etude HBSC

L'enquête, coordonnée et supervisée par deux personnes désignées par la Commission Cantonale de Promotion de la Santé, a été conduite entre mai et juin de l'année 2002 dans 74 classes du Valais. Après avoir reçu toutes les informations indispensables, les jeunes ont rempli leur questionnaire en classe avec l'appui, si nécessaire, d'une infirmière scolaire. A tout moment, ils avaient le droit de refuser de remplir le questionnaire ou de ne pas répondre aux questions qui leur poseraient problème.

1.2.1.2. Etude SMASH

Les responsables de l'étude ont obtenu l'approbation des instances cantonales de tous les cantons participant (services de la santé, de l'enseignement). Chaque canton a proposé un coordinateur chargé de l'organisation et de la collecte des données. Les différentes phases de la recherche ont été centralisées à l'IUMSP de Lausanne, organe mandataire de l'étude. La distribution des questionnaires dans les 44 classes du Valais a eu lieu de mars à juin 2002.

Un soin tout particulier a été apporté à la distribution des questionnaires dans les classes. Il s'agissait d'assurer la qualité des données récoltées en plaçant tous les participants dans les

mêmes conditions pour répondre au questionnaire et respecter les principes éthiques indispensables dans toute démarche de ce type. Quarante à soixante minutes étaient nécessaires pour répondre, après avoir reçu toutes les informations indispensables. Les jeunes ont trouvé utile qu'on les consulte sur leur propre santé, estimant que leur voix devait être entendue et s'inquiétant des suites concrètes données à l'étude. Les faibles taux de refus et de non réponses sont une indication de l'accueil favorable réservé aux enquêtes.

1.2.2. Elaboration des questionnaires

1.2.2.1. Etude HBSC

L'étude étant internationale et menée pour la sixième fois, le questionnaire est le même pour tous les pays participant à l'enquête, afin de pouvoir comparer les résultats entre ces derniers. Il est élaboré par le réseau de la recherche internationale et par conséquent insère chaque quatre ans de nouvelles questions et change la formulation des anciennes en rapport avec ce qui se fait de plus récent dans la recherche sur la santé des adolescents. Il comporte 88 questions sur un document papier de 32 pages.

1.2.2.2. Etude SMASH

Une partie importante du questionnaire se fonde sur le travail mené il y a dix ans¹² ; les questions touchant aux activités de loisirs et de sport, les thèmes de la sexualité, de l'usage de substances psychoactives, du domaine des soins. Plusieurs ajouts significatifs ont été apportés : les questions touchant la migration, les accidents, l'activité physique quotidienne, les menstruations, les conséquences de l'usage de substances psychoactives, le handicap ou la maladie chronique, Internet, l'exposition au bruit et la santé mentale. Les auteurs de l'étude ont cherché à conserver la formulation des questions figurant dans l'enquête SMASH 1992 afin de pouvoir faire des comparaisons et ont, dans la mesure du possible, fait appel à des questionnaires existants pour la création des questions nouvelles. Le questionnaire a été prétesté puis discuté pour s'assurer qu'il ne comportait pas d'ambiguïtés et pour vérifier le temps nécessaire à le remplir. Il comporte 93 questions sur un document papier de 28 pages. Il a été élaboré en français, puis traduit en allemand et en italien.

1.2.3. Méthodes d'échantillonnage

1.2.3.1. Etude HBSC

Le sur-échantillonnage a été construit de sorte à être représentatif de l'ensemble du canton, constitué en sélectionnant aléatoirement des classes de la 5^{ème} primaire à la 2^{ème} année du cycle d'orientation. En guise de réserve, il faut garder à l'esprit que la population de référence est celle des écoles obligatoires. Il y a d'autres types de populations qui n'ont pas été interrogées (écoles privées, instituts spécialisés pour adolescents en difficulté, etc.). Or, on peut supposer que les jeunes qui ont des comportements problématiques (ou pas) sont « sortis » de la scolarité normale

à un moment ou à un autre, et donc n'apparaissent pas dans les différentes analyses que nous présentons dans ce rapport.

1.2.3.2. Etude SMASH

L'échantillon est constitué d'adolescents engagés dans des filières scolaires et professionnelles publiques et ne comprend donc ni les jeunes fréquentant des écoles privées, ni ceux engagés sur le marché du travail, ni enfin ceux qui sont sans emploi. En effet, la population de référence des études touchant le post-obligatoire exclut un certain nombre de jeunes qui sont sortis du système de formation, cette population est estimée à environ 20% du total. De plus, la diversification des filières de formation impose des techniques complexes. L'échantillonnage a été construit sur la base d'un échantillonnage probabiliste en grappe permettant de tirer au sort des classes dans une base de sondage préparée à partir des listes des établissements publics accueillant des élèves (établissement secondaires supérieurs) et des apprentis (centre professionnels) dans chaque canton.

Dans la base de données, chaque questionnaire a été pondéré ¹³ de façon à représenter correctement la population cible et permettre des inférences statistiques. Tous les chiffres présentés tiennent compte de cette pondération.

1.2.4. Gestion des données et analyses statistiques

Comme le canton du Valais participe à l'étude HBSC depuis 1994 et à l'étude SMASH depuis 1992, deux types d'analyses sont présentés, à savoir (1) des analyses portant uniquement sur les enquêtes 2002 et permettant ainsi d'établir une photographie actuelle des comportements de santé des jeunes valaisans et valaisannes, et (2) une analyse de l'évolution des principaux indicateurs des comportements de santé entre 1994 et 2002 pour l'enquête HBSC et entre 1992 et 2002 pour l'enquête SMASH.

1.2.5. Photographie 2002

Les analyses présentées dans cette partie sont de nature essentiellement descriptives (moyennes, fréquences, fréquences relatives). Elles ont été réalisées avec le logiciel SPSS, version 12 pour PC. Cette partie inclut des comparaisons entre les résultats valaisans et les résultats obtenus au niveau national. Bien que les données issues de l'enquête SMASH l'auraient permis, nous avons renoncé – à quelques rares exceptions près – à effectuer des comparaisons des résultats valaisans avec les résultats de l'ensemble des cantons romands. Il n'était en effet pas possible, avec les données disponibles, de réaliser de telles analyses pour l'enquête HBSC.

1.2.6. Evolution 1994-2002 et 1992-2002

L'ISPA a mis à notre disposition les données valaisannes issues des enquêtes HBSC de 1994, 1998 et 2002 et l'UMSP les données suisses de l'enquête SMASH de 1992. Il est intéressant

d'étudier l'évolution des comportements de santé au cours des enquêtes. Cependant, les questionnaires ayant évolué au cours des années (dans la formulation des questions ou dans les catégories de réponses proposées), l'analyse de tendance ne porte que sur un nombre restreint de questions.

Afin que les changements observés au cours des enquêtes ne soient pas induits par une simple modification de la structure âge et sexe de la population cible, les résultats ont été produits en standardisant les échantillons de 1994 et 1998 à celui de 2002 pour l'enquête HBSC, et celui de 1992 à celui de 2002 pour l'enquête SMASH. Ainsi la structure âge et sexe des échantillons est celle des enquêtes de 2002. L'étude de la signification statistique de tendances observées a été effectuée à l'aide des techniques de la régression logistique, en incluant une variable indicatrice liée à l'année de l'enquête et en contrôlant pour l'âge et le sexe. La variable dépendante décrivant l'indicateur ayant été dans tous les cas dichotomisée.

2. Description des deux échantillons valaisans

2.1. Echantillon HBSC

Bien qu'à l'origine, l'enquête HBSC concerne les jeunes de 11 ans à 16 ans, les écoliers de 16 ans ont été écartés des analyses pour des raisons de trop faible représentativité. L'échantillon valaisan de l'enquête HBSC 2002 utilisé dans les analyses, est constitué des 1123 élèves de 11 ans à 15 ans interrogés dans 69 classes (43 classes dans le Valais romand et 26 classes dans le Haut-Valais). Les garçons constituent 47.6% de l'échantillon et les filles 52.4%. Les principales caractéristiques socio-démographiques de l'échantillon sont décrites dans le tableau 1.

Tableau 1. Principales caractéristiques socio-démographiques de l'échantillon valaisan de l'enquête HBSC 2002, en % selon le sexe.

	Filles n=588	Garçons n=535	Tous n=1123
Age			
11 ans	15.0	17.9	16.4
12 ans	17.5	15.1	16.4
13 ans	23.8	23.2	23.5
14 ans	25.3	25.0	25.2
15 ans	18.4	18.7	18.5
Nationalité			
Suisse	80.4	83.1	81.7
Autre	19.6	16.9	18.3
Structure familiale			
Le père et la mère vivent à la maison	78.3	80.6	79.4
Seule la mère vit à la maison	18.5	15.6	17.1
Seul le père vit à la maison	2.4	2.7	2.5
Ni le père, ni la mère vivent à la maison	0.9	1.1	1.0
Occupation des parents¹			
Le père et la mère ont un travail	68.4	66.7	67.6
Seul le père a un travail	27.0	29.0	27.9
Seule la mère a un travail	3.3	2.4	2.9
Ni le père, ni la mère ont un travail	1.3	1.2	1.3

¹ Pour les 1031 jeunes qui ont un père et une mère qui ont fourni l'information

2.2. Echantillon SMASH

Les 413 jeunes valaisans interrogés (filles : 194, soit 46.9%; garçons : 219, soit 53.1%), âgés de 16 à 20 ans ont été extraits de l'échantillon suisse pondéré composé de 7428 jeunes (le nombre non pondéré de questionnaires valides et utilisables se monte à 8740). L'échantillon est formé des jeunes qui suivent leur formation en Valais. Les apprentis représentent 61.3% de l'échantillon, et les étudiants 38.0% (non-réponse : 0.7%). Les filles sont réparties ainsi : 47.4% sont apprenties ; 52.6% sont étudiantes ; les garçons sont 73.5% d'apprentis et 26.5% d'étudiants.

Dans nos analyses, nous avons choisi de ne pas séparer cette population par âge, la taille de l'échantillon étant trop faible. La répartition par âge est donc présentée à titre indicatif dans le tableau 2, ainsi que les principales caractéristiques socio-démographiques de l'échantillon SMASH valaisan.

Tableau 2. Principales caractéristiques socio-démographiques de l'échantillon valaisan analysé (pondéré) de l'enquête SMASH 2002, en % selon le sexe et la filière de formation.

	Apprentis		Elèves		Total		Tous n=413 ¹
	Filles n=253	Garçons	Filles n=160	Garçons	Filles n=194	Garçons n=219	
Age							
16 ans	14.0	21.1	18.6	12.1	16.4	18.6	17.5
17 ans	43.0	40.4	39.2	32.8	41.0	38.2	39.8
18 ans	25.8	23.0	23.5	24.1	24.6	23.2	23.8
19 ans	12.9	13.0	12.7	22.4	12.8	15.9	14.4
20 ans	4.3	2.5	5.9	8.6	5.1	4.1	4.6
Nationalité							
Suisse	72.8	77.6	88.2	93.1	80.9	81.7	81.4
Autres	27.2	22.4	11.8	6.9	19.1	18.3	18.6
Résidence							
Ville ou banlieue	39.1	34.8	32.3	34.5	35.6	34.7	35.1
Campagne	59.8	63.4	67.7	65.5	63.9	63.9	63.9
Non-réponse	1.1	1.9			0.5	1.4	1.0
Statut des parents							
Vivent ensemble	75.8	71.4	86.3	81.4	81.3	73.6	77.2
Séparés ou divorcés	23.1	22.4	10.8	13.6	16.1	20.5	18.4
Père ou mère décédé(e), autre	1.1	6.2	2.9	5.1	2.6	5.9	4.3

¹ Selon les variables analysées, ce nombre peut varier quelque peu à cause de la pondération et des arrondis.

3. Bien-être, santé physique & santé psychique

Au cours de l'adolescence, les jeunes passent par de multiples transitions d'importance : la puberté (transformation du corps), les relations avec les parents, les amis et le système scolaire, ainsi que les changements liés au cognitif et à l'émotionnel. La puberté, qui se passe plus ou moins rapidement, change beaucoup de choses et peut influencer sur les sentiments, les relations familiales, faire qu'un adolescent s'éloigne en mettant une distance émotionnelle ou en provoquant des conflits. Toutes ces transitions façonnent le comportement, l'identité, la maturité et les émotions des adolescents. Certains s'adaptent assez facilement tandis que d'autres se sentent véritablement « mal dans leur peau ». C'est une période qui est stressante pour beaucoup d'adolescents, et cela peut notamment avoir des implications sur leur bien-être général. ¹⁴

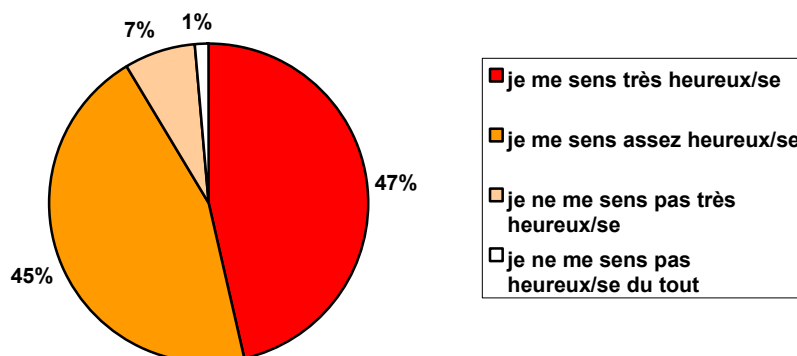
La présente section apporte des éléments descriptifs sur la manière dont les jeunes valaisans perçoivent leur santé physique et psychique et signalent des problèmes et des maux dont ils déclarent souffrir.

3.1. Bien-être

Globalement, 46.5% (50.6% des garçons et 42.9% des filles) des écoliers valaisans de 11-15 ans interrogés ont déclaré se sentir « très heureux », et 45.0% (43.4% des garçons et 46.5% des filles) ont indiqué se sentir « assez heureux ». Seuls 1.3% (1.5% des garçons et 1.0% des filles) ont affirmé « ne pas se sentir heureux du tout ». On observe cependant une érosion du sentiment d'être « très heureux » avec l'âge (51.6% des jeunes de 11 ans contre 41.0% des jeunes de 15 ans). Les proportions valaisannes sont semblables à celles observées au niveau national.

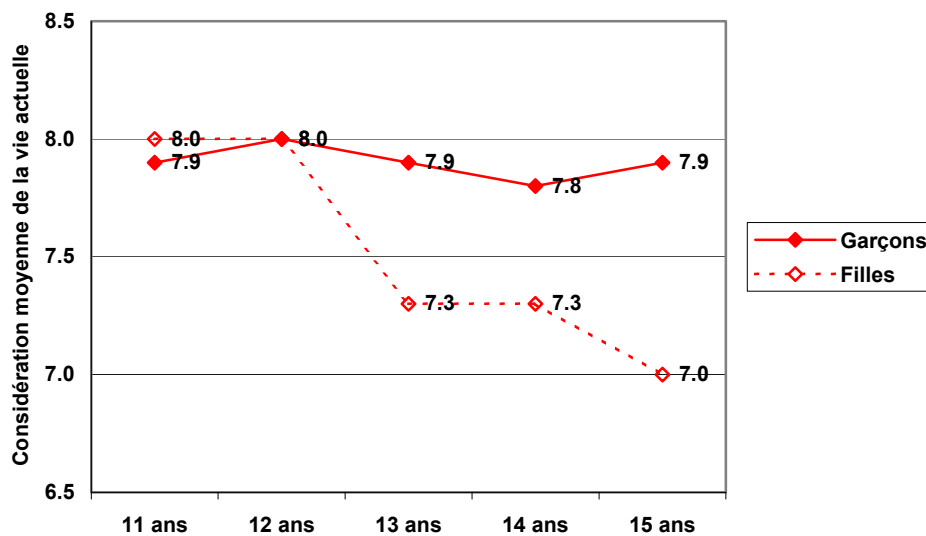
Figure 1. Etude HBSC (528 garçons et 585 filles). Répartition selon les considérations sur la vie actuelle des écoliers valaisans de 11 à 15 ans.

De manière générale, comment te sens-tu dans ta vie actuelle ?



Les écoliers ont été également invités à considérer leur vie actuelle sur une échelle allant de 0 (la plus mauvaise vie possible) à 10 (la meilleure vie possible). La valeur moyenne obtenue est de 7.7 (écart-type=1.8, médiane=8.0), avec une légère différence entre les deux sexes (7.8 pour les garçons contre 7.5 pour les filles). La figure 2 illustre le fait que la différence entre les garçons et les filles s’amorce à l’âge de 13 ans.

Figure 2. Etude HBSC (522 garçons et 580 filles). Valeur moyenne de la considération de la vie actuelle sur une échelle allant de 0 (la plus mauvaise vie possible) à 10 (la meilleure vie possible)



3.2. Santé générale

De façon générale, les jeunes valaisans se perçoivent comme étant en bonne santé (tableau 3). Moins de 1% des jeunes de 11 à 15 ans se trouvent en mauvaise santé, et près de la moitié d’entre eux jugent leur état de santé général comme étant excellent. Comme pour le bien-être, une érosion avec l’âge est observée : 51.1% des jeunes de 11 ans se trouvent en excellente santé contre seulement 40.7% des jeunes de 15 ans. Les filles se trouvent en moins bonne santé que les garçons. Comparés à leurs homologues suisses, les jeunes valaisans se trouvent plus fréquemment en excellente santé.

On constate que la perception de l’état de santé continue à se péjorer chez les 16-20 ans. On observe également des différences entre apprentis et étudiants puisque les apprentis valaisans sont 56.5% à se trouver en très bonne ou en excellente santé, contre 73.9% des étudiants. Les adolescents valaisans, qu’ils soient apprentis ou étudiants se trouvent en meilleure santé que leurs homologues suisses.

Tableau 3. Etudes HBSC et SMASH. Etat de santé général subjectif, selon l'étude et le sexe (en %). Comparaison Valais-Suisse.

		Filles		Garçons		Tous	
		VS	CH	VS	CH	VS	CH
HBSC 11-15 ans		n=584	n=4756	n=527	n=4545	n=1111	n=9301
	excellent	43.7	39.6	55.2	48.7	49.1	44.0
	bon	43.7	49.4	37.8	43.8	40.9	46.7
	moyen	11.6	9.9	6.3	6.8	9.1	8.4
	mauvais	1.0	1.1	0.8	0.6	0.9	0.8
SMASH 16-20 ans		n=194	n=3380	n=219	n=4040	n=413	n=7420
	excellente	12.3	7.7	24.4	19.9	18.6	14.3
	très bonne	47.2	42.4	42.9	39.1	44.8	40.6
	bonne	36.9	43.1	26.3	34.6	31.2	38.5
	médiocre	2.6	5.6	4.6	5.3	3.6	5.5
	mauvaise	0.0	0.4	1.8	0.5	1.0	0.5

HBSC : « Comment décrirais-tu ton état de santé ? »

SMASH : « Dans l'ensemble, pensez-vous que votre santé est... »

3.2.1. Troubles physiques

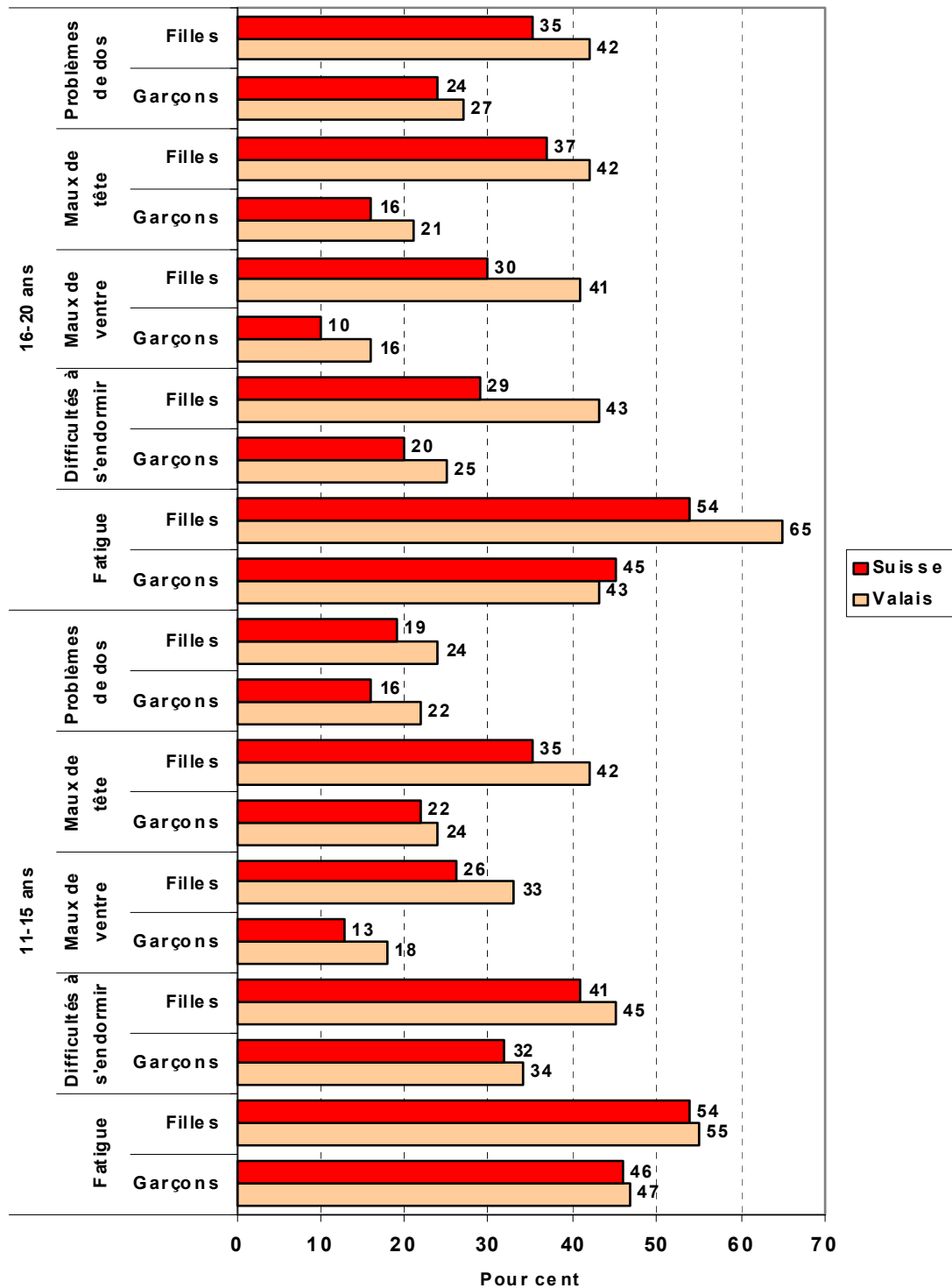
La santé des adolescents est évaluée d'après leurs propres perceptions et déclarations. Les différents symptômes se réfèrent à des symptômes perçus individuellement avec ou sans diagnostic médical. Ils constituent à la fois des expériences quotidiennes et des problèmes de santé. Ces mêmes symptômes sont par ailleurs souvent causes de maladies et d'invalidité chez les adultes.

Alors que la majorité des jeunes indiquent qu'ils sont globalement en bonne santé (tableau 3), une part non négligeable d'entre eux déclare rencontrer assez souvent des problèmes dans différents domaines. Relevons tout de même que signaler des problèmes de santé ne signifie pas nécessairement en souffrir réellement dans la vie quotidienne, des troubles mineurs accompagnant plus ou moins toute personne.

La figure 3 illustre le fait que le sentiment de fatigue est le trouble le plus fréquemment cité par les jeunes écoliers interrogés (29.3% d'entre eux reportent avoir eu un tel trouble au moins plusieurs fois par semaine au cours des six derniers mois), suivi de la difficulté à s'endormir (24.7%) et des maux de tête (15.2%).

La prévalence des troubles physiques apparaît plus grande chez les jeunes écoliers valaisans que chez les jeunes écoliers suisses, à l'exception de la difficulté à s'endormir. Comme au niveau national, les filles produisent des valeurs plus élevées que les garçons, à l'exception, une nouvelle fois, de la difficulté à s'endormir. Cela tient à des différences de perception qui sont liées au sexe.

Figure 3. Etudes HBSC (Valais : 525 garçons et 576 filles ; Suisse : 4543 garçons et 4746 filles) et SMASH (Valais : 219 garçons et 194 filles ; Suisse : 4040 garçons et 3380 filles). Part des jeunes de 11 à 20 ans ayant ressenti un trouble physique spécifique « au moins une fois par semaine » pour l'étude HBSC et « au moins assez souvent » pour l'étude SMASH, en % selon le sexe et l'étude. Comparaison Valais Suisse.



Plusieurs études ont établi le fait que les filles signalent constamment plus de symptômes subjectifs que les garçons et que cette différence augmente avec l'âge. Les femmes et les jeunes filles sont plus à l'écoute et sensibles à leur corps, elles acceptent plus facilement un statut de malade et ont globalement plus tendance à vouloir parler de leurs expériences. De plus, atteignant la puberté plus vite que les garçons, elles sont matures plus précocement. Cependant, le fait que les filles reportent plus de symptômes que les garçons ne veut pas dire qu'elles ont une meilleure compréhension des symptômes et de leurs impacts sur la vie de tous les jours. Le fait de citer ou non des troubles de santé peut être un indicateur du développement des adolescents. ^{15 16}

Dans le tableau 4, on peut constater que les adolescents valaisans sont proportionnellement plus victimes de troubles physiques que la moyenne suisse. Les adolescents valaisans souffrent plus de douleurs musculaires (37.2% contre 26.9%), de maux de jambes (19.1% contre 11.9%) et de problèmes de sommeil (30.7% contre 20.1%) que leurs homologues suisses.

Tableau 4. Etude SMASH. Part des jeunes de 16 à 20 ans qui disent rencontrer souvent ou très souvent d'autres problèmes de santé, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
Problèmes de vue	22.3	19.7	10.0	13.2	15.7	16.1
Problèmes d'ouïe	5.2	4.7	3.2	5.3	4.1	5.0
Problèmes d'acné	22.3	23.6	18.3	20.5	20.1	21.9
Problèmes d'eczéma (allergies de la peau)	11.8	11.4	6.0	6.4	8.8	8.6
Problèmes de voies respiratoires (asthme, rhume des foies et autres)	21.6	19.7	15.9	16.7	18.6	18.1
Douleurs aux os, muscles et articulations	40.3	29.5	34.5	24.7	37.2	26.9
Problèmes de poids	19.6	23.4	7.8	8.2	13.3	15.1
Maux de jambes	21.1	11.9	17.2	11.8	19.1	11.9
Problèmes de sommeil	35.5	24.4	26.4	16.6	30.7	20.1
Problèmes gynécologiques	16.1	25.3	-	-	-	-
Malaises et évanouissements	10.8	16.5	2.3	4.6	6.3	10.0

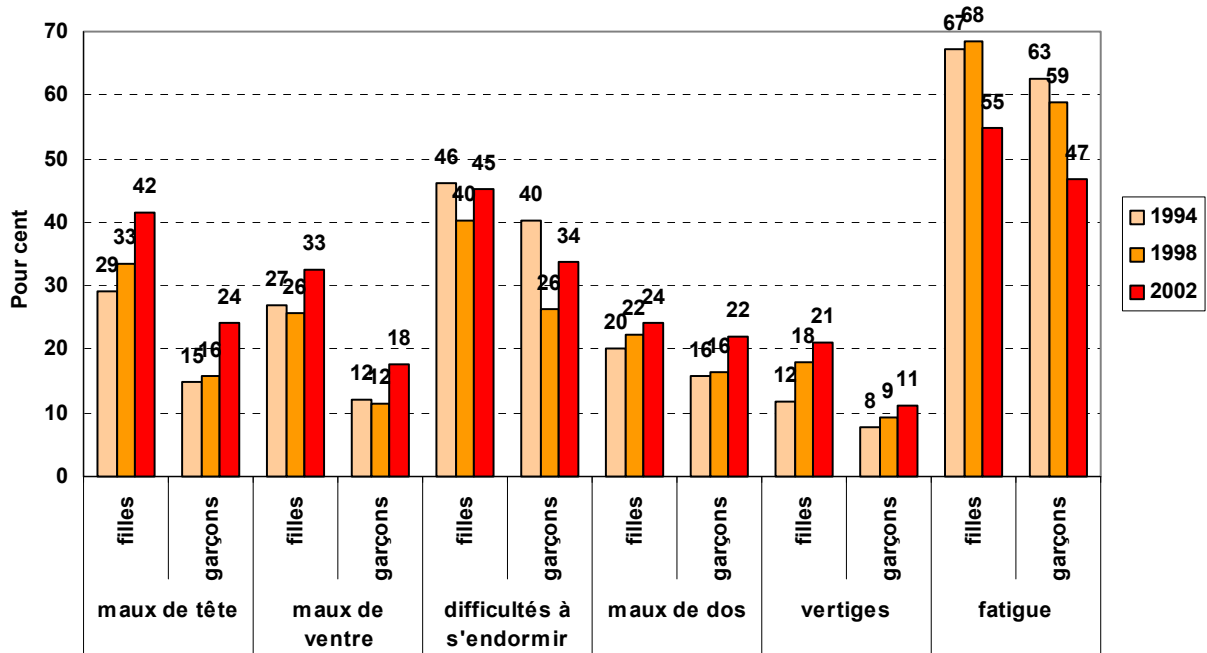
« Au cours des 12 derniers mois, avez-vous eu des problèmes de ? »

3.2.1.1. Tendances

La figure 4 illustre les évolutions des perceptions de quelques troubles physiques chez les écoliers valaisans entre 1994 et 2002.

Aussi bien chez les filles que chez les garçons, les parts des maux de tête, des maux de ventre et des vertiges ont augmenté progressivement au cours des trois dernières enquêtes. Le sentiment de fatigue est lui en diminution, alors que les difficultés à s'endormir, après avoir baissé en 1998, retrouvent presque en 2002 leur niveau de 1994.

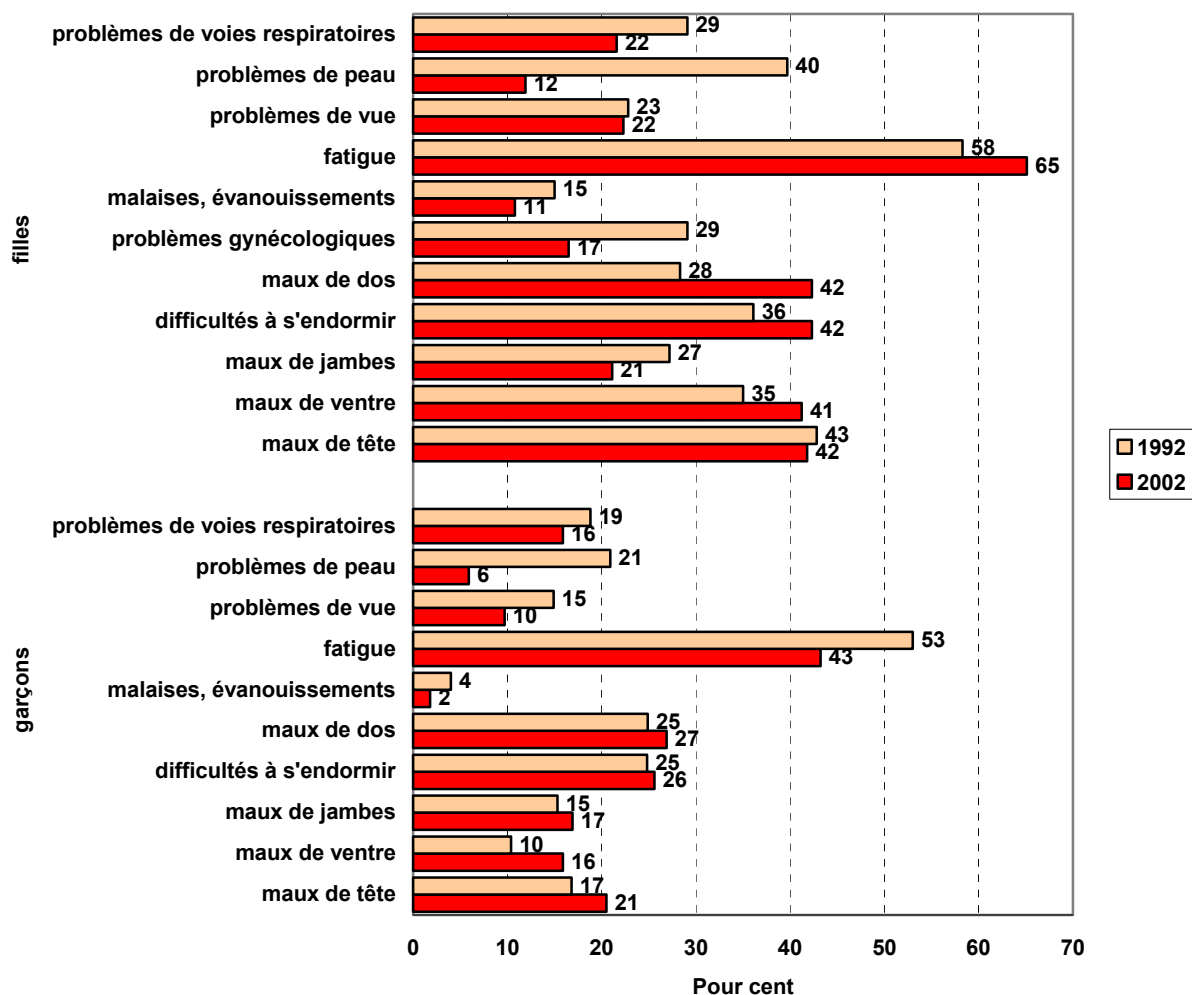
Figure 4. Etude HBSC. Comparaison 1994-1998-2002. Part des écoliers valaisans souffrant au moins une fois par semaine de troubles physiques spécifiques au cours des 6 derniers mois, en % selon le sexe (1994 : n=295; 1998 : n=1140 ; 2002 : n=1101).



Le tableau des évolutions est plus varié chez les 16-20 ans (figure 5). Si on retrouve une augmentation des troubles liés aux maux de ventre chez les deux sexes, celle liée aux maux de tête ne se retrouve que parmi les garçons et celle liée aux maux de dos est observée uniquement chez les filles. L'évolution des troubles liés à la fatigue est différente chez les filles (en augmentation) et chez les garçons (en diminution). L'évolution la plus marquée concerne les problèmes de peau où la part reportée est divisée par quatre. Sont également en diminution les problèmes des voies respiratoires chez les garçons, les problèmes de vue et les problèmes gynécologiques chez les filles.

A noter également une augmentation des absences pour cause de maladie ou indisposition temporaire. En 1992, ils étaient 10.2% à manquer les cours ou le travail pour ces raisons au moins une fois par mois, en 2002, ils sont 26.3% dans le même cas. Les filles passent de 9.4% à 30.4%, et les garçons de 10.9 à 22.7%. Les apprentis passant de 9.1% à 21.3% et les étudiants de 12.9% à 34.4%.

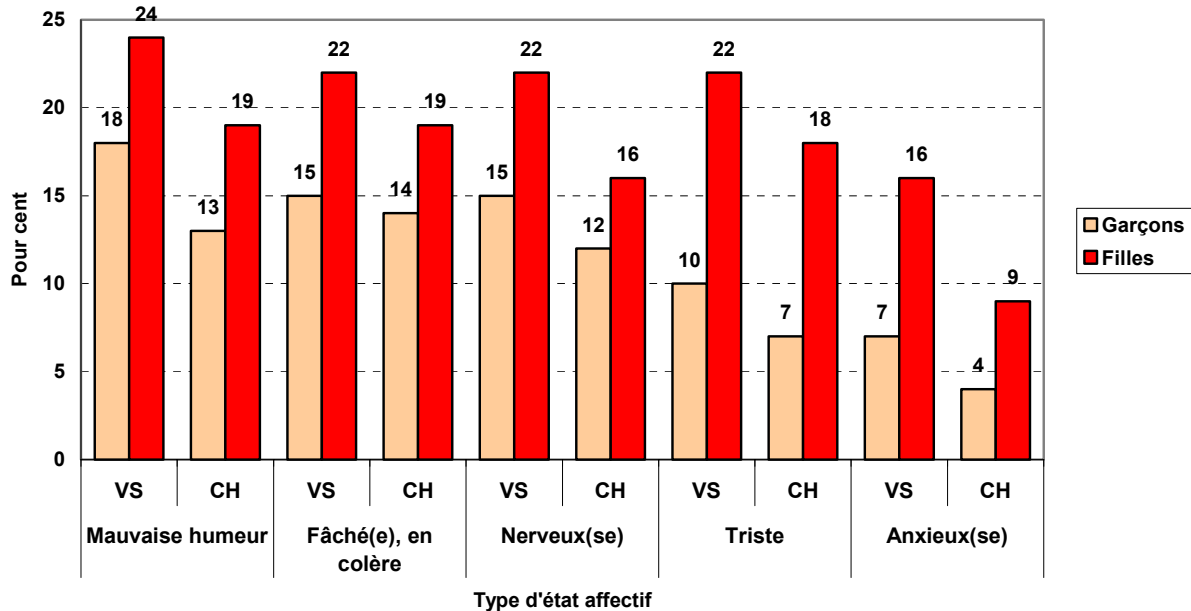
Figure 5. Etude SMASH. Comparaison 1992-2002. Part des adolescents valaisans ressentant assez ou très souvent des troubles physiques spécifiques au cours des 12 derniers mois, en % selon le sexe (1992 : n=381 ; 2002 : n=413).



3.2.2. Etats affectifs et troubles psychiques

L'état affectif qui prévaut le plus fréquemment chez les écoliers valaisans de 11 à 15 ans est la mauvaise humeur (20.9% des jeunes indiquent avoir été de mauvaise humeur au moins plusieurs fois par semaine au cours des six derniers mois), suivi du fait d'être fâché ou en colère (18.9%) et d'un état nerveux (18.1%). L'anxiété et l'inquiétude viennent en dernière position avec 11.7%. La figure 6 illustre également le fait que ces états sont plus présents chez les filles que chez les garçons. Tout comme pour les troubles physiques, les perturbations émotionnelles s'exprimeraient différemment selon les sexes ; en termes de troubles de santé chez les filles et en termes d'agressivité, de besoin de se défouler chez les garçons. La figure montre aussi que, aussi bien chez les garçons que chez les filles, les jeunes valaisans reportent plus fréquemment que leurs camarades suisses la présence des états affectifs proposés.

Figure 6. Etude HBSC. Part des répondants de 11 à 15 ans qui ont reporté avoir été plusieurs fois par semaine, durant les six derniers mois, dans un état affectif spécifique, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse (Valais : 526 garçons et 577 filles ; Suisse : 4542 garçons et 4738 filles).



Le tableau 5 expose les différents problèmes physiques ou affectifs pour lesquels les adolescents interrogés dans l'enquête SMASH auraient besoin d'aide. On constate que les différences les plus grandes entre les jeunes valaisans et les jeunes suisses se situent dans les problèmes liés au sommeil (26.8% des valaisans ; 18.4% des suisses) et à l'avenir professionnel (26.8% pour les jeunes valaisans ; 19.7% pour les jeunes suisses).

Ces résultats nous invitent à nuancer l'image positive donnée par le tableau 3 sur l'état de santé général subjectif des jeunes. Ils soulignent l'importance des problèmes de nature psychosociale et relationnelle, puisque viennent en tête des thèmes comme celui du stress et de la déprime. La proportion de jeunes qui se sentent par moment suffisamment déprimés pour avoir besoin d'un soutien est importante. Ils recherchent un appui auprès de leur entourage, pas forcément une aide médicale.

Ces résultats soulignent à nouveau des différences de perception marquées entre filles et garçons : il n'y a guère que dans le domaine de l'abus de substances psychoactives que les pourcentages de jeunes souhaitant une aide sont plus importants chez les garçons. Pour le reste, les filles sont systématiquement proportionnellement plus nombreuses à ressentir un besoin d'aide personnelle. Dans le domaine de l'alimentation, les différences de genre sont aussi particulièrement marquées. Les jeunes identifient comme problèmes le stress et la déprime.

Tableau 5. Etude SMASH. Proportions de jeunes de 16 à 20 ans qui disent avoir besoin d'une aide personnelle pour résoudre divers problèmes de santé, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
Nervosité, tension, stress	50.0	47.7	31.4	28.5	40.1	37.2
Problèmes en relation avec la vie sentimentale	32.0	32.8	24.5	22.4	28.0	27.2
Tristesse, déprime	35.1	34.4	20.5	18.9	27.4	26.0
Problèmes liés à l'avenir professionnel	33.0	22.5	21.4	17.3	26.8	19.7
Difficultés de sommeil	33.5	23.7	20.9	14.0	26.8	18.4
Problèmes en relation avec l'école ou le travail	26.8	27.3	19.6	23.2	23.0	25.0
Problèmes liés à l'alimentation	25.3	27.1	16.0	12.0	20.3	18.9
Problèmes liés à l'usage du tabac	20.1	18.1	22.8	21.6	21.5	20.0
Difficultés avec les parents	17.5	17.0	10.5	12.0	13.8	14.3
Problèmes en relation avec le sport	9.8	8.8	8.2	8.1	9.0	8.5
Problèmes liés à l'usage de l'alcool	6.2	3.7	11.4	10.5	9.0	7.4
Problèmes en relation avec la sexualité et la contraception	8.2	6.4	7.8	6.9	8.0	6.7
Problèmes en relation avec la drogue	4.1	4.4	9.1	9.8	6.8	7.3
Difficultés à se faire des ami(e)s	6.7	9.1	5.9	8.2	6.3	8.6

« Voici une liste de problèmes rencontrés chez des jeunes de votre âge. Pouvez-vous dire pour lesquels vous auriez besoin, en ce moment, d'une aide pour vous-même? »

Concernant les différences selon la formation et le sexe, on observe les choses suivantes ; une apprentie valaisanne sur trois (30.4%, contre une étudiante valaisanne sur cinq (20.6%)) avoue avoir besoin d'une aide pour les problèmes d'alimentation; idem pour les problèmes en relation avec l'école ou le travail (33.7% pour les apprenties contre 20.6% pour les étudiantes). Les apprenties paraissent aussi plus stressées que les étudiantes (55.9% contre 45.1%), et semblent être plus sujettes à la tristesse et à la déprime (40.2%) que les étudiantes (30.4%).

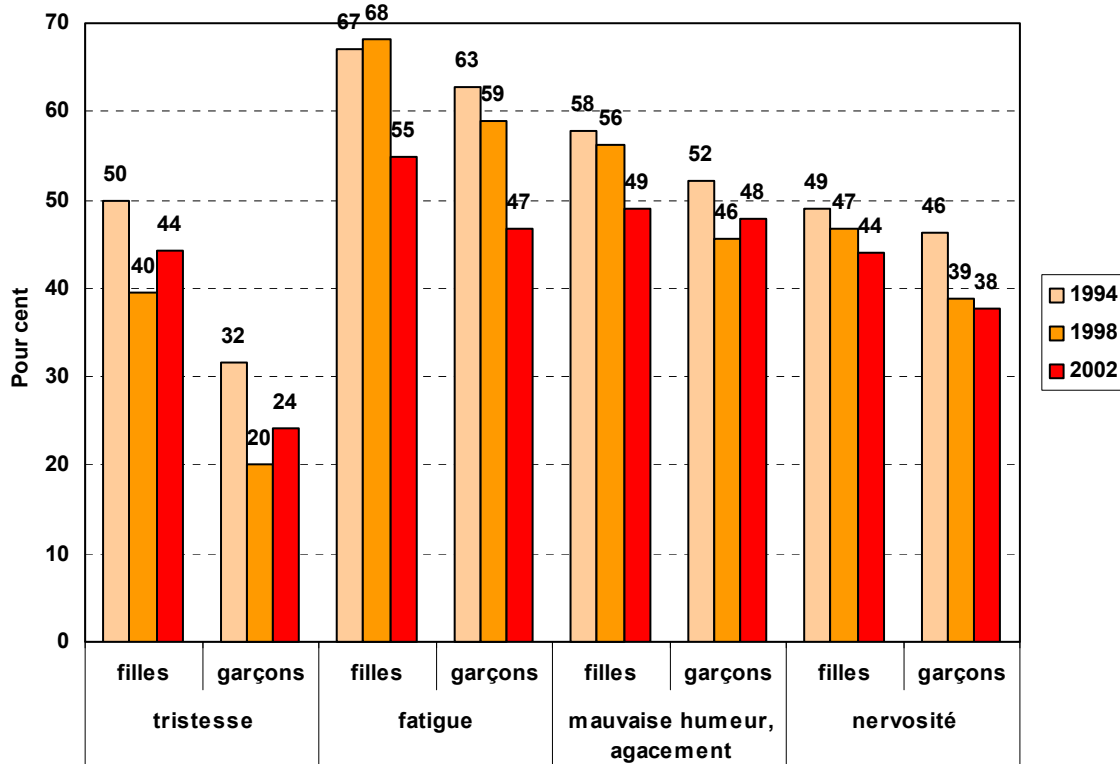
Les apprentis, filles et garçons, sont un tiers à avoir besoin d'aide pour des problèmes liés au tabac (28.5%, contre 11.2% chez les étudiants), idem pour l'alcool mais dans une moindre proportion (11.5% pour les apprentis et 5.6% pour les étudiants).

Plus frappante est la différence entre les formations en ce qui concerne les problèmes liés à la drogue puisque 11.3% des garçons apprentis contre 1.7% des garçons étudiants et 7.6% des filles apprenties contre 1.9% des filles étudiantes avouent avoir besoin d'aide pour faire face à un problème de drogue. La différence est observée de façon moins prononcée au niveau suisse.

3.2.2.1. Tendances

La figure 7 compare pour les jeunes écoliers de 11-15 ans les parts observées au cours des ans de quatre troubles psychiques et états affectifs. On observe une nette diminution entre 1998 et 2002, aussi bien chez les filles que chez les garçons des troubles liés à la fatigue.

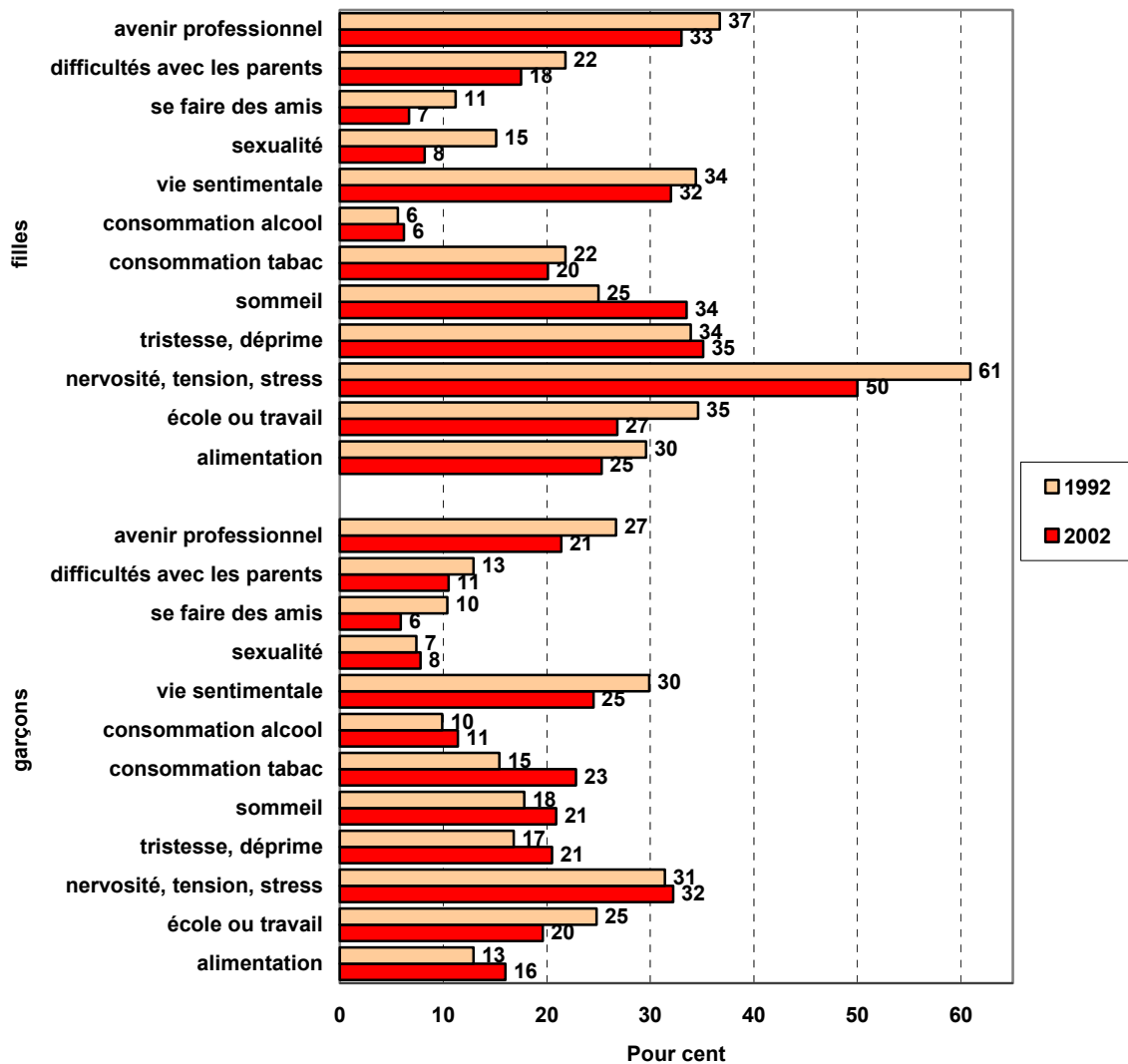
Figure 7. Etude HBSC. Comparaison 1994-2002. Part des écoliers ayant souffert de troubles spécifiques au moins une fois par semaine au cours des six mois précédant l'enquête, selon le sexe (en %) (1994 : n=296 ; 1998 : n=1439 ; 2002 : n=1103).



La figure 8 montre les tendances pour les adolescents valaisans des besoins d'aide. Les tendances statistiquement significatives sont celles qui concernent les problèmes liés au sommeil, à la consommation de tabac et aux difficultés à se faire des amis.

Chez les filles, toutes les parts sont stables ou en diminution, à l'exception des besoins liés aux troubles du sommeil. Chez les garçons, le tableau est moins unidirectionnel : situation inchangée pour les difficultés avec les parents, la sexualité, la consommation d'alcool et la nervosité ; augmentation pour la consommation de tabac, le sommeil, la tristesse et l'alimentation ; diminution pour l'avenir professionnel, l'école ou le travail et la vie sentimentale.

Figure 8. Etude SMASH. Comparaison 1992-2002. Part des adolescents valaisans estimant avoir besoin d'aide pour différents problèmes, en % selon le sexe (1992 : n=381 ; 2002 : n=413).

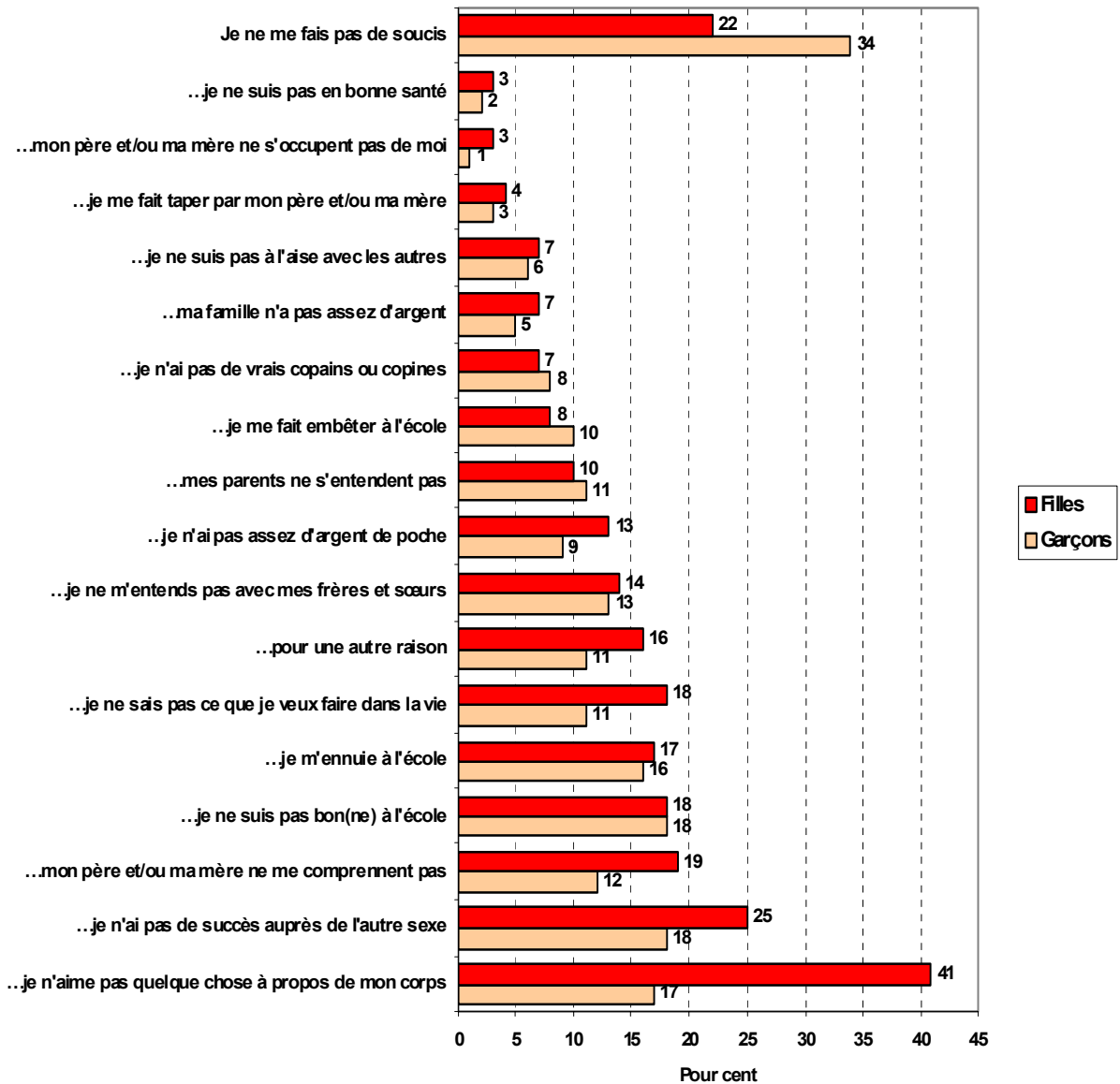


3.2.3. Les soucis des jeunes valaisans

Dans l'enquête HBSC, environ un écolier valaisan interrogé sur quatre (27.7%) ne se fait pas de souci. Cette part est inférieure à celle observée au niveau national (33.7%). Les garçons semblent être moins soucieux que les filles, puisque 33.8% d'entre eux ne se font aucun souci contre seulement 22.2% des filles. La part des jeunes qui ne se font pas de souci diminue avec l'âge : de 32.4% à l'âge de 11 ans, elle passe à 23.2% à l'âge de 15 ans. Cette diminution concerne principalement les filles où la part est divisée par deux : de 29.5% à l'âge de 11 ans, elle tombe à 14.2% à l'âge de 15 ans.

Figure 9. Etude HBSC. Soucis des jeunes valaisans de 11 à 15 ans, en % selon le sexe (521 garçons et 568 filles).

Je me fais du souci parce que...



Les soucis principaux des écoliers valaisans concernent en premier lieu leur corps, puisque 17.1% des garçons et 40.7% des filles indiquent se faire du souci « parce qu'il y a quelque chose à propos de mon corps que je n'aime pas » (figure 9). Cette préoccupation est peut-être en lien avec le souci de ne pas avoir de succès auprès de l'autre sexe (18.2% des garçons et 24.6% des filles interrogés reportent un tel souci). Le monde scolaire préoccupe également fortement les jeunes écoliers valaisans : 18.3% d'entre eux se font du souci parce qu'ils ne sont pas bons à l'école et 16.3% parce qu'ils s'y ennuiant. Finalement, la dernière source de souci importante concerne les relations familiales, puisque 15.6% des jeunes valaisans se font du souci parce que

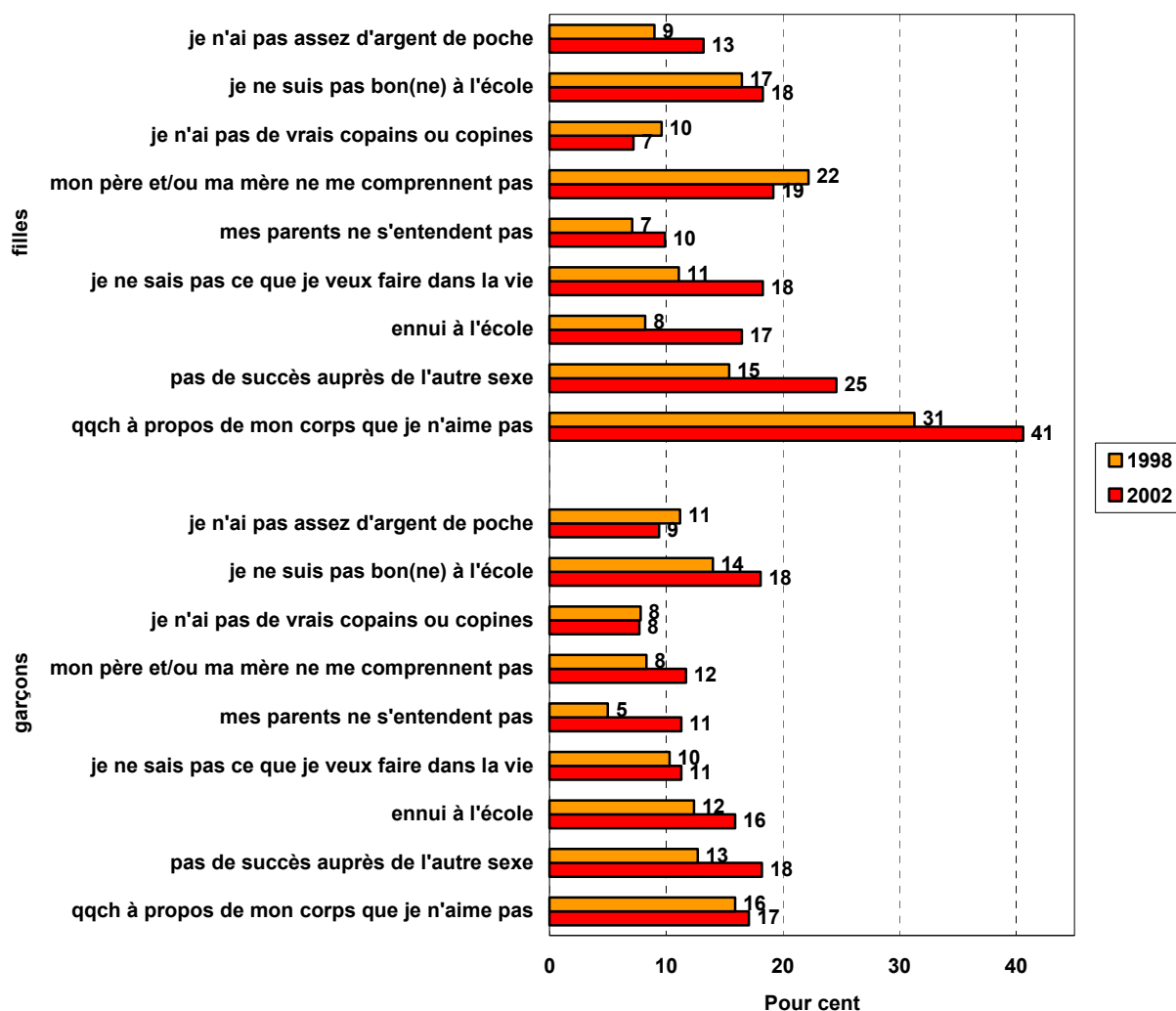
leur père et/ou leur mère ne les comprennent pas, 13.0% parce qu'ils ne s'entendent pas avec leurs frères et sœurs et 10.6% parce que leurs parents ne s'entendent pas.

Les soucis principaux pour lesquels on observe une différence entre les jeunes écoliers valaisans et leurs homologues suisses sont ceux qui concernent le corps, (40.7% pour les écolières valaisannes contre 35.2% pour les écolières suisses), le manque de succès avec l'autre sexe (21.6% des écoliers valaisans contre 16.0% des écoliers suisses), et leur avenir (« je ne sais pas ce que je veux faire dans ma vie ») : 15.0% des écoliers valaisans contre 11.2% pour les écoliers suisses.

3.2.3.1. Tendances

En 1998, 36.2% des garçons et 23.1% des filles déclaraient ne se faire aucun souci. Les parts observées en 2002 sont assez semblables, avec respectivement 33.7% des garçons et 22.0% des filles qui indiquent, au moment de l'enquête, ne se faire aucun souci.

Figure 10. Etude HBSC. Comparaison 1998-2002. Part des jeunes valaisans de 11-15 ans reportant un souci spécifique, en % selon le sexe (1998 : n=1359 ; 2002 : n=1087).



La figure 10 reporte cependant, pour les écoliers valaisans de 11-15 ans, les soucis pour lesquels un changement statistiquement significatif est observé entre 1998 et 2002. Le souci du corps chez les filles, le succès auprès de l'autre sexe, l'ennui à l'école, les préoccupations quant à l'avenir et les parents qui ne s'entendent pas sont des soucis qui concernent plus les jeunes écolières valaisannes qu'en 1998, lors de la précédente enquête HBSC.

3.2.4. Sentiment de solitude, mal-être et confiance en soi

Le sentiment de solitude est assez présent chez les jeunes écoliers valaisans de 11 à 15 ans (tableau 6), en particulier chez les filles. A la question « Te sens-tu parfois seul(e) ? », moins de la moitié (44.1%) répondent « non » (seulement 37.0% des filles, contre 51.9% des garçons). Les parts observées sont semblables à celles produites à l'échelle nationale.

Tableau 6. Etude HBSC. Sentiment de solitude chez les 11-15 ans, en % selon l'âge et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	11 ans		13 ans		15 ans		Filles		Garçons		Tous	
	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=
	184	1553	260	2184	205	1865	584	4762	528	4580	1112	9342
Oui, très souvent	4.3	3.7	3.5	2.6	5.9	3.4	5.5	4.0	2.5	2.5	4.0	3.3
Oui, assez souvent	3.8	4.6	8.8	5.5	6.3	5.9	8.0	6.9	5.7	4.2	6.9	5.6
Oui, parfois	50.5	44.2	40.8	45.3	48.3	46.8	49.5	50.2	40.0	38.8	45.0	44.7
Non	41.3	47.4	46.9	46.6	39.5	43.9	37.0	38.8	51.9	54.5	44.1	46.4

« Te sens-tu parfois seul(e) ? »

Le sentiment de solitude est à mettre en relation avec d'autres questions liées à la perception de soi et au rapport avec les pairs. Les jeunes valaisans de 11 à 15 ans sont 77.7% à avoir toujours ou souvent confiance en eux (86.1% pour les garçons et 70.0% pour les filles), 79.7% à ne jamais ou rarement se sentir rejetés (85.1% pour les garçons et 74.9% pour les filles), 74.9 à penser rarement ou jamais qu'ils ne valent pas grand chose (82.7% pour les garçons et 67.8% pour les filles) et finalement 81.2% des jeunes valaisans ne se sentent jamais ou rarement faibles ou incapables (85.9% pour les garçons et 76.9% pour les filles).

Globalement, dans l'étude HBSC, moins d'un écolier valaisan sur 10 (7.5%) est face à une perception négative de lui-même ; il ou elle se sent souvent ou toujours incapable/faible (4.9%), n'a jamais ou rarement confiance en lui ou en elle (8.4%), se sent toujours ou souvent rejeté-e (5.7%), pense souvent ou toujours qu'il ou elle ne vaut pas grand chose (11.1%). Ces jeunes écoliers souffrent d'un sentiment difficile à tout âge, mais qui est particulièrement problématique à surmonter à une période d'adaptation et de comparaison avec les pairs. Les filles ont globalement plus de peine à se sentir valorisées, sûres d'elles et à s'affirmer dans les mêmes proportions que les garçons.

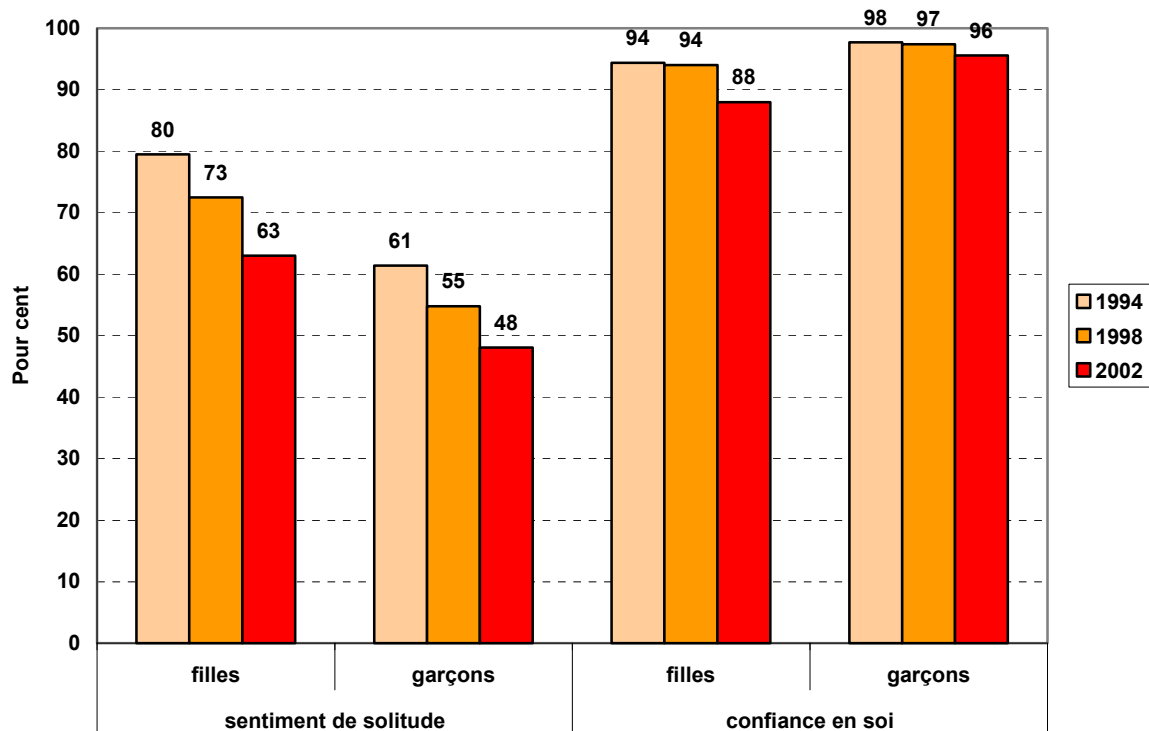
Chez les 16-20 ans on observe une proportion substantielle de jeunes, surtout des garçons, qui n'identifient aucune personne de leur entourage avec qui aborder leurs tourments personnels

(problèmes psychologiques, déprime, angoisse). En Valais, une fille sur cinq (22.2% ; filles suisses: 18.6%) et un garçon sur trois (32.9% ; garçons suisses : 25.9%) ne parlent avec personne de leurs problèmes psychologiques, ce qui souligne la solitude dans laquelle certains jeunes se trouvent. Ce point est abordé plus en détail au chapitre 4.1.

3.2.4.1. Tendances

On constate dans la figure 11 que, chez les 11-15 ans valaisans, le sentiment de solitude tend à diminuer tant chez les filles que chez les garçons par rapport à 1994 et 1998.

Figure 11. Etude HBSC. Comparaison 1994-1998-2002. Part des jeunes valaisans de 11-15 ans à avoir déclaré s'être senti(e)s parfois ou souvent seul(e), et à avoir souvent à toujours confiance en soi, en % selon le sexe (1994 : n=295 ; 1998 : n=1439 ; 2002 : n=1112).



La part des écoliers valaisans qui se sentent souvent ou toujours rejetés tend à baisser sensiblement : pour les garçons, elle passe de 5.5% en 1998 à 4.5% en 2002 et pour les filles, elle passe de 8.2% à 6.7%. Celle de ceux qui se sentent souvent ou toujours faibles suit la même tendance à la baisse (statistiquement significative) : de 4.1% pour les garçons valaisans en 1998, elle est passée à 2.8% en 2002, et pour les filles valaisannes, de 9.7% en 1998, elle est passée à 6.7% en 2002.

3.2.5. Conduites suicidaires et états dépressifs

3.2.5.1. Conduites suicidaires

Les conduites suicidaires constituent en Suisse, comme en Europe, un problème de santé publique majeur. Le suicide représente la deuxième cause de mortalité à l'adolescence et les tentatives de suicide sont une source de souffrance importante. Ces conduites sont surtout le reflet et l'expression d'un mal-être insurmontable : mélange complexe entre société, structure familiale et histoire de vie des jeunes.

« Rabattre comme on le fait encore si souvent la « tentative de suicide » au rang d'une demande d'amour, d'une demande de « reconnaissance » - ou d'un « appel » - c'est, sous couvert de « comprendre », ne pas entendre le tourment qui nous concerne. Celui qui se tue ne demande pas seulement qu'on lui dise qui il est et les bonnes raisons qu'il aurait de continuer de vivre, mais qui nous sommes, en interrogeant le sens que peut prendre notre vie en commun ». ¹⁷

On parle assez facilement du problème de la mort chez les jeunes, mais on entend moins que « les jeunes font, avec leurs moyens, de la mort une question, ou qu'ils mettent en question l'humanité même de la vie sociale ». ¹⁷ Sur le fond, il n'y a pas lieu de différencier tentatives de suicide et suicide, c'est sous-estimer la gravité de l'acte suicidaire comme si, du moment que la personne peut être sauvée, c'était moins grave qu'un suicide « proprement dit ». C'est de la souffrance qu'il s'agit avant tout. ¹⁷

D'après les chiffres officiels de la police, aucun suicide chez les moins de 20 ans n'a été répertorié en Valais en 2002. On n'a qu'une tranche d'âge pour les moins de 20 ans, ce qui rend impossible une analyse plus pointue de ces chiffres sur les autres années. Globalement, entre 1989 et 2002, on a en Valais une moyenne annuelle de 52 personnes qui se donnent la mort, et 15% des cas concernent les moins de 25 ans. Il y a trois fois plus d'hommes qui se donnent la mort que de femmes. ¹⁸ Les chiffres sont à interpréter avec prudence, vu le nombre restreint de cas concernés.

Le tableau 7 indique qu'un écolier valaisan de 14-15 ans sur vingt (5.4%, part comparable à celle de la Suisse) a déjà pensé sérieusement à se suicider (avec des plans pour passer à l'acte) ou a déjà fait une tentative, les filles relativement plus fréquemment que les garçons (7.0% contre 3.1%). La présence de simples idées suicidaires au cours de l'adolescence est assez courante. Ainsi, 39.2% des jeunes valaisans de 14-15 ans ont déjà pensé au suicide (contre 32.7% pour la Suisse).

Chez les 16-20 ans, on observe que les chiffres valaisans sont légèrement supérieurs aux chiffres suisses, sauf en ce qui concerne les tentatives de suicide proprement dites au cours de la vie. Un quart (23.5%) des adolescents valaisans interrogés ont indiqué avoir pensé au suicide au cours des 12 derniers mois (contre 18.1% pour l'ensemble de la Suisse). Au cours des 12 derniers mois, les apprenties valaisannes sont 35.9% à avoir pensé au suicide (23.8% pour les étudiantes valaisannes) ; elles sont 30.4% à avoir eu des moments où elles auraient voulu se suicider, 30.4% à avouer avoir pensé à une méthode. Au niveau suisse, les proportions pour les apprenties

sont d'environ 20% pour toutes ces questions. Par rapport aux tentatives de suicide en elles-mêmes, les apprenti(e)s (suisses ou valaisans) sont 3.2% à avoir fait une tentative au cours des 12 derniers mois ; ce pourcentage est de 0.6% pour les étudiant(e)s valaisans (1.2% pour leurs homologues suisses).

Les tentatives de suicide au cours de la vie révèlent des chiffres beaucoup plus alarmants, puisque les apprenties valaisannes et suisses sont presque une sur dix (9.8%) à avoir déjà tenté de mettre fin à leurs jours. Au niveau national, ces pourcentages ne sont pas différents de ceux obtenus il y a une dizaine d'années (10.2%).^{11 19} Les filles apprenties présentent une part de tentatives plus élevée que leurs camarades élèves et que les garçons en général. Il faut noter cependant que, dans une étude menée il y a quelques années, les parts de tentatives de suicide au cours des 12 mois précédents s'élevaient à 34% chez les jeunes filles exclues d'un cursus professionnel,²⁰ et il faut donc se souvenir que les pourcentages obtenus dans l'enquête SMASH sous-estiment l'ampleur du phénomène dans certaines populations de jeunes plus vulnérables.

On observe une différence de genres dans nos sociétés par rapport à ces conduites. Le suicide lui-même est un phénomène à grande majorité masculine, tandis que les tentatives, elles, sont en majorité féminines. « La tentative de suicide est la conduite ordalique par excellence à laquelle la jeune femme a recours, quelles que soient ses appartenances sociale, culturelle et religieuse. En réalité, la mort désirée est celle de son propre corps qui, objet de nombreux stigmates, ne cesse de faire obstacle à l'épanouissement du soi ». ¹¹

Tableau 7. Etudes HBSC et SMASH. Fréquence des conduites suicidaires, chez les jeunes de 14 à 20 ans, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

			Filles		Garçons		Tous	
			VS	CH	VS	CH	VS ¹	CH ²
14-15 ans HBSC	As-tu déjà pensé au suicide ?	Jamais	n=200	n=1493	n=157	n=1363	n=357	n=2856
		Quelquefois	51.0	57.4	73.2	78.2	60.8	67.3
		Souvent	37.5	30.4	21.7	16.7	30.5	23.9
		Sérieusement, avec plan	4.5	4.9	1.9	2.2	3.4	3.6
		Sérieusement, avec plan	3.0	3.7	0.6	1.3	2.0	2.6
		Avec tentative	4.0	3.6	2.5	1.6	3.4	2.6
16-20 ans SMASH	Au cours de ces 12 derniers mois	Vous avez pensé au suicide	n=194	n=3380	n=219	n=4040	n=413	n=7420
		Vous avez pensé au suicide	29.5	21.4	18.3	15.4	23.5	18.1
		Il y a eu des moments où vous auriez voulu vous suicider	23.7	16.7	14.2	9.8	18.6	13.0
		Vous vous seriez suicidé(e) si vous en aviez eu l'occasion	6.7	4.9	5.9	3.2	6.3	4.0
		Vous avez pensé à la méthode que vous auriez pu utiliser pour vous suicider	26.8	22.4	20.9	17.9	23.7	20.0
	Vous avez fait une tentative de suicide	2.1	3.4	2.3	1.6	2.2	2.4	
	Au cours de votre vie	Vous avez fait une tentative de suicide	5.7	8.2	3.2	3.2	4.3	5.5

3.2.5.1.1. Tendances

Chez les adolescents valaisans de 16 à 20 ans, on note une diminution de la part des jeunes qui auraient voulu se suicider à des moments au cours de 12 mois précédant l'enquête. Ils étaient 25.8% en 1992 et sont 18.6% en 2002 (garçons : 1992 : 26.9%, 2002 : 14.2% ; filles : 1992 : 24.6%, 2002 : 23.7%). La part de ceux qui se seraient suicidés si ils en avaient eu l'occasion est stable (6.5% en 1992 et 6.3% en 2002) et celle de ceux qui disent avoir commis une tentative de suicide au cours des 12 derniers mois baisse très légèrement de 3.9% en 1992 à 2.2% en 2002. Pour ces deux dernières variables, il faut noter que le collectif analysé est petit.

3.2.5.2. État dépressif

Entre l'enfance et l'adolescence, les phases d'humeurs dépressives ont tendance à augmenter. Cette hausse serait davantage liée à une diminution des facteurs de protection qu'à une augmentation des facteurs de risque.²¹ De par le fait qu'ils passent moins de temps avec leurs parents, les jeunes reçoivent probablement aussi moins de soutien de leur part, ce qui pourrait les rendre plus sensibles au stress. Les enfants plus jeunes semblent à l'abri des perceptions négatives d'eux-mêmes, à cause de leurs capacités cognitives encore peu développées et leur tendance à se surestimer. Durant l'adolescence, la réflexion sur soi se développe, au même titre qu'une évaluation de soi et d'éventuelles perceptions négatives. Ce serait là l'origine des dépressions.

Le tableau 8 présente les fréquences des sentiments de tristesse chez les adolescents valaisans, qui mentionnent plus fréquemment des sentiments de tristesse que leurs homologues suisses.

Tableau 8. Etudes SMASH. Fréquence des sentiments de tristesse chez les jeunes de 16 à 20 ans, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

		Filles		Garçons		Tous	
		VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
Je suis souvent triste, sans pouvoir donner de raison à cela.	Tout à fait d'accord	10.9	9.1	5.5	4.6	8.0	6.7
	Assez d'accord	20.7	20.5	13.2	9.7	16.7	14.6
	Pas tellement d'accord	28.5	32.5	20.1	21.6	24.0	26.6
	Pas du tout d'accord	39.9	37.3	61.2	63.6	51.2	51.6
Je trouve ma vie assez triste	Tout à fait d'accord	4.6	3.9	6.8	3.6	5.8	3.8
	Assez d'accord	14.4	7.8	5.0	6.8	9.4	7.2
	Pas tellement d'accord	24.2	25.6	19.2	17.6	21.5	21.2
	Pas du tout d'accord	56.7	62.2	68.9	71.4	63.2	67.2

L'importance du problème de l'état dépressif est reflétée dans ces chiffres : au moment de l'enquête SMASH, 35.1% des filles valaisannes et 20.5% des garçons valaisans de 16 à 20 ans ont affirmé avoir besoin d'aide en raison d'un état de « tristesse, déprime » (voir tableau 5). Il s'agit de faire attention à la différence entre humeur dépressive, coup de cafard, tristesse et réelle dépression clinique. La dépression n'est pas synonyme de tristesse, elle ne se résume pas au sentiment d'être malheureux. En tant que symptôme isolé, elle fait partie de l'éventail normal des réactions émotionnelles humaines. Plusieurs études ont montré que les jeunes sont assez souvent sujets à des humeurs dépressives. ²² Environ un quart des garçons et un tiers des filles affirment être passés par une phase dépressive au cours des six mois précédant l'enquête. La prévalence des dépressions pendant l'adolescence est toutefois difficile à établir. Elle semble toutefois comparable à celle relevée pour l'ensemble de la vie (environ 5 à 7%). ²³ Les parents paraissent sous-estimer l'humeur dépressive de leurs enfants. D'où l'importance de s'adresser directement aux personnes concernées.

Dans l'enquête SMASH, les adolescents ont été priés d'évaluer si les affirmations du tableau 9 les concernaient au moment de l'enquête et si oui, dans quelle mesure. Les affirmations en question correspondent aux symptômes de dépression typiques de l'adolescence. Les questions liées directement à la tristesse se trouvent dans le tableau 8.

Tableau 9. Etude SMASH. Part des jeunes de 16 à 20 ans qui se sont reconnus assez ou tout à fait dans certains items de l'échelle de dépressivité, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
Je me sens souvent déprimé(e) sans savoir pourquoi	43.0	37.8	21.5	22.4	31.5	29.4
Par moments, je pense que tout est tellement désespérant que je n'ai envie de rien	46.6	36.6	25.9	25.6	35.6	30.6
Par moments, je pense que je n'ai rien dont je puisse me réjouir	23.7	19.3	17.7	14.5	20.6	16.7
Par moments, je suis tellement déprimé(e) que je resterais bien au lit toute la journée	38.5	28.2	19.1	17.0	28.3	22.1
Ces derniers temps, j'ai beaucoup pensé à la mort	21.2	16.6	16.4	12.7	18.6	14.5
Par moments, je pense que ma vie ne vaut pas le coup d'être vécue	17.0	13.0	9.1	9.8	12.8	11.2

« Il arrive dans la vie que l'on passe par des moments difficiles. Est-ce le cas pour vous actuellement ? » Tout à fait d'accord et assez d'accord.

Globalement, il apparaît que les filles font nettement plus état de symptômes dépressifs que les garçons, et que les adolescentes valaisannes encore plus que les adolescentes suisses. Cette différence liée au sexe est plus ou moins marquée, mais va toujours dans le même sens. Les apprentis sont également proportionnellement plus nombreux que les élèves à faire état de symptômes dépressifs.

Pour tenter d'expliquer ces différences, on peut mettre en lien l'état dépressif plus fréquent des filles avec une plus faible estime d'elles-mêmes et une image plus négative qu'elles ont de leur corps. ²⁴ Les filles au développement corporel précoce semblent particulièrement sujettes aux troubles dépressifs et autres troubles intériorisés. Les filles doivent apparemment maîtriser simultanément plusieurs facettes importantes de leur développement, ce qui en soi peut être vu comme un facteur de stress. ²⁵

3.2.6. Image corporelle

L'image du corps est une facette particulièrement importante de la perception de soi. ²⁶ De nouvelles expériences liées au développement corporel, aux sentiments amoureux et aux idées qu'on se fait de l'attirance physique placent le corps au centre de l'attention pendant l'adolescence. ²⁷

Le rapport que nous entretenons à notre corps est culturel, il est également socialement construit. On se rend compte dans beaucoup de résultats des enquêtes HBSC et SMASH du poids des normes sociales. Ainsi, les filles sont quasi systématiquement moins positives que les garçons, elles ont un rapport au corps qui est problématique à la base, puisque l'idéal imposé par la société est difficile voire impossible à atteindre. Les filles sont plus insatisfaites de leur corps que les garçons, cela concerne leurs corps en général et en particulier leurs jambes, hanches et fesses. Il s'agit d'aider les jeunes filles à comprendre les changements de leur corps, à les percevoir positivement, et réduire la susceptibilité pour celles qui ont une image négative de leur corps. Quoique les jeunes garçons aient tendance à se retrouver dans la même situation que les filles par rapport à la norme du corps masculin : musclé, imberbe. Il faut avoir à l'esprit que l'image que l'on a de son propre corps est centrale dans le développement de sa propre perception et a des conséquences importantes pour l'ajustement social.

Dans les deux enquêtes, il a été demandé aux jeunes s'ils étaient satisfaits de leur apparence et s'ils auraient aimé la changer. Les réponses des filles sont nettement moins positives que celles des garçons (tableau 10).

Environ un tiers des écoliers valaisans interrogés (38.6%) indiquent qu'il n'y a rien qui concerne leur corps qu'ils voudraient changer (garçons : 50.5%, filles : 27.9%). Pour la Suisse, les parts observées s'élèvent à 48.2% chez les garçons et à 28.7% chez les filles. On observe un saut entre 12 ans et 13 ans chez les écolières valaisannes : de 48.5% à 12 ans, la part des filles ne désirant rien changer concernant leur corps tombe à 21.2% à 13 ans. On observera par ailleurs que ces valeurs correspondent au souci majeur des jeunes filles : les jeunes valaisannes sont 40.7% à se faire du souci « parce qu'il y a quelque chose à propos de mon corps que je n'aime pas » (voir figure 8). On peut également conclure que le « saut de la puberté » a lieu à 13 ans chez les filles, avec une augmentation de l'insatisfaction.

Dans l'enquête SMASH, les filles sont globalement moins satisfaites que les garçons, et ce indépendamment de la formation. Le diktat de la minceur féminine est inaccessible pour la plupart des jeunes filles ; en découle une insatisfaction par rapport à leur corps qui se reflète

dans les chiffres du tableau 10. Les pourcentages des jeunes valaisans sont comparables à ceux de leurs homologues suisses.

Tableau 10. Etudes HBSC et SMASH. Part des jeunes de 11-20 ans qui aimeraient ou qui n'aimeraient pas modifier leurs corps, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

			Filles		Garçons		Tous	
			VS	CH	VS	CH	VS	CH
11-15 ANS HBSC	<i>Y a-t-il quelque chose qui concerne ton corps que tu voudrais changer ?</i>	Non, rien	n=584	n=4749	n=527	n=4548	n=1111	n=9297
			27.9	28.7	50.5	48.2	38.6	38.3
		Oui, mais peu de choses	53.9	55.9	41.2	46.6	47.9	51.3
		Oui, de nombreuses choses	13.5	12.0	5.9	4.2	9.9	8.2
		Oui, presque tout	4.6	3.3	2.5	1.0	3.6	2.2
16-20 ANS SMASH	<i>Je suis satisfait(e) de mon apparence</i>	Tout à fait d'accord	n=194	n=3380	n=219	n=4040	n=413	n=7420
			19.6	17.5	40.0	36.4	30.4	27.8
		Assez d'accord	47.9	54.1	43.2	48.1	45.4	50.8
		Pas tellement d'accord	25.3	21.6	13.2	12.2	18.8	16.5
	<i>J'aimerais changer une ou deux choses à mon corps</i>	Pas du tout d'accord	6.2	5.6	3.2	1.9	4.6	3.6
		Tout à fait d'accord	35.8	35.1	25.5	20.1	30.3	27.0
		Assez d'accord	42.0	38.7	27.3	34.6	34.1	36.5
		Pas tellement d'accord	11.9	14.8	18.2	20.5	15.3	17.9
	<i>J'aimerais changer beaucoup de choses à mon corps</i>	Pas du tout d'accord	9.3	10.1	27.7	23.2	19.1	17.2
		Tout à fait d'accord	9.7	8.2	5.9	4.0	7.7	5.9
		Assez d'accord	9.7	8.1	5.5	4.4	7.5	6.1
		Pas tellement d'accord	24.6	31.5	18.2	19.2	21.2	24.8
	Pas du tout d'accord	53.8	50.3	69.1	70.2	61.9	61.1	

SMASH : « Actuellement, que pensez-vous de votre corps ? »

3.2.6.1. Tendances

Les adolescents valaisans semblent être moins satisfaits de leur apparence qu'en 1992 : les garçons étaient 89.1% et les filles 72.2% à être plutôt ou tout à fait satisfaits de leur apparence. En 2002, ces parts sont de 83.2% pour les garçons et de 68.0% pour les filles.

4. Conditions de vie et relations avec les autres

Les différentes parties de ce chapitre traitent du milieu de vie et des relations avec l'entourage des jeunes interrogés.

4.1. Environnement psychosocial

4.1.1. Environnement familial

Le rôle premier de la famille réside dans sa fonction de socialisation, dans l'apprentissage et l'exercice de la communication et l'échange de sentiments. Les parents sont, comme l'environnement scolaire, des agents de socialisation, ce sont eux qui apprennent, influencent et transmettent à leurs enfants.

A l'adolescence, bien que les parents continuent à influencer le comportement de leur enfant, il s'agit pour le jeune de faire naître son individualité au sein même de la famille. En recherchant leur indépendance et leur autonomie par rapport à leurs parents, les adolescents endossent un changement de rôle et de statut qui redéfinit leur place dans la société. Ce changement peut notamment mener à des confrontations et des conflits avec les parents. Ce processus peut avoir lieu dans un environnement familial intime, proche, ouvert et avec des relations amicales vis-à-vis les parents, ou alternativement dans un environnement de relations difficiles, hostiles et froides. La qualité des relations avec les parents se répercute sur le bien-être subjectif des jeunes. Les structures familiales sont cependant devenues complexes, et beaucoup de jeunes sont confrontés à des changements touchant la composition de la famille. Des interactions positives avec les parents semblent équiper les adolescents avec des ressources qui peuvent les aider à faire avec les problèmes de la vie et améliorer la qualité de leur vie d'adulte. ²⁸

En ce qui concerne la structure familiale des écoliers, le tableau 1 (page 18) indique que pour une grande majorité des jeunes interrogés (79.4%), les parents vivent ensemble. Seul 1.0% des jeunes valaisans de 11 à 15 ans n'a ni leur père ni leur mère qui vivent à la maison.

Le tableau 2 (page 19) révèle que les jeunes étudiants et apprentis interrogés ont indiqué à une grande majorité que leurs parents vivent ensemble (77.2% ; Suisse : 76.4%). Ils sont 18.4% (18.8% pour leurs homologues suisses) à avoir rapporté que leurs parents étaient séparés ou divorcés. Dans 4.3% des cas, les jeunes valaisans sont orphelins de père ou de mère, ou des deux parents (4.5% pour la Suisse).

4.1.1.1. Tendances

D'après les comparaisons de l'étude HBSC entre 1998 et 2002, on observe que la part des écoliers valaisans qui vivent avec leur père ou avec leur mère à la maison baisse sensiblement : la part des garçons qui vivent avec leur mère est passée de 98.0% à 96.2%, la part des filles

vivant avec leur mère de 98.5% à 96.8% ; et la part des garçons qui vivent avec leur père est passée de 88.0% à 83.2%, la part des filles de 87.7% à 80.7%.

Chez les 16-20 ans, on observe une diminution du modèle familial traditionnel, dans lequel le jeune valaisan vit avec ses deux parents, cette part passe de 84.3% en 1992 à 71.0% en 2002. On observe également une augmentation de la part des adolescents valaisans qui ont des parents divorcés (8.1% en 1992 et 18.5% en 2002).

4.1.2. Relations avec la famille

4.1.2.1. Communication

La famille reste un interlocuteur important durant la pré-adolescence et l'adolescence. Le tableau 11 fournit les résultats des fréquences de communication avec les parents des jeunes valaisans de 11 à 20 ans, en comparaison avec les résultats obtenus au niveau national.

Tableau 11. Etudes HBSC et SMASH. Fréquence de communication avec les parents sur les soucis et préoccupations des jeunes de 11-20 ans, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

		Filles		Garçons		Tous	
		VS	CH	VS	CH	VS	CH
11-15 ans		n=581	n=4711	n=524	n=4485	n=1105	n=9196
	Chaque jour	19.4	18.7	13.2	15.2	16.5	17.0
	1 à 6 fois par semaine	19.6	19.1	12.8	15.5	16.4	17.3
	1 à 3 fois par mois	19.3	19.9	21.8	20.4	20.5	20.1
	Moins souvent	28.7	31.2	34.2	35.2	31.3	33.1
	Jamais	12.9	11.2	18.1	13.7	15.4	12.4
16-20 ans		n=194	n=3380	n=219	n=4040	n=413	n=7420
	Tout à fait d'accord	33.0	30.6	23.7	20.4	28.1	25.1
	Assez d'accord	29.4	33.0	27.9	33.3	28.6	33.2
	Pas tellement d'accord	23.7	24.4	29.2	28.5	26.6	26.6
	Pas du tout d'accord	13.4	10.4	17.8	15.7	15.7	13.3

HBSC : « A propos de tes relations avec tes parents, à quelle fréquence leur parles-tu de tes soucis? »

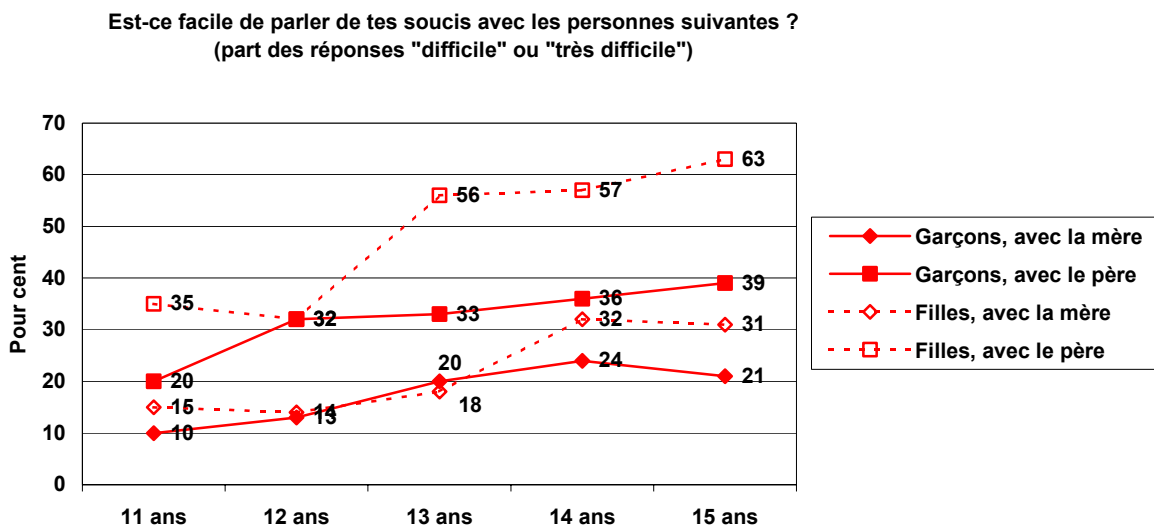
SMASH: «Je raconte souvent mes difficultés et mes problèmes à mes parents. Telle est l'opinion de certains jeunes par rapport à leurs parents, qu'en est-il pour vous ?»

Les jeunes semblent avoir des discussions plutôt fréquentes avec leurs parents. On observe que les filles se confient plus fréquemment que les garçons à leurs parents à propos de leurs soucis et de leurs problèmes, alors même que cela semble plus difficile (voire section ci-dessous). Et les jeunes valaisans très légèrement moins souvent que les jeunes suisses.

4.1.2.2. Type et qualité des relations

La nature et la qualité des relations avec les parents peuvent se révéler sur la facilité ou la difficulté que les jeunes ont de parler de leurs soucis avec eux. Sur l'ensemble du collectif HBSC, plus d'un jeune sur trois indique qu'il est difficile ou très difficile de parler de ses soucis avec son père (39.1% ; 30.4% chez les garçons et 46.8% chez les filles), et un sur cinq indique qu'il est difficile ou très difficile de parler de ses soucis avec sa mère (20.0% ; 17.8% chez les garçons et 22.0% chez les filles). La communication paraît plus accessible avec la mère qu'avec le père, et les filles semblent connaître plus de difficultés que les garçons à parler de leurs soucis avec leurs parents. La difficulté de communication à propos des soucis augmente également avec l'âge (figure 12).

Figure 12. Etude HBSC. Difficultés de communication avec le père et la mère chez les jeunes valaisans de 11 à 15 ans, en % selon l'âge et le sexe (502 garçons et 560 filles).



Le tableau 12 indique que si 69.1% des jeunes valaisans de 16 à 20 ans parlent en famille des problèmes qu'ils rencontrent à l'école ou au travail, ils parlent plus volontiers de leurs problèmes de santé (92.3% des filles et 80.0% des garçons), et beaucoup moins volontiers des problèmes psychologiques (34.5% pour les valaisans, 38.3% pour les suisses).

Tableau 12. Etude SMASH. Part des jeunes de 16 à 20 ans qui ont affirmé parler avec leur famille de leurs différents problèmes, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

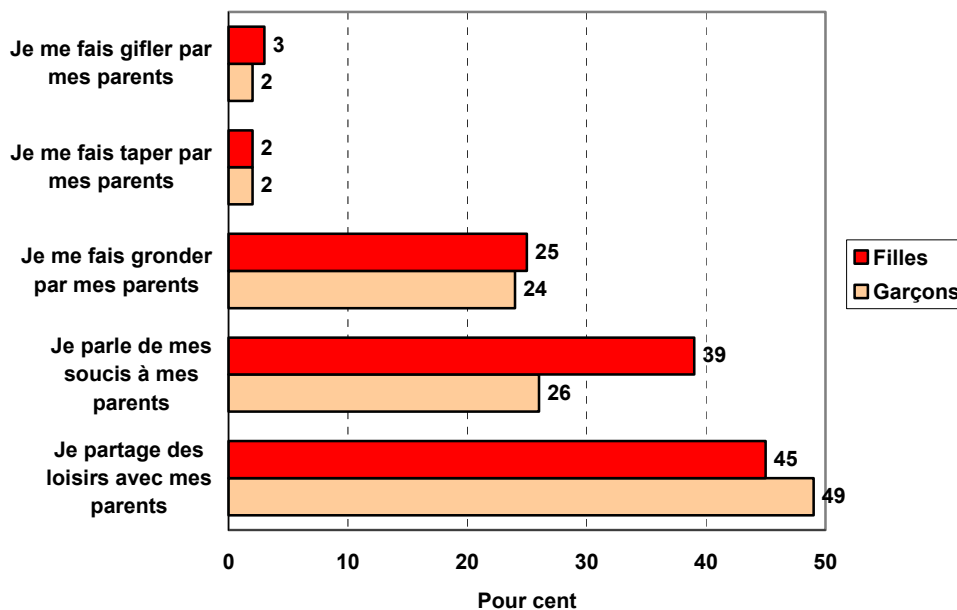
	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
Problèmes de santé	92.3	85.9	80.0	81.5	85.7	83.5
Problèmes scolaires et/ou professionnels	69.1	69.5	69.1	64.4	69.1	66.7
Problèmes psychologiques (déprime, angoisse)	34.5	40.1	34.5	36.7	34.5	38.3

« En général, lorsque vous avez des problèmes, en parlez-vous avec votre famille, vos ami(e)s ou d'autres adultes (professeurs, médiateurs, etc.) ? »

Entre 16 et 20 ans, les conflits avec la famille diminuent et les jeunes semblent s'ouvrir à nouveau à leur famille, parallèlement à leurs amis, et à leurs petit(e)s ami(e)s. La famille et les parents représentent encore des personnes de référence importantes pour les 16-20 ans. Ils restent des interlocuteurs utiles pour toutes sortes de problèmes et les jeunes sont sensibles aux problèmes relationnels au sein de la famille.

L'occurrence d'événements spécifiques hebdomadaires avec les parents dévoile également la nature des relations. La figure 13 montre que chez les 11-15 ans, partager des loisirs avec ses parents est l'événement le plus fréquent, suivi du partage des soucis. Les parts des jeunes se faisant taper ou gifler au moins une fois par semaine reste faible, aussi bien chez les garçons que chez les filles. Parfois, les difficultés vont jusqu'à la fuite : les jeunes du collectif HBSC sont 6.7% (Suisse : 4.3%) à avoir fugué de chez eux dans les 12 derniers mois, les filles dans une proportion légèrement plus élevée que les garçons (7.1% contre 6.3%).

Figure 13. Etude HBSC. Fréquence au moins hebdomadaire d'événements spécifiques dans les relations avec les parents chez les jeunes valaisans de 11 à 15 ans, en % selon le sexe (588 garçons et 535 filles).



Le comportement des parents vis-à-vis de leurs enfants a également été examiné en demandant aux écoliers s'ils étaient d'accord ou non avec des agissements spécifiques, tels que les félicitations faites lorsque le jeune fait quelque chose de bien ou l'établissement de règles et d'instructions claires. Le tableau 13 fournit les résultats en comparaison avec ceux obtenus au niveau national.

Les écoliers valaisans se sentent félicités et soutenus par leurs parents dans une très large proportion, sans différence avec leurs homologues suisses : 95.0% d'entre eux sont « tout à fait d'accord » ou « d'accord » avec le fait que leurs parents les félicitent lorsqu'ils ont fait quelque chose de bien, et 92.6% avec le fait que leurs parents sont là si ils ont besoin d'aide. Ils se montrent plus critiques lorsqu'ils jugent le rôle de surveillance des parents : environ deux jeunes sur trois (69.6%) indiquent que leurs parents leur donnent des règles claires à respecter, et environ trois sur quatre (72.8%) rapportent que leurs parents s'inquiètent de savoir où ils vont. Environ un écolier valaisan sur cinq (21.7%) met le doigt sur une certaine inconsistance des décisions des parents qui interdisent ce qui a été permis une autre fois. Sur ces trois derniers points, il semble que les jeunes valaisans soient plus critiques que les jeunes suisses. Aucune différence liée à la catégorie d'âge ou de sexe n'est observée.

Tableau 13. Etude HBSC. Part des répondants « d'accord » ou « tout à fait d'accord » avec les agissements des parents proposés, en % selon l'âge et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	11 ans		13 ans		15 ans		Filles		Garçons		Tous	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH
	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=
	182	1554	262	2177	208	1874	583	4760	534	4581	1117	9341
Ils félicitent si quelque chose de bien a été fait	95.6	95.3	94.3	93.4	92.3	89.9	93.7	91.5	96.4	93.9	95.0	92.6
Ils donnent des règles claires à respecter	76.4	75.3	64.6	73.8	71.8	73.2	68.9	73.1	70.4	73.6	69.6	73.3
Ils demandent à leur enfant où il va	73.5	75.5	72.5	78.2	73.5	78.5	74.5	80.6	70.8	72.6	72.8	76.7
Ils interdisent ce qui a été permis auparavant	25.0	31.7	22.2	30.2	25.4	27.5	19.3	27.8	24.3	31.3	21.7	29.6
Ils sont là pour l'enfant si il a besoin d'aide	95.6	95.8	89.6	92.9	88.0	90.3	92.5	92.1	92.8	93.3	92.6	92.7

Les adolescents de 16 à 20 ans jugent la qualité des relations avec les parents de manière positive (tableau 14), notamment la confiance réciproque et le sentiment d'être acceptés comme ils sont. La majorité des jeunes valaisans se sentent compris, bien que près d'un quart d'entre eux (23.8%) aient répondu le contraire et précisé que leurs parents ne remarquaient pas quand ils étaient tristes (21.3%).

Tableau 14. Etude SMASH. Part de jeunes « assez d'accord » et « tout à fait d'accord » avec les affirmations suivantes concernant leurs parents, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH
	n=194	n=3380	n=219	n=4040	n=413	n=7420
Mes parents m'acceptent comme je suis	88.1	90.5	91.9	91.6	90.1	91.0
Mes parents me comprennent	72.6	77.8	79.4	81.6	76.2	79.9
J'ai confiance en mes parents	89.8	90.5	90.5	92.2	90.1	91.4
Mes parents remarquent quand je suis triste	79.4	82.9	78.1	80.0	78.7	81.3
Mes parents me font confiance	87.7	89.7	88.6	90.3	88.1	90.1

« Voici les opinions de certains jeunes à propos de leurs parents. Qu'en est-il pour vous ? »

Auprès des étudiants et des apprentis, le thème de la violence domestique a été abordé à travers la question de savoir si les jeunes ont parfois peur d'être battus par leurs parents. D'après les réponses fournies, en Valais, les filles sont 8.8% à éprouver cette peur (4.8% pour les filles suisses), les garçons sont 2.8% (2.7% pour les garçons suisses). Les jeunes valaisans sont 7.7% à avoir « un peu » cette crainte, contre 6.7% au niveau suisse, les filles étant plus inquiètes que les garçons dans les deux cas.

On dénombre 13.8% de jeunes valaisans qui auraient besoin d'un soutien, au moment de l'enquête SMASH, pour surmonter des difficultés avec leurs parents (voir tableau 5), 15.8% des filles valaisannes et 13.9% des garçons valaisans craignent (assez et/ou beaucoup) que leurs parents ne divorcent ou se séparent (Suisse : 11.4% pour les filles et 8.4% pour les garçons). Par ailleurs, 26.8% des filles valaisannes et 22.1% des garçons valaisans avouent « un peu » la même crainte. Les répondants plus jeunes et les filles se disent en outre plus préoccupés par une éventuelle séparation de leurs parents que leurs camarades plus âgés ou que les garçons.

4.1.2.2.1. Tendances

Chez les jeunes écoliers valaisans de 11-15 ans, on constate une plus grande facilité de communication avec le père : en 1994, les garçons étaient 53.8% à trouver facile ou très facile de discuter avec leur père de leurs soucis, en 1998 cette proportion passait à 57.3% et en 2002 à 67.6%. Cette tendance est moins claire pour les filles, mais la part passe de 42.0% en 1994 à 41.3% en 1998 à 49.9% en 2002. A propos de la communication avec la mère, on constate des évolutions différentes pour chaque sexe : en 1994, 75.0% des garçons et 79.7% des filles valaisannes trouvaient facile ou très facile de discuter avec leur mère, en 1998, c'était le cas pour 75.6% des garçons et pour 70.2% des filles, et en 2002 on retrouve 81.8% des garçons et 77.3% des filles dans cette situation.

4.1.2.3. Comportements et habitudes

Les jeunes de 14 et 15 ans de l'enquête HBSC ont été interrogés sur certaines habitudes des personnes appartenant à leur entourage familial. Les figures 14 et 15 comparent les perceptions négatives des habitudes du père (ou du beau-père) et de la mère (ou de la belle-mère) concernant le travail, le tabac et la consommation d'alcool. Aussi bien les garçons que les filles mettent à la première place le fait que leur père (ou beau-père) travaille trop. Plus d'un jeune sur cinq (22.6% ; 24.6% chez les filles et 20.2% chez les garçons) estiment que leur père fume trop. Pour l'alcool, les parts respectives sont de 7.0% chez les filles et 8.6% chez les garçons. Les filles de 15 ans se montrent plus critiques envers leur père que les filles de 14 ans.

Concernant les habitudes de la mère (ou de la belle-mère), les filles mettent en avant le fait que leur mère travaille trop et les garçons le fait qu'elle fume trop. Plus d'un jeune sur dix (13.4% ; 12.8% chez les filles et 14.1% chez les garçons) estime que leur mère fume trop. Pour l'alcool, les parts respectives sont de 1.6% chez les filles et de 1.9% chez les garçons. Les garçons se

montrent moins critiques envers leur mère à 15 ans qu'à 14 ans ; pour les filles, la tendance est inverse, sauf en ce qui concerne le travail.

Figure 14. Etude HBSC. Part des jeunes de 14-15 ans indiquant une habitude spécifique de leur père ou beau-père, en % selon le sexe (162 garçons et 187 filles).

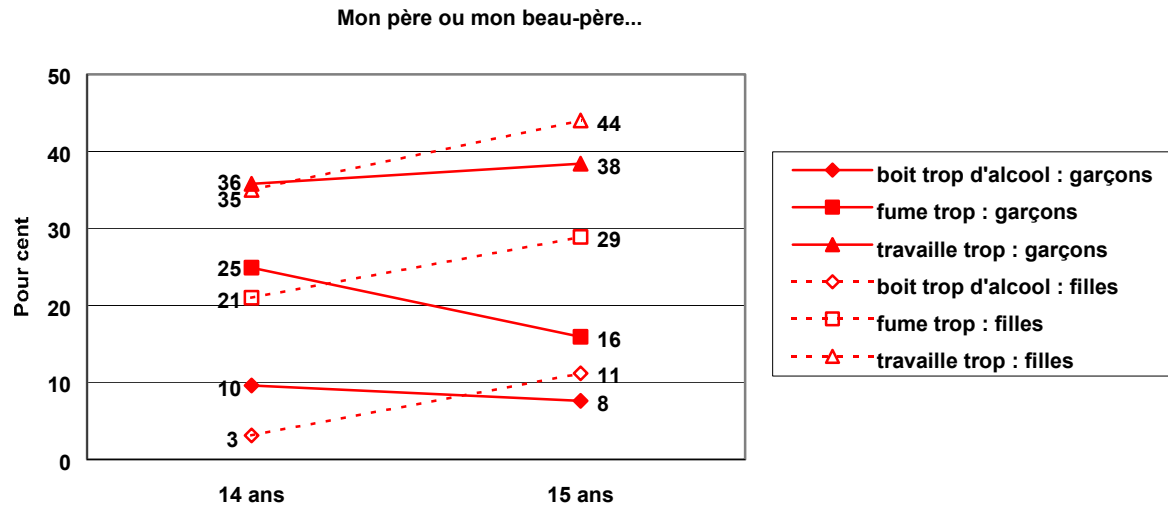
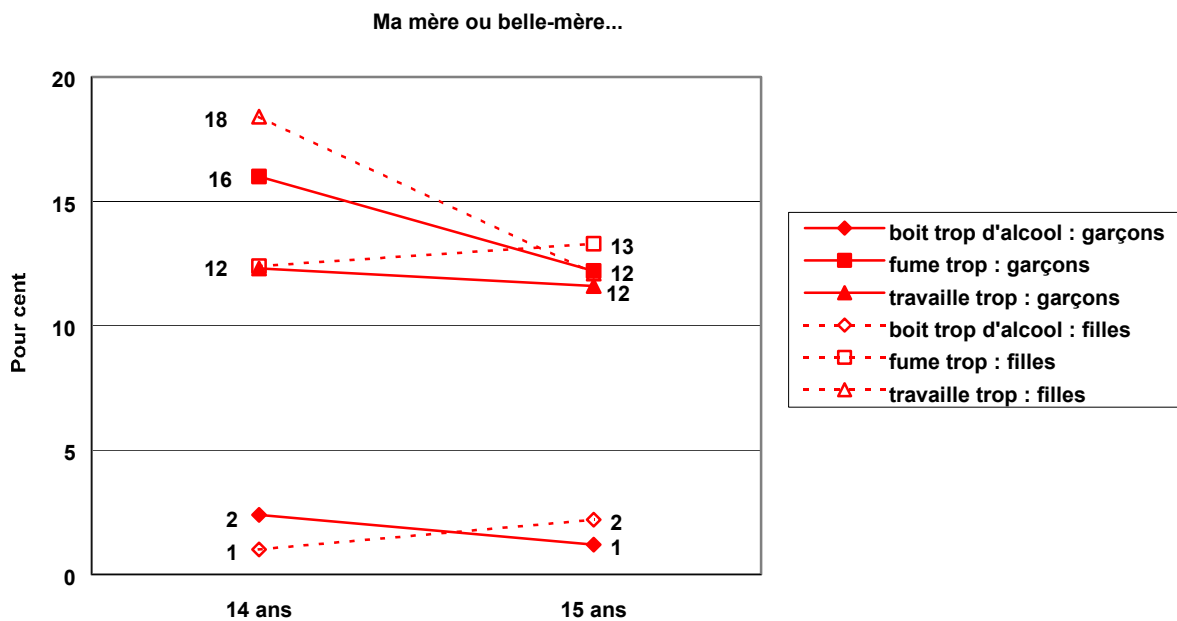


Figure 15. Etude HBSC. Part des jeunes de 14-15 ans indiquant une habitude spécifique de leur mère ou belle-mère, en % selon le sexe (161 garçons et 187 filles).



4.1.3. Relations avec les amis

Les relations avec les camarades du même âge aident les jeunes à se découvrir et à se définir. Construire et maintenir des bonnes relations avec des amis est un élément essentiel de leur bien-être. L'attitude des amis et l'influence des pairs jouent un rôle très important dans le développement et dans l'initiation à de nouveaux styles de vie.

Le tableau 15 reporte les parts de jeunes du collectif HBSC qui disent avoir des amis ou des amies. Tout le monde a des ami(e)s ou presque, puisque sur l'ensemble du collectif valaisan étudié, seuls 1.3% des jeunes (2.1% des garçons et 0.7% des filles) déclarent n'avoir ni ami, ni amie. Environ deux jeunes sur cinq (41.6% ; 43.6% des garçons et 39.9% des filles) déclarent avoir à la fois plus de trois amis et plus de trois amies. De façon non surprenante, les garçons ont plus fréquemment des amis que des amies, et les filles ont plus fréquemment des amies que des amis. Il n'y a pas de différence notable entre le collectif valaisan et le collectif national.

Tableau 15. Etude HBSC. Nombre d'amis des jeunes de 11 à 15 ans, en % selon l'âge et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	11 ans		13 ans		15 ans		Filles		Garçons		Tous	
	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=
	180	1511	259	2128	203	1811	573	4581	521	4396	1100	9117
<i>Amis</i>												
aucun	13.9	17.6	12.7	14.8	11.1	9.8	19.9	26.0	3.0	1.7	11.8	13.9
un	12.2	12.8	16.2	12.7	17.9	13.3	22.3	19.2	10.7	7.2	16.7	13.2
deux	10.6	11.0	11.9	12.9	16.4	15.7	14.1	13.3	11.7	13.3	12.9	13.3
trois ou plus	63.3	58.6	59.2	59.7	54.6	61.3	43.6	41.5	74.6	77.8	58.6	59.6
<i>Amies</i>												
aucune	14.4	17.6	10.4	16.9	13.8	12.6	1.2	1.6	26.1	31.5	13.0	16.0
une	11.6	14.6	11.6	11.0	15.8	13.3	10.9	10.3	15.0	16.1	12.8	13.1
deux	17.1	14.7	17.0	12.9	12.8	14.9	19.3	17.0	12.9	10.6	16.3	13.9
trois ou plus	56.9	53.2	61.0	59.1	57.6	59.2	68.6	71.1	46.1	41.8	57.9	56.9

« Combien de vrais amis et de vraies amies as-tu actuellement ? »

Entre 16 et 20 ans, on peut observer dans le tableau 16 que la plupart des jeunes ont au moins un ou une amie avec lequel/laquelle discuter, les filles légèrement plus que les garçons.

Tableau 16. Etude SMASH. Part des jeunes de 16 à 20 ans qui ont un ou une amie avec lequel ou laquelle discuter de temps en temps, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
Oui	96.9	96.4	91.8	91.1	94.2	93.5
Non	2.1	2.1	4.6	6.4	3.4	4.5

« Avez-vous un copain ou une copine avec lequel/laquelle vous pouvez discuter de temps en temps ? »

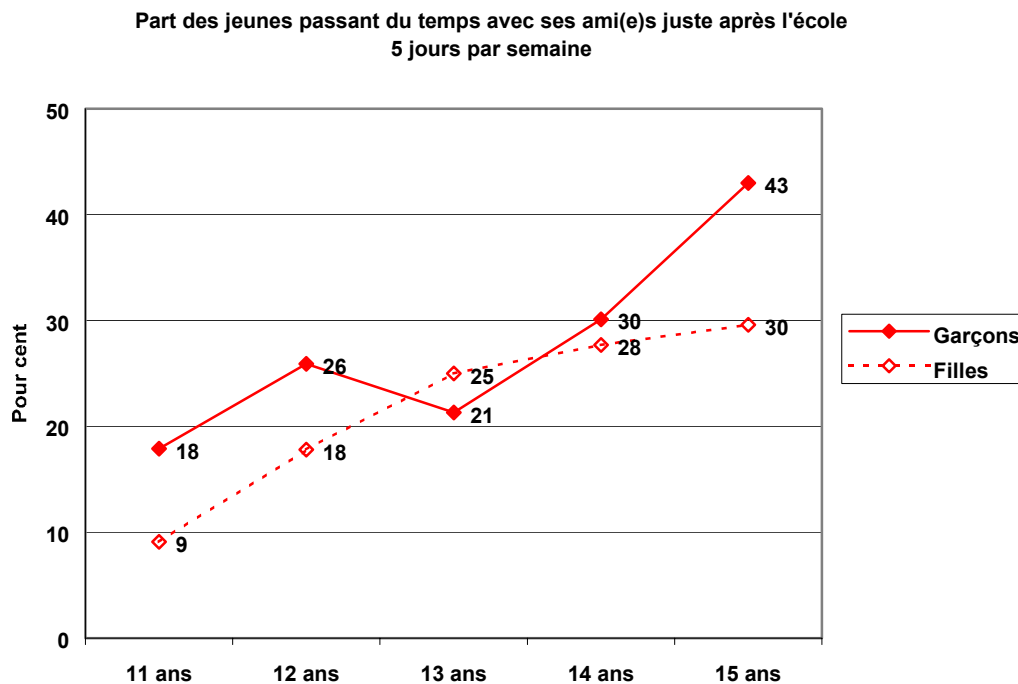
4.1.3.1. Tendances

Chez les 11-15 ans valaisans, on observe une baisse statistiquement significative de la part des écoliers valaisans qui disent n'avoir ni ami, ni amie. En 1998, 2.5% des garçons et 4.0% des filles étaient dans ce cas-là, en 2002, ces pourcentages sont de 2.1% pour les garçons et de 0.7% pour les filles.

4.1.4. Sorties et comportements des pairs

Dans le collectif HBSC, 92.5% des écolières valaisannes avouent que « ça leur plaît » ou que « ça leur plaît beaucoup » de rejoindre leurs ami(e)s sur leur lieu de rencontre, contre 88.0% des écoliers. Moins d'un jeune valaisan sur dix (7.0% ; 7.7% des garçons et 6.3% des filles) indique ne jamais passer de temps avec ses amis ou amies après l'école et moins de un sur cinq (16.1% ; 15.5% des garçons et 16.8% des filles) seulement une fois par semaine. On n'observe pas de différence entre les écoliers valaisans et les écoliers suisses.

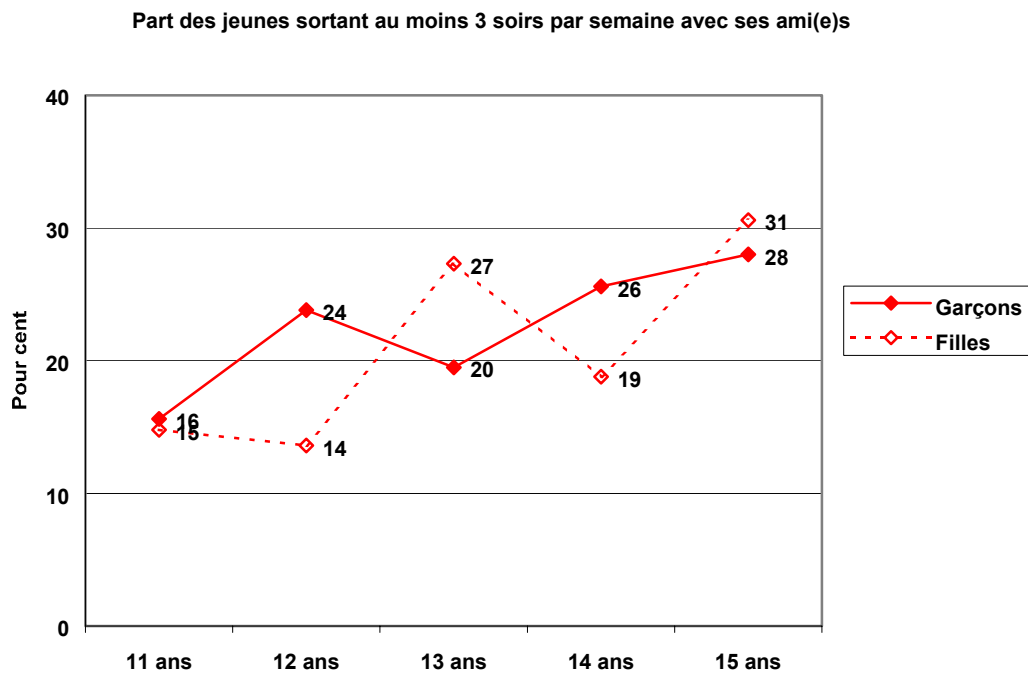
Figure 16. Etude HBSC. Sorties avec les amis et amies chez les jeunes valaisans de 11 à 15 ans après l'école, en % selon l'âge et le sexe (531 garçons et 585 filles).



Un jeune valaisan sur trois (36.2% ; 33.3% des garçons et 38.9% des filles) indique ne jamais sortir le soir avec ses amis ou amies. Ces parts sont légèrement inférieures à celles observées sur l'ensemble du territoire national (41.9% pour le collectif suisse ; 41.1% chez les garçons et 42.8% chez les filles). La part des écoliers déclarant ne jamais sortir le soir diminue clairement avec l'âge, pour passer de 63.0% à 11 ans à 13.0% à 15 ans. A noter que 3.2% des jeunes valaisans

(3.0% des garçons et 3.4% des filles) déclare sortir les sept soirs de la semaine avec ses amis ou amies. Les parts observées au niveau national sont 2.8% pour tout le collectif, 3.6% pour les garçons et 2.0% pour les filles. Les figures 16 et 17 mettent en évidence l'évolution avec l'âge des parts des jeunes qui déclarent passer du temps tous les cinq jours d'école de la semaine et sortir au moins trois soirs par semaine avec leurs amis et amies.

Figure 17. Etude HBSC. Sorties avec les amis et amies chez les jeunes valaisans de 11 à 15 ans, le soir, en % selon l'âge et le sexe (532 garçons et 587 filles).



Les comportements à risques peuvent naître des fréquentations avec des amis ayant des conduites déviantes. La figure 18 illustre le fait que, chez les écoliers, les comportements « positifs » priment sur les comportements « négatifs ». Cependant, entre 10% et 25% des écoliers ont des amis qui semblent consommer de l'alcool, du cannabis ou du tabac. Bien que ces comportements ne soient pas à associer à de la délinquance ou de la toxicomanie, gardons à l'esprit que « [...] l'entrée dans un certain nombre de conduites à risque [...] est souvent associée à la puissance d'attraction d'un groupe de pairs qui les valorise et dissipe les derniers doutes en leur conférant une légitimité bien supérieure à celle venant de la société (ou de sa propre famille). Elle est parfois liée à un moment intense, à la présence des autres ou à l'impossibilité de renoncer sans perdre leur estime ». ²⁹

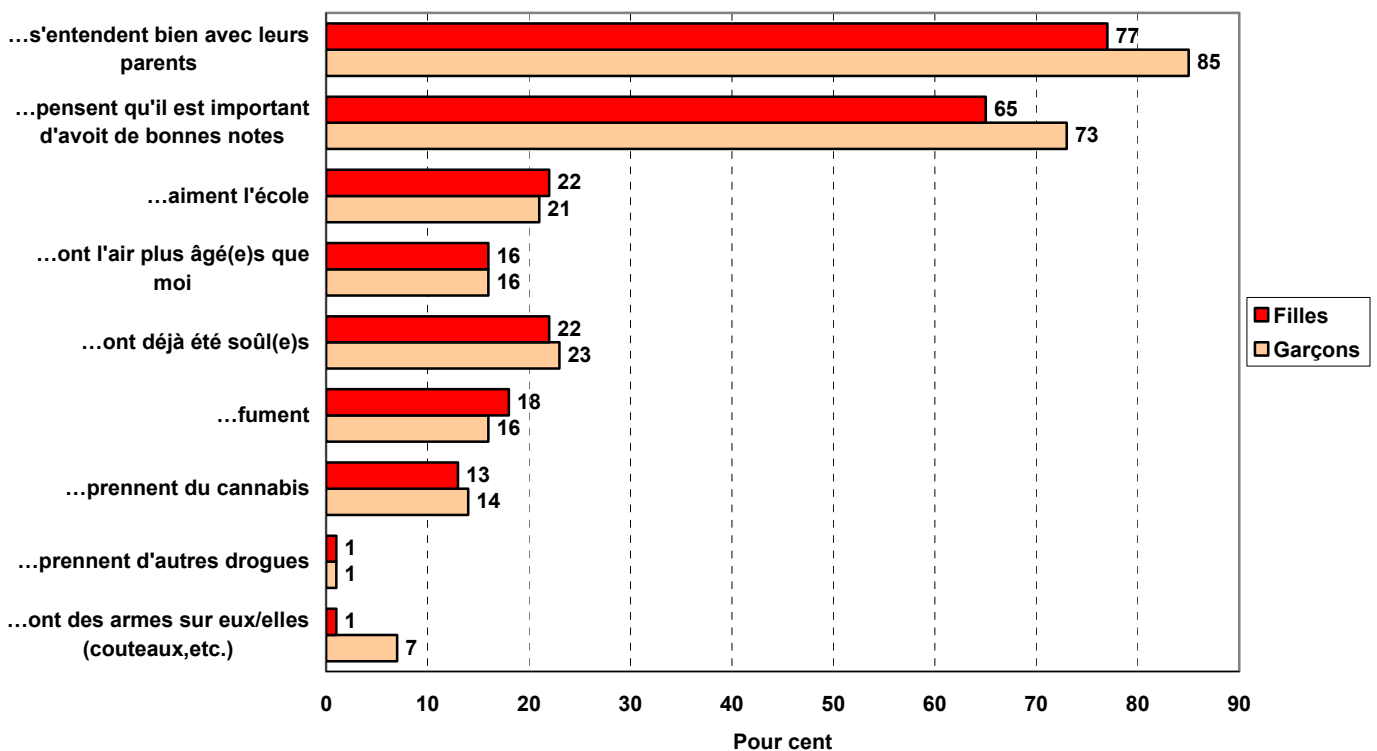
4.1.4.1. Tendances

En 1998, 37.8% des garçons et 30.6% des filles déclaraient passer du temps avec leurs amis et amies après l'école 4 jours ou plus par semaine. Les parts observées pour 2002 ne sont pas différentes : 37.7% pour les garçons et 32.1% pour les filles.

Concernant les sorties avec les amis et les amies le soir durant la semaine, les jeunes sortent un peu plus fréquemment en 2002 qu'en 1994. Pour les garçons, la part de ceux qui sortent au moins 4 soirs par semaine est passée de 11.6% à 13.3% et pour les filles, la même part est passée de 7.7% à 11.5%.

Figure 18. Etude HBSC. Comportement des pairs chez les jeunes valaisans de 11 à 15 ans, en % selon le sexe (524 garçons et 572 filles ; 171 garçons et 202 filles pour les 14-15 ans (cannabis et drogues).

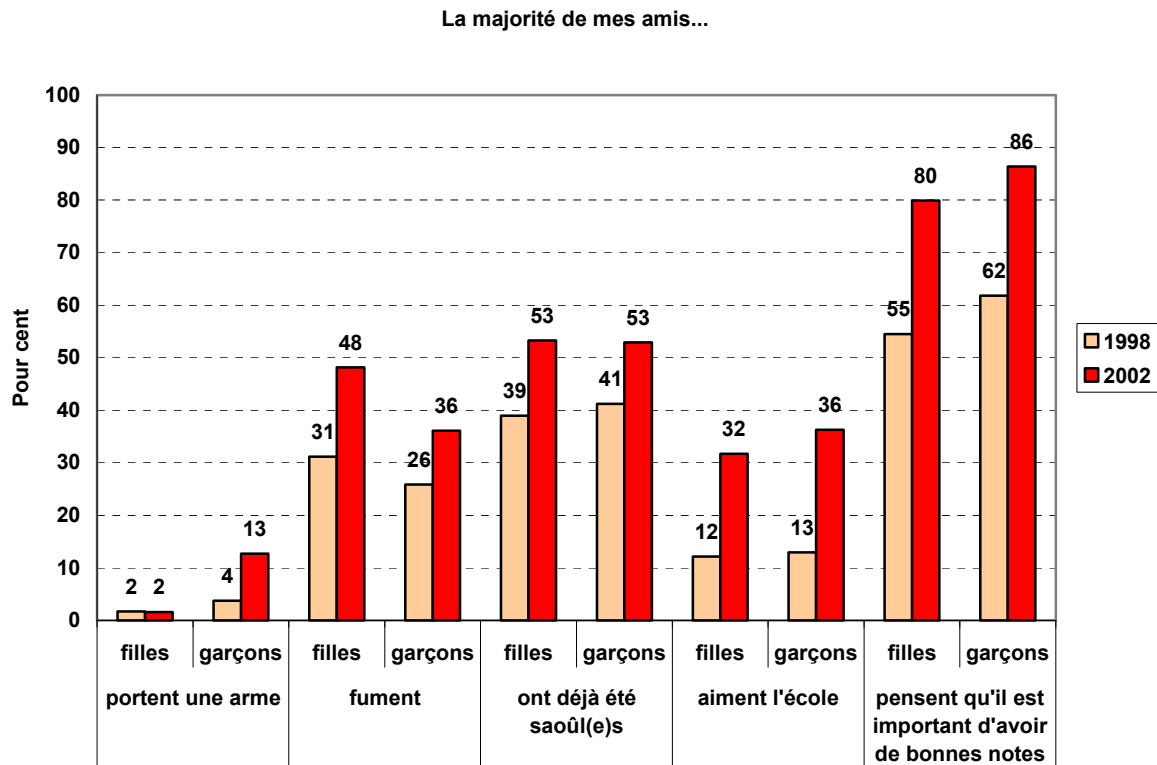
Tous ou la plupart de mes amis...



La figure 19 illustre pour les écoliers de 14 et 15 ans le fait que les comportements des pairs tendent à aller vers les extrêmes, autant dans les comportements négatifs que positifs. Aussi bien les filles que les garçons ont une plus grande part de leur entourage amical qui porte une arme, fument ou ont déjà été saoul(e)s.

D'un autre côté, leur entourage apprécie plus l'école et semble accorder plus d'importance aux notes obtenues.

Figure 19. Etude HBSC. Comparaison 1998-2002. Comportements des pairs chez les jeunes valaisans de 14-15 ans, en % selon le sexe (1998 : n=520 ; 2002 : n=482).



4.1.5. Environnement scolaire et apprentissage

L'école joue également un rôle essentiel dans le développement de l'identité. Les paragraphes suivants abordent les principaux aspects liés à l'évolution des jeunes dans le milieu scolaire et d'apprentissage. A l'adolescence, l'ambiance de l'école (ambiance de classe, relations avec les enseignants, participation des élèves, absence de mobbing et sentiment de bien-être à l'école) paraît ainsi être en corrélation avec plusieurs indicateurs de santé (problèmes de santé, douleurs psychosomatiques) comme avec des comportements touchant la santé (consommation de stupéfiants ou alimentation équilibrée) ³⁰.

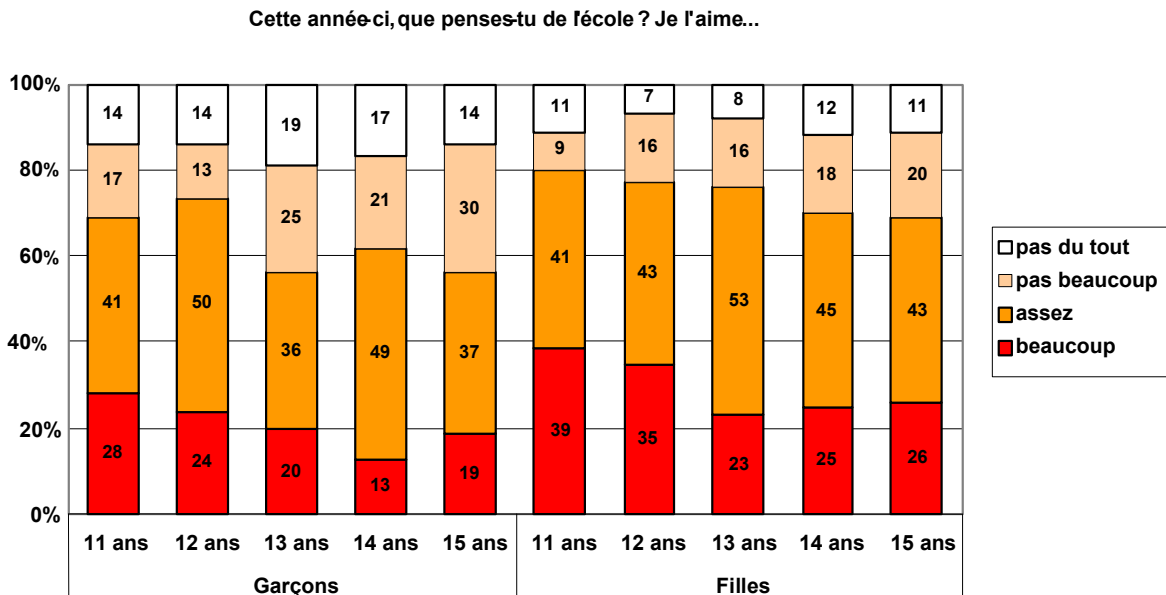
En entrant dans le monde professionnel, les apprenti(e)s se trouvent immergés dans un nouveau milieu psychosocial avec les exigences et charges inhabituelles (charge corporelle, responsabilité, stress) que ce changement entraîne, mais aussi de nouvelles ressources comme le renforcement de l'estime de soi et de l'efficacité personnelle ainsi que le soutien social ³¹. Les relations avec les supérieurs, la collaboration technique, ainsi que la possibilité d'apprendre et d'assumer une responsabilité semblent ainsi être perçues de façon particulièrement positive par les jeunes en apprentissage. Le fait que le temps libre est fortement réduit par rapport à celui des élèves est par contre assez mal vécu ³². Les expériences réalisées en cours de formation professionnelle sont d'une importance primordiale pour le développement de la personnalité. Une bonne

situation d'apprentissage et de travail (intéressant et motivant, collègues et supérieurs compétents, relations d'égal à égal, apprentissage axé sur la formation) entraîne ainsi un changement positif de la vision de soi-même et de l'attitude professionnelle. Un surmenage général a par contre des répercussions plutôt négatives sur certains aspects de la personnalité tels que l'estime de soi.

4.1.5.1. Appréciation de l'école et de l'apprentissage

Chez les 11-15 ans, encore à l'école obligatoire, près d'un jeune valaisan sur quatre (24.6%) déclare aimer beaucoup l'école l'année de l'enquête (Suisse : 21.1%), les filles semblent l'apprécier davantage que les garçons (28.5% contre 20.2%), ce qui est également observé sur l'ensemble des classes suisses (23.3% contre 18.8%). La figure 20 montre que la part des jeunes valaisans aimant beaucoup l'école diminue avec l'âge, passant de 33.3% à l'âge de 11 ans à 22.8% à l'âge de 15 ans (au niveau national : de 34.7% à l'âge de 11 ans à 15.0% à l'âge de 15 ans). Plus d'un jeune valaisan sur dix (12.7% ; 15.7% des garçons et 10.0% des filles) indiquent ne pas aimer du tout l'école cette année-là. Les parts sont supérieures à celles observées sur l'ensemble du territoire national (9.6% pour le collectif suisse ; 11.5% pour les garçons et 7.7% pour les filles).

Figure 20. Etude HBSC. Appréciation de l'école chez les jeunes valaisans de 11 à 15 ans, en % selon la catégorie d'âge et le sexe (521 garçons et 582 filles).



L'ennui à l'école est une réalité pour 16.3% des jeunes valaisans de 11 à 15 ans (11.1% pour les jeunes suisses) qui pensent que l'école est très souvent ennuyeuse, avec une différence observée entre les deux sexes (20.3% des garçons valaisans contre 12.7% des filles valaisannes). Rappelons que l'ennui à l'école figure en bonne place dans la liste des soucis des écoliers valaisans (voir section 3.2.3). A l'autre bout, seuls 5.6% des écoliers valaisans indiquent ne

jamais s'ennuyer à l'école (5.0% des garçons et 6.2% des filles), sans différence observée avec leurs homologues suisses.

La situation vécue à l'école et en apprentissage est positive pour une majorité de jeunes qui y rencontrent de la reconnaissance, voient s'ouvrir des perspectives et savent venir à bout des tâches qui leur incombent. Une minorité significative se sentent pourtant surchargés et signalent des difficultés. L'ambiance, ainsi que les conditions qui règnent en classe comme en apprentissage, ont une grande incidence sur l'état de santé et le comportement des jeunes qui y évoluent. Le tableau 17 montre comment les adolescents jugent différents aspects de l'ambiance sur leur lieu de formation. La grande majorité d'entre eux semble à l'aise dans sa classe. Les différences entre élèves et apprentis sont ténues, et ce bien que les temps de fréquentation des classes soient différents (un à deux jours par semaine pour les apprentis, à plein temps pour les élèves).

Tableau 17. Etude SMASH. Part des jeunes de 16 à 20 ans d'accord avec différentes affirmations relatives à l'ambiance qui règne sur leur lieu de formation, en % selon le sexe et la filière de formation. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles				Garçons				Tous			
	Apprenties		Etudiantes		Apprentis		Etudiants		Apprentis		Etudiants	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH
	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=
	92	2130	102	1250	161	3180	58	860	253	5310	160	2110
La plupart d'entre nous se sent bien dans notre classe	84.7	87.8	79.6	82.9	88.1	89.3	93.1	83.3	86.9	88.6	84.5	83.0
Les professeurs s'occupent des problèmes des élèves	48.9	58.3	45.7	43.8	45.1	58.9	40.4	45.9	46.5	58.7	43.8	44.6
Quand un élève dit quelque chose de faux, tout le monde se moque de lui	25.0	20.0	16.7	16.4	41.0	38.2	34.5	28.6	35.2	30.9	23.1	21.4
Les professeurs ont confiance en moi	67.3	78.2	79.4	78.4	59.4	73.5	68.9	73.3	62.3	75.4	75.7	76.3
Je reçois de mes professeurs la reconnaissance que je mérite	60.2	76.0	73.3	70.4	63.9	71.1	67.2	69.5	62.6	73.1	71.1	70.0

« D'une façon générale, comment trouvez-vous votre classe ? » Tout à fait d'accord et assez d'accord.

Pour les apprentis, qui passent le plus gros de la semaine sur leur lieu de travail, l'ambiance de l'entreprise revêt une importance toute particulière, certainement supérieure à celle de la classe. Le tableau 18 nous donne un aperçu de l'ambiance qui règne au travail pour les apprentis valaisans et suisses.

Tableau 18. Etude SMASH. Part des apprentis de 16 à 20 ans tout à fait d'accord ou assez d'accord avec différentes affirmations relatives à l'ambiance qui règne au travail, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
La plupart d'entre nous se sent bien dans notre équipe de travail	75.3	79.7	83.2	83.2	80.2	81.8
Notre chef(fe)/maître(sse) d'apprentissage est très sévère	30.5	41.2	36.1	39.8	33.9	40.3
Notre chef(fe)/maître(sse) d'apprentissage s'occupe des problèmes des apprenti(e)s	68.2	71.3	75.2	71.1	72.6	71.2
Quand quelqu'un de notre équipe fait une erreur, tout le monde se moque de lui (d'elle)	13.0	9.4	18.1	14.9	16.3	12.7
Mon/ma chef(fe)/maître(sse) d'apprentissage a confiance en moi	83.7	86.0	87.0	84.0	85.8	84.7
Je reçois de mon/ma chef(fe)/maître(sse) d'apprentissage la reconnaissance que je mérite	71.5	77.8	72.9	76.6	72.4	77.1

« Comment trouvez-vous l'ambiance sur votre lieu d'apprentissage ? »

La plupart des apprentis valaisans interrogés semble à l'aise à sa place de travail. Une grande majorité a le sentiment que le maître d'apprentissage leur fait confiance et les trois quarts obtiennent aussi la reconnaissance qu'ils jugent méritée. Etant donné qu'une collaboration quotidienne amène à nouer des contacts plus étroits, il n'est pas surprenant que les apprentis soient plus nombreux à se sentir soutenus par leurs maîtres d'apprentissage que par leurs enseignants en cas de problèmes. Alors qu'une majorité d'apprentis semble recevoir un bon appui de la part de ses formateurs, dans le cadre des cours aussi bien qu'au travail, ce n'est le cas que de la moitié à peine de l'effectif des élèves.

A côté des facteurs de stress mentionnés, la formation est également une source de reconnaissance ; 65.8% des adolescents valaisans reçoivent de la part de leurs enseignants et maîtres d'apprentissage la reconnaissance qu'ils méritent (contre cependant 72.2% au niveau suisse). A l'école, 71.8% des adolescentes valaisannes et 69.5% des adolescents valaisans ont certifié faire de bonnes notes ; ils sont légèrement en-dessous des estimations de leurs homologues suisses (77.8% et 76.2% respectivement).

Le tableau 19 donne pour chaque étude les parts de jeunes qui font ou ne font pas l'école buissonnière. On constate que les écoliers valaisans sont un peu plus sages que leurs homologues suisses, et qu'entre 16 et 20 ans, l'écart entre les deux populations se réduit. Sêcher les cours est une pratique qui concerne environ un écolier valaisan sur dix (11.3%) et un étudiant-apprenti sur cinq (21.5%). Les étudiants sêchent plus que les apprentis. Les garçons valaisans de 16-20 ans, apprentis et élèves confondus, sêchent légèrement plus que les filles valaisannes, qui elles sêchent légèrement moins que leurs homologues suisses.

Tableau 19. Etudes HBSC et SMASH. Répartition des jeunes de 11 à 20 ans selon le fait d'avoir courbé ou non l'école ou le travail au cours des 12 derniers mois, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

		Filles		Garçons		Tous	
		VS	CH	VS	CH	VS	CH
11-15 ans HBSC	Jamais	n=584	n=4749	n=527	n=4547	n=1111	n=9296
	1-2 fois	87.8	85.6	89.8	86.1	88.7	85.9
	3 fois ou plus*	10.3	11.0	7.2	10.5	8.8	10.8
16-20 ans SMASH	Jamais ou presque	1.9	3.3	3.0	3.3	2.4	3.3
	Jamais ou presque	n=194	n=3380	n=219	n=4040	n=413	n=7420
	Environ 1 fois par mois	79.4	75.0	77.6	77.5	78.5	76.4
	Environ 1 fois par semaine	16.0	18.5	19.2	17.0	17.7	17.7
Tous les jours ou presque	4.1	5.8	3.2	4.2	3.6	5.0	
		0.0	0.2	0.0	0.5	0.0	0.4

HBSC : « Quelles sont les choses que tu as faites au cours des 12 derniers mois ? » J'ai courbé, séché l'école (fait l'école buissonnière).

SMASH : « Au cours des 12 derniers mois, en formation ou au travail, vous est-il arrivé de ne pas aller au cours ou au travail »

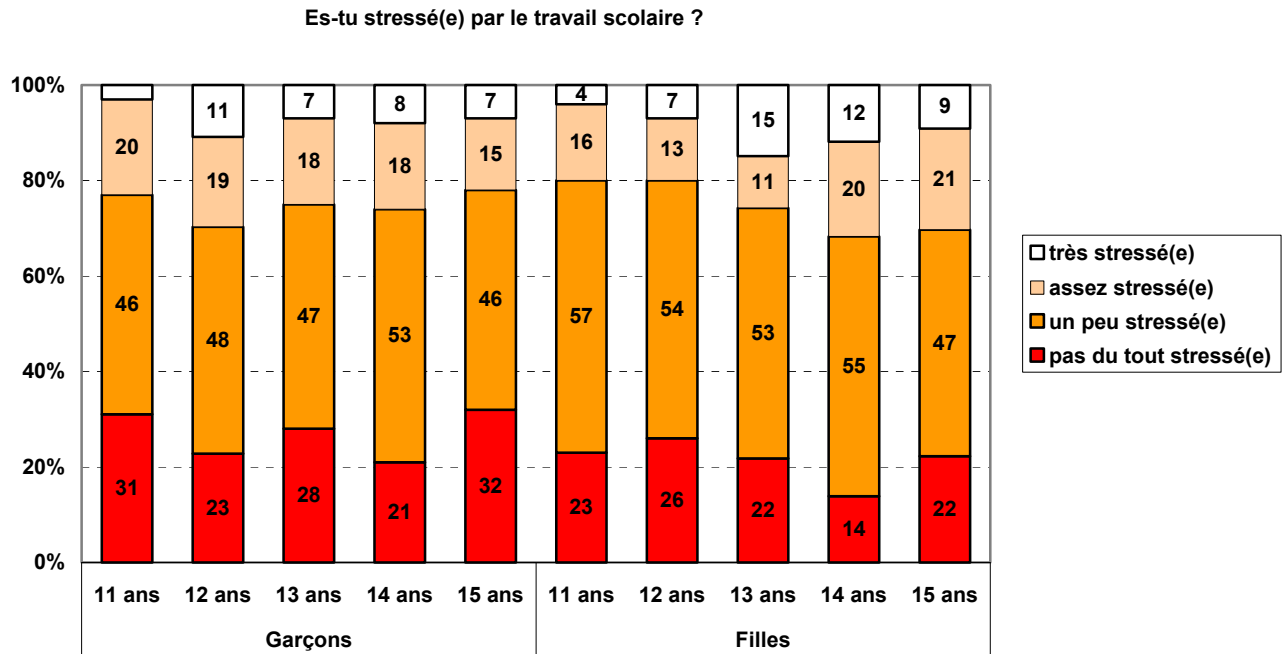
* Pour HBSC « 3 fois ou plus » regroupe « à peu près une fois par mois », « à peu près une fois par semaine » et « plusieurs fois par semaine ».

4.1.5.2. Charge de travail et stress

Le stress a un impact sur la santé et sur le développement de certains symptômes de santé. Ces impacts varient et peuvent être associés tantôt à des symptômes somatiques, tantôt à des symptômes psychologiques³³. On peut voir le stress comme venant de l'individu ou comme venant du contexte, ou encore combiner ces deux approches ; les perceptions individuelles sont en lien avec des facteurs contextuels et ont des effets sur la santé. Quoi qu'il en soit, le stress est difficilement mesurable, c'est une variable qui diffère selon les individus. En effet, certains écoliers se sentent stressés par un certain travail tandis que d'autres pas. Il est évident que les écoles sont un contexte essentiel dans la santé des adolescents, mais connaître comment ces caractéristiques scolaires influencent les santé mentales individuelles est encore peu exploré. On sait par exemple que le bruit et les dérangements en classe ont un effet majeur sur les troubles de la santé des adolescents.

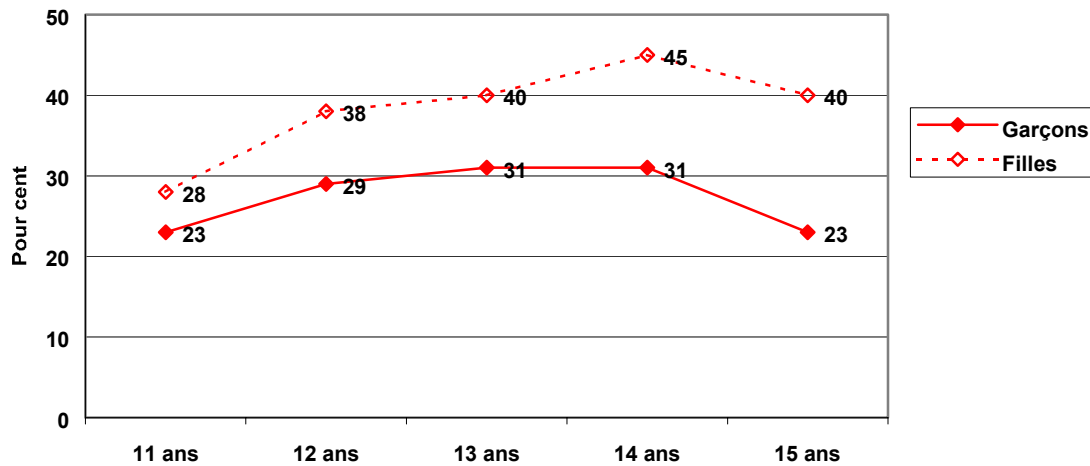
Les pressions scolaires sont bien présentes chez le jeune écolier valaisan, puisque 25.6% des 11-15 ans (22.6% pour les écoliers suisses ; pas de différence entre les deux sexes) indiquent être très stressés ou assez stressés par le travail scolaire. La figure 21 détaille les résultats pour les deux sexes selon l'âge.

Figure 21. Etude HBSC. Part des élèves valaisans de 11 à 15 ans stressés par le travail scolaire, en % selon la catégorie d'âge et le sexe (520 garçons et 583 filles).



Dans le collectif HBSC, les filles semblent être plus studieuses que les garçons (figure 22) puisque la charge de travail scolaire, en dehors des heures d'école, dépasse deux heures par jour d'école pour 27.9% des filles de 11 ans (contre 23.2% des garçons) et pour 39.8% des filles de 15 ans (23.2% pour les garçons). Ces chiffres montrent que le système scolaire actuel surcharge une partie des élèves en devoirs.

Figure 22. Etude HBSC. Part des élèves valaisans de 11 à 15 ans consacrant deux heures ou plus pendant les jours d'école à leurs devoirs en dehors des heures d'école, en % selon la catégorie d'âge et le sexe (530 garçons et 585 filles).



Au travail, il y a divers types de facteurs de stress. Pour jauger le bien-être des jeunes adolescents, il est déterminant de savoir si cette charge de travail est perçue comme conséquente.

Le tableau 20 indique, pour l'enquête SMASH, quelle proportion d'apprentis se trouvent perturbés par différents facteurs de stress. Ce tableau révèle clairement à quel point les facteurs de stress peuvent être perçus et vécus de façon différente. La plupart des apprentis disent travailler sous la pression du temps et être souvent dérangés. Beaucoup se sentent par ailleurs investis d'une grande responsabilité et ont le sentiment que leur travail devient de plus en plus exigeant. Mais apparemment, la plupart ont assez de ressources (personnelles et venant de l'entreprise) pour bien gérer cette charge de travail et ne pas trop s'en trouver perturbés.

Tableau 20. Enquête SMASH. Parts des apprentis de 16 à 20 ans qui ont indiqué être confrontés à différents facteurs de stress, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
Je suis constamment pressé(e) par le temps à cause d'une forte charge de travail	49.5	55.2	50.3	54.2	50.0	54.6
Je suis fréquemment interrompu(e) et dérangé(e) dans mon travail	48.9	45.9	38.9	46.4	42.5	46.2
J'ai beaucoup de responsabilités à mon travail	71.7	76.7	75.3	74.0	74.0	75.1
Je suis obligé(e) de faire des heures supplémentaires	17.4	23.8	26.1	25.4	22.9	24.8
Mon travail exige des efforts physiques	41.3	44.3	73.9	60.9	62.1	54.3
Au cours de mon apprentissage, mon travail est devenu de plus en plus exigeant.	72.8	75.9	82.6	81.6	79.1	79.3

« A propos de l'effort ou du stress au travail. Indiquez d'abord si vous êtes d'accord ou non avec chacune des phrases. »

Dans le collectif SMASH valaisan, 83.0% des filles et 91.3% des garçons sont sûrs de pouvoir terminer leur formation, la part des filles étant inférieure à celle de leurs camarades suisses (90.3%). Quant à trouver plus tard du travail, 77.4% des filles et 88.6% des garçons valaisans interrogés n'ont aucun doute à ce sujet, les jeunes valaisans étant cependant moins optimistes que leurs homologues suisses (91.5% pour les filles suisses et 92.2% pour les garçons suisses). Par contre, 60.8% des filles et 59.1% des garçons savent déjà quel métier ils veulent exercer plus tard, tandis que les jeunes suisses sont environ un sur deux dans le même cas (filles : 53.9% ; garçons : 50.0%).

4.1.5.3. Tendances

Il est possible d'établir une comparaison avec SMASH 1992 à propos de la crainte du chômage. A l'époque, au niveau national, seulement 70% des filles et 75% des garçons en apprentissage et 65% des garçons élèves étaient sûrs de trouver un emploi par la suite. Cette différence reflète la situation sur le marché du travail. En 1992/93, le taux de chômage était particulièrement élevé en suisse romande et c'était alors un phénomène inhabituel pour notre pays après de longues années de plein-emploi. ¹¹

Concernant la connaissance du futur métier, en 1992, 50.2% des adolescents valaisans de 16-20 ans savaient déjà quel métier ils exerceraient plus tard, en 2002 ils sont 59.9%, la tendance à la hausse venant surtout des garçons (45.0% en 1992, 59.1% en 2002) qui ont rejoint la part des filles restée stable (57.0% en 1992, 60.8% en 2002).

Concernant le milieu scolaire chez les écoliers de 11-15 ans, on observe que, entre 1994 et 2002, si la part des garçons déclarant ne pas aimer du tout l'école est restée stable (14.9% en 1994 et 15.7% en 2002), celle des filles a légèrement augmenté pour passer de 6.7% à 10.0%. Le sentiment d'ennui suit la même évolution : chez les garçons valaisans, la part de ceux déclarant

s'ennuyer souvent ou très souvent à l'école est restée la même entre 1998 (36.6%) et 2002 (38.0%). Chez les filles valaisannes, elle est passée de 29.8% à 34.9%.

Par rapport au stress chez les écoliers valaisans, on ne constate aucun changement depuis 1994 ; à l'époque, 27.7% des écoliers et 26.0% des écolières étaient assez ou très stressés, en 2002, ils sont toujours 25.0% d'écoliers et 26.1% d'écolières dans le même cas. Cette évolution est comparable à celle observée sur le plan national.

4.1.6. Sexualité et amour

Dans ce domaine, les réponses obtenues nous renseignent sur la part des jeunes qui ont déjà eu une ou plusieurs relations sexuelles, ainsi que sur leurs comportements de contraception et de prévention face aux maladies sexuellement transmissibles.

L'activité sexuelle à l'adolescence se déroule progressivement, de découverte de soi en rencontre de l'autre. Les aventures sentimentales, la passion et la recherche de sentiments amoureux occupent souvent la première place pour les jeunes eux-mêmes. Leur première expérience ne suppose pas toujours un rapport sexuel avec pénétration, mais le risque de grossesse non désirée ou d'infection sexuellement transmissible reste à la pointe des préoccupations de santé publique. L'avènement de la sexualité est un avènement important dans la vie.

4.1.6.1. La sexualité des jeunes de 14 et 15 ans

L'enquête HBSC a interrogé les jeunes écoliers de 14 ans et de 15 ans sur leur activité sexuelle. Le tableau 21 révèle qu'en la matière, le comportement du jeune valaisan et de la jeune valaisanne est similaire à celui du jeune suisse et de la jeune suisse : la grande majorité des jeunes valaisans (82.8% ; 78.7% des garçons et 86.2% des filles ; 86.6% des 14 ans et 78.7% des 15 ans) n'ont pas encore vécu d'expérience sexuelle. Les filles, aussi bien valaisannes que suisses, sont proportionnellement plus nombreuses que les garçons à n'avoir pas encore eu de relations sexuelles. Le tableau 21 donne également les âges des premières relations sexuelles.

Tableau 21. Etude HBSC. Sexualité des écoliers de 14 et 15 ans, âge des premières relations sexuelles, en % selon l'âge et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	14 ans		15 ans		Garçons		Filles		Tous	
	VS n=194	CH n=1273	VS n=183	CH n=1679	VS n=174	CH n=1440	VS n=203	CH n=1512	VS n=377	CH n=2952
Encore jamais eu de relations sexuelles	86.6	89.8	78.7	78.5	78.7	80.1	86.2	86.5	82.8	83.4
11 ans ou plus jeune	1.0	0.4	0.0	0.9	1.1	1.3	0.0	0.1	0.5	0.7
12 ans	2.1	0.8	1.6	1.2	2.3	2.0	1.5	0.1	1.9	1.0
13 ans	4.6	3.7	1.6	2.7	4.6	3.2	2.0	3.1	3.2	3.2
14 ans	5.7	4.8	8.2	8.7	6.9	8.4	6.9	5.7	6.9	7.0
15 ans	-	-	9.8	7.9	6.3	5.0	3.4	4.4	4.8	4.7

« Quel âge avais-tu lorsque tu as eu des relations sexuelles pour la première fois ? »

4.1.6.2. La sexualité des adolescents de 16 à 20 ans

Parmi les adolescents valaisans interrogés dans le cadre de l'étude SMASH, plus d'un sur deux a déjà eu un rapport sexuel (54.6%, contre 59.8% pour les adolescents suisses), avec une différence entre les sexes (59.5% pour les garçons et 49.0% pour les filles ; au niveau national, ces parts s'élèvent respectivement à 60.7% et à 58.7%). Les différences entre garçons et filles sont plus marquées en Valais qu'en Suisse, avec des différences entre filières de formation. Ainsi, les apprentis ont plus facilement un modèle de vie adulte que les élèves. Si au niveau suisse, on constate que parmi les élèves, les filles sont proportionnellement plus nombreuses à être sexuellement actives que les garçons, en Valais, cela n'est pas le cas. Les résultats de l'étude SMASH montrent que 11.7% des adolescentes valaisannes et 16.9% des adolescents valaisans sexuellement actifs disent avoir eu leur premier rapport avant l'âge de 15 ans, ces chiffres sont respectivement de 12.0% pour les filles suisses et de 15.0% pour les garçons suisses. Le tableau 22 indique qu'un adolescent valaisan sur cinq (19.8% ; garçons : 25.6% et filles : 12.0%) mentionne avoir déjà eu au moins 5 partenaires sexuels. Les résultats observés sont similaires à ceux obtenus pour l'ensemble du collectif national.

Tableau 22. Etude SMASH. Répartition des jeunes de 16 à 20 ans sexuellement actifs selon le nombre total de partenaires, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
1 partenaire	50.4	47.4	32.9	33.0	40.3	39.6
2 à 4	37.6	39.4	41.5	39.4	39.9	39.3
5 et plus	12.0	13.2	25.6	27.6	19.8	21.1

« Combien de partenaire(s) sexuel(le)s avez-vous eu(e)s jusqu'à présent, en tout ? »

50.0% des adolescentes valaisannes et 43.8% des adolescents valaisans déclarent avoir un petit ami et une petite amie au moment de l'enquête, le chiffre des garçons étant sensiblement plus élevé que celui des garçons suisses (38.5%). Environ un quart des jeunes valaisans (27.6%) ont une relation qui dure depuis plus d'un an (contre 38.3% au niveau suisse).

4.1.6.2.1. Tendances

Concernant l'éducation sexuelle pendant la scolarité en Valais chez les 16-20 ans, on constate un grand changement entre 1992 et 2002 : si en 1992 17.5% des adolescents valaisans disaient que les thèmes de la sexualité avaient été abordés durant leur scolarité, ce pourcentage est passé à 93.9% en 2002.

La part des écoliers valaisans de 11-15 ans déclarant avoir déjà eu des relations sexuelles est passée de 15.6% en 1994 à 18.6% en 2002 chez les garçons et de 7.8% à 12.6% chez les filles. Pour établir une comparaison avec l'ensemble de la Suisse, on relève que chez les écoliers valaisans âgés de 15 ans, 15.1% d'entre eux indiquaient avoir déjà eu des relations sexuelles en 1994 (Suisse : 10.3%) et 21.1% en 2002 (Suisse : 21.1%).

Egalement significative est l'augmentation de la part des adolescents valaisans qui déclarent avoir déjà eu au moins une fois des relations sexuelles ; de 49.5% en 1992, elle atteint 59.5% en 2002, celle des filles étant restée similaire (50.8% en 1992, 49.0% en 2002).

4.1.6.3. Méthodes de contraception et protection contre le SIDA

Certaines conduites ne sont pas perçues comme risquées par les jeunes. Dans les relations sexuelles non protégées, la prise de risque s'appuie sur le sentiment d'être moins vulnérable que les autres, de posséder une qualité d'intuition susceptible de « sentir » le danger, ou même d'être « trop jeune » pour être contaminé. Elle est également dans le refus de faire confiance aux adultes ou à un discours établi, celui des médecins, des infirmières ou des travailleurs sociaux. Elle est enfin liée aux circonstances de la rencontre : la peur du ridicule, la crainte de mettre en doute la confiance en l'autre inhérente à un tel moment, la difficulté de rompre l'enchantement par un souci qui paraît alors bien mesquin. C'est aussi un refus du préservatif censé diminuer le plaisir ou créer un obstacle à la fusion amoureuse. Elle se satisfait également du fantasme que seules certaines pratiques sont à risque et qu'il suffit par exemple d'éviter la pénétration (ou que celle-ci demeure partielle) ou l'éjaculation dans le corps du ou de la partenaire pour être protégé. D'autres jeunes se croient capables d'évaluer au seul regard ou sur la « réputation » de leur partenaire sa « dangerosité » potentielle, ne doutant d'ailleurs jamais d'eux-mêmes.³⁴

Concernant l'usage du préservatif et la prise de précautions quant au virus du SIDA, il semblerait que les jeunes valaisans se protègent plus que les jeunes suisses (entre 14 et 15 ans, 90.4% des écoliers valaisans, sans différence de sexe, contre 79.8% des écoliers suisses se sont protégés lors de leurs dernières relations sexuelles).

Mais avec l'âge, la proportion des jeunes qui prennent des risques augmente. Parmi les 16-20 ans, les pourcentages du dernier rapport protégé sont bien en-dessous de ceux des 14-15 ans. Ceci probablement pour des raisons aussi diverses qu'une plus grande stabilité des relations amoureuses, un usage d'autres moyens de contraception dans ces cas-là, ou le recours à un test de dépistage effectué dans une relation sérieuse.

C'est pour cela que les jeunes de 16-20 ans ont été également questionnés sur l'usage du préservatif lors de leur premier rapport avec leur partenaire actuel. Les parts observées sont de 74.7% pour les filles valaisannes (77.3% pour les filles suisses) et de 70.2% pour les garçons valaisans (74.6% pour les garçons suisses). Les chiffres valaisans sont donc très légèrement inférieurs aux chiffres nationaux. Ces parts d'usages du préservatif lors du premier rapport avec un nouveau partenaire restent élevées depuis le début des campagnes de prévention du sida dans cette tranche d'âge. Seuls 4.2% des adolescentes valaisannes (2.9% pour les filles suisses) et 2.3% des adolescents valaisans (2.4% des garçons suisses) disent n'avoir utilisé aucune contraception lors d'un premier rapport. Par ailleurs, on constate une légère différence entre les filières de formation ; 60.4% des apprentis valaisans disent avoir utilisé un préservatif lors de leur dernière relation sexuelle contre 50.0% des étudiants valaisans.

Concernant l'usage du préservatif au dernier rapport sexuel chez les 16-20 ans, 47.9% des adolescentes valaisannes et 64.4% des adolescents valaisans disent avoir utilisé un préservatif, ces pourcentages sont au-dessus des moyennes suisses. Ils baissent avec le temps, puisque l'utilisation du préservatif est plus importante au premier rapport avec un nouveau partenaire que par la suite en raison de l'abandon du préservatif au cours d'une relation amoureuse stable.

4.1.6.3.1. Tendances

Chez les adolescents de 16-20 ans valaisans, on note une augmentation de l'usage du préservatif au dernier rapport, et ce tant chez les filles que chez les garçons. En 1992, 15.6% des filles et 30.2% des garçons valaisans disaient avoir utilisé un préservatif lors de leur dernier rapport ; en 2002, ces parts sont de 47.9% pour les filles et de 64.4% pour les garçons.

4.1.6.4. Alcool, drogues et relations sexuelles chez les 16-20 ans

On considère souvent que l'usage d'alcool ou de drogues entraîne une situation à risque, puisqu'un des effets de ces substances est de modifier la capacité de jugement. Entre 16 et 20 ans, 14.6% des valaisans interrogés avouent avoir eu au moins un problème lié à la sexualité après avoir bu de l'alcool : 8.0% ont eu une relation sexuelle non voulue, 7.0% ont eu une relation sexuelle non protégée et 6.8% des garçons ont eu des problèmes d'érection. Les chiffres valaisans sont au-dessus des moyennes suisses concernant ce genre de problèmes. Quant à l'usage de drogues, 2.2% des jeunes valaisans avouent au moins une relation sexuelle sous l'influence de drogue (3.1% pour les filles et 1.4% pour les garçons).

4.1.6.5. Grossesse et IVG

5 des 98 (5.1%) adolescentes valaisannes interrogées ayant déjà eu des relations sexuelles ont déjà été enceintes (3.8% au niveau suisse) ; elles étaient toutes apprenties. Parmi ces 5 jeunes filles déclarant une grossesse, trois l'ont interrompue, une a vécu un avortement spontané et une jeune fille l'a poursuivie.

5. Comportements liés à la santé

5.1. Perception du corps, poids et alimentation

Plus d'un jeune écolier valaisan de 11-15 ans sur deux (55.6% ; 64.9% des garçons et 47.4% des filles) sont satisfaits de leur poids. Pour la Suisse, la part totale observée est légèrement inférieure avec 52.9% (58.4% des garçons et 47.6% des filles). Entre 11 et 15 ans, les filles sont quand même environ une sur dix à se trouver un peu trop maigre, une sur trois à se trouver trop grosse et un peu moins de la moitié à se trouver du bon poids. Les garçons valaisans se sentent mieux dans leur « poids » que leurs homologues suisses (64.9% contre 58.4%).

Le tableau 23 indique, qu'entre 16 et 20 ans, 64.7% des garçons valaisans considèrent leur poids comme convenable (58.3% pour les garçons suisses de la même tranche d'âge), ce qui n'est le cas que pour la moitié des filles valaisannes (51.0% ; 42.4% pour les filles suisses). Les filles se trouvent généralement trop grosses, bien que les jeunes valaisannes se situent un peu en-dessous de la moyenne suisse. Les résultats correspondent à ceux de la littérature internationale : on estime en effet qu'entre 50% et 80% des jeunes filles se trouvent trop grosses³⁵.

Tableau 23. Etudes HBSC et SMASH Satisfaction des jeunes par rapport à leur poids, en % selon l'enquête et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

		11-15 ans HBSC						16-20 ans SMASH					
		Filles		Garçons		Tous		Filles		Garçons		Tous	
		VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH
		n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=
		585	4744	516	4514	1101	9258	194	3380	219	4040	413	7420
Tu te sens	Beaucoup trop maigre ¹	2.1	1.7	2.9	2.4	2.5	2.0	0.0	1.0	3.7	3.8	1.9	2.5
	Un peu trop maigre	11.8	10.5	12.8	13.8	12.3	12.1	3.6	3.8	13.3	17.0	8.7	10.9
	A peu près du bon poids ²	47.4	47.6	64.9	58.4	55.6	52.9	51.0	42.4	64.7	58.3	58.3	51.0
	Un peu trop gros(se)	33.0	34.9	17.6	22.6	25.8	28.9	37.6	45.2	16.5	19.1	26.5	31.0
	Beaucoup trop gros(se) ³	5.8	5.3	1.7	2.8	3.9	4.1	7.7	7.7	1.8	1.9	4.6	4.5

HBSC : « Penses-tu que tu es... »

SMASH : « Actuellement, vous vous sentez »

¹ = « trop maigre » dans SMASH.

² = « bien » dans SMASH.

³ = « trop gros(se) » dans SMASH.

La proportion de garçons valaisans qui se trouvent trop gros est de 18.3% (21% pour les garçons suisses), cela correspond aussi aux résultats internationaux (entre 13% et 26%.³⁶) Pour les

garçons aussi, la proportion est un peu plus grande qu'il y a dix ans (en 1992, les garçons suisses étaient alors 12% à se sentir trop gros).¹¹

Parallèlement, très peu de filles de 16 à 20 ans se trouvent trop minces (3.6% pour les valaisannes, 4.8% pour les suissesses). Cette impression concerne par contre 17.0% des garçons valaisans (20.8% des garçons suisses), soit nettement plus qu'il y a dix ans, à l'époque, les garçons suisses n'étaient que 8.0% à être de cet avis.³⁷

5.1.1. Le souci de la ligne

Dans les deux enquêtes, on a demandé aux jeunes si ils souhaitaient changer quelque chose à leur poids. Les écoliers valaisans sont 69.7% à répondre non, les filles 50.0%. Ces chiffres sont comparables aux pourcentages des jeunes suisses. 21.2% des filles de 11-15 ans pensent qu'elles devraient perdre du poids, mais elles ne font rien, 12.8% des garçons sont dans la même situation. 10.0% des jeunes valaisans estiment qu'ils devraient prendre du poids. On observe un pic des 13 ans chez les écoliers valaisans, que l'on ne retrouve pas chez leurs homologues suisses.

Tableau 24. Etude HBSC. Pratique des régimes alimentaires des jeunes de 11-15 ans pour modifier leur poids, en % selon l'âge et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	11 ans		13 ans		15 ans		Garçons		Filles		Tous	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH
	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=
	183	1540	260	2178	208	1872	531	4563	584	4755	1115	9318
Non, je suis du bon poids	68.9	65.3	51.6	58.4	58.7	57.4	69.7	67.7	50.0	52.8	59.4	60.1
Non, mais j'ai besoin de perdre du poids	12.6	16.2	20.0	17.9	16.8	18.8	12.8	13.2	21.2	22.5	17.2	17.9
Non, car il faudrait que je prenne du poids	8.2	8.9	13.5	9.3	10.6	8.9	10.9	10.0	9.9	7.9	10.4	9.0
Oui	10.4	9.7	15.0	14.4	13.9	14.8	6.6	9.1	18.8	16.8	13.0	13.1

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

Chez les 16-20 ans, alors que 47.3% des garçons valaisans sont satisfaits de leur poids, 66.3% des filles aimeraient maigrir (70% au niveau national, contre 55% en 1992³⁸). Une jeune fille sur cinq a même reconnu que cette idée l'occupait en permanence (19.8%). Les garçons, eux, aimeraient soit maigrir, soit prendre du poids, sans en faire un souci majeur, plus d'un sur cinq dans les deux cas de figure (tableau 25).

Tableau 25. Etude SMASH. Part des jeunes qui aimeraient ou n'aimeraient pas modifier leur poids, en % selon le sexe et la filière de formation. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles				Garçons			
	Apprenties		Etudiantes		Apprentis		Etudiants	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH
	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=
	92	2130	102	1250	161	3180	58	860
Oui, je souhaite maigrir mais ce n'est pas mon principal souci	44.4	48.1	47.4	53.4	23.3	24.2	21.1	20.7
Oui, je souhaite maigrir et j'y pense tout le temps	25.6	23.8	14.4	14.0	5.5	4.8	1.8	2.6
Oui, je souhaite prendre du poids mais ce n'est pas mon principal souci	3.3	5.0	5.2	3.8	19.9	20.5	31.6	22.0
Oui, je souhaite prendre du poids et j'y pense tout le temps	0.0	0.9	0.0	0.8	2.7	2.1	1.8	1.6
Non	26.7	22.2	33.0	28.0	48.6	48.3	43.9	53.2

« *Souhaitez-vous changer votre poids ?* »

Que font concrètement les jeunes de 16 à 20 ans qui souhaitent modifier leur poids? Le tableau 26 présente les résultats des diverses méthodes proposées. La majorité des jeunes s'emploie à faire du sport et de l'exercice physique, et tout particulièrement les jeunes étudiantes valaisannes. Si 44.4% des garçons valaisans font du sport pour changer leur poids, les filles sont 56.5% à faire de même. Par contre, elles sont 29.0% à faire un régime contre seulement 12.0% de leurs homologues valaisans.

Tableau 26. Etude SMASH. Méthodes, régime et sports pour modifier son poids chez les 16 à 20 ans, en % selon le sexe et la filière de formation. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles				Garçons			
	Apprenties		Etudiantes		Apprentis		Etudiants	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH
	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=
	92	2130	102	1250	161	3180	58	860
Vous ne faites rien	28.4	24.8	20.3	29.0	33.3	26.8	34.4	28.7
Vous faites du sport et de l'exercice physique	45.6	55.9	66.7	58.8	41.8	48.9	51.5	54.1
Vous faites un régime	33.8	28.8	24.3	23.9	15.6	10.1	0.0	8.7
Vous prenez des tisanes, des remèdes homéopathiques ou naturels	4.4	5.1	2.9	4.5	1.1	1.8	0.0	0.7
Vous prenez des médicaments	2.9	2.4	0.0	1.1	1.1	0.6	0.0	0.0

« *Si oui, que faites-vous pour changer votre poids ?* »

Aussi bien les écoliers que les adolescents ont été interrogés sur la pratique actuelle d'un régime. Environ une jeune écolière valaisanne sur cinq (18.8%) est actuellement en train de suivre un régime alimentaire, les écoliers valaisans n'étant que 6.6% dans le même cas (tableau 27). Entre 16 et 20 ans, la question concerne également les régimes passés, il est donc difficile de comparer (pour les régimes actuels, se rapporter au tableau 26).

Tableau 27. Etudes HBSC et SMASH. Proportions des jeunes qui indiquent au moment de l'enquête faire ou avoir fait un régime amaigrissant, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	11-15 ans HBSC						16-20 ans SMASH					
	Filles		Garçons		Tous		Filles		Garçons		Tous	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH
	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=
	584	4755	531	4563	1115	9318	194	3380	219	4040	413	7420
Oui	18.8	16.8	6.6	9.1	13.0	13.1	21.9	27.4	5.0	6.1	12.9	15.8

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

SMASH : « Avez-vous déjà fait un ou plusieurs régimes amaigrissants ? »

On constate tout de même que les filles valaisannes sont un peu moins assidues au régime que les suissesses. Pour les garçons, les chiffres sont proches. Pour faire une comparaison au niveau international, au moment de l'enquête, 40% des jeunes filles de 14 à 17 ans, faisaient un régime aussi bien en Europe qu'aux Etats-Unis. Il devient presque normal pour une jeune fille de faire un régime au cours de son adolescence, dans la culture occidentale.³⁹ Plusieurs études ont déjà révélé que si les régimes n'entraînent pas de problèmes particuliers pour la majorité des filles, les comportements induits par des régimes chroniques peuvent malgré tout être un très fort prédicteur de troubles alimentaires, quand ils se combinent à d'autres facteurs.⁴⁰

5.1.1.1. Préoccupation relative au poids et à l'alimentation

Dans l'enquête SMASH, on a utilisé quatre questions afin de vérifier les indices de comportements alimentaires problématiques. Elles couvrent les domaines suivants : la peur de prendre du poids, une sensation de laideur quand on a trop mangé, le fait de penser sans cesse à la nourriture et la joie de se sentir l'estomac vide. Les analyses prouvent que les filles sont beaucoup plus souvent hantées par ce genre d'idées que les garçons (tableau 28).

Sur le plan diagnostique, on distingue deux types de troubles alimentaires : l'anorexie et la boulimie. Si l'anorexie se définit surtout par un apport réduit de nourriture, la boulimie se définit par une pulsion à engloutir de grandes quantités de nourriture. Deux questions spécifiques ont été posées aux jeunes de 16 à 20 ans afin de tenter de déceler le second trouble : 16.1% des filles valaisannes (16.0% des filles suisses) et 11.9% des garçons (8.9% des garçons suisses) ont avoué qu'ils mangeaient énormément sans vraiment pouvoir s'arrêter au moins plusieurs fois par semaine. 3.6% des filles valaisannes (contre 2.7% pour les filles suisses) ont avoué qu'elles se faisaient vomir volontairement plusieurs fois par semaine, voire quotidiennement (pour 2.1% des filles valaisannes). On constate également que les apprenties valaisannes sont plus vulnérables que les filles étudiantes : une sur dix avoue se faire vomir (9.8% ; étudiantes : 2.9%).

Tableau 28. Etude SMASH. Indices et fréquences de comportements alimentaires à tendance anorexique chez les jeunes valaisans de 16 à 20 ans, en % selon le sexe.

	Apprenti-e-s			Etudiant-e-s			Tous		
	Filles n=194	Garçons n=3380	Tous n=219	Filles n=4040	Garçons n=413	Tous n=7420	Filles n=194	Garçons n=3380	Tous n=219
<i>D'avoir peur de grossir ?</i>									
Jamais	42.2	83.6	68.7	40.2	88.1	57.8	40.9	84.9	64.2
Une fois par semaine	26.7	11.3	16.9	38.2	10.2	28.0	32.6	11.0	21.2
Une à plusieurs fois par semaine	6.7	3.8	4.8	15.7	1.7	10.6	11.4	3.2	7.1
Tous les jours	24.4	1.3	9.6	5.9	0.0	3.7	15.0	0.9	7.5
<i>De vous sentir « moche » après avoir trop mangé ?</i>									
Jamais	48.9	89.4	74.6	66.0	91.5	75.5	57.0	90.0	74.5
Une fois par semaine	21.7	5.0	11.1	19.0	6.8	14.5	20.7	5.5	12.6
Une à plusieurs fois par semaine	12.0	3.1	6.3	10.0	1.7	6.9	10.9	2.7	6.6
Tous les jours	17.4	2.5	7.9	5.0	0.0	3.1	11.4	1.8	6.3
<i>De penser souvent à la nourriture ?</i>									
Jamais	46.7	65.0	58.3	44.0	65.5	51.9	45.3	65.1	55.9
Une fois par semaine	16.3	16.9	16.7	24.0	12.1	19.6	20.8	15.6	18.0
Une à plusieurs fois par semaine	13.0	7.5	9.5	13.0	8.6	11.4	12.5	7.8	10.0
Tous les jours	23.9	10.6	15.5	19.0	13.8	17.1	21.4	11.5	16.1
<i>D'aimer la sensation d'avoir le ventre vide?</i>									
Jamais	72.5	86.9	81.7	74.3	87.9	79.2	73.8	87.2	80.9
Une fois par semaine	11.0	6.3	8.0	14.9	5.2	11.3	12.6	5.5	8.8
Une à plusieurs fois par semaine	4.4	5.0	4.8	5.0	3.4	4.4	4.7	5.0	4.9
Tous les jours	12.1	1.9	5.6	5.9	3.4	5.0	8.9	2.3	5.4

« Depuis quelques mois, vous arrive-t-il ? »

5.1.2. Obésité et surpoids

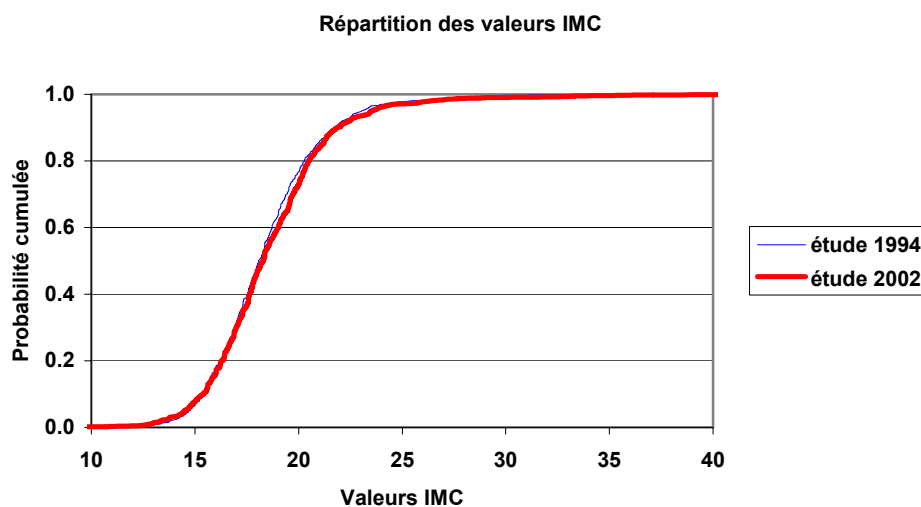
La situation de la surcharge pondérale s'est détériorée en Suisse depuis 1992.⁴¹ Certaines manières de vivre et habitudes prises dans la jeunesse peuvent entraîner l'apparition de problèmes de poids seulement bien plus tard, autour du milieu de la vie. Les comportements favorables à la santé contribuent à renforcer le bien-être et la santé et à atténuer les conséquences d'une maladie : s'alimenter de manière équilibrée, pratiquer une activité physique régulière, se réserver du temps pour se détendre et se reposer ou entretenir des relations satisfaisantes avec son entourage sont autant de comportements favorables à la santé. « Un adolescent en surpoids risque fort de devenir un adulte obèse. Il est donc justifié de s'inquiéter ».

⁴¹ « Le poids est semblable à d'autres grands problèmes de société, comme l'alcool ou la cigarette : on peut donner des recommandations, mais la décision finale dépend de l'individu ». ⁴¹

L'OMS a fait du traitement de l'obésité l'une de ses dix priorités. Près de quatre adultes sur dix et un quart des enfants sont « trop gros » en Suisse. ⁴¹ Le traitement de l'obésité et ses

conséquences représentent de 2 à 7% des dépenses de santé dans les pays industrialisés. ⁴² « Le phénomène a pris une ampleur inquiétante depuis dix ans ». ⁴³ Selon l'Enquête sur la santé 2002, 1.8 million de personnes de plus de 15 ans (29%) affichaient un excès pondéral en 2001 et un demi-million supplémentaire étaient même obèses (7.7%), soit un total de 2.2 millions de gens en surcharge pondérale en Suisse. La part de population des enfants trop gros a triplé en vingt ans. L'OFSP et Promotion Santé Suisse viennent de lancer la campagne Suisse Balance (www.suissebalance.ch). Dans l'enquête HBSC, les jeunes ont été priés d'indiquer leur taille et leur poids. Ces données ont été converties en un indice de masse corporelle. L'Indice de Masse Corporelle (ou IMC) permet d'évaluer la corpulence, il se calcule en divisant le poids par la taille au carré (en mètres). La valeur de l'IMC permet de déterminer un état, reflet de la « corpulence » : sous-poids, normalité, surpoids ou obésité. On considère qu'un individu est obèse lorsque son indice de masse corporelle est supérieur à 30 (poids normal entre 20 et 25, surpoids entre 25 et 30). Mais ces valeurs ne sont valables ni chez l'enfant, ni chez le sujet âgé (au-delà de 70 ans). Pour ces populations, elles se déterminent en fonction des percentiles calculés sur des populations de référence. Pour notre population valaisanne, il conviendrait d'avoir les valeurs de référence pour la Suisse. Cependant, il résulte des données fournies par les jeunes que l'obésité n'est pas encore un grand problème dans notre collectif.

Figure 23. Etude HBSC. Valeurs de l'Indice de masse corporelle (IMC) chez les écoliers valaisans. Comparaison 1994-2002.



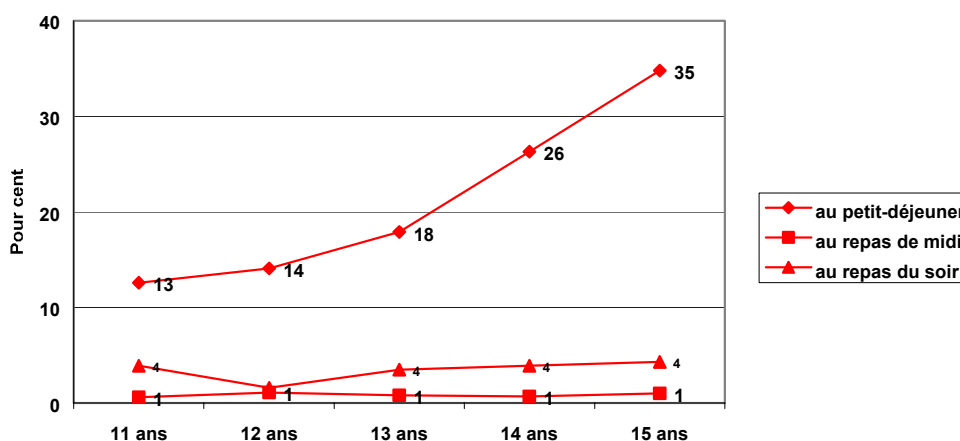
Basées sur les valeurs seuils définies dans la littérature spécialisée, la part des écoliers valaisans indiquant une obésité était de 1.1% en 1994 et de 1.5% en 2002, celle des écoliers indiquant un surpoids était de 4.6% en 1994 et de 5.4% en 2002. ⁴⁴ Les résultats valaisans semblent être nettement en dessous des valeurs connues au niveau national. Il faut cependant indiquer que le nombre de jeunes interrogés est quand même assez faible pour ce genre d'estimation, et qu'il faut attendre de voir les résultats de l'étude HBSC au niveau national pour se faire une idée plus précise. Mais visiblement, le surpoids et l'obésité ne semblent pas actuellement être un problème dans la population des 11-15 ans valaisans, malgré une légère augmentation entre 1994 et 2002.

Chez les 16-20 ans valaisans, 8.7% d'entre eux souffrent d'un surpoids et 0.7% d'obésité. Là encore, les chiffres obtenus sont nettement en dessous de ce qui est souvent fourni au niveau national. La taille réduite du collectif remet cependant en question la fiabilité des résultats.

5.1.3. Alimentation

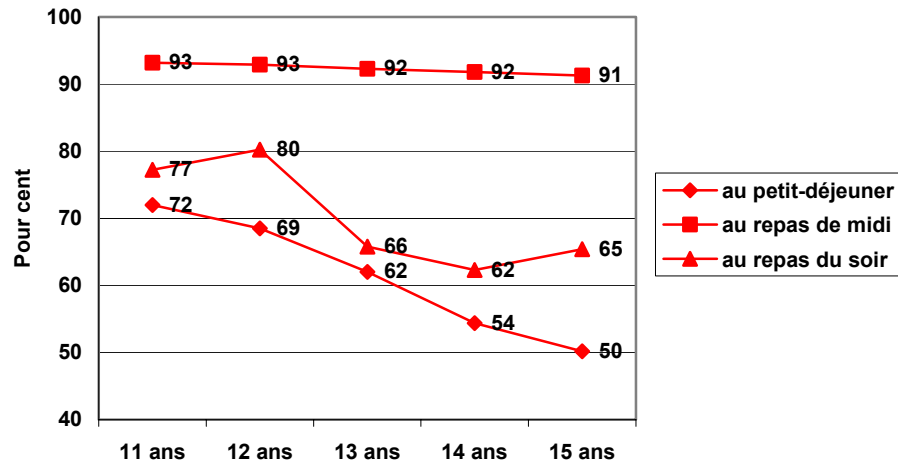
L'étude HBSC montre que le petit déjeuner est le repas le plus facilement négligé chez les écoliers valaisans. Les filles sont 25.0% à ne jamais prendre de petit déjeuner les jours d'école et les garçons 17.7%. La figure 24 montre dans quelle mesure ces pourcentages augmentent avec l'âge pour passer de 13% à 11 ans à 35% à 15 ans.

Figure 24. Etude HBSC. Part des jeunes valaisans de 11 à 15 ans ne prenant jamais de vrai repas lors des jours d'école, selon le type de repas mentionné, en % selon l'âge (528 garçons et 581 filles).



Le repas de midi est pris tous les jours d'école par 92.2% des écoliers valaisans. Ces parts baissent lors du week-end, puisque 75.7% des filles et 84.6% des garçons le prennent le samedi et le dimanche. Le repas du soir est pris tous les jours d'école par 70.0% des écoliers valaisans (Suisse : 76.3%). On constate par contre que, les jours d'école, le déjeuner - comme du reste le repas du soir - tend à être pris moins fréquemment lorsque l'âge augmente. Un écolier valaisan sur 4 (26.5%) avoue qu'il lui arrive parfois d'avoir faim lorsqu'il va au lit ou à l'école (Suisse : 21.5%).

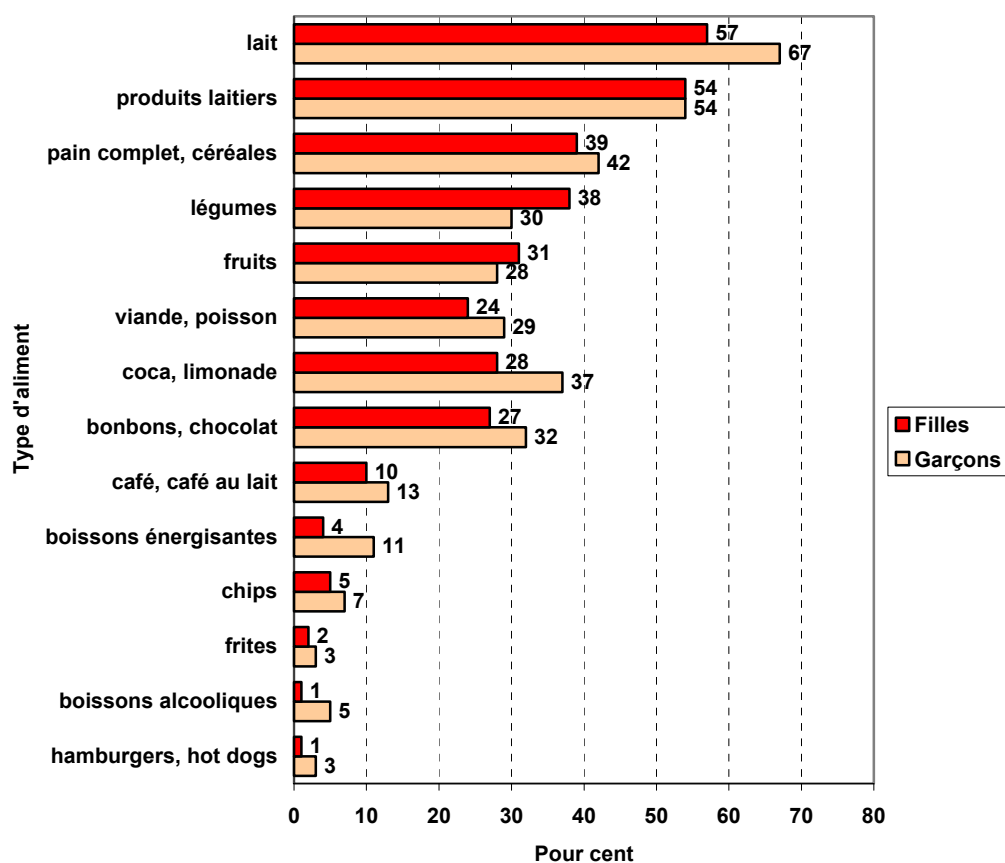
Figure 25. Etude HBSC. Part des jeunes valaisans de 11 à 15 ans prenant chaque jour d'école un vrai repas, selon le type de repas mentionné, en % selon l'âge (528 garçons et 581 filles).



Dans les sections suivantes, il ne s'agit pas de dégager quelques tendances d'habitudes alimentaires concernant l'alimentation des jeunes valaisans, mais d'illustrer la consommation fréquente ou rare de denrées selon le sexe. Un peu moins de deux jeunes valaisans de 11 à 15 ans sur trois (61.8%) boivent au moins une fois par jour du lait et environ un tiers en boivent plusieurs fois par jour. Plus de la moitié (54.1%) mangent des produits laitiers au moins une fois par jour, un quart plusieurs fois par jour. En troisième aliment consommé à une fréquence élevée, on trouve le pain complet et les céréales : 40.5% en mangent au moins une fois par jour (14.6% plusieurs fois par jour). Viennent ensuite les légumes : 34.1% en mangent au moins quotidiennement, les filles un peu plus que les garçons (25.9% contre 19.3%) ; et enfin les fruits : presque un jeune sur trois en mange au moins quotidiennement et 12.3% plusieurs fois par jour.

Concernant maintenant les aliments moins sains pour la santé des jeunes, on retrouve la consommation de boissons sucrées gazeuses : 37.1% des jeunes garçons et 28.2% des filles valaisans entre 11 et 15 ans en boivent au moins quotidiennement. Le chocolat et les bonbons occupent évidemment une place de choix dans les aliments : environ un tiers (29.4%) en consomment au moins quotidiennement (32.4% des garçons et 26.7% des filles). Le café (au lait) est consommé par 11.1% des jeunes au moins quotidiennement, et 10.8% des jeunes garçons consomment des boissons énergisantes à la même fréquence. Les consommateurs quotidiens de chips, de frites, de boissons alcoolisées et de hamburgers restent marginaux. On remarquera que les filles semblent faire plus attention à leur alimentation que les garçons.

Figure 26. Etude HBSC. Fréquence élevée (au moins une fois par jour) de consommation d'aliments spécifiques chez les jeunes valaisans de 11 à 15 ans, en % selon le sexe (528 garçons et 580 filles).



Dans l'enquête SMASH, un quart des adolescentes valaisannes de 16 à 20 ans (25.5% ; filles suisses : 27.4%) signalent un problème lié à l'alimentation. Les garçons sont 16.1% dans ce cas-là (garçons suisses : 12.2%). Ces chiffres sont à prendre au sérieux. Le tableau 29 donne les pourcentages selon la filière de formation.

Tableau 29. Etude SMASH. Part des jeunes de 16 à 20 ans ayant signalé des problèmes alimentaires au moment de l'enquête en précisant qu'ils auraient besoin d'aide, en % selon le sexe et la filière de formation. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles				Garçons				Tous	
	Apprenties		Etudiantes		Apprentis		Etudiants		VS n=413	CH n=7420
	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH		
	n=92	n=2130	n=102	n=1250	n=161	n=3180	n=58	n=860		
Oui	30.4	28.3	20.6	25.1	16.1	12.8	15.5	9.4	20.3	19.1
Non	69.6	70.8	77.5	74.1	83.9	86.2	84.5	89.4	79.2	80.9

« Problèmes liés à l'alimentation. Auriez-vous besoin, en ce moment, d'une aide pour vous-même ? »

Il est intéressant de noter la différence entre apprentis et étudiants au niveau de l'alimentation, en particulier chez les filles. Il se pourrait que, du fait de leur situation professionnelle, les apprentis aient accès à une alimentation moins équilibrée. L'apparence est peut-être plus valorisée dans le cadre de leur travail qu'à l'école et ils s'en préoccuperaient donc davantage (car ils ne sont pas moins satisfaits de leur corps que les élèves).

Le tableau 30 présente les pourcentages de jeunes qui ont consulté ou non différents professionnels pour des problèmes liés à l'alimentation.

Tableau 30. Etude SMASH. Proportions des jeunes valaisans de 16 à 20 ans qui ont consulté ou pas divers professionnels pour des troubles du comportement alimentaires durant les 12 mois précédant l'enquête, en % selon le sexe et la filière de formation.

	Apprentis			Etudiants			Tous		
	Filles n=92	Garçons n=161	Tous n=253	Filles n=102	Garçons n=58	Tous n=160	Filles 194	Garçons 219	Tous 413
Médecin	6.5	0.0	2.4	2.9	1.7	2.5	4.7	0.5	2.4
Psychologue	3.3	0.6	1.6	1.0	0.0	0.6	2.1	0.5	1.2
Autres professionnels	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	0.2
N'ont pas consulté	60.9	68.3	65.6	43.1	55.2	47.5	51.8	64.8	58.7

« Au cours des 12 derniers mois, qui avez-vous consulté pour chacun des problèmes suivants ? – problèmes alimentaires (anorexie, boulimie)? »

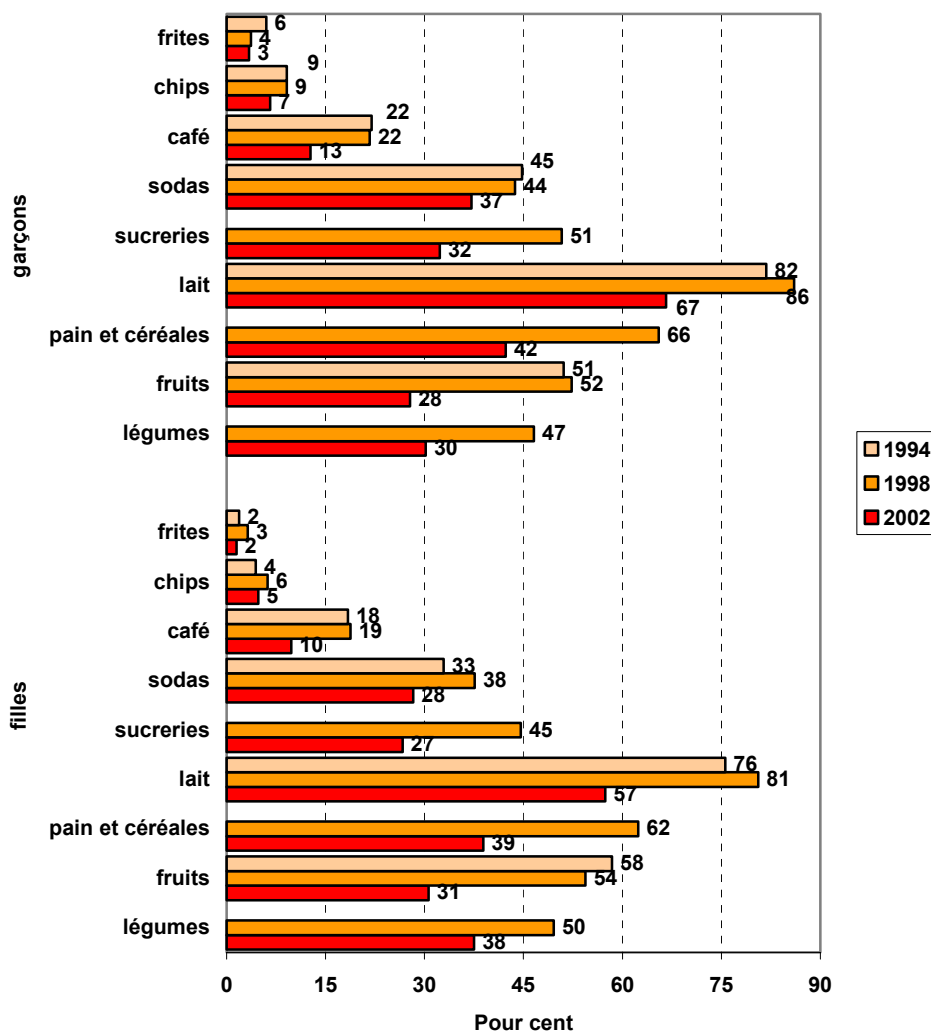
Environ deux tiers des garçons valaisans (64.8% ; Suisse : 62.9%) et la moitié des filles valaisannes (51.8% ; Suisse : 61.1%) indiquent ne pas avoir consulté au cours de 12 mois précédant l'enquête. Les filles apprenties sont 6.5% et les filles étudiantes sont 2.9% à être allées chez le médecin. Les lignes téléphoniques et autres professionnels n'ont pas du tout été utilisés par les jeunes.

Le recours aux médicaments coupe-faim, prescrits par un médecin, reste marginal : 3.2% des filles et 3.3% des garçons valaisans de 16-20 ans en ont pris au moins une fois au cours des douze derniers mois. Ces parts sont semblables à celles observées sur l'ensemble du collectif suisse.

5.1.3.1. Tendances

Chez les valaisans de 11-15 ans, les tendances alimentaires sont illustrées par la figure 27. On constate que si, en 1998, 46.6% des garçons mangeaient des légumes au moins une fois par jour, ils ne sont plus que 30.2% en 2002 ; pour les filles, ces parts diminuent aussi : de 49.6% en 1998, elle tombe à 37.5% en 2002. Pour la consommation des fruits, en 1994, 51.1% des garçons valaisans mangeaient des fruits au moins une fois par jour, en 1998 ils sont 52.3%, et en 2002, ils ne sont plus que 27.8% ; pour les filles valaisannes, les parts respectives sont de 58.4%, 54.4% et 30.6%. Cette baisse significative de consommation de fruits et légumes n'est pas propre aux écoliers valaisans, les résultats obtenus au niveau national montrent cette même tendance négative, et ce dans les mêmes proportions.

Figure 27. Etude HBSC. Comparaisons 1994-1998-2002. Consommation de produits alimentaires au moins une fois par jour chez les 11-15 ans en Valais (1994 : n=291 ; 1998 : 1434 ; 2002 : 1112).



En 1998, 65.5% des garçons et 62.4% des filles valaisannes mangeaient au moins une fois par jour du pain ou des céréales, en 2002, ils ne sont plus que 42.3% et 38.9% respectivement. Le lait : en 1994, 81.8% des garçons et 75.6% des filles valaisannes en buvaient au moins une fois par jour ; en 1998 la tendance est à l'augmentation puisqu'ils sont 86.0% des garçons et 80.6% des filles, et en 2002, les pourcentages tombent à 66.6% pour les garçons et à 57.4% pour les filles.

La tendance est aussi à la baisse pour les suceries, puisque 50.8% des garçons et 44.6% des filles valaisannes en consommaient au moins une fois par jour en 1998, ils ne sont plus que 32.3% des garçons et 26.7% des filles dans le même cas en 2002. Les sodas, limonades suivent une tendance globale à la baisse ; en 1994, 44.8% des garçons et 32.9% des filles de 11-15 ans en Valais consommaient au moins une fois par jour des limonades sucrées, en 1998, les garçons

étaient toujours 43.7% et les filles en revanche 37.6% dans la même fréquence, alors qu'en 2002, les garçons ne sont plus que 37.1% et les filles 28.3%. La consommation quotidienne de café (au lait) semble également diminuer, elle passe chez les garçons de 22.0% en 1994, à 21.7% en 1998 à 12.7% en 2002 ; pour les filles, on passe de 18.4% en 1994 à 18.8% en 1998 à 9.8% en 2002.

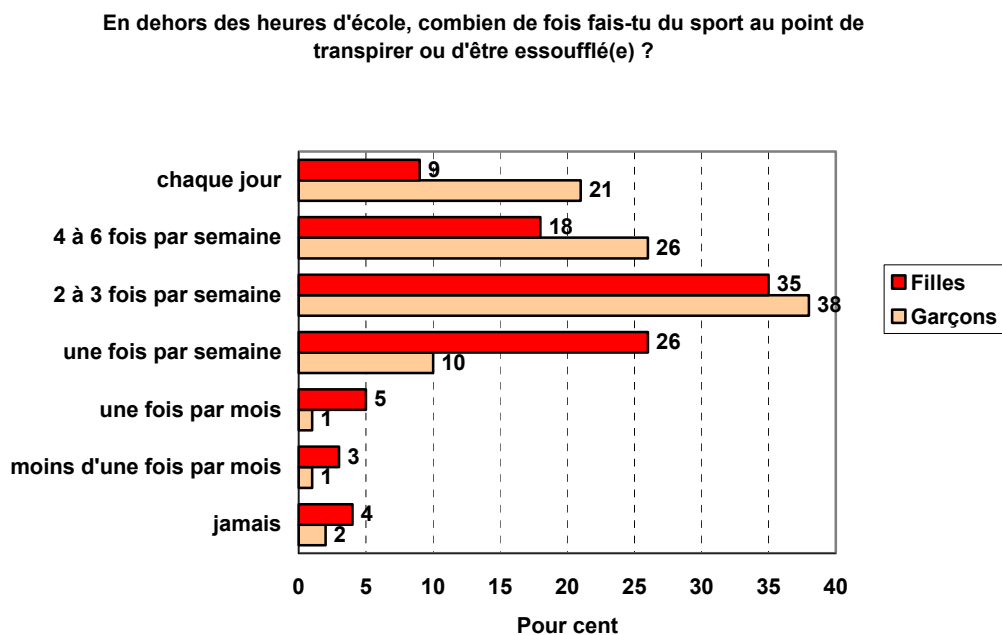
On peut conclure de ces résultats que les écoliers valaisans consomment moins fréquemment les aliments proposés dans l'enquête HBSC. Il serait bienvenu d'élargir le champ des aliments proposés.

5.2. Sport et loisirs

5.2.1. Activité physique et sportive

Les écoliers valaisans de l'enquête HBSC n'ont pas été interrogés sur les types de sport pratiqué, mais sur la fréquence et l'intensité de la pratique sportive hors du cadre scolaire. Moins de dix pour cent des écoliers valaisans (7.8% ; 3.7% des garçons et 11.6% des filles) avouent pratiquer moins d'une fois par semaine une activité sportive au point de transpirer ou d'être essoufflé (figure 28), ce qui est comparable aux résultats obtenus sur le plan national (respectivement 7.2% ; 4.7% et 9.6%). Comme on peut le voir, il existe de fortes différences entre les filles et les garçons, ces derniers étant proportionnellement plus nombreux à indiquer une plus grande fréquence : par exemple, un garçon sur cinq (21.3%) déclare faire du sport quotidiennement (filles : 9.0%).

Figure 28. Etude HBSC. Répartition des élèves valaisans selon la fréquence de leur activité sportive hors milieu scolaire, en % selon le sexe (534 garçons et 587 filles).



La figure 29 illustre la répartition des répondants valaisans de l'enquête HBSC selon le nombre de jours par semaine où une activité physique est pratiquée pendant au moins 60 minutes. Une nouvelle fois, des différences entre les deux sexes sont observées : on trouve deux fois plus de garçons que de filles déclarant pratiquer une telle activité sportive tous les jours de la semaine. Le rapport est inversé lorsque la fréquence est de un jour par semaine.

Si l'on analyse le temps total consacré hebdomadairement aux activités sportives hors du milieu scolaire par les écoliers de 11-15 ans, on retrouve cette différence entre les sexes : 49.2% des garçons déclarent consacrer 4 heures ou plus par semaine aux activités sportives (dont 37.6% indiquent consacrer 7 heures ou plus), contre 24.3% chez les filles (dont 28.8% 7 heures ou plus). Au niveau national, les répartitions observées sont similaires.

« Les motivations des jeunes qui déclarent faire du sport au moins une fois par semaine sont différentes selon qu'il s'agit de garçons ou de filles : les motivations liées à l'image de soi et à la santé sont plus spécifiquement féminines, tandis que les motivations liées à la compétitivité et aux aspects relationnels sont plus spécifiquement masculines. Il existe peu de données objectives sur le lien entre pratiques sportives et santé ». ⁴⁵ L'augmentation du bien-être avec augmentation de la fréquence sportive serait particulièrement vraie chez les garçons (lycéens ou apprentis) et chez les filles en apprentissage. Le sport aiderait à faire avec le stress et diminuerait les affects dépressifs et anxieux. Il semble que l'exercice physique amortisse l'impact négatif du stress sur le bien-être physique. ⁴⁵

Figure 29. Etude HBSC. Répartition des élèves selon la fréquence hebdomadaire d'activités sportives hors milieu scolaire, en % selon le sexe (533 garçons et 585 filles).

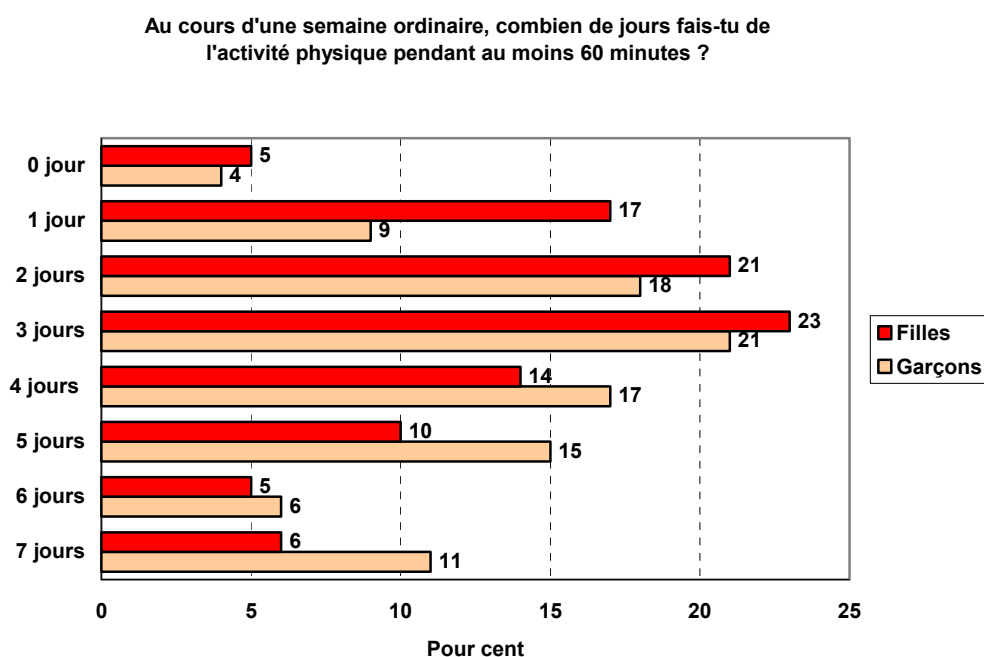
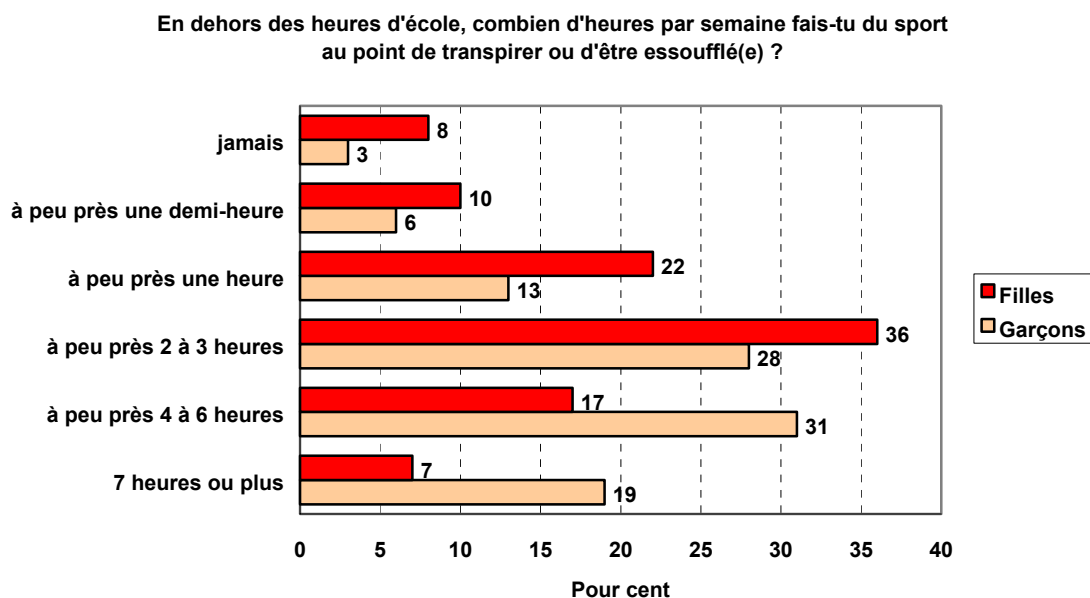


Figure 30. Etude HBSC. Répartition des écoliers selon le temps consacré aux activités sportives hors milieu scolaire, en % selon le sexe (534 garçons et 585 filles).



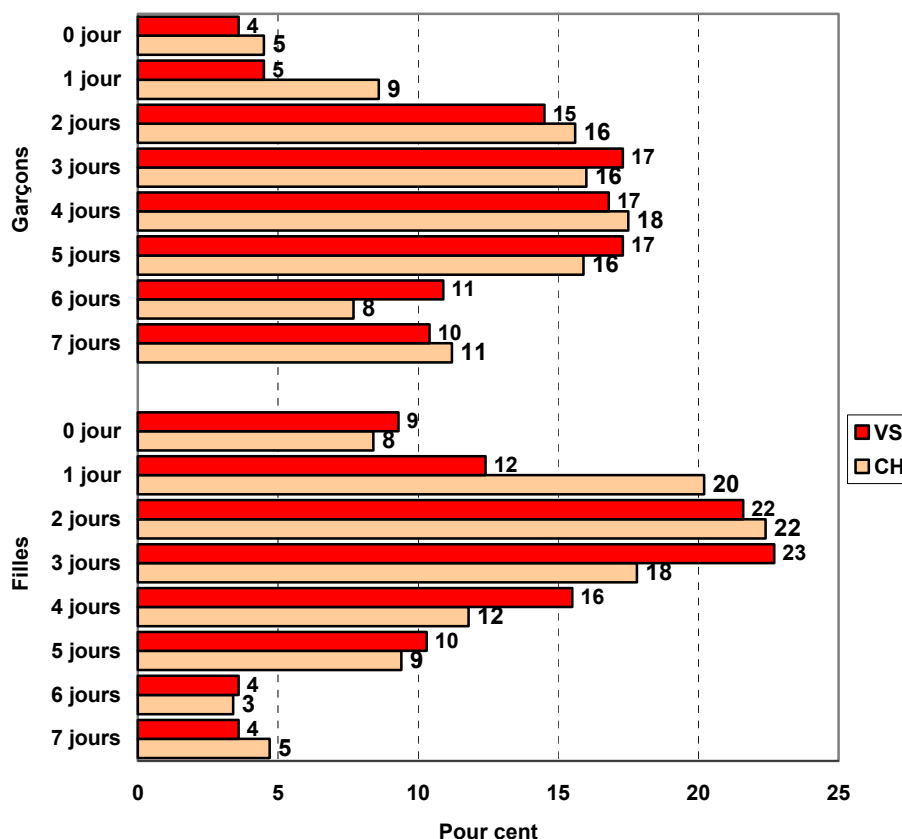
Dans l'enquête SMASH, les adolescents valaisans ont été interrogés sur leurs activités physiques et sportives de même que sur les raisons invoquées pour ne pas pratiquer une telle activité.

La figure 31 illustre la répartition des adolescents de 16 à 20 ans selon le nombre de jours par semaine où le jeune pratique des activités physiques durant au moins 20 minutes d'affilée, le faisant transpirer ou respirer rapidement. Cette question permet de rendre compte de manière approximative du degré d'activité physique. Comme chez les plus jeunes, on constate de fortes différences entre les filles et les garçons.

Pour le Valais, les apprentis sont proportionnellement beaucoup plus nombreux que les étudiants à ne pas faire d'activités physiques (17.4% des apprenties et 5.0% des apprentis ; contre 2.0% des étudiantes et 0.0% des étudiants), ou à en faire en tout cas beaucoup moins souvent. On considère que 3 fois 20 minutes d'activité physique par semaine est le minimum apte à garantir une forme physique adéquate ⁴⁶.

Les jeunes valaisans semblent pratiquer plus d'activités physiques que leurs homologues suisses ; 55.7% des adolescentes (Suisse : 47.1%) et 72.7% des adolescents valaisans (Suisse : 68.3%) disent pratiquer une activité physique qui répond aux critères susmentionnés, trois jours ou plus par semaine. Selon la filière de formation, les parts sont de 58.1% pour les apprenties valaisan(ne)s (Suisse : 56.7%) et de 76.8% pour les étudiant(e)s (Suisse : 63.4%). Les chiffres valaisans sont donc plutôt encourageants, en particulier chez les étudiants.

Figure 31. Etude SMASH. Proportions d'adolescents de 16-20 ans signalant avoir pratiqué des activités physiques pendant 20 minutes au cours d'une semaine, en % selon le sexe et la filière de formation. Comparaison Valais-Suisse (Valais : 219 garçons et 194 filles ; Suisse : 4040 garçons et 3380 filles).



Le rapport aux activités physiques et sportives se complique pour une partie des adolescentes valaisannes au moment de leurs règles ; 9.8% d'entre elles (Suisse : 7.4%) déclarent presque toujours limiter leurs activités sportives à ce moment-là et 22.2% (Suisse : 26.9%) le font parfois. Les deux tiers des adolescentes ne sont pas concernées par ce problème.

Les études font apparaître que le temps consacré par les adolescents à l'activité physique a nettement tendance à diminuer au fur et à mesure avec l'âge. L'abandon du sport en cours d'adolescence est considéré par plusieurs auteurs comme une phase de développement normale, l'adolescent devant effectuer des choix entre des activités sportives et non sportives, pour lesquelles son degré de réussite, d'intérêt et de satisfaction, apparaît soudain incertain et inconstant. Certaines caractéristiques du mode de vie des adolescents pourraient également être en cause, comme l'augmentation progressive de la durée du travail ou des trajets. Dans certains contextes cependant, cet abandon pourrait n'être que temporaire.

Le tableau 31 complète les résultats en présentant les parts observées d'adolescents de 16 à 20 ans qui pratiquent un sport à diverses fréquences, en dehors des cours d'éducation physique. Les garçons sont à nouveau proportionnellement plus nombreux que les filles à pratiquer un sport en dehors des cours, et les adolescents valaisans plus assidus que les adolescents suisses.

Tableau 31. Etude SMASH. Part des adolescents de 16 à 20 ans qui font du sport en dehors des cours durant la semaine, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
Oui, tous les jours ou presque	10.3	9.6	22.8	19.1	16.9	14.8
Oui, 2 à 3 fois par semaine	31.3	29.5	44.7	39.6	38.4	35.0
Oui, environ une fois par semaine	29.2	29.2	15.1	19.4	21.7	23.9
Non	28.2	30.4	15.1	20.4	21.3	24.9

« *Pratiquez-vous un sport en dehors des cours ?* »

Le tableau 32 reporte les raisons invoquées par les adolescents qui ne font pas de sport. A noter que 60.7% des apprentis valaisans invoquent un travail physiquement dur contre 17.2% des apprenties valaisannes.

Tableau 32. Etude SMASH. Part des adolescents de 16 à 20 ans non sportifs qui évoquent différentes raisons pour ne pas faire de sport, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
J'ai trop à faire et je n'ai pas le temps	50.0	60.3	30.3	47.4	42.7	54.5
Je préfère faire d'autres choses	36.4	37.2	36.4	43.0	36.4	39.8
Je n'aime pas le sport	27.3	25.5	21.2	22.3	25.0	24.1
J'ai déjà un travail physiquement dur	9.1	11.2	50.0	28.8	24.7	19.0
Je n'ai pas envie, j'ai la flemme	25.5	26.6	18.2	28.5	22.7	27.5
Mes horaires de travail irréguliers m'en empêchent	12.7	19.6	15.2	16.3	13.6	18.2
Je ne suis pas doué(e)	18.2	9.2	3.0	7.0	12.5	8.2
Je souffre d'une blessure ou d'un handicap physique	10.9	8.2	11.8	8.9	11.2	8.5
Je manque d'occasions, pas de club ni de salle de sport	10.9	9.6	6.1	6.4	9.1	8.2
Je me sens mal à l'aise avec mon corps	9.1	6.5	3.0	3.2	6.8	5.0
Mes ami(e)s ne font pas de sport non plus	5.4	5.8	2.9	8.7	4.4	7.1
Autres raisons	16.4	11.5	17.6	14.2	16.9	12.7

« *Si non, pour quelle raisons ?* »

À la question de savoir si les adolescents valaisans pratiquent régulièrement un sport individuel ou collectif, on remarque que les filles pratiquent plus fréquemment les sports individuels que les garçons, et que les garçons pratiquent le sport plus souvent dans un contexte collectif. Les adolescentes valaisannes pratiquent un peu plus de sport que les suissesses. Une sur trois fait

du sport individuellement, et une sur quatre fait partie d'une équipe sportive. Un adolescent valaisan sur quatre fait du sport individuellement et environ 40% d'entre eux fait partie d'une équipe (tableau 33).

Tableau 33. Etude SMASH. Proportions d'adolescents de 16 à 20 ans qui pratiquent des sports individuels et en équipe, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
Sport individuel	30.9	23.1	24.7	26.4	27.6	24.9
Sport collectif	25.3	20.5	38.8	35.3	32.4	28.6

« Au cours des 30 derniers jours, avez-vous participé aux activités de sociétés ou de clubs en dehors de l'école ? »

5.2.1.1. Tendances

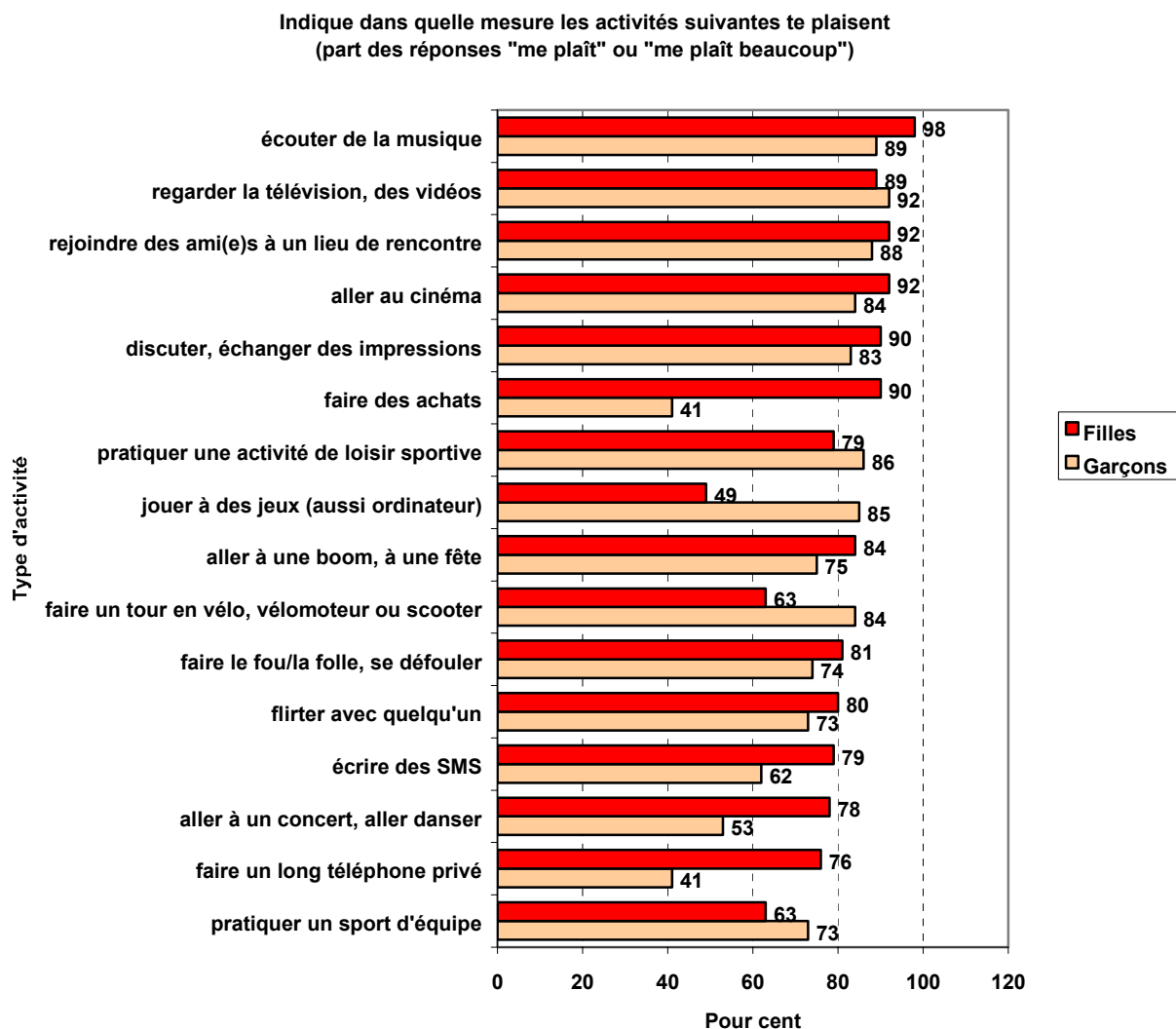
Chez les 11-15 ans valaisans, on constate une légère hausse de la fréquence des activités sportives hors du milieu scolaire : si en 1998, 93.7% des garçons et 81.7% des filles faisaient du sport au moins une fois par semaine, en 2002, ces parts sont de 96.3% pour les garçons et de 88.4% pour les filles. On constate également que les parts d'écoliers qui font moins d'une heure par semaine de sport au point d'être essouffés diminue : chez les garçons, on passe de 11.9% en 1994 à 10.0% en 1998, et à 9.0% en 2002 ; chez les filles, on passe de 26.7% en 1994 à 25.5% en 1998, et à 17.6% en 2002.

Chez les adolescents de 16-20 ans valaisans, on constate une stabilité entre 1992 et 2002, à savoir que la part de ceux qui font du sport « tous les jours ou presque » était de 17.0% en 1992 et est de 16.9% en 2002, et que la part de ceux qui en faisaient « 2 à 3 fois par semaine » est passée de 33.8% à 38.4%. Au niveau national, la situation des adolescents, du point de vue de l'activité physique et sportive, semble plutôt s'être détériorée depuis une dizaine d'années. Cette évolution est sans doute liée à plusieurs facteurs d'ordre social : généralisation de l'usage de véhicules motorisé par les jeunes dès 14 ou 16 ans, allongement du temps mis à se rendre sur sa place de travail, horaires difficiles, attrait d'autres activités de loisirs, absence d'une politique d'incitation en direction des jeunes inactifs, parfois manque de structures sportives adéquates, etc. Il importe de réfléchir aux moyens de mieux motiver certains jeunes à s'engager dans une activité régulière, en anticipant notamment les problèmes que peut soulever le passage du système scolaire au rythme fort différent de l'apprentissage. Il faudrait en outre augmenter les heures d'activités physiques pour les apprentis valaisans.

5.2.2. Loisirs

A côté de la pratique d'activités physiques, les loisirs des écoliers de 11-15 ans comprennent principalement les sorties avec les copains et copines, l'ordinateur et la télévision. Dans la figure 32, on trouve les activités qui plaisent le plus aux écoliers valaisans. Les activités plus créatives, telles jouer d'un instrument, écrire des histoires, peindre, lire, inventer, sont les moins appréciées par les écoliers.

Figure 32. Etude HBSC. Activités qui plaisent et plaisent beaucoup aux écoliers valaisans de 14 et 15 ans, par ordre de préférence croissant, en % selon le sexe (171 garçons et 202 filles).



Si regarder la télévision, des vidéos, rejoindre des amis, discuter, aller au cinéma ou écouter de la musique sont des activités prisées aussi bien par les filles que par les garçons, on observe que faire des achats, écrire des SMS, aller danser ou faire un long téléphone privé sont des activités plus plaisantes pour les filles, et que jouer à des jeux ou faire un tour en vélo, en revanche, sont des activités qui plaisent plus aux garçons.

On note finalement que les enfants consacrent beaucoup de temps aux activités sédentaires - télévision et ordinateur notamment. Le tableau 34 permet de constater que les écoliers valaisans semblent être des téléspectateurs un peu plus assidus que leurs compatriotes. Les deux cinquièmes d'entre eux passent plus de trois heures par jour devant la télévision contre un écolier suisse sur deux. Pour l'informatique, on constate que les filles sont moins utilisatrices que les garçons, et ce au niveau suisse comme au niveau valaisan.

Tableau 34. Etude HBSC. Proportions d'écopliers de 11-15 ans qui passent plus de 3 heures par jour devant la télévision ou un ordinateur. Comparaison Valais-Suisse, 2002.

	Regarde la télévision 3 heures par jour ou plus				Utilise un ordinateur 3 heures par jour ou plus			
	Semaine		Week-end		Semaine		Week-end	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH
Garçons	28.7	26.2	60.2	53.0	8.0	10.2	28.9	28.9
Filles	26.1	22.0	58.0	47.2	4.1	3.0	16.3	10.0
Tous	27.3	24.1	59.1	49.9	5.9	6.6	22.3	19.2

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

« Généralement, à peu près combien d'heures par jour utilises-tu un ordinateur (pour jouer, envoyer des e-mails, « chatter » ou « surfer » sur Internet, faire de la programmation, etc.) durant ton temps libre ? »

L'utilisation de l'ordinateur tend à augmenter avec l'âge jusqu'à 14 ans chez les jeunes écoliers (figure 33). A 14 ans, il semble y avoir un déclenchement, soit l'usage augmente pour les garçons le week-end et pour les filles les jours d'école, soit il diminue pour les garçons les jours d'école et pour les filles le week-end. On remarque le peu d'intérêt des écolières valaisannes pour ce média pendant la semaine. On peut observer l'évolution de la place que prend la télévision chez les écoliers valaisans entre 11 et 15 ans dans la figure 34.

Figure 33. Etude HBSC. Part des écoliers de 11-15 ans utilisant l'ordinateur au moins 3 heures par jour durant leur temps libre, en % selon l'âge et le sexe (529 garçons et 585 filles).

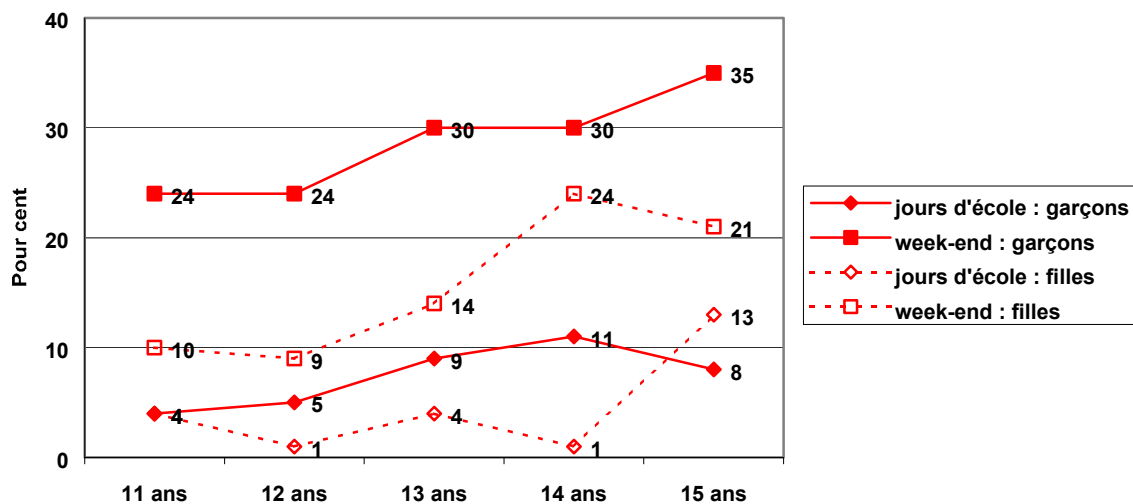
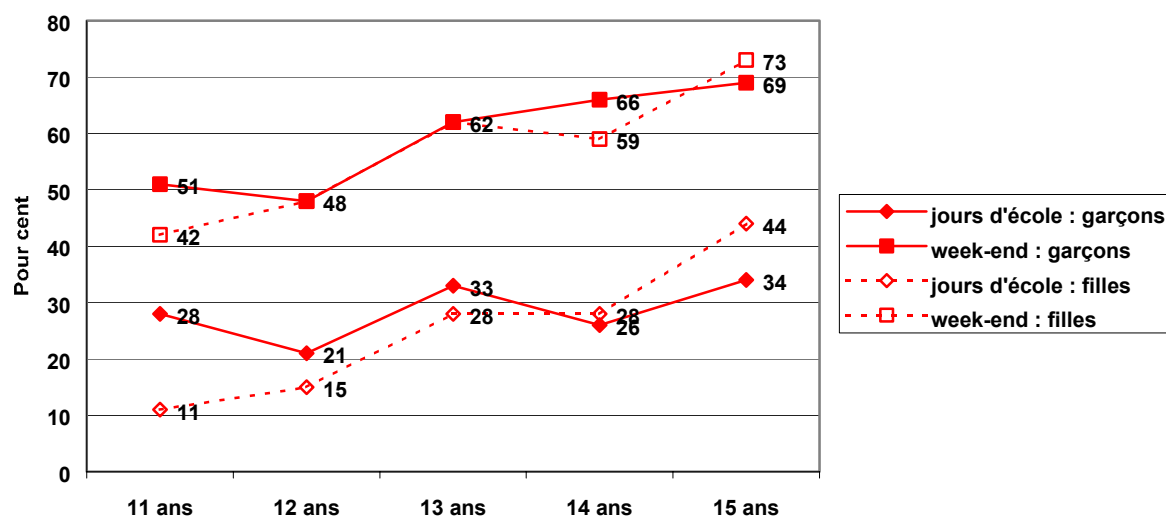


Figure 34. Etude HBSC. Part des écoliers de 11-15 ans regardant la télévision au moins 3 heures par jour durant leur temps libre, en % selon l'âge et le sexe (529 garçons et 584 filles)



Dans l'enquête SMASH, les adolescents de 16 à 20 ans ont été questionnés sur leurs activités extra-scolaires et non sportives (tableau 35). Il en ressort que les apprentis valaisans font moins d'activités extra-scolaires de type créatif : si les étudiants valaisans sont 14.4% à faire de la danse ou du théâtre, ils ne sont que 4.0% d'apprentis (22.5% des étudiantes et 9.8% des apprenties) ; 28.1% des étudiants font de la musique contre 19.0% des apprentis, il n'y a guère que les scouts qui inversent la tendance : 2.5% d'étudiants contre 4.3% d'apprentis. Les sociétés de jeunesse regroupent environ 13% des adolescents, étudiants ou apprentis. Les groupes paroissial, d'entraide ou politique regroupent légèrement plus d'étudiants.

Tableau 35. Etude SMASH. Parts des adolescents valaisans de 16 à 20 ans ayant pratiqué des activités extra-scolaires de groupe au cours des 30 derniers jours, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
Groupe de musique (orchestre, chorale, etc.)	25.3	15.4	20.1	15.5	22.5	15.4
Société de jeunesse	11.9	9.5	15.0	11.0	13.5	10.3
Cours ou groupe de ballet/danse ou de théâtre	16.5	13.6	0.9	2.8	8.2	7.7
Groupes d'entraide	7.2	3.7	6.4	3.0	6.8	3.3
Scouts	1.5	3.6	5.9	4.6	3.9	4.1
Groupe paroissial	4.1	5.4	3.2	3.3	3.6	4.3
Groupe politique, parlement de jeunes	4.1	1.5	1.8	2.3	2.9	1.9
Autre	2.1	7.2	4.5	9.2	3.4	8.3

« Au cours des 30 derniers jours, avez-vous participé aux activités de sociétés ou de clubs en dehors de l'école ? »

Le tableau 36 donne une idée de la fréquence de connexion à Internet parmi les jeunes valaisans de 16-20 ans. En moyenne 80.0% des adolescents valaisans de 16 à 20 ans ont utilisé Internet durant les 30 jours précédant l'enquête. Un quart (25.1%) des adolescents valaisans se connecte tous les jours, contre 15.4% des adolescentes. Ces chiffres correspondent aux chiffres nationaux. Un tiers des adolescents de 16 à 20 ans se connecte plusieurs fois par semaine, sans réelle différence de sexe. La part d'utilisation d'Internet est plus élevée chez les élèves que chez les apprentis.

Tableau 36. Etude SMASH. Fréquences d'utilisation d'Internet par les adolescents de 16 à 20 ans, à différentes fréquences, en % selon le sexe et la filière de formation. Comparaison Valais-Suisse (413 adolescents valaisans et 7420 adolescents suisses).

	Tous les jours		Plusieurs fois par semaine		Un jour par semaine		Moins souvent qu'un jour par semaine	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH
Filles apprenties	14.1	14.5	39.4	32.9	23.9	20.1	22.5	32.1
Filles élèves	16.3	19.5	39.1	39.5	19.6	16.6	23.9	24.0
Garçons apprentis	24.1	22.7	26.7	35.7	23.3	19.5	25.9	21.7
Garçons élèves	28.8	32.7	44.2	41.5	11.5	13.7	15.4	12.0
Apprentis	20.3	19.4	31.6	34.6	23.5	19.8	24.6	25.8
Elèves	20.8	25.0	41.0	40.4	16.7	15.4	20.8	19.0

« Au cours des 30 derniers jours, à quelle fréquence vous êtes-vous connecté(e) à Internet ? »

L'enquête SMASH révèle également que 22.5% des adolescents valaisans (22.5% des suisses) et 14.8% des adolescentes valaisannes (11.6% des suisses) passent deux heures ou plus par jour devant un écran d'ordinateur.

5.3. Perception du danger - Conduites d'essai et conduites à risque

Nombre de conduites perçues comme risquées par les jeunes relèvent davantage de transgressions minimales : prendre un bus sans payer, conduire sans permis, narguer la police ou risquer de se faire prendre par elle, voler au supermarché ou mentir aux parents, imiter leurs signatures pour les papiers demandés par l'école. Elles appartiennent plutôt à des conduites d'essai et ne se répètent pas nécessairement, elles manifestent une exploration en principe ludique du monde courant. Ces comportements, s'ils ont parfois des conséquences non négligeables, ne témoignent pas encore de la radicalité des conduites à risque, qui sont des tentatives de prise d'autonomie à l'égard des parents, une recherche de sensations, une manière courante pour les jeunes de tester leur marge de manœuvre dans la société.⁴⁷

Les conduites à risque sont des actions développées par le jeune, seul ou avec d'autres, mettant son existence en danger physique ou moral. Malgré les efforts de la société pour les prévenir, elles tendent à se multiplier. Les conduites à risque relèvent de la souffrance et de la déliaison sociale, elles sont des tentatives de symboliser leur place au sein du collectif, de se remettre au monde. Les psychanalystes parlent alors de passage à l'acte. La conduite à risque n'est pas

seulement la recherche d'une simple intensité d'être, ou d'un défi pour s'imposer dans un monde problématique, elle naît parfois de l'indifférence quand le retrait hors de l'existence devient trop sensible et que le goût de vivre ne pèse plus guère. ⁴⁸

Ces conduites à risque forment une manière ultime de fabriquer du sens et de la valeur, elles témoignent de la résistance active du jeune et de ses tentatives de se remettre au monde. En dépit des souffrances qu'elles entraînent, elles possèdent donc un versant malgré tout positif, elles favorisent la prise d'autonomie du jeune, la recherche de ses marques, la construction de sa personnalité, elles ouvrent à une meilleure image de soi, elles sont un moyen de se construire une identité. Mais elles n'en sont pas moins douloureuses dans leurs conséquences à travers les blessures ou les morts qu'elles entraînent, les dépendances ». ⁴⁹

Les conduites à risque diffèrent chez les garçons et les filles : chez les garçons, elles sont extériorisées, plus radicales dans leur mise en jeu de l'intégrité physique, souvent de l'ordre de la transgression : violences, ivresse, drogues, délinquance, accidents de voiture ou de deux-roues... Les filles usent souvent de psychotropes, elles sont victimes de troubles alimentaires, de dépressions, font des tentatives de suicide... Elles somatisent davantage. Leurs conduites à risque sont plus intériorisées, moins spectaculaires et, soulevant en ce sens moins de problèmes pour les institutions, elles sont l'objet de moins d'analyses de la part des sciences sociales. ⁵⁰

5.3.1. Perception du danger

Les jeunes de 14 ans et de 15 ans de l'enquête HBSC ont été appelés à se prononcer sur la dangerosité de certaines activités (tableau 37).

Tableau 37. Etude HBSC. Perception du danger chez les jeunes de 14-15 ans, en %, selon l'âge et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	14 ans		15 ans		Filles		Garçons		Tous	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH
	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=
	187	1239	174	1648	197	1489	164	1398	361	2887
Prendre de l'héroïne	96.8	94.8	97.2	95.2	97.0	96.2	97.0	93.7	97.0	95.0
Avoir des relations sexuelles sans préservatif	85.1	76.9	85.9	78.0	88.5	85.1	81.9	69.6	85.5	77.5
Fumer des joints, du haschisch	78.7	74.2	69.8	63.5	73.1	70.8	75.9	65.2	74.4	68.1
Fumer du tabac	63.4	58.2	56.2	48.9	58.2	51.2	62.0	54.7	59.9	52.9
Boire de l'alcool	64.9	60.7	54.5	52.0	61.0	61.6	58.5	49.5	59.8	55.7
Rouler en voiture	21.3	18.8	23.4	19.8	20.9	20.5	24.1	18.3	22.4	19.4
Prendre l'avion	16.5	17.6	22.6	20.0	19.6	20.3	19.3	17.6	19.5	19.0
Aller en moto	17.2	17.5	17.0	19.5	16.3	19.0	18.1	18.3	17.1	18.6
Faire du ski	9.1	10.0	7.8	12.6	8.0	9.9	9.0	13.2	8.5	11.5
Faire du skateboard, du roller	8.1	6.9	6.8	8.7	6.5	6.0	8.6	10.0	7.4	7.9
Aller sur les montagnes russes à la fête foraine	4.3	6.2	4.6	7.4	4.1	6.3	4.8	7.5	4.4	6.9
Faire du vélo	1.6	4.0	2.2	5.2	2.5	3.6	1.2	5.9	1.9	4.7

« Est-ce que tu penses que les activités suivantes sont dangereuses ? (part des réponses dangereux ou très dangereux) »

L'action considérée comme la plus dangereuse est la consommation d'héroïne (97.0% des écoliers valaisans de 14-15 ans l'ont qualifiée de dangereuse ou très dangereuse) suivie de la non utilisation de préservatif lors de relations sexuelles (85.5%), de la consommation de cannabis (74.4%), de tabac et d'alcool (59.9% et 59.8% respectivement). De façon générale, pour les activités jugées dangereuses ou très dangereuses, le jeune garçon valaisan se montre plus conscient que le jeune garçon suisse, alors que l'on observe peu de différence entre la jeune fille valaisanne et la jeune fille suisse.

Les adolescents de 16 à 20 ans ont été questionnés sur la recherche de sensations fortes, qui peuvent représenter la perception du danger par exemple, ou en tout cas le goût du risque. Les résultats d'une étude récente ⁵¹ établissent non seulement un rapport étroit entre la recherche de sensations fortes et les comportements à risque négatifs (délinquance, vol, consommation de drogues), mais aussi entre la recherche de sensations fortes et les comportements à risque positifs (grimpe, kayak, rafting, etc.). Les auteurs partent du principe que les jeunes avides de sensations se rabattent plus souvent sur un comportement à risque négatif quand ils sont confrontés à peu de défis et disposent de ressources sociales et matérielles plutôt restreintes.

Le tableau 38 montre que les garçons sont en général plus avides de sensations fortes et de danger que les filles. On constate par ailleurs que, tous sexes confondus, les adolescents valaisans sont plus à la recherche de sensations fortes que leurs homologues suisses.

On a aussi évalué la perception du danger des adolescents sur la route, en évaluant leurs comportements protecteurs, i.e. le port du casque ou de la ceinture de sécurité. La mortalité liée aux accidents de circulation et aux traumatismes accidentels est la principale cause de mortalité parmi les adolescents ⁵² et l'un des principaux problèmes de santé publique dans la plupart des pays industrialisés. La moitié des décès des jeunes sont potentiellement évitables.

Tableau 38. Etude SMASH. Parts des adolescents de 16 à 20 ans qui se reconnaissent en partie ou tout à fait dans les items de recherche de sensations fortes et goût du risque, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
De temps en temps j'ai besoin de me défouler sans aucune contrainte	83.0	69.2	85.3	75.0	84.2	72.4
Je recherche souvent des situations dans lesquelles je peux me donner à fond	72.2	51.2	78.1	66.7	75.3	59.7
Je vais souvent jusqu'aux limites de mes possibilités physiques et psychiques	39.7	24.6	60.0	44.3	50.5	35.3
Les sports dangereux me donnent beaucoup de plaisir	32.4	19.9	54.3	47.7	44.1	35.0
Les situations dangereuses m'attirent énormément	27.9	18.2	43.4	42.0	36.1	31.1

«A la recherche des sensations... » Tout à fait d'accord et assez d'accord avec les affirmations.

Le tableau 39 montre qu'il y a significativement relativement plus de garçons que de filles qui ont conduit un véhicule ces trente derniers jours. Globalement, les apprentis ont plus facilement

accès aux véhicules à moteur, étant donné leur pouvoir d'achat plus important. Les adolescents valaisans ont moins accès à une voiture que leurs homologues suisses, et les filles valaisannes moins que leur homologues suisses au vélomoteur/scooter, de même qu'à la bicyclette.

Tableau 39. Etude SMASH. Parts des adolescents de 16 à 20 ans ayant conduit divers véhicules au cours des 30 derniers jours, en % selon le sexe et la filière de formation. Comparaison Valais-Suisse.

	Bicyclette		Vélomoteur/scooter		Moto de 125cm ³ ou plus		Voiture	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH
Filles apprenties	48.9	61.3	21.1	30.2	1.1	5.8	30.4	40.4
Filles élèves	57.4	62.3	15.8	20.9	2.9	3.0	33.7	34.5
Garçons apprentis	73.1	64.3	61.8	55.1	20.5	18.9	37.8	56.6
Garçons élèves	77.2	76.2	32.2	32.0	3.6	7.7	45.8	37.7
Apprentis	64.4	63.1	47.0	45.0	13.4	13.5	34.9	50.0
Elèves	64.6	67.9	21.9	25.4	3.2	4.9	38.1	35.8
Filles	53.6	61.7	18.8	26.8	2.1	4.7	32.1	38.2
Garçons	73.9	66.9	53.7	50.1	16.0	16.4	39.4	52.5

« Au cours des 30 derniers jours, avez-vous conduit... ? »

Le tableau 40 montre que l'usage des moyens protecteurs est plus répandu parmi les filles que parmi les garçons, et également plus fréquent chez les étudiants que chez les apprentis.

Tableau 40. Etude SMASH. Parmi les adolescents de 16 à 20 ans ayant conduit ou été passagers de divers véhicules au cours des 30 derniers jours, parts de ceux qui usent de moyens protecteurs, en % selon le sexe et la filière de formation. Comparaison Valais-Suisse.

	Casque bicyclette		Casque vélomoteur		Casque moto		Ceinture conducteur		Ceinture passager	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH
Filles apprenties	4.6	4.9	89.5	92.1	100.0	91.6	95.2	95.3	69.5	87.0
Filles élèves	6.8	12.2	100.0	94.5	100.0	100.0	100.0	98.1	89.0	90.4
Garçons apprentis	11.9	9.4	85.6	78.9	81.3	79.4	57.7	78.2	56.2	71.0
Garçons élèves	15.9	11.9	94.8	88.6	100.0	81.5	92.3	98.2	77.6	83.7
Apprentis	9.9	7.6	86.2	82.5	81.9	81.6	66.3	93.8	61.2	77.6
Elèves	10.7	12.1	97.2	91.4	100.0	88.1	96.7	95.7	84.8	87.7
Filles	4.9	7.6	94.2	92.8	100.0	94.2	93.5	96.1	79.6	88.3
Garçons	12.5	10.0	86.2	80.2	81.9	79.6	69.4	80.4	62.1	73.8

« Si oui, avez-vous porté... ? » (Toujours et la plupart du temps)

Les apprentis valaisans ont peu de comportements protecteurs avec la voiture : ils ne sont que deux tiers à mettre leur ceinture qu'ils soient passager ou conducteur. C'est très peu, et c'est moins que leurs homologues suisses pour toutes les catégories de moyens protecteurs mentionnées dans le tableau 40.

Autre souci, mais qui concerne également toute la Suisse, c'est le port du casque à bicyclette, qui, notons-le, ne remporte pas un énorme succès puisqu'il concerne environ un jeune sur 10, les garçons un peu plus que les filles, et les élèves plus que les apprentis.

Le port du casque en vélomoteur ou en moto est très encourageant, puisque 100% des filles élèves valaisannes à moto et en vélomoteur interrogées le mettent. Un apprenti sur cinq environ ne met pas systématiquement le casque en moto. Les apprentis valaisans en général, filles et garçons, sont 86.2% à le mettre en vélomoteur, comparé à presque 100% des étudiants valaisans. Ces chiffres sont plus élevés que les chiffres suisses.

5.4. Violence et accidents

5.4.1. Violence subie

La violence entre les jeunes est un problème qui n'est pas nouveau, et les bagarres subies ou provoquées en milieu scolaire sont des événements courants. Les jeunes écoliers de 11-15 ans ont été appelés à se prononcer sur des comportements violents dont ils sont les victimes ou les acteurs.

Le tableau 41 donne un aperçu global des victimes de violences entre 11 et 20 ans. Les événements de violence spécifiques paraissent se manifester dans des proportions identiques dans le canton du Valais et sur l'ensemble du territoire suisse.

Tableau 41. Etudes HBSC et SMASH. Parts des jeunes de 11 à 20 ans ayant subi des violences au moins une fois au cours des 12 derniers mois, en % selon le sexe et l'étude. Comparaison Valais-Suisse.

	HBSC 11-15 ans – violences à l'école						SMASH 16-20 ans					
	Filles		Garçons		Tous		Filles		Garçons		Tous	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH
	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=1	n=	n=	n=	n=	n=
	579	4708	526	4504	1105	9212	94	3380	219	4040	413	7420
Victime d'un vol	13.7	15.1	13.1	18.8	13.4	16.9	11.4	12.5	14.6	14.3	13.1	13.4
Victime de racket	3.3	4.1	2.9	4.6	3.1	4.3	3.6	1.9	2.8	2.5	2.8	2.3
Victime de violences physiques	10.6	9.6	21.4	22.8	15.7	16.5	8.3	6.3	8.6	12.0	11.1	9.4

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

SMASH: « Au cours des 12 derniers mois, avez-vous été... ? »

Si l'on regarde l'occurrence des formes de violence spécifiques vécues par les écoliers, plus d'un jeune sur cinq (23.3% ; Suisse : 25.1%) a eu au moins une fois ses affaires abîmées, cassées ou détruites durant les 12 derniers mois ; 15.7% (Suisse : 16.1%) se sont faits frapper et 14.2% (Suisse : 11.1%) se sont faits menacer. Pour ces deux dernières formes de violence, une nette différence est observée entre les deux sexes. Le racket semble rester un phénomène plus marginal dans les écoles valaisannes : 3.1% des jeunes valaisans (Suisse : 4.3%) ont déclaré s'être fait racketter au moins une fois au cours des 12 derniers mois.

Si l'occurrence de vol ou de racket ne semble pas différer selon la catégorie d'âge, les violences physiques diminuent dans la catégorie des 16-20 ans, en particulier chez les garçons. Notons que dans le collectif SMASH valaisan, si les garçons sont plus souvent exposés à des agressions physiques que les filles, les apprentis le sont davantage que les élèves, chez les garçons comme chez les filles.

Le sentiment de sécurité éprouvé à l'école est un bon indicateur du climat général de violence régnant dans les classes. Plus de quatre écoliers valaisans de 11-15 ans sur cinq (83.1% ; Suisse : 81.4%) ont déclaré s'être toujours sentis en sécurité à l'école au cours des 12 derniers mois (tableau 42). A part chez les 11 ans, où les jeunes valaisans semblent plus protégés que les jeunes suisses, le climat général de violence dans les classes valaisannes ne semble pas différer de celui régnant dans les classes suisses.

Tableau 42. Etude HBSC. Sentiment de sécurité à l'école entre 11 et 15 ans, en % selon l'âge et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	11 ans		13 ans		15 ans		Filles		Garçons		Tous	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH
	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=
	180	1527	261	2149	206	1838	577	4721	528	4500	1105	9221
Jamais	87.2	80.1	81.2	80.2	81.1	85.5	82.5	79.9	83.7	82.9	83.1	81.4
Une, deux fois	9.5	12.2	13.0	11.8	12.1	7.7	10.9	11.9	10.8	9.3	10.9	10.6
Plus souvent	3.3	7.7	5.8	8.0	6.8	6.8	6.6	8.2	5.5	7.8	6.0	8.0

« Au cours des 12 derniers mois, laquelle des ces situations as-tu vécue à l'école ? ...Je ne me sentais pas en sécurité à l'école »

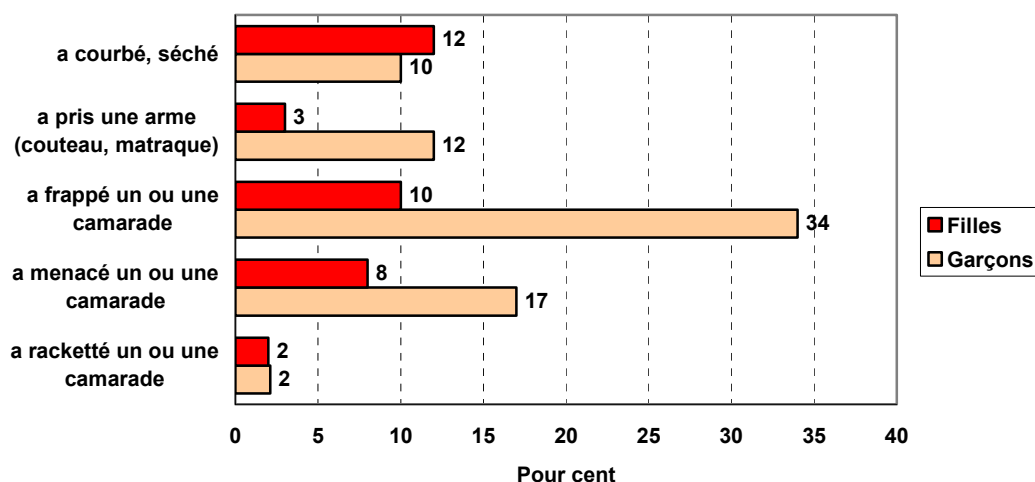
5.4.1.1. Tendances

Les adolescents valaisans sont dans l'ensemble un peu moins victimes de vol en 2002 (13.3%) qu'en 1992 (16.8%), la diminution n'étant valable que pour les garçons (22.8% en 1992 à 15.0% en 2002). Ils sont par contre proportionnellement un peu plus victimes de racket (0.5% en 1992 ; 2.9% en 2002) et de violences physiques (8.7% en 1992 ; 11.7% en 2002).

5.4.2. Violence active

La figure 35 illustre, pour l'enquête HBSC, le fait que les garçons sont plus fréquemment que les filles acteurs de violence. A la première place des formes de violences auxquelles le jeune participe se trouve le fait de frapper un camarade (21.4% des jeunes interrogés l'ont fait au moins une fois durant les 12 derniers mois ; Suisse : 21.2%). À noter que 12.2% des garçons valaisans déclarent avoir déjà pris une arme telle qu'un couteau ou une matraque à l'école (Suisse : 11.0%).

Figure 35. Etude HBSC. Part des élèves valaisans de 11 à 15 ans ayant été acteurs d'un événement violent spécifique à l'école durant les 12 derniers mois, en % selon le sexe (523 garçons et 584 filles).



5.4.3. Harcèlement systématique

Depuis quelques années, la recherche internationale s'intéresse au thème du mobbing ou harcèlement entre enfants et entre jeunes, on accorde ainsi plus d'attention à des formes d'agression/de violence verbale et indirecte.⁵³ On parle d'agression sociale ou relationnelle indirecte, quand un tort est causé à quelqu'un par le biais de ses relations sociales, par exemple quand plusieurs personnes se moquent d'une autre, l'excluent délibérément, la briment ou l'empêchent de participer. Ces formes de violence, souvent subtiles et cachées, sont typiques du mobbing. Elles ont pour la victime un effet dévastateur sur l'estime de soi. Ce genre d'expériences sont considérées comme du mobbing si elles se produisent de façon systématique et récurrente. Le critère normalement utilisé est celui de la répétition hebdomadaire.

Au cours des 12 mois précédant l'enquête HBSC, 9.6% des écoliers valaisans et 7.0% des écolières valaisannes indiquent avoir été brimés à l'école au moins une fois par semaine. Les chiffres valaisans sont similaires aux chiffres nationaux. La part de ceux qui disent infliger des brimades aux autres au moins une fois par semaine est de 14.6% pour les garçons valaisans (13.6% pour les écoliers suisses) et 5.3% pour les filles valaisannes (5.5% pour les écolières suisses), soit environ un jeune de 11 à 15 ans sur dix qui fait subir à ses camarades ces violences régulières.

Le tableau 43 indique les pourcentages pour les adolescents de 16 à 20 ans victimes de harcèlement systématique. Les pourcentages valaisans sont similaires aux pourcentages suisses, si ce n'est pour ceux qui concernent les agressions physiques et brutales : les adolescents

valaisans filles et garçons sont proportionnellement plus nombreux à être victimes de ce genre de violences systématiques.

Tableau 43. Etude SMASH. Parts des adolescents de 16-20 ans ayant indiqué avoir été victimes de harcèlement verbal et d'exclusion au moins une fois par semaine au cours des 12 derniers mois, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
Se moquent de vous ou vous insultent	10.4	10.3	14.6	14.3	12.6	12.7
Vous agressent physiquement ou vous brutalisent	2.5	1.6	4.6	2.7	3.6	2.2
Vous excluent exprès ou vous empêchent de participer	1.5	1.9	1.9	1.4	1.7	1.6

«Au cours des 12 derniers mois, est-il arrivé que les autres... »

Les résultats indiquent qu'environ un dixième des jeunes valaisans de 16 à 20 ans ont été victimes de violences physiques au cours des 12 derniers mois et que près de 15% sont régulièrement insultés par leurs camarades. Ces chiffres, qui correspondent aux résultats suisses et internationaux, montrent que la problématique du mobbing/harcèlement systématique est à prendre au sérieux dans toutes les tranches d'âge. Comme le phénomène du mobbing est un phénomène de groupe, toute la classe doit être impliquée dans la résolution du problème.

5.4.3.1. Tendances

Dans les brimades chez les 11-15 ans valaisans, on ne note pas de différence entre 1998 et 2002. La part de ceux qui ont frappé un camarade au moins une fois par semaine est stable chez les filles (0.7% les deux années concernées) et chez les garçons elle passe de 2.5% en 1998 à 4.2% en 2002.

5.4.4. Traumatismes accidentels

Au cours des 12 mois précédant l'enquête HBSC, 62.5% des écoliers valaisans, 47.8% des écolières valaisannes ont eu une blessure ou un accident pour lequel ils sont allés voir un membre du corps médical. Chez les 16-20 ans, ces taux sont plus bas ; 39.3% des adolescents valaisans (32.4% chez les suisses) et 27.5 % des adolescentes valaisannes (21.6% des suisses) signalent un accident ayant nécessité des soins dans les 12 derniers mois. Parmi les 11.8% d'adolescents valaisans entre 16 et 20 ans hospitalisés pendant cette même période pour une nuit au moins, environ deux tiers des garçons et deux cinquièmes des filles signalent que la cause était un accident. Ces chiffres sont similaires aux chiffres suisses.

Les conséquences de ces accidents ne sont pas négligeables puisque 7.5% des adolescentes valaisannes et 8.1% des adolescents valaisans (9.4% et 6.2% respectivement pour les chiffres suisses) signalent des conséquences physiques et - phénomène non négligeable - respectivement

24.5% et 11.6% (11.6% et 6.2% pour les chiffres suisses, soit la moitié moins) signalent des séquelles psychologiques.

5.4.4.1. Tendances

On constate une tendance à la baisse des accidents survenus dans la dernière année entre 1992 et 2002 chez les garçons adolescents valaisans (1992 : 45.5%, 2002 : 39.3%), les parts restant stables chez les filles.

5.4.5. Abus sexuels

Chez les écoliers, les questions relatives aux abus sexuels ne concernent que les 14-15 ans. Les résultats révèlent que ce phénomène touche essentiellement les filles (tableau 44).

Tableau 44. Etudes HBSC et SMASH. Parts des jeunes de 14-20 ans victimes d'abus sexuels (ou ne désirant pas répondre), en % selon le sexe et l'étude. Comparaison Valais-Suisse.

			Filles		Garçons		Tous	
			VS	CH	VS	CH	VS	CH
14-15 ANS HBSC	Un adulte touche tes organes sexuels alors que tu ne le voulais pas	Oui	n= 202	n= 1521	n= 173	n= 1440	n= 375	n= 2961
		Non	4.4	4.5	1.7	1.3	3.2	2.9
		Je ne veux pas répondre	91.6	91.4	95.4	95.3	93.4	93.3
	Un adulte te force à toucher ses organes sexuels	Oui	3.9	4.1	2.9	3.4	3.4	3.8
		Non	3.0	1.5	0.6	0.7	1.9	1.1
		Je ne veux pas répondre	95.5	95.7	96.5	95.9	96.0	95.8
	Un adulte te force à avoir des rapports sexuels	Oui	1.5	2.9	2.9	3.4	2.1	3.2
		Non	1.0	0.7	0.6	0.6	0.8	0.6
		Je ne veux pas répondre	96.6	96.4	96.5	96.2	96.5	96.3
	Un adulte te force à regarder des photos, des cassettes vidéo ou des magazines pornographiques	Oui	2.5	2.9	2.9	3.3	2.7	3.1
		Non	0.5	0.5	1.2	0.8	0.8	0.6
		Je ne veux pas répondre	98.0	97.2	95.4	95.8	96.8	96.5
16-20 ANS SMASH	Avez-vous déjà subi une agression sexuelle ou un abus sexuel ?		n= 194	n= 3380	n= 219	n= 4040	n= 413	n= 7420
		Oui	10.8	14.4	0.5	1.7	5.3	7.5
		Non	88.7	84.4	98.6	97.0	93.9	91.3
		Pas de réponse	0.5	1.2	0.9	1.3	0.7	1.2

HBSC : « Parfois des adultes obligent des jeunes à faire des choses en relation avec leurs organes sexuels qu'ils n'ont pas envie de faire. T'es-t-il déjà arrivé que... »

SMASH : « Une agression sexuelle ou un abus sexuel, c'est quand quelqu'un de votre famille ou quelqu'un d'autre vous touche à un endroit où vous ne voudriez pas qu'on vous touche, ou quand quelqu'un vous fait quelque chose qui s'adresse à votre sexualité mais qu'il ou elle ne devrait pas le faire. »

Chez les 16-20 ans valaisans, 10.8% des filles et 0.5 % des garçons disent avoir déjà subi des violences d'ordre sexuel (au niveau suisse, les filles sont 14.4% dans le même cas, et les garçons 1.7%). Les adolescentes apprenties semblent être proportionnellement plus nombreuses que les étudiantes à avoir subi des abus sexuels ; en Valais, elles sont 14.1% d'apprenties, contre 7.9% d'étudiantes.

En principe, la fréquence effective des abus sexuels est plutôt sous-estimée dans un questionnaire, d'une part parce que beaucoup de victimes ne se souviennent plus de l'incident pendant toute une phase de leur vie ⁵⁴, d'autre part parce que les personnes concernées peuvent avoir de la peine à avouer une telle expérience dans un questionnaire.

La violence subie par les filles valaisannes de 16-20 ans a eu lieu durant l'adolescence, le plus souvent après 12 ans (19.0% entre 12 et 14 ans ; 38.1% entre 14 et 16 ans et 14.3% entre 16 et 20 ans). Les chiffres concernant les garçons sont trop restreints pour pouvoir étudier la répartition dans les différentes tranches d'âge lors du premier abus.

5.4.5.1. Tendances

La part des adolescents valaisans qui ont été victimes d'abus sexuels semble être stable, le collectif analysé est cependant très restreint. En 1992, 13.3% des filles et 1.5% des garçons de 16-20 ans disaient avoir été abusés ou agressés sexuellement, en 2002, c'est le cas pour 10.8% des filles et 0.5% des garçons.

5.4.6. Comportements déviants

Au cours de l'adolescence, la fréquence des conduites délictueuses est élevée par rapport à d'autres phases de la vie, et si le comportement antisocial augmente entre l'enfance et l'adolescence, il n'est pas pour autant normal d'adopter de telles conduites. L'interdit exerce un grand attrait, spécialement chez les jeunes, à un moment où ils tentent de se démarquer des autorités. Les jeunes ont été priés d'indiquer quels délits ils avaient commis au cours de l'année précédente, et si oui, à quelle fréquence. Dans le tableau 45, on peut observer les résultats liés aux délits communs aux deux études.

On remarque que les garçons sont proportionnellement plus nombreux à être auteurs de délits que les filles. Pour les écolières valaisannes, les actes délictueux les plus courants sont, par ordre décroissant : se rendre dans un lieu ou un immeuble sans autorisation (19.5%), prendre les transports publics ou sortir d'un café sans payer (13.8%), courber l'école (12.3%), casser quelque chose appartenant à autrui (11.1%), voler (11.1%), frapper un ou une camarade (9.7%), menacer un ou une camarade (8.0%), fuguer (7.0%), vendre ou revendre quelque chose d'illégal (4.3%), aller dans un lieu sans payer l'entrée (4.1%), prendre une arme pour aller à l'école (2.9%), entrer par effraction quelque part (2.2%), et finalement racketter (1.9%).

Tableau 45. Etudes SMASH et HBSC. Parts des jeunes de 11 à 20 ans indiquant avoir commis différents délits au cours des 12 derniers mois, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

		11-15 ans HBSC						16-20 ans SMASH					
		Filles		Garçons		Tous		Filles		Garçons		Tous	
		VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH
		n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=
		584	4750	526	4546	1110	9296	194	3380	219	4040	413	7420
Détruit volontairement quelque chose qui ne vous appartenait pas	Jamais	88.9	89.9	77.3	78.9	83.4	84.5	94.3	95.0	72.0	76.1	82.5	84.7
	1-2 fois	8.9	8.9	18.2	16.6	13.3	12.7	4.7	4.3	17.9	17.0	11.7	11.2
	3 fois ou plus*	2.9	1.2	4.5	4.5	3.3	2.8	1.0	0.7	10.1	6.9	5.8	4.1
Volé ou pris quelque chose	Jamais	88.9	90.8	83	84.7	86.1	87.8	81.4	85.0	73.1	73.2	77.0	78.6
	1-2 fois	9.1	7.0	12.9	10.7	10.9	8.8	16.5	12.5	21.9	21.1	19.4	17.2
	3 fois ou plus*	2.0	2.2	4.1	4.6	3.0	3.4	2.1	2.5	5.0	5.7	3.6	4.2
Porté une arme	Jamais	97.1	98.3	87.8	89	92.7	93.7	95.3	93.9	78.1	81.2	86.3	87.0
	1-2 fois	2.2	0.9	7.8	6.6	4.9	3.7	3.1	2.4	13.0	9.6	8.3	6.3
	3 fois ou plus*	0.7	0.8	4.4	4.4	2.4	2.6	1.6	3.6	8.8	9.2	5.4	6.7

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

SMASH : « Voici une liste de choses qui sont interdites, mais qui arrivent quand même quelquefois. Qu'avez-vous fait vous-même pendant les 12 derniers mois ? »

*Pour HBSC, 3 fois ou plus regroupe « à peu près une fois par mois, à peu près une fois par semaine et plusieurs fois par semaine.

Pour les écoliers valaisans, par ordre décroissant, on trouve : frapper un ou une camarade (34.3%), se rendre dans un lieu ou un immeuble sans autorisation (27.1%), casser quelque chose appartenant à autrui (22.7%), voler (17.0%), menacer un ou une camarade (16.9%), prendre les transports publics ou sortir d'un café sans payer (13.9%), prendre une arme pour aller à l'école (12.3%), aller dans un endroit sans payer l'entrée (10.4%), courber l'école (10.2%), entrer par effraction quelque part (10.0%), vendre ou revendre quelque chose d'illégal (9.1%), fuguer (6.4%), racketter (2.1%).

Le tableau 46 présente les pourcentages des adolescents de 16 à 20 ans qui ont avoué avoir commis au moins une fois des délits mentionnés dans le questionnaire.

On constate que les garçons ne sont pas seulement plus souvent victimes d'actes de violence mais qu'ils se livrent aussi plus souvent que les filles à des conduites délictueuses. Dans l'ensemble les apprentis valaisans ont reconnu plus souvent que les élèves avoir commis un acte de vandalisme. Concernant les vols et la destruction du bien d'autrui, on constate une différence significative entre les sexes : environ un quart des garçons valaisans ont avoué avoir détruit quelque chose qui ne leur appartenait pas, et ils ont également avoué plus fréquemment que les filles avoir volé ou arraché les affaires de quelqu'un.

Tableau 46. Etude SMASH. Parts des adolescents ayant indiqué avoir commis au moins une fois différents délits au cours des 12 derniers mois, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH
	n=194	n=3380	n=219	n=4040	n=413	n=7420
Vendu des drogues (y compris cannabis)	6.7	6.9	16.0	20.7	11.6	14.4
Attaqué un adulte	1.0	2.2	12.7	9.5	7.3	6.2
Mis le feu à quelque chose	2.5	1.4	10.0	10.3	6.5	6.3
Utilisé une arme dans une bagarre	2.1	0.8	10.4	5.7	6.5	3.4
Arraché ou volé le sac, le porte-monnaie ou le natel de quelqu'un	0.0	0.5	3.2	2.3	1.7	1.5

«Voici une liste de choses qui sont interdites, mais qui arrivent quand même quelque fois. Qu'avez-vous fait vous-même pendant les 12 derniers mois ? »

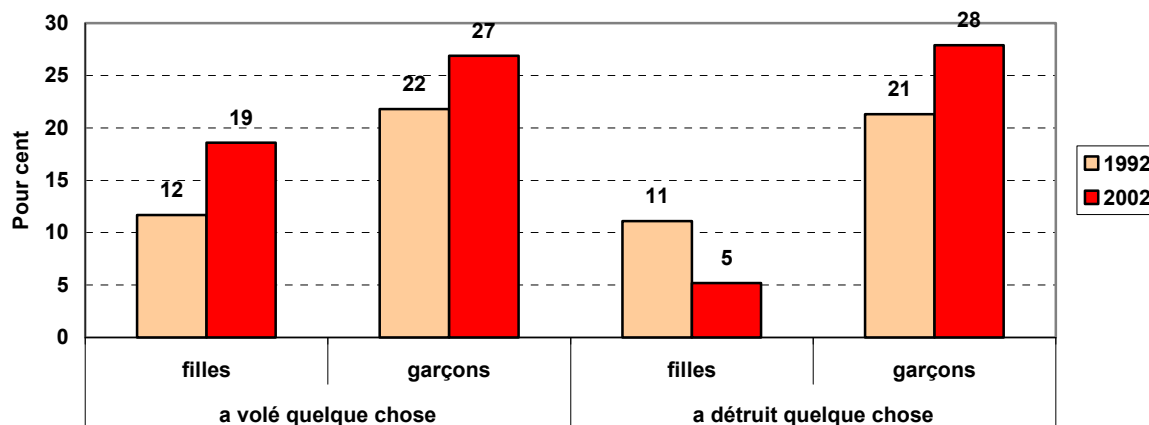
Les réponses montrent en outre qu'environ un adolescent valaisan sur cinq a porté une arme et que un sur dix a utilisé une arme pendant une bagarre (5.7% pour les adolescents suisses). Alors que 16% des adolescents valaisans ont vendu de la drogue au moins une ou deux fois au cours de l'année précédant l'enquête, cette proportion est moindre chez les adolescentes valaisannes (6.7%).

On constate ici également une différence en fonction du type de formation ; les apprentis sont proportionnellement plus nombreux à l'avoir fait que les élèves. Notons qu'il faut faire attention à ne pas prendre la vente de drogue comme un trafic à proprement parler : au vu du grand nombre de jeunes qui disent consommer du cannabis de façon occasionnelle et modérée, on peut penser que la vente de drogue se résume essentiellement à une revente de cannabis entre camarades.

5.4.6.1. Tendances

On constate une légère hausse, aussi bien chez les filles que chez les garçons, de la proportion des adolescents valaisans qui avouent avoir volé quelque chose durant les 12 derniers mois. Celle de ceux qui ont détruit quelque chose est en diminution chez les filles et en augmentation chez les garçons (figure 36).

Figure 36. Etude SMASH. Comparaison 1992-2002. Parts des adolescents valaisans ayant indiqué un comportement délinquant spécifique au cours des 12 mois précédant l'enquête en % selon le sexe (1992 : n=381 ; 2002 : n=413).



5.5. Substances psychotropes

Les substances psychotropes considérées dans les enquêtes sont le tabac, l'alcool et les drogues illégales principales dont le cannabis. On appelle psychotrope, toute substance dont l'effet principal est de perturber le fonctionnement du système nerveux central (sensations, perceptions, humeurs, sentiments, motricité).

Les questions portant sur les drogues illégales n'ont été pas été posées aux jeunes âgés de moins de 14 ans.

5.5.1. Age des premières expériences/consommations

Les figures 37 et 38 illustrent pour chaque sexe la hiérarchie dans l'expérimentation du tabac, de l'alcool (première consommation et premier état d'ivresse) et du cannabis des jeunes valaisans de 11-15 ans.

Si l'alcool est le psychotrope le plus précocement et le plus massivement consommé entre 11 et 15 ans, l'initiation est largement entamée à l'âge le plus tendre chez les garçons valaisans, puisqu'ils sont 41.5% (30.3% pour la Suisse) à avoir déjà bu de l'alcool à 11 ans, contre 17.0% chez les filles valaisannes (13.9% chez leurs homologues suisses). A 15 ans, il ne reste alors que 11.1% des filles (19.2% des écolières suisses) et 20.4% des garçons valaisans (15.2% des écoliers suisses) qui sont encore totalement non initiés. Chez les garçons, l'initiation à l'ivresse fait un bond entre 12 et 13 ans, et entre 14 et 15 ans.

Figure 37. Etude HBSC. Part des garçons valaisans de 11-15 ans indiquant avoir déjà connu un événement de consommation spécifique, en % selon l'âge (529 garçons ; pour le cannabis : 172 garçons).

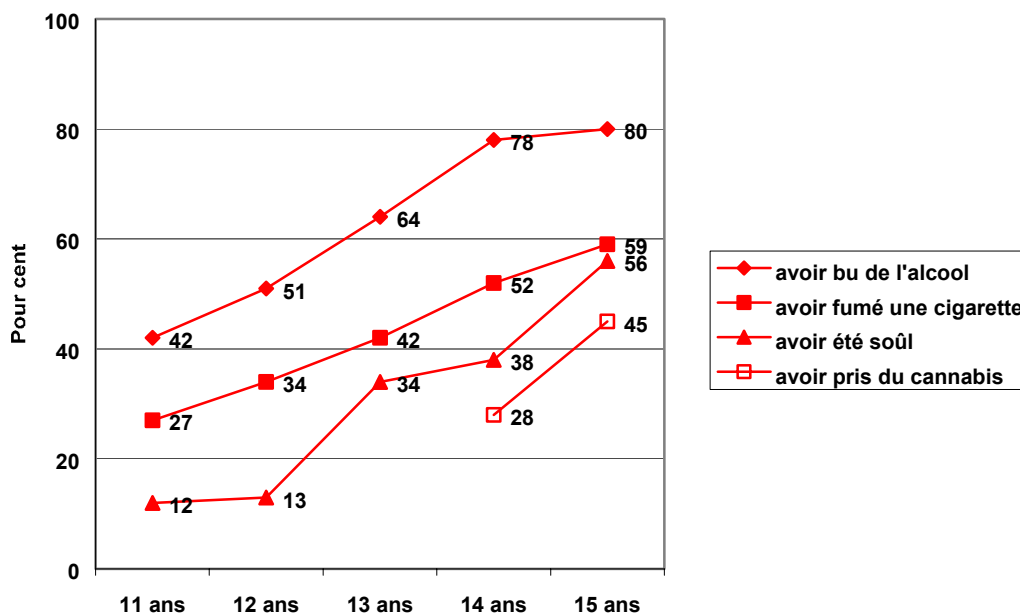
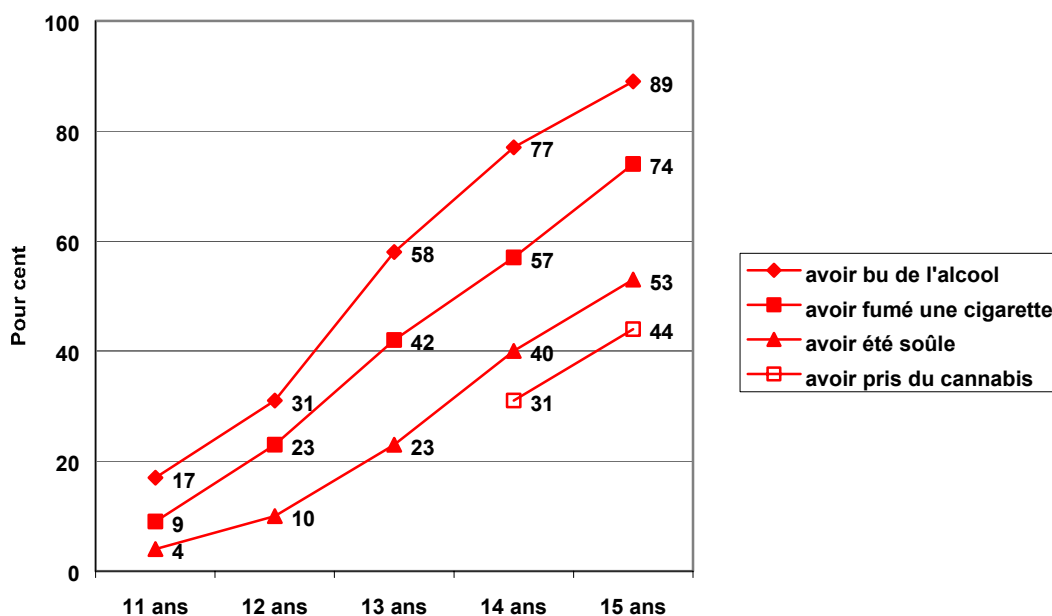


Figure 38. Etude HBSC. Part des filles valaisannes de 11-15 ans indiquant avoir déjà connu un événement de consommation spécifique, en % selon l'âge (575 filles ; pour le cannabis : 204 filles)



La première expérience de tabac est postérieure à celle de l'alcool. Le décalage est de deux ans entre les deux initiations chez les écoliers valaisans, tandis qu'elle n'est que d'un an chez les écolières. Environ un quart des garçons valaisans ont déjà fumé une cigarette à 11 ans (Suisse : 19.4%), c'est à 13 ans que l'on atteint une part d'initiés au tabac semblable à celle des élèves de 11 ans initiés à l'alcool (42%). A 11 ans, 17% des filles valaisannes ont déjà fumé une cigarette (9.0% des écolières suisses), à 12 ans déjà, la part d'initiales à la cigarette est de 23% (contre 18.3% pour les écolières suisses), soit déjà plus que la part d'initiales à l'alcool à 11 ans. Ainsi, à la différence des garçons, les courbes du tabac et de l'alcool se superposent presque à une année près. A 12 ans, 31% des filles ont déjà bu de l'alcool et à 13 ans, environ le même pourcentage a déjà fumé du tabac.

Tableau 47. Etude HBSC. Moyenne d'âge d'initiation de l'alcool et du tabac parmi les jeunes ayant expérimenté les produits, en % selon l'âge et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	11 ans		13 ans		15 ans		Garçons		Filles		Tous	
	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=
	178	1504	262	2152	208	1838	521	4491	575	4702	1096	9193
Bu de l'alcool	9.4	9.2	11.2	11.2	12.8	12.8	11.2	11.5	12.0	12.0	11.6	11.7
Eté soûl(e)	9.1	9.8	12.3	12.0	13.8	13.9	12.5	12.8	13.1	13.1	12.8	12.9
Fumé une cigarette	9.3	9.5	11.5	11.2	12.4	12.5	11.2	11.3	12.0	11.9	11.6	11.6

« A quel âge as-tu fait pour la première fois les choses suivantes ? »

Si les parts des filles dans les initiations au tabac et à l'alcool sont plus faibles que celles des garçons à 11 ans, à 15 ans les parts des filles valaisannes deviennent plus élevées que celles des garçons.

5.5.2. Tabac

La consommation de tabac à risque pour les écoliers et les adolescents est généralement décrite à l'aide de la consommation régulière, qu'elle soit quotidienne ou hebdomadaire. Le tableau 48 indique que le jeune écolier valaisan s'expose plus que le jeune écolier suisse au tabac : la part des fumeurs réguliers de 11 à 15 ans s'élève à 13.8% (Suisse : 9.5%). Une différence entre les filles et les garçons peut être observée avec 16.4% des filles valaisannes déclarant fumer au moins une fois par semaine (Suisse : 9.3%) contre 11.1% chez les garçons valaisans (Suisse : 9.7%).

Chez les jeunes de 16 à 20 ans, les parts sont semblables à celles des jeunes suisses, sauf pour les adolescentes valaisannes qui sont 34.5% à fumer quotidiennement (30.2% pour les Suisses). Selon le type de formation, on constate des différences : les apprenti(e)s valaisans sont 44.5% à se dire fumeurs réguliers (36.9% pour les apprenti(e)s suisses), et les filles apprenties en particulier sont 52.2% contre une part de 36.4% pour la même catégorie suisse. Les étudiants sont 18% en Valais et 19.8% en Suisse à être fumeurs réguliers. Les étudiants présentent donc une part de fumeurs réguliers bien inférieure à celle des apprentis.

Tableau 48. Etudes HBSC et SMASH. Parts des jeunes de 11-20 ans fumeurs et non fumeurs, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

		Filles		Garçons		Tous	
		VS	CH	VS	CH	VS	CH
11-15 ANS HBSC		n=581	n=4747	n=531	n=4556	n=1112	n=9303
	Chaque jour	10.2	5.5	7.0	6.4	8.6	5.9
	Au moins une fois par semaine, mais pas chaque jour	6.2	3.8	4.1	3.3	5.2	3.6
	Moins d'une fois par semaine	6.0	4.7	7.3	5.0	6.7	4.9
	Je ne fume pas	77.6	85.9	81.5	85.3	79.5	85.6
16-20 ANS SMASH		n=194	n=3380	n=219	n=4040	n=413	n=7420
	Régulièrement (tous les jours)	34.5	30.0	33.8	33.9	34.1	32.1
	Irrégulièrement	12.4	14.8	17.8	15.0	15.3	14.9
	J'ai arrêté de fumer	4.6	4.6	4.6	3.9	4.6	4.2
	Jamais	48.5	59.8	43.8	46.1	46.0	47.8

HBSC : « Fumes-tu actuellement ? »

SMASH : « Actuellement, est-ce que vous fumez des cigarettes ? »

Plus le premier contact avec le tabac est précoce, plus il est probable que s'installe par la suite une habitude de consommation. « Le risque encouru par les jeunes fumeurs journaliers de fumer quotidiennement dans le futur est nettement supérieur ». ⁵⁵ Or, en Valais, plus d'un écolier de 15 ans sur 5 (22.6%) fume chaque jour contre 16.2% au niveau suisse.

Il convient cependant de souligner que 79.5% des jeunes valaisans de 11-15 ans se déclarent non fumeurs au jour de l'enquête (qu'ils aient ou non déjà essayé de fumer). Entre 16 et 20 ans, la part des non fumeurs valaisans au moment de l'enquête s'élève à 50.6%.

Finalement, on constate sans surprise que la proportion des fumeurs réguliers valaisans croît avec l'âge, passant de 3.3% chez les 11 ans à 32.2% chez les 15 ans. Très tôt, les fumeurs sont déjà souvent des fumeurs quotidiens. ⁵⁶ Les adolescents valaisans de 16-20 ans sont plus d'un sur trois à se déclarer fumeurs quotidiens.

5.5.2.1. Signes de dépendance

La nicotine est une substance pouvant déjà créer une dépendance aussi bien physique que psychologique chez les jeunes. Des signes de dépendance parmi les fumeurs quotidiens peuvent être décelés tels la consommation de la première cigarette au matin, le nombre de cigarettes fumées quotidiennement ou encore le fait de fumer parce que le jeune n'arrive pas à arrêter. Le tableau 49 reporte les volumes observés de chacun de ces signes pour les 91 jeunes écoliers valaisans (33 garçons et 58 filles) âgés de 14 ans et de 15 ans déclarant fumer quotidiennement au moment de l'enquête.

Tableau 49. Etude HBSC. Signes de dépendance à la nicotine parmi les 91 jeunes fumeurs quotidiens valaisans âgés de 14 ans ou de 15 ans, selon le sexe.

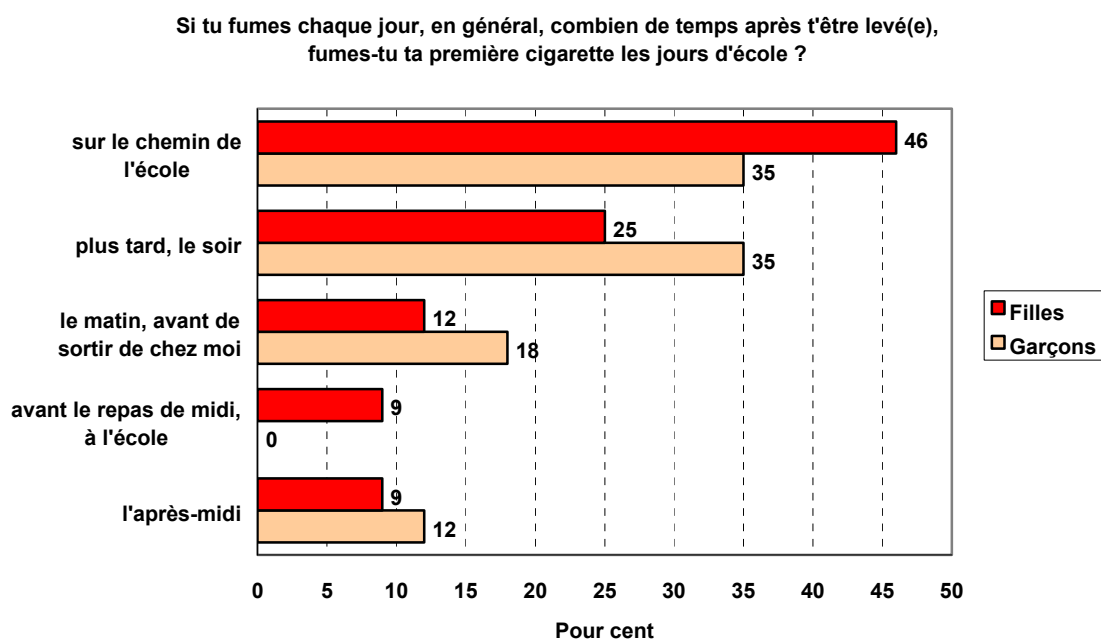
	Garçons n=33	Filles n=58	Tous n=91
La première cigarette est fumée le matin, avant de sortir ou sur le chemin de l'école	n=14	n=31	n=45
Le nombre de cigarettes fumées quotidiennement est au moins égal à 6 ^a	n=11	n=26	n=37
Le jeune indique fumer parce qu'il n'arrive pas à arrêter	n=8	n=22	n=30

^ala médiane du nombre de cigarettes fumées quotidiennement se situe entre 5 et 6

Selon l'ISPA, la grande majorité des jeunes qui fument tous les jours restent fidèles à la cigarette une fois arrivés à l'âge adulte (83%) et peu d'entre eux parviennent à réduire leur consommation (10%) ou à y mettre un terme (6%). Le risque encouru par les jeunes fumeurs journaliers de fumer tous les jours dans le futur est ainsi nettement supérieur à celui encouru par les adolescents qui fument occasionnellement ou pas du tout.⁵⁷

La figure 39 montre que pour les fumeurs quotidiens de 11-15 ans, la première cigarette se fume en premier lieu sur le chemin de l'école.

Figure 39. Etude HBSC. Moment de la première cigarette les jours d'école indiqué par les fumeurs quotidiens valaisans de 14 et 15 ans, en % selon le sexe (33 garçons et 58 filles).



Chez les 16-20 ans, on s'aperçoit qu'un pourcentage important d'adolescents suisses, surtout de garçons, fument leur première cigarette dans un délai d'une heure, voire d'une demi-heure suivant leur réveil, signant là une dépendance à la nicotine relativement nette. Cette dépendance est plus marquée parmi les apprentis des deux sexes : par exemple, 53% des apprentis garçons suisses contre 23% des élèves fument leur première cigarette dans un délai de trente minutes après le lever.

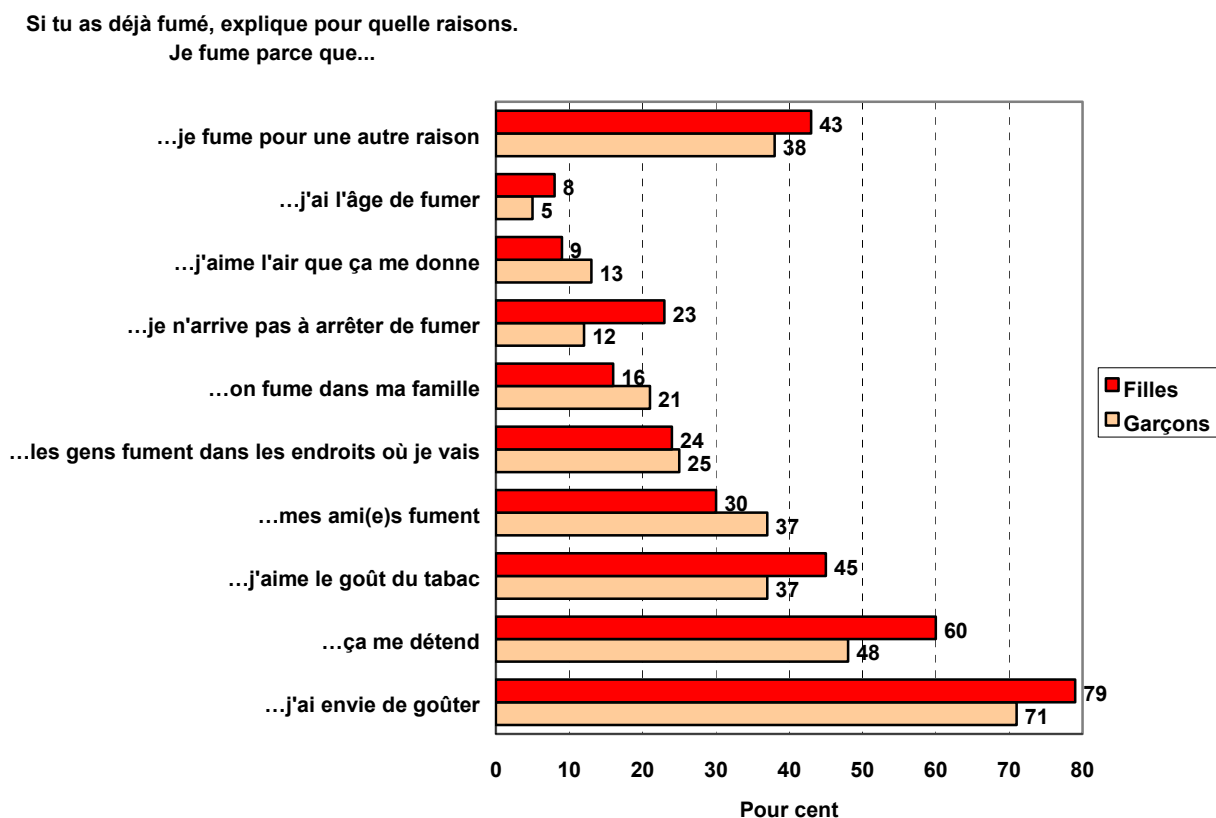
5.5.2.2. Nombre de cigarettes

En Valais, les jeunes de 11 ans à 15 ans déclarant fumer au moment de l'enquête ont une consommation hebdomadaire moyenne s'élevant à 24.5 cigarettes (20.0 pour les garçons et 27.9 pour les filles). Le nombre médian de cigarettes consommées chaque semaine est de 10.0 cigarettes (7.5 chez les garçons et 10.0 chez les filles). Parmi les jeunes déclarant fumer au moment de l'enquête, la part des grand consommateurs (plus de 5 cigarettes par jour) est de 63.0% (56.8% chez les garçons et 67.5% chez les filles).

5.5.2.3. Raisons de fumer des écoliers

On a demandé aux écoliers valaisans de 14-15 ans les raisons qu'ils avaient de fumer ou de ne pas fumer (figures 40 et 41). La curiosité du produit arrive en tête, suivie de la détente et du goût. Les filles sont 23% à invoquer l'accoutumance comme raison (je n'arrive pas à arrêter), contre seulement 12% des garçons.

Figure 40. Etude HBSC. Raisons de fumer mentionnées par les écoliers valaisans de 14-15 ans déclarant fumer, en % selon le sexe (70 garçons et 100 filles).



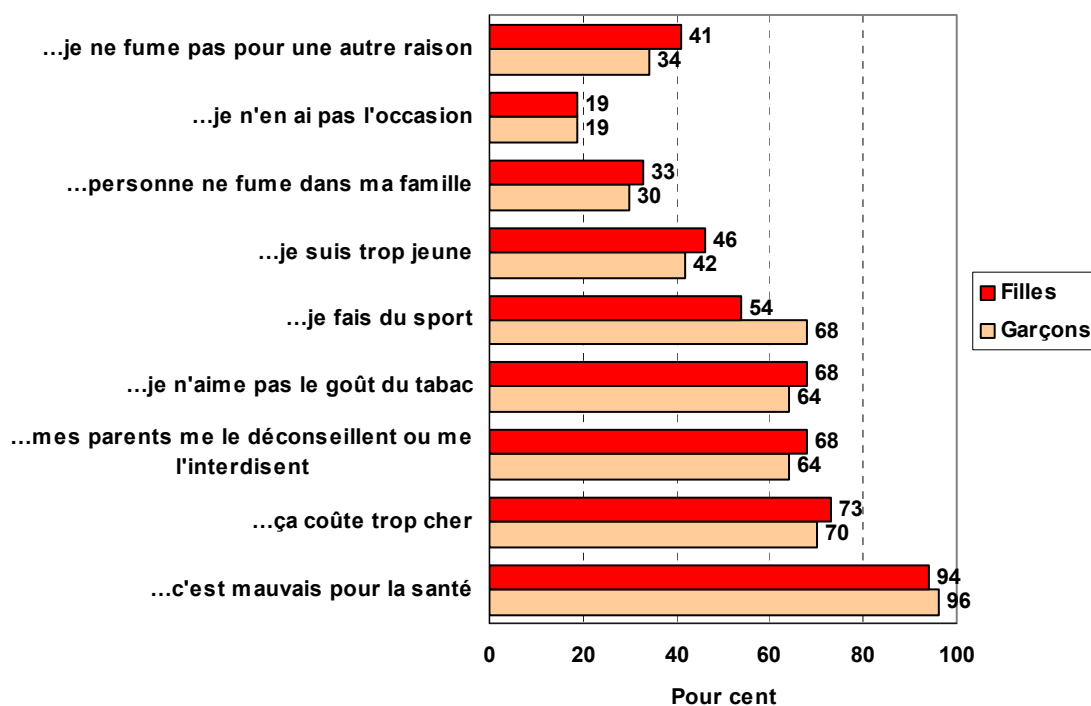
Il a été montré que le fait de commencer à fumer est relié à des variables du climat de l'école.⁵⁸ Les enfants qui sont le plus fortement intégrés au sein de leurs camarades scolaires ont plus de chance d'être fumeurs réguliers que ceux qui sont peu intégrés. Par contre, les élèves qui sont

fortement intégrés au sein de leur famille ont moins de chances de devenir fumeurs réguliers que ceux qui sont peu intégrés à leur famille. Ceux qui sont en bonne forme physique ont moins de chances d'être fumeurs réguliers que ceux qui ont une pauvre forme physique.

Les élèves qui ont un parent qui fume ont plus de chance d'être fumeurs réguliers que ceux qui n'ont aucun parent fumeur. Finalement, les élèves qui ont une attitude positive à l'égard de l'école et qui considèrent les relations avec les professeurs comme bonnes, ont moins de chances d'être fumeurs réguliers que les autres.⁵⁹ Ces questions seraient à étudier sur le collectif valaisan à disposition, mais elles dépassent le cadre de ce rapport.

Figure 41. Etude HBSC. Raisons de ne pas fumer mentionnées par écoliers de 14-15 ans déclarant ne pas fumer, en % selon le sexe (127 garçons et 127 filles).

Si tu ne fumes pas généralement, explique pour quelles raisons.
Je ne fume généralement pas parce...



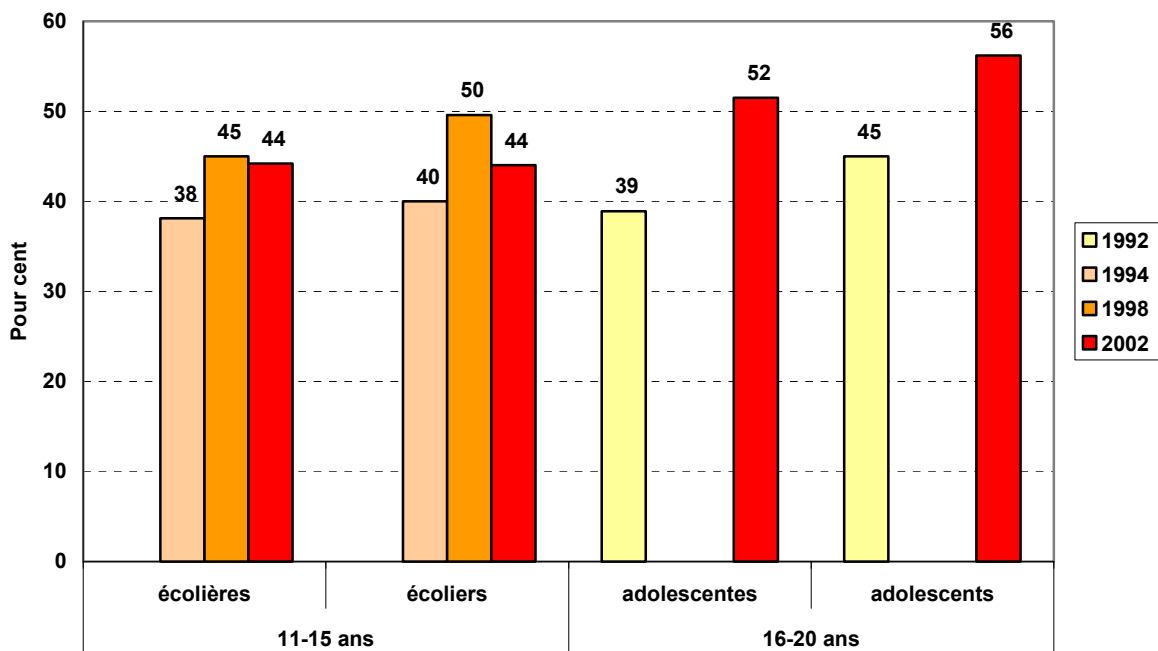
On voit que, lorsque l'on demande aux jeunes non fumeurs de l'enquête HBSC pourquoi ils ne fument pas, les écoliers valaisans sont conscients de la dangerosité du tabac pour la santé. C'est la principale raison invoquée, suivie du coût, de l'avis des parents, du fait de faire du sport, et du goût qui ne plaît pas. Par rapport au sport, puisqu'il est invoqué à 68% par les garçons de 14-15 ans pour ne pas fumer, on sait que la consommation de cigarettes est inversement corrélée à la fréquence de l'activité sportive des jeunes.

Le degré d'activité sportive à lui tout seul n'empêche pas les jeunes de fumer : le sexe, la filière scolaire et le contexte relationnel semblent avoir une influence forte sur les consommations de substances (psychotropes).

5.5.2.4. Tendances

Concernant la prévalence à vie de consommation de tabac chez les écoliers valaisans, on constate une légère augmentation par rapport à 1994, mais une baisse par rapport à 1998 (figure 42) : en 1994, 40.0% des garçons et 38.1% des filles indiquaient avoir déjà fumé du tabac, en 1998, ils étaient 49.6% chez les garçons et 45.0% chez les filles, en 2002, on a 44.0% des garçons et 44.2% des filles qui déclarent avoir déjà goûté au tabac.

Figure 42. Etudes HBSC et SMASH. Prévalence à vie de la consommation de tabac chez les jeunes valaisans en % selon le sexe et l'âge, entre 1992 et 2002 (HBSC : 1994 : n=597 ; 1998 : n=1439 ; 2002 : n=1112 ; SMASH : 1992 : n=381 ; 2002 : n=413).

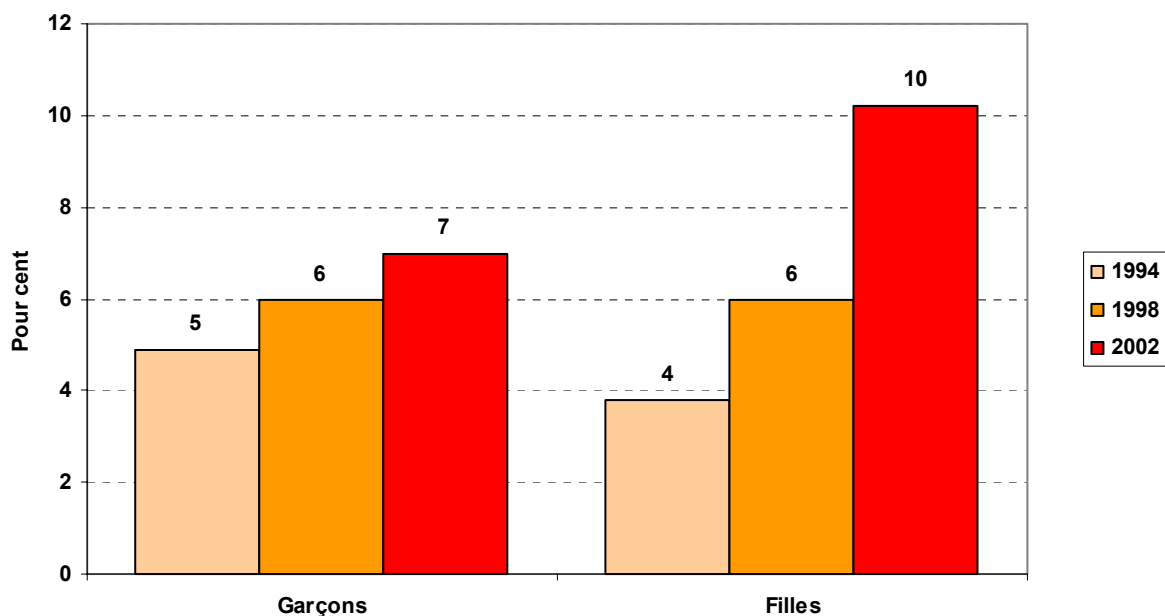


Chez les écoliers valaisans de 11-15 ans, l'évolution de la consommation régulière de tabac est cependant inquiétante : la tendance de consommation régulière de tabac est en hausse chez les filles (figure 43). En 1994, 7.0% des filles avouaient fumer au moins une fois par semaine, cette proportion passait à 9.4% en 1998 pour augmenter à 16.4% en 2002. Les parts respectives des filles qui déclarent fumer quotidiennement sont de 3.8% en 1994, 6.0% en 1998 et 10.2% en 2002.

Chez les garçons, l'évolution est moins marquée : les parts sont de 9.5% en 1994, de 10.7% en 1998 et de 11.1% en 2002 pour la consommation au moins hebdomadaire, et respectivement de 4.9%, de 6.0% et de 7.0% pour la consommation quotidienne.

Chez les 16-20 ans valaisans, la prévalence à vie de consommation de tabac est en augmentation (figure 42). On observe une plus forte augmentation entre 1992 et 2002 de la prévalence à vie de consommation de tabac chez les apprentis (+17.9%, contre +11.9% chez les étudiants).

Figure 43. Etudes HBSC. Evolution 1994-1998-2002. Consommation quotidienne de tabac chez les jeunes valaisans en % entre 1994 et 2002 (1994 : n=597 ; 1998 : n=1439 ; 2002 : n=1112).



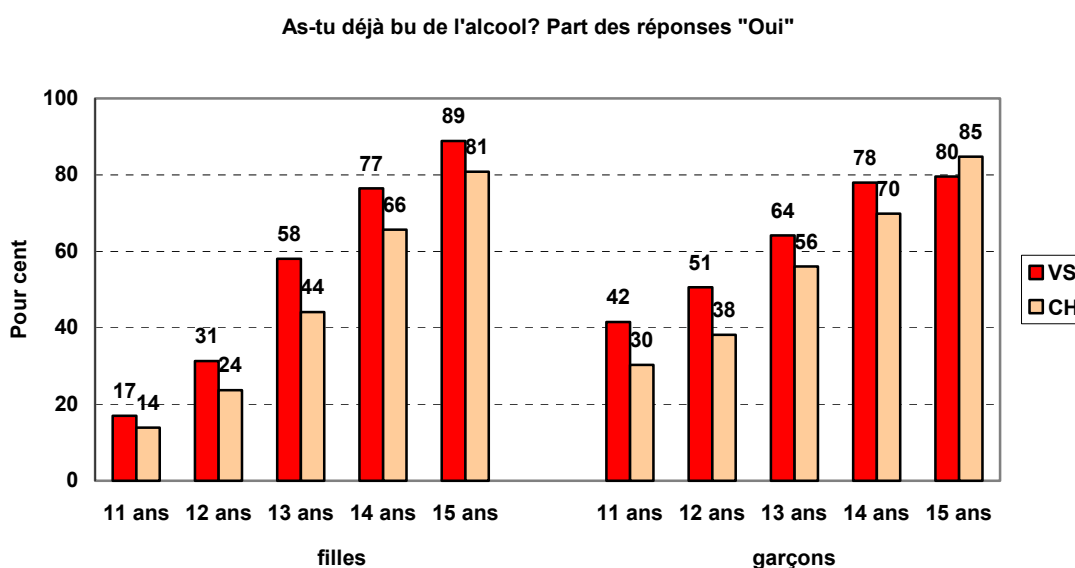
5.5.3. Alcool

L'alcool est la substance psychoactive la plus consommée par les jeunes. La consommation problématique et abusive d'alcool vient en troisième place, après l'usage du tabac et l'hypertension. Beaucoup de recherches mettent en évidence l'importance de la précocité d'accès aux consommations alcooliques et la fréquence du recours à l'alcool comme facteurs associés à un futur comportement problématique.⁶⁰ Il est donc important de se pencher sur les comportements des jeunes en matière d'alcool.

Une consommation occasionnelle d'alcool ne présente pas de danger pour la santé des adolescents, par contre, une consommation régulière doit être considérée comme problématique suivant l'âge et le stade de développement de l'adolescent. Seulement évaluer simplement les quantités d'alcool consommées ne permet pas d'aborder avec finesse les rapports que les jeunes entretiennent avec l'alcool. Ainsi, on a questionné les jeunes de 16 à 20 ans sur le binge drinking

(la consommation de cinq boissons alcoolisées lors d'une même occasion) ainsi que les problèmes liés à la prise d'alcool. ⁶¹

Figure 44. Etude HBSC. Prévalence à vie de la consommation d'alcool chez les écoliers, en % selon le sexe et l'âge. Comparaison Valais-Suisse (Valais : 528 garçons et 584 filles ; Suisse : 4615 garçons et 4740 filles).



Pour la prévalence à vie de consommation d'alcool chez les écoliers, le lecteur peut également se rapporter aux figures des premières expériences (figures 37 et 38) et au tableau 47. Les parts de consommation à vie sont un peu plus élevées en Valais (60.8%) que dans l'ensemble de la Suisse (52.1%). Si les garçons valaisans de 11-15 ans sont 64.4% à avoir déjà bu de l'alcool, les filles valaisannes sont 57.5% dans le même cas. La figure 44 illustre l'évolution de la prévalence à vie de la consommation d'alcool selon l'âge. Si les garçons commencent leur initiation plus tôt que les filles, à 14 ans, la différence entre les sexes n'existe plus et est même inversée à 15 ans.

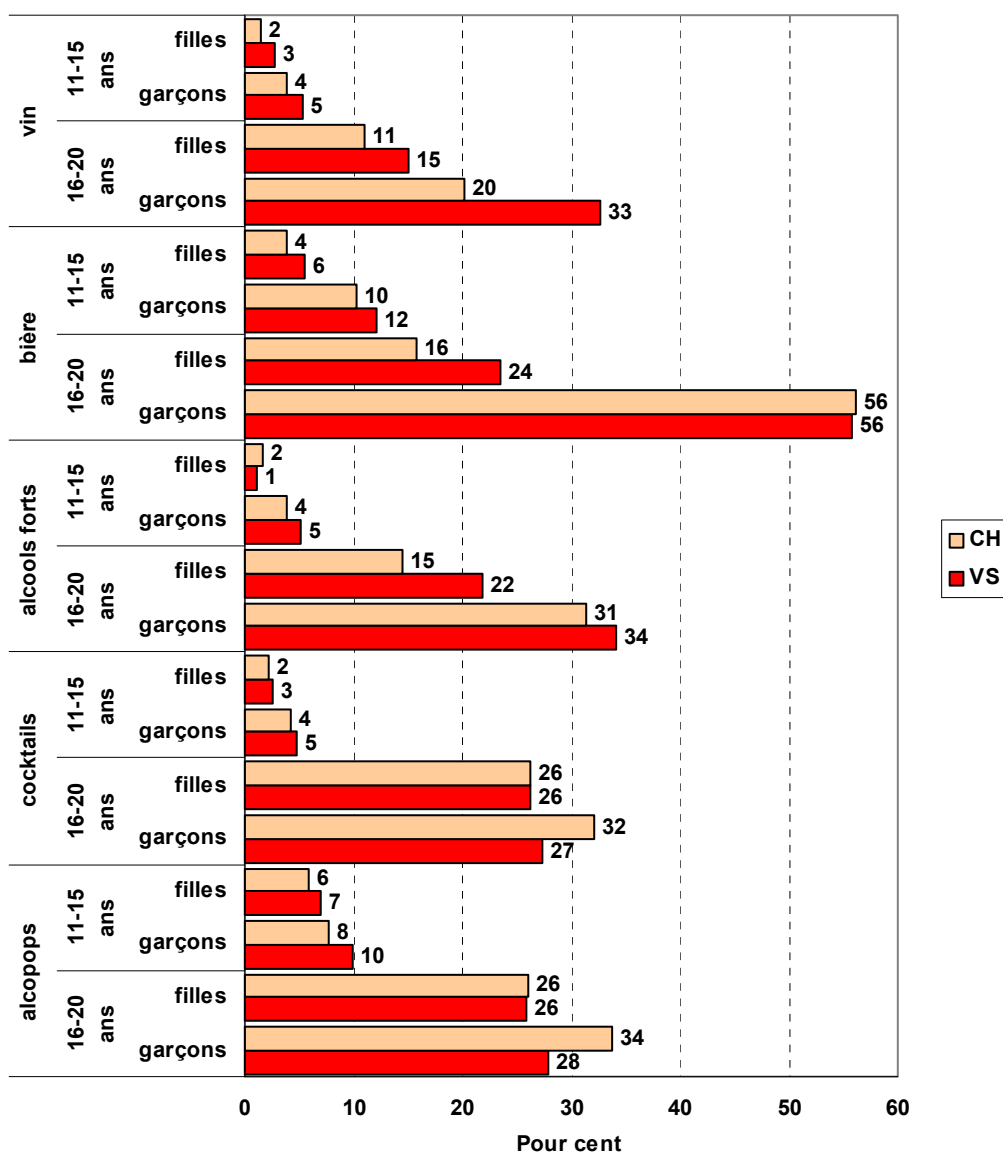
5.5.3.1. Types de boissons

Avec une fréquence plus basse que celle du tabac, la consommation d'alcool chez les jeunes reste cependant préoccupante. Une proportion importante des 11-15 ans boivent de façon régulière : 12.1% de garçons et 5.5% de filles boivent chaque semaine de la bière, 9.9% et 6.9% des limonades mélangées à de l'alcool (alcopops) ou des prémix, 5.4% et 2.8% boivent du vin.

La mode est aujourd'hui aux alcopops et aux prémix, dont les chiffres de vente ont été multipliés par 16 entre 2000 et 2001 et qui ont remplacé la bière au premier rang des boissons alcoolisées des filles. La bière reste la boisson la plus consommée par les garçons. Relevons tout de même que les deux tiers des écoliers valaisans déclarent ne jamais boire de bière, idem pour les alcopops ou les prémix et plus des deux tiers disent ne jamais boire de vin.

La figure 45 illustre les parts des jeunes écoliers consommant divers types d'alcools à une fréquence au moins hebdomadaire. On constate que chez les écoliers valaisans, la fréquence de consommation au moins hebdomadaire d'alcool est plus élevée que dans l'ensemble du pays. Globalement, pour les deux sexes, les jeunes valaisans consomment plus presque tous les alcools étudiés, sauf les alcools forts chez les écolières.

Figure 45. Etudes HBSC et SMASH. Consommation d'alcool au moins hebdomadaire chez les jeunes de 11-20 ans, en % selon l'étude, le sexe et le type d'alcool.



Cette tendance se confirme avec les adolescents de 16 à 20 ans, sauf pour les cocktails alcoolisés et les alcopops, où les adolescents suisses ont une consommation hebdomadaire plus élevée qu'en Valais.

La consommation régulière (au moins une fois par semaine) d'alcool concerne 57.8% des adolescents en Valais, la proportion est la même pour la Suisse (57.7%). Les apprentis sont environ deux sur trois à boire régulièrement, sans différence particulière entre le Valais (61.6%) et l'ensemble de la Suisse (60.3%) (40% pour les filles, 70% pour les garçons). Les étudiants boivent un peu moins régulièrement, puisqu'ils sont un sur deux à avouer une consommation régulière, sans différence là non plus entre Valais (51.9%) et l'ensemble du territoire national (51.0%). Si les adolescents valaisans de 16 à 20 ans boivent légèrement moins que leurs homologues suisses, les adolescentes valaisannes, elles, ont une consommation d'alcool supérieure à la moyenne suisse (tableau 50).

Tableau 50. Etude SMASH. Pourcentages d'adolescents étudiants et apprentis de 16 à 20 ans buvant au moins une fois par semaine de l'alcool, en % selon le sexe, la filière de formation et la région. Comparaison Valais-Romandie-Suisse.

VS	Filles		VS	Garçons	
	Romandie	CH		Romandie	CH
Etudiant-e-s					
n=102	n=594	n=1250	n=58	n=376	n=860
47.5	45.8	40.8	59.3	68.2	65.3
Apprenti-e-s					
n=92	n=539	n=2130	n=161	n=1050	n=3180
46.7	46.9	46.3	70.0	71.0	69.5

5.5.3.2. Tendances

En Valais, l'évolution de la consommation d'alcool chez les jeunes de 11 à 15 ans (figure 46) montre une tendance à la hausse pour les alco pops, et à la baisse pour les apéritifs. Pour les autres boissons, les évolutions diffèrent selon le sexe.

Chez les 16-20 ans valaisans (figure 47), l'évolution de la consommation régulière d'alcool est plus alarmante : la part des filles consommant de la bière au moins une fois par semaine a doublé entre 1992 et 2002, et la part des adolescents qui consomment au moins une fois par semaine des alcools forts a augmenté de 8% chez les filles et de 10% chez les garçons.

En Suisse, on assiste entre 1998 et 2002 à une nette progression de la bière chez les garçons, et à un succès grandissant des alcools forts dans les deux sexes. Il est prouvé qu'un nombre croissant d'adolescents utilise les alcools forts pour se saouler. Moins populaire, le vin semble connaître un regain d'intérêt, alors que sa consommation n'avait cessé de diminuer en Suisse entre 1986 et 1998.

Figure 46. Etude HBSC. Comparaison 1994-1998-2002. Consommation d'alcool au moins hebdomadaire chez les 11-15 ans valaisans, en % selon le sexe (1994 : n=590 ; 1998 : n=1425 ; n=1104).

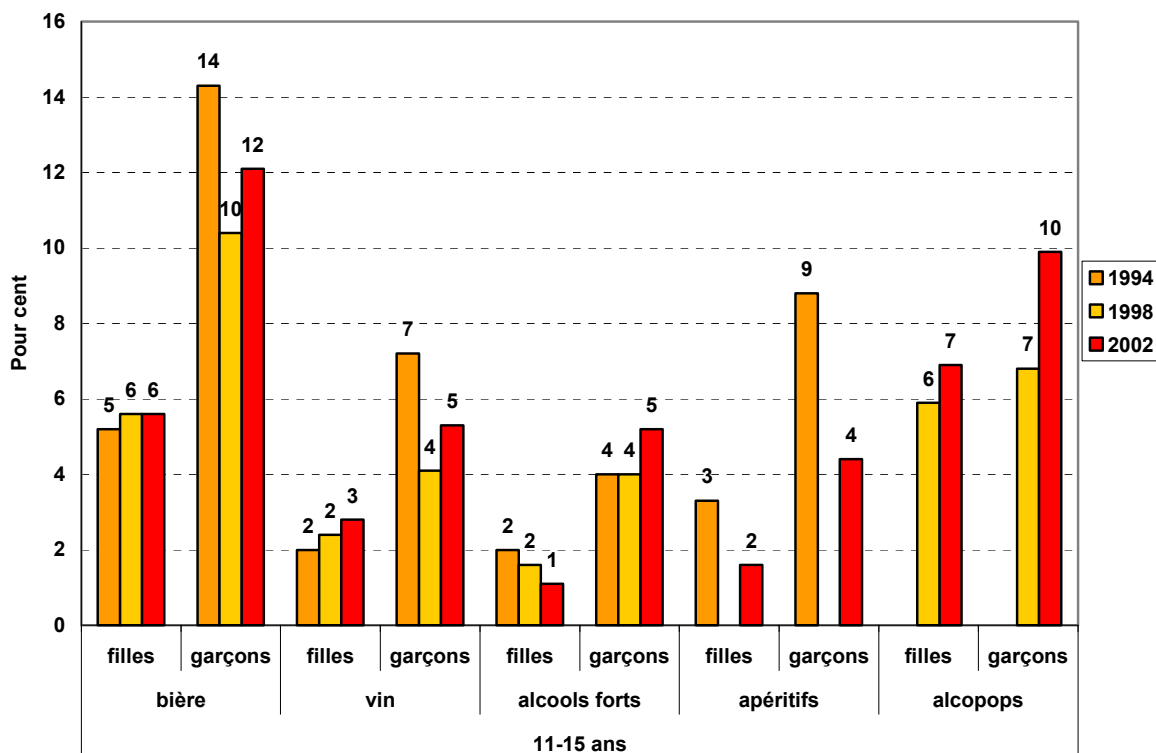
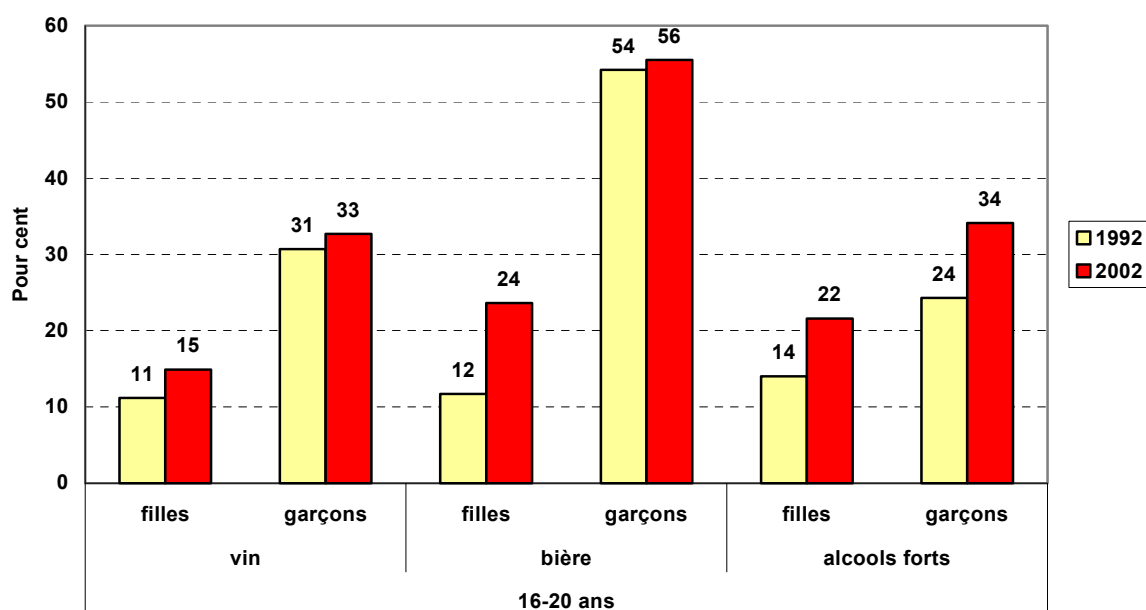


Figure 47. Etude SMASH. Comparaison 1992-2002. Consommation d'alcool au moins hebdomadaire chez les 16-20 ans valaisans, en % selon le sexe (1992 : n=381 ; 2002 : n=413).



5.5.3.3. Ivresse

L'un des problèmes que pose la consommation de boissons sucrées tels les alcopops est qu'elle s'accompagne facilement d'épisodes d'ivresse, les jeunes ne percevant pas facilement que ces boissons douces et séductrices contiennent une quantité appréciable d'alcool. Retenons également que la consommation d'alcool peut avoir comme but unique la recherche d'effets enivrants. Les fréquences d'états d'ivresse à vie sont montrées dans les tableaux 51 et 52.

Tableau 51. Etude HBSC. Prévalence de vie des états d'ivresse des écoliers entre 11 et 15 ans, en % selon l'âge. Comparaison Valais-Suisse.

	11 ans		13 ans		15 ans	
	VS n=184	CH n=1548	VS n=260	CH n=2178	VS n=207	CH n=1866
Non, jamais	91.3	94.5	70.4	84.6	47.3	56.2
Oui, une fois	7.1	4.1	15.0	9.4	18.9	16.0
Oui, 2 à 3 fois	1.1	1.0	10.4	3.5	17.9	13.9
Oui, 4 à 10 fois	0.5	0.2	1.9	1.5	10.2	7.2
Oui, plus de 10 fois	0.0	0.1	2.4	0.9	5.8	6.7

« As-tu déjà été vraiment soûl(e) ? »

A 11 ans, la part des jeunes ayant déjà fait l'expérience de l'ivresse s'élève à 8.7% (5.5% pour la Suisse). Cette part ne cesse d'augmenter avec l'âge avec 29.5% à 13 ans (15.4% pour la Suisse) et 52.7% à 15 ans (43.8% pour la Suisse). La part d'écoliers valaisans entre 11 et 15 ans n'ayant jamais été saouls s'élève à 70.1% contre 79.2% pour leurs homologues suisses.

Tableau 52. Etudes HBSC et SMASH. Prévalence de vie des états d'ivresse chez les jeunes de 11 à 20 ans, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

		Filles		Garçons		Tous	
		VS	CH	VS	CH	VS	CH
HBSC 11-15 ans	Non, jamais	n=583	n=4756	n=533	n=4572	n=1116	n=9328
		71.2	82.5	68.9	75.9	70.1	79.2
	Oui, une fois	15.8	9.3	14.1	11.0	15.0	10.2
	Oui, 2 à 3 fois	8.7	5.0	9.4	6.7	9.1	5.8
	Oui, 4 à 10 fois	2.9	1.9	4.3	3.3	3.6	2.6
	Oui, plus de 10 fois	1.4	1.3	3.4	3.1	2.3	2.2
SMASH 16-20 ans	Non	n=194	n=3380	n=219	n=4040	n=413	n=7420
		35.1	37.0	19.2	19.5	26.6	27.5
	Oui	63.4	59.5	79.9	76.8	72.2	68.9

HBSC : « As-tu déjà été vraiment soûl-e ? »

SMASH: « Avez-vous déjà pris une « cuite » ? (= être vraiment soûl(e) ou ivre) »

Entre 16 et 20 ans, on peut dire que la quasi totalité des adolescents, valaisans et suisses, ont connu au moins une fois un épisode d'ivresse au cours de leur vie (tableau 53). Beaucoup d'entre eux connaissent même ces états régulièrement. Des différences entre les sexes et la filière de formation peuvent être observées.

Tableau 53. Etude SMASH. Prévalence des états d'ivresse chez les jeunes de 16-20 ans au cours du mois précédant l'enquête et au cours de leur vie, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

		Filles		Garçons		Tous	
		VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
Au cours du mois précédant l'enquête	Jamais	57.4	63.0	40.6	43.2	47.5	51.0
	1 à 2 fois	32.0	26.4	36.6	33.9	34.7	31.0
	3 à 9 fois	5.7	3.7	15.4	14.0	11.4	9.9
	10 fois ou plus	0.8	0.4	2.9	3.5	2.0	2.2
Au cours de votre vie	Jamais	2.4	1.2	1.1	0.9	1.7	1.0
	1 à 2 fois	39.8	44.9	26.3	23.9	31.9	32.2
	3 à 9 fois	35.8	33.1	27.4	28.7	30.9	30.4
	10 fois ou plus	21.1	18.2	44.0	42.1	34.6	32.7

SMASH: «Avez-vous déjà pris une « cuite » ? (= être vraiment soûl(e) ou ivre) –au cours des trente derniers jours – au cours de votre vie»

Le « binge drinking » autrement dit « boire pour boire », s'est démocratisé parmi les adolescents des pays occidentaux. C'est un phénomène de mode. Beuveries du vendredi et du samedi soir organisées en Grande-Bretagne et en Espagne, les racines du phénomène sont cependant difficiles à cerner. « Selon une étude commandée en 2003 par le ministère britannique de l'Intérieur, le « binge drinking » est maintenant quelque chose de tellement routinier que les jeunes ont du mal à expliquer pourquoi ils le font. Un sondage commandé par l'institut britannique des études sur l'alcoolisme sur les motivations de cet alcoolisme désormais banalisé arrive aux mêmes conclusions: 91% des 19-24 ans interrogés boivent «pour être plus sociables» et 78% d'entre eux (72% pour les filles) le font uniquement «pour se saouler». ⁶²

Tableau 54. Etude SMASH. Le binge drinking chez les adolescents de 16 à 20 ans, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
Jamais	25.3	41.7	19.6	20.9	22.3	30.4
Moins d'une fois par mois	32.5	32.9	24.2	24.8	28.1	28.5
Une ou plusieurs fois par mois	29.9	19.1	28.8	30.6	29.3	25.1
Au moins une fois par semaine	10.3	6.3	27.4	23.2	19.4	15.5

« Au cours des 12 derniers mois, combien de fois vous est-il arrivé de boire 5 boissons alcoolisées ou plus lors d'une même occasion ? »

Les chiffres concernant la situation en Valais et en Suisse se trouvent dans le tableau 54. On constate qu'une valaisanne de 16 à 20 ans sur 10 et presque un valaisan sur trois interrogés dans l'enquête SMASH boivent de manière excessive au moins une fois par semaine. Ces pourcentages sont plus élevés que pour le reste de la Suisse, mais correspondent aux chiffres romands (respectivement 10.1% pour les filles romandes et 25.8% pour les garçons romands).

5.5.3.4. Tendances

Au niveau suisse, le nombre des états d'ivresse déclarés augmente sensiblement d'une vague de l'enquête à l'autre. Par exemple, chez les 15 ans, 17.4% d'entre eux avouaient avoir été au moins deux fois soûls dans leur vie en 1994 ; en 1998, ils étaient 23.0% et en 2002, la part observée atteint 27.8%. Cette progression concerne aussi bien les écoliers filles que garçons. En Valais, cette tendance est la même. A 15 ans, 25.4% d'entre eux avouaient avoir été au moins deux fois soûls dans leur vie en 1994 ; en 1998, ils étaient 27.3% et en 2002, la part observée atteint 33.8%.

De façon générale, chez les écoliers valaisans, la prévalence des états d'ivresse tend à augmenter tant chez les filles que chez les garçons : en 1994 14.5% des garçons et 7.3% des filles de 11-15 ans disaient avoir été soûls deux fois ou plus au cours de leur vie, en 1998, 13.7% des garçons et 8.6% des filles, en 2002, on a 17.1% des garçons et 13.0 % des filles.

5.5.3.5. Comportements problématiques (problèmes) liés à des états d'ivresse

Lors de ces abus ponctuels, le comportement des jeunes est inadéquat et induit des risques élevés d'accidents, de violence et de dérapages sociaux. Par exemple, nombre d'adolescents entre 16 et 20 ans admettent avoir conduit un véhicule en se sentant ivres. 12.7% des garçons valaisans de 16 à 20 ans avouent, au moment de l'enquête, conduire très souvent en état d'ivresse (10.2% pour leurs homologues suisses).

Les filles valaisannes sont un peu plus sages que les garçons valaisans : elles sont presque 80% à ne jamais conduire dans cet état contre moins d'un sur deux pour les garçons (tableau 55).

Tableau 55. Etude SMASH. Parts des jeunes de 16 à 20 ans reconnaissant avoir conduit un véhicule en état d'ivresse, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
Jamais	78.9	79.8	43.6	48.5	60.1	62.8
1 ou 2 fois	9.8	10.6	25.9	20.3	18.4	15.9
Plusieurs fois	7.2	5.5	15.9	17.6	11.8	12.1
Très souvent	1.5	2.7	12.7	10.2	7.5	6.8

« Au cours des 12 derniers mois, combien de fois avez-vous conduit un véhicule (vélo, vélomoteur, moto, voiture) en ayant bu passablement d'alcool (en étant un peu ivre)? »

Il existe d'autres complications potentielles liées à la consommation d'alcool, la plupart sont exposées dans le tableau 56.

On voit que la part des jeunes de 16 à 20 ans ayant connu des dommages corporels, financiers ou psychologiques suite à une consommation d'alcool est élevée : 39.2% des adolescentes valaisannes et plus de la moitié des adolescents valaisans (52.5%) ont rencontré au moins une fois un problème résultant de leur propre consommation d'alcool.

Ces problèmes sont plus présents chez les apprentis (55.9%) que chez les étudiants (30.6%), et également plus présents parmi les apprentis (filles et garçons) valaisans (55.9%), que parmi les suisses (40.6%).

Tableau 56. Etude SMASH. Pourcentages de jeunes de 16 à 20 ans admettant avoir connu divers problèmes suite à une consommation d'alcool, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
Au moins un problème individuel	24.7	16.8	39.1	33.5	32.4	25.8
Diminution des performances à l'école, au travail, y compris absentéisme	4.1	2.9	7.8	5.3	6.1	4.2
Objets ou habits endommagés	11.9	7.9	25.0	21.7	18.8	15.5
Valeurs perdues (argent, etc.)	11.3	8.9	18.6	16.0	15.2	12.8
Accidents, blessures	11.4	6.2	22.7	16.6	17.4	11.9
Au moins un problème relationnel	22.2	14.7	37.0	27.4	30.0	21.6
Querelle, bagarre	7.7	4.7	26.9	17.6	17.9	11.8
Problèmes relationnels avec des ami(e)s	14.9	8.1	14.5	9.8	14.7	9.0
Problèmes relationnels avec vos parents	6.7	5.4	11.0	8.5	9.0	7.1
Problèmes relationnels avec vos enseignant(e)s	0.0	0.8	4.6	2.0	2.4	1.5
Problèmes relationnels avec des collègues	2.1	3.4	5.0	4.5	3.6	4.0
Au moins une relation sexuelle	10.4	7.9	18.3	15.4	14.6	12.0
Relation sexuelle non voulue	6.7	4.1	9.1	7.1	8.0	5.7
Relation sexuelle non protégée	6.7	5.5	7.3	7.3	7.0	6.5
Problèmes d'érection (ne pas arriver à bander)	-	-	6.8	5.1	6.8	5.1
Total (au moins une fois un problème quelconque)	39.2	27.0	52.5	46.4	46.2	37.6

« Avez-vous déjà eu un problème après avoir consommé de l'alcool ? »

5.5.3.6. Tendances

La part des adolescents valaisans de 16 à 20 ans à conduire en état d'ivresse au cours des 12 mois précédents l'enquête est en augmentation : 10.6% des filles et 42.6% des garçons l'avaient fait au moins une fois en 1992, alors qu'aujourd'hui, ils sont respectivement 18.6% et 54.5%. Il n'y a aucune différence suivant la filière de formation, puisque la proportion augmente de 14.1% chez les apprentis et de 12.2% chez les étudiants.

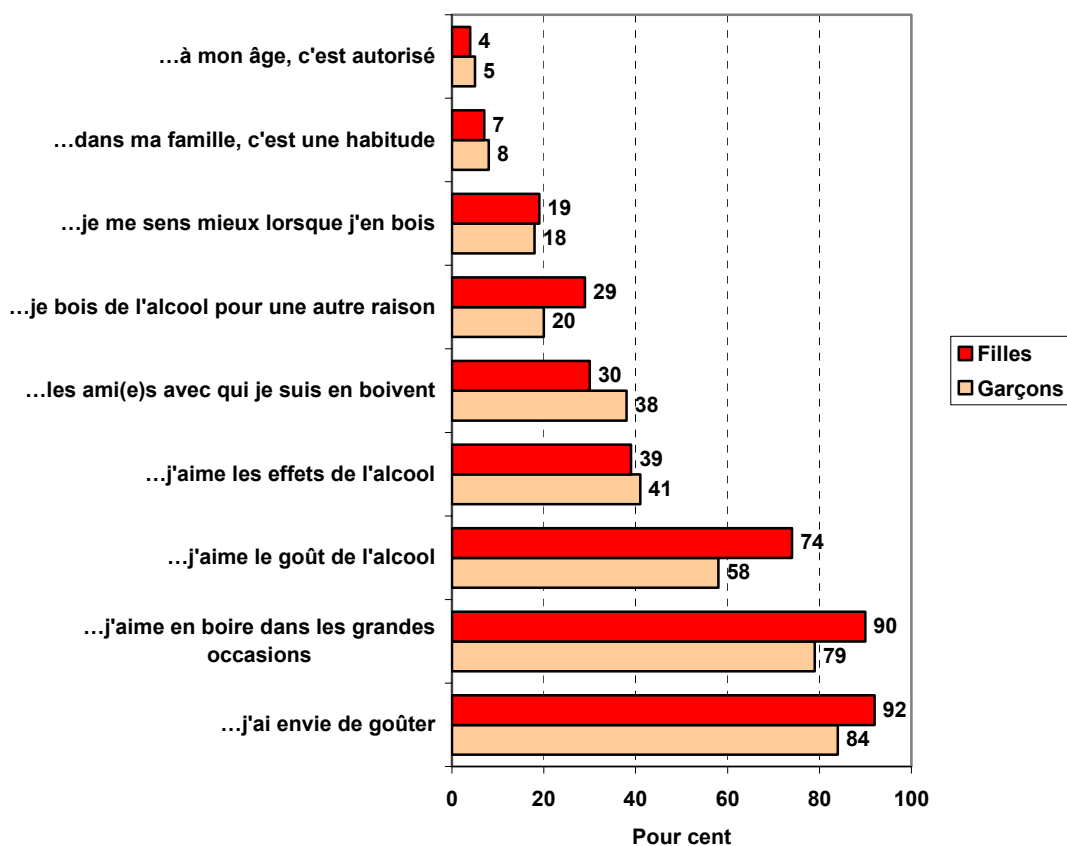
5.5.3.7. Raisons de consommer ou non de l'alcool

Les écoliers valaisans de 14 à 15 ans ont été questionnés sur les raisons de consommer ou non de l'alcool. Elles sont exposées dans les figures 48 et 49.

La grande majorité des écoliers disent aimer le goût et les effets de l'alcool. Près d'un écolier sur cinq boit pour se sentir mieux.

Figure 48. Etude HBSC. Raisons de consommer de l'alcool, mentionnées par les écoliers valaisans de 14-15 ans, en % selon le sexe (118 garçons et 140 filles).

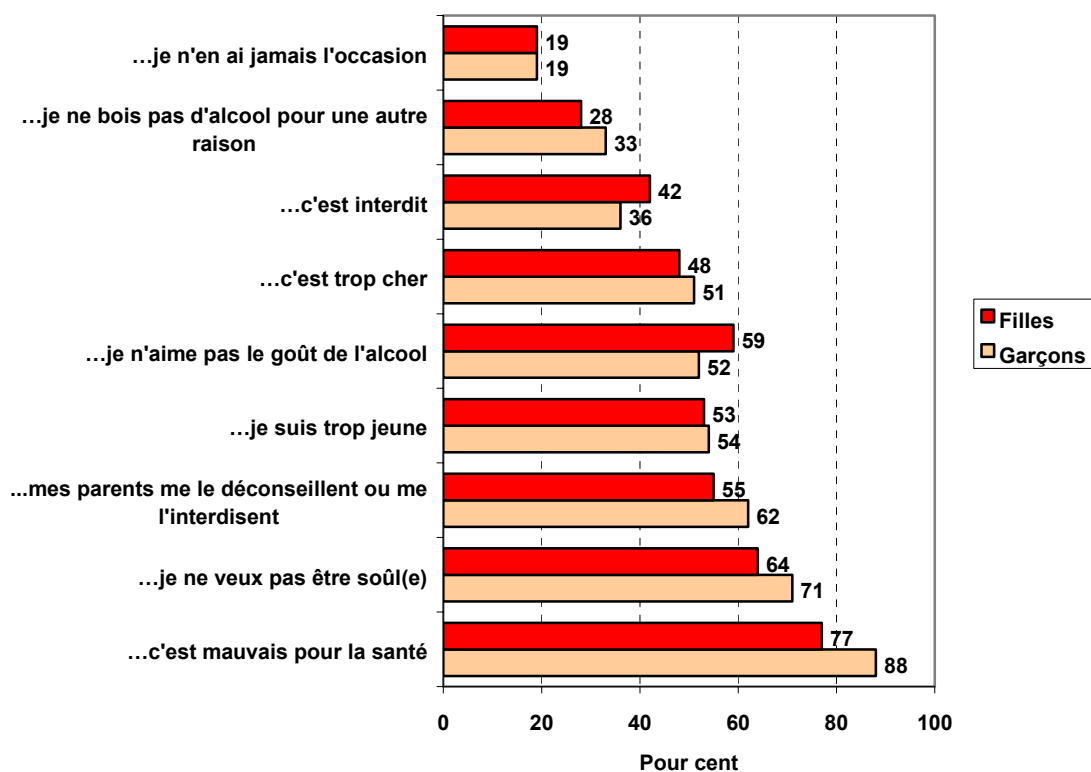
Si tu as déjà bu de l'alcool, explique pour quelles raisons.
Je bois de l'alcool parce que...



Comme pour le tabac, les jeunes ne consommant pas d'alcool évoquent la dangerosité du produit pour la santé. La crainte de se retrouver soûl vient ensuite ; le coût, qui était en deuxième position pour le tabac se trouve relégué en sixième position.

Figure 49. Etude HBSC. Raisons avancées par les écoliers valaisans de 14-15 ans ne buvant pas pour expliquer une absence de consommation d'alcool, en % selon le sexe (73 garçons et 77 filles).

Si tu ne bois pas d'alcool, généralement, explique pour quelles raisons.
Je ne bois généralement pas d'alcool parce que...



5.5.4. Cannabis

En Suisse, les produits dérivés du cannabis sont de loin les drogues illégales les plus répandues ; dans la plupart des cas, le premier contact avec ces substances survient au cours de l'adolescence. Si il est établi qu'une utilisation expérimentale, occasionnelle ou récréative du cannabis n'entraîne pas de dommage, la plupart des auteurs s'accordent à dire que les effets négatifs d'une consommation régulière de cannabis sont démontrés tant sur la santé physique que mentale ⁶³ : effets à long terme sur le tractus respiratoire, risque augmenté de psychose ou de troubles neuropsychologiques. Ce sont cependant surtout les effets à court et moyen termes sur l'insertion familiale, sociale et professionnelle d'un usage abusif de cannabis qui préoccupent les parents et les professionnels. ⁶⁴

C'est avant l'âge de 15 ans que débute la consommation du cannabis pour la moitié des adolescents (tableau 57) : 44.7% des jeunes valaisans et valaisannes de 15 ans déclarent avoir déjà fumé au moins une fois du cannabis (29.7% à 14 ans), ce qui place le cannabis en troisième

position dans les substances psychotropes consommées par les adolescents, derrière le tabac et l'alcool. On observe qu'un écolier sur dix environ expérimente une ou deux fois le cannabis, sans pour autant renouveler l'expérience, soit parce qu'elle ne s'est pas avérée concluante (ils se sont sentis mal), soit parce que leur intérêt pour la substance a disparu.⁶⁵ On parlera de consommation expérimentale de cannabis.

Tableau 57. Etude HBSC. Prévalence à vie de consommation de cannabis chez les jeunes de 14-15 ans, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	14 ans		15 ans		Garçons		Filles		Tous	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH
	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=
	195	1266	181	1689	172	1441	204	1514	376	2955
Jamais	70.3	73.8	55.3	58.5	63.4	60.2	62.7	69.7	63.0	65.1
Une ou deux fois	7.7	10.2	16.0	11.5	11.7	12.0	11.7	9.9	11.7	10.9
3-9 fois	10.8	6.7	8.9	10.3	10.5	9.5	9.3	8.1	9.9	8.8
10-39 fois	5.7	4.3	9.4	8.5	4.7	6.7	9.8	6.7	7.5	6.7
40 fois ou plus	5.6	5.1	10.5	11.1	9.9	11.6	6.4	5.6	8.0	8.5

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

On remarque que près d'un garçon valaisan de 14-15 ans sur 10 (9.9%) a ou a été un grand consommateur de cannabis (40 fois ou plus), pour 6.4% de filles du même âge. Par rapport à leurs homologues suisses, les garçons valaisans – au contraire des filles valaisannes par rapport aux filles suisses – sont proportionnellement moins nombreux à en avoir déjà beaucoup consommé.

Tableau 58. Etude SMASH. Prévalence à vie de consommation de cannabis chez les jeunes de 16-20 ans, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH
	n=194	n=3380	n=219	n=4040	n=413	n=7420
Non	49.0	46.5	37.7	36.3	43.0	41.0
Oui	51.0	52.8	60.9	63.2	56.3	58.5

« Au cours de votre vie, avez-vous déjà consommé du cannabis (ou marijuana, haschisch, herbe) ? »

Le tableau 58 montre que plus de la moitié des adolescents valaisans de 16 à 20 ans ont déjà fumé du cannabis au cours de leur vie (60.9% des garçons et 51.0% des filles). 62.2% des apprenti(e)s valaisans (Suisse : 59.7%) ont déjà consommé du cannabis contre 46.5% des étudiant(e)s valaisans (Suisse : 55.4%). Si les apprenti(e)s ont un comportement plus ou moins similaire à leurs homologues suisses, en revanche, les étudiant(e)s valaisans sont proportionnellement moins nombreux que leurs homologues suisses à avoir consommé du cannabis au moins une fois au cours de leur vie.

5.5.4.1. Fumeurs de cannabis réguliers et occasionnels

Les élèves de l'enquête HBSC ont aussi été interrogés sur leur consommation de cannabis au cours de 12 derniers mois (tableau 59). Un nombre important d'entre eux a répondu en prendre fréquemment, formant le groupe de ceux qui en font un usage répété, à considérer comme abusif. En prenant les chiffres pour les jeunes valaisans qui ont déjà fumé mais n'en ont pas repris au cours des 12 derniers mois, soit sur une longue période (on ne peut pas parler de consommation actuelle pour ceux-là, même si ils en ont pris au moins une fois dans leur vie), on observe que 12.5% des écoliers de 14 ans, 22.4% de ceux de 15 ans (22.0% des garçons et 15.1% des filles) ont arrêté ou n'en ont fait qu'un usage expérimental.

Tableau 59. Etude HBSC. Prévalence de consommation au cours des 12 derniers mois de cannabis chez les jeunes de 14-15 ans, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	14 ans		15 ans		Filles		Garçons		Tous	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH	VS	CH
	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=	n=
	191	1246	174	1658	199	1492	166	1412	365	2904
Jamais	74.3	77.6	65.5	64.4	68.8	73.2	71.7	66.8	70.1	70.1
Une ou deux fois	8.4	8.9	11.4	10.4	9.5	8.4	10.2	11.2	9.8	9.8
3-9 fois	6.8	6.2	7.5	9.8	8.0	8.6	6.0	7.8	7.2	8.2
10-39 fois	7.8	3.3	8.0	7.3	10.0	5.9	5.4	5.3	7.9	5.6
40 fois ou plus	2.6	4.0	7.5	8.1	3.5	3.9	6.6	8.9	4.9	6.3

« As-tu déjà pris du cannabis (joint, shit, herbe, marijuana, haschisch) au cours des 12 derniers mois ? »

La fréquence de consommation chez les 16-20 ans a été explorée sur le mois précédant l'enquête. Le tableau 60 reporte les différents pourcentages observés. Trois adolescentes valaisannes sur quatre et un garçon valaisan sur deux n'ont signalé aucune consommation durant les trente derniers jours, les garçons suisses étant proportionnellement très légèrement plus nombreux que les valaisans dans ce cas.

Tableau 60. Etude SMASH. Fréquence de consommation de cannabis chez les jeunes de 16-20 ans au cours des 30 derniers jours, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS	CH	VS	CH	VS	CH
	n=194	n=3380	n=219	n=4040	n=413	n=7420
Jamais	72.0	72.1	53.0	58.4	61.9	64.6
Une ou deux fois	13.0	12.9	17.8	12.4	15.5	12.6
3 à 9 fois	5.2	5.1	7.3	6.3	6.3	5.7
Plus souvent	5.2	4.7	8.7	8.7	7.0	6.9
Tous les jours	3.6	3.8	11.9	12.7	8.0	8.6

« Au cours des 30 derniers jours, vous est-il arrivé de prendre du cannabis (ou marijuana, haschisch, herbe) ? »

Si, comme pour les écoliers, on retient de ceux qui ont déjà fumé au moins une fois dans leur vie du cannabis, ceux qui n'ont pas fumé le mois précédent l'enquête, on arrive à déterminer que 45.4% des adolescentes valaisannes et 26.9% des adolescents valaisans ont abandonné (du moins provisoirement) l'usage du cannabis, et qu'ils sont, tous sexes confondus environ un quart (26.4%) à fumer rarement (1-2 fois). Ainsi, un tiers des adolescents valaisans ont renoncé plus ou

moins à leur consommation et un pourcentage supplémentaire de 25 à 30% en font un usage occasionnel. Cela confirme que si le pourcentage de jeunes consommateurs de cannabis a augmenté, le pourcentage de jeunes expérimentateurs occasionnels a aussi passablement augmenté. Le pourcentage de jeunes qui en font un usage régulier reste donc relativement faible par comparaison à l'ensemble des consommateurs. Moins de 5% des filles valaisannes et environ 12% des garçons valaisans de 16 à 20 ans avouent un usage quotidien voire pluri-quotidien du cannabis, les proportions valaisannes étant semblables aux proportions suisses.

Le tableau 61 permet de voir la proportion de jeunes qui ont signalé un problème en relation avec l'usage de drogue. Même si les pourcentages sont moins importants que pour la consommation d'alcool, il reste qu'un jeune valaisan sur cinq a eu au moins une fois un problème. Cependant une proportion importante de jeunes (1 sur 10) signale des problèmes scolaires ou professionnels liés à l'usage de drogues.

Si les conséquences de l'usage problématique d'alcool se font surtout sentir dans le domaine de la violence et de la sexualité, celles de l'usage des drogues (et du cannabis en particulier) se font sentir dans le domaine scolaire et professionnel. L'effet du cannabis sur la mémoire et sur les capacités d'attention se fait sentir au travers de ces chiffres chez des jeunes qui en consomment soit quotidiennement, soit plusieurs fois par semaine.

Tableau 61. Etude SMASH. Parts de jeunes de 16 à 20 ans admettant avoir connu divers problèmes après une consommation de drogues. Selon le genre (en %). Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
Au moins un problème individuel	10.3	12.0	16.8	19.3	13.8	15.9
Diminution des performances à l'école, au travail, y compris absentéisme	8.2	9.3	12.8	12.4	10.7	11.0
Objets ou habits endommagés	1.5	2.0	1.8	5.7	1.7	4.0
Valeurs perdues (argent, etc.)	2.1	4.0	3.7	7.1	2.9	5.7
Accidents, blessures	2.1	2.4	5.5	5.8	3.9	4.3
Au moins un problème relationnel	11.3	10.1	15.1	14.5	13.3	12.5
Querelle, bagarre	2.1	2.3	7.3	6.3	4.8	4.5
Problèmes relationnels avec des ami(e)s	7.7	5.4	6.4	6.0	7.0	5.7
Problèmes relationnels avec vos parents	5.2	6.4	7.3	7.0	6.3	6.7
Problèmes relationnels avec vos enseignant(e)s	0.5	1.5	1.8	2.0	1.2	1.8
Problèmes relationnels avec des collègues	1.0	3.0	2.7	2.7	1.9	2.8
Au moins une relation sexuelle	3.1	2.0	1.4	5.0	2.2	3.7
Relation sexuelle non voulue	1.5	1.4	0.9	3.3	1.2	2.5
Relation sexuelle non protégée	1.5	1.3	0.5	3.5	1.0	2.5
Total (au moins une fois un problème quelconque)	16.5	16.3	23.3	24.7	20.1	20.9
<i>« Avez-vous déjà eu un problème après avoir consommé de la drogue? »</i>						

Le tableau 62 indique que la connaissance du marché du cannabis par les jeunes écoliers valaisans est semblable à celle des jeunes écoliers suisses : près de la moitié d'entre eux sauraient où se procurer un joint sans problème.

Tableau 62. Etude HBSC. Connaissance du marché du cannabis chez les jeunes de 14-15 ans. Comparaison Valais-Suisse en %.

	14 ans		15 ans		Garçons		Filles		Tous	
	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=	VS n=	CH n=
	193	1266	184	1687	175	1445	202	1508	372	2953
Oui, sans problème	40.5	39.0	55.0	54.5	49.7	52.1	45.6	43.7	47.5	47.8
Peut-être, en me renseignant un peu	31.1	32.4	31.0	27.4	30.3	26.2	31.7	32.8	31.0	29.6
Non	28.5	28.7	18.0	18.0	20.0	21.7	26.2	23.5	23.3	22.6

« Saurais-tu où te procurer un joint (cannabis, shit, herbe, marijuana, haschisch) ? »

En conclusion, on voit que si en Valais, il apparaît que les jeunes fument moins de cannabis qu'en Suisse en général, la consommation expérimentale ou occasionnelle représente une proportion importante de la consommation. Par ailleurs, une proportion importante de jeunes consomment quotidiennement du cannabis et signalent des problèmes en relation avec cette consommation. Durablement cette consommation peut perturber leur développement psychosocial et leurs apprentissages scolaires et professionnels. Il serait important de saisir le rapport que certains jeunes entretiennent avec cette substance, soit d'une part la quantité consommée, la fréquence de consommation et surtout le contexte dans lequel celle-ci intervient, et la personnalité des jeunes usagers.

5.5.4.2. Tendances

En comparant les études 2002 aux précédentes, on voit que la prévalence à vie de consommation de cannabis a nettement augmenté, dans les deux tranches d'âges, chez les filles comme chez les garçons valaisans (figure 50). Il est également nécessaire de noter que les écolières valaisannes ont rattrapé les écoliers valaisans, et que la différence entre les adolescentes valaisannes et les adolescents valaisans s'est considérablement réduite.

Selon les résultats publiés par l'ISPA, chez les écoliers suisses, à l'exception d'une baisse chez les filles en 1990, la prévalence à vie n'a cessé d'augmenter de puis 1986, plus élevée chez les garçons que chez les filles. On observe une stabilité de la part des écoliers qui en prennent une seule fois (environ 20%), consommation expérimentale de cannabis. La progression de la prévalence à vie de la consommation de cannabis est donc due pour l'essentiel à l'augmentation considérable de la consommation répétée. La proportion de ceux qui n'en ont pas pris durant les 12 derniers mois a fortement augmenté depuis 1998.

En Valais, le phénomène est le même : en 1998, parmi les écoliers de 14-15 ans qui avaient déjà goûté au cannabis dans leur vie, 97.3% (96.7% des garçons et 97.9% des filles) en avaient consommé au cours des 12 mois précédant l'enquête ; en 2002, cette part diminue à 81.8% (78.0% chez les garçons et 84.9% chez les filles).

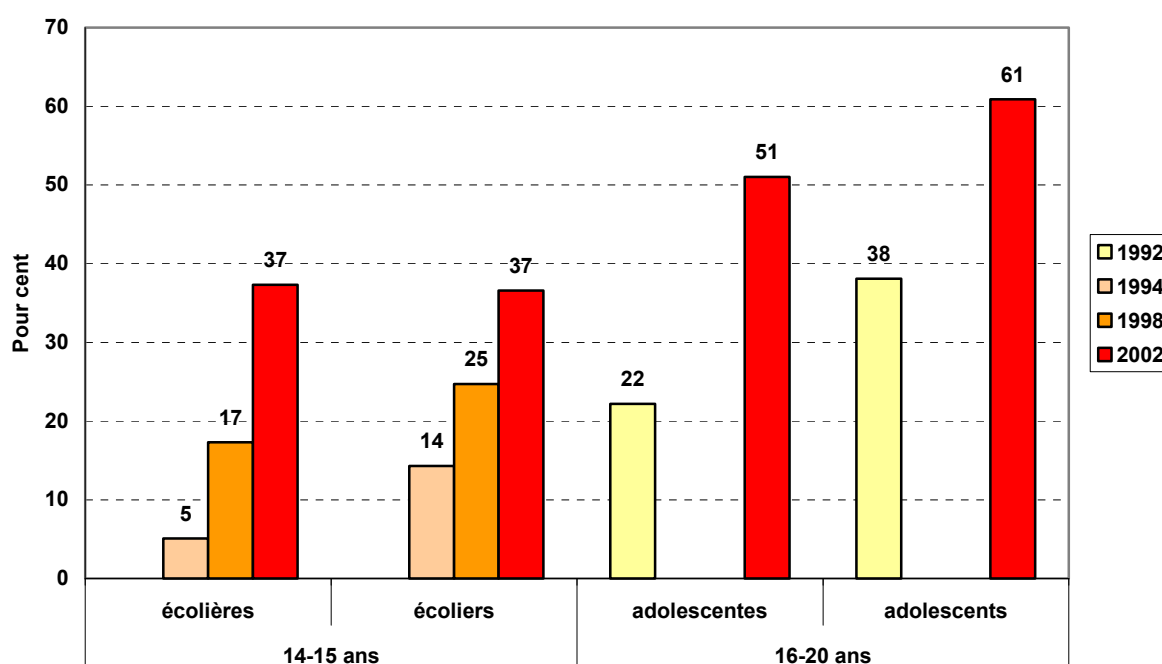
En définitive, on assiste à une évolution des comportements vers les extrêmes. L'enquête de 2002 enregistre un plus grand nombre d'élèves ayant consommé au moins une fois du cannabis dans

leur vie. Cette progression peut être attribuée à différents groupes de consommateurs : alors que le nombre des expérimentateurs (1 fois) est demeuré pratiquement constant, le groupe des adolescents qui n'ont plus pris de cannabis au cours des douze derniers mois, et de façon bien plus considérable, le groupe de ceux qui en ont consommé de manière répétée se sont élargis.

L'enquête SMASH révèle en outre une plus grande précocité d'accès au cannabis qu'en 1992, à l'époque c'était plutôt au-delà de 16 ans que cette initiation au cannabis avait lieu. Si, à l'époque, 8.1% des adolescents valaisans avaient consommé pour la première fois du cannabis avant 14 ans, en 2002 ils étaient 11.2% de jeunes valaisans dans le même cas. Si on prend la barrière des 16 ans comme point de repère, on avait en 1992, 41.4% de jeunes valaisans (filles : 41.7% ; garçons : 41.3%) qui avaient consommé pour la première fois du cannabis avant cet âge, en 2002, ils sont 55.6% (filles : 50.5% ; garçons : 59.5%).

L'augmentation de la prévalence à vie varie selon la filière de formation : chez les étudiants valaisans, elle est de 22.2% entre 1992 et 2002 (on est passé de 24.4% à 46.6%), et chez les apprentis, elle est de 29.8% (de 32.4%, on est passé à 62.2%).

Figure 50. Etudes HBSC et SMASH. Comparaison 1992-2002. Prévalence à vie de consommation de cannabis chez les jeunes valaisans de 14-20 ans, en % selon le sexe (HBSC : 1994 : n=217 ; 1998 : n=538 ; 2002 : n=376 ; SMASH : 1992 : n=381 ; 2002 : n=413).



5.5.5. Autres drogues

Le tableau 63 présente les parts des jeunes de 14 à 20 ans qui admettent avoir consommé une fois au moins dans leur vie une drogue illégale autre que le cannabis. Les parts les plus élevées

concernent chez les écoliers valaisans les drogues de synthèse, les colles, les champignons hallucinogènes, l'ecstasy et les amphétamines.

Pour les adolescents valaisans, ce sont les colles, le LSD, l'ecstasy, et à égalité la cocaïne et les médicaments. Si la part des répondants à avoir eu recours aux colles est élevée, c'est aussi parce que cette catégorie regroupe divers types de consommations par inhalation : colles, solvants, benzine, éther, hélium, etc. Attention à ne pas faire d'interprétation abusive de ces parts, les prévalences observées sont très faibles et tout commentaire à leur propos doit être formulé avec prudence.

Tableau 63. Etudes HBSC (Valais : 173 garçons et 200 filles ; Suisse : 1438 garçons et 1520 filles) et SMASH (Valais : 219 garçons et 194 filles ; Suisse : 4040 garçons et 3380 filles). Prévalence à vie de consommation de substances psychotropes chez les jeunes de 14-20 ans, selon l'étude et le genre en %. Comparaison Valais-Suisse.

		Filles		Garçons		Tous	
		VS	CH	VS	CH	VS	CH
Ecstasy	14-15 ANS	2.5	1.8	2.3	1.4	2.4	1.7
	Stimulants, amphétamines, speed	2.0	2.4	2.3	2.2	2.2	2.2
Ecstasy, thai, speed, designer drugs, autres stimulants	16-20 ANS	6.2	5.5	7.3	10.5	6.8	8.2
Héroïne (HBSC : + opium et morphine)	14-15 ANS	0.0	0.8	1.2	1.5	0.8	1.2
	16-20 ANS	1.5	0.9	1.8	1.7	1.7	1.4
Médicaments pour se droguer	14-15 ANS	2.0	3.1	0.6	1.7	1.3	2.4
	16-20 ANS	2.6	2.8	3.2	5.3	2.9	4.1
Cocaïne (SMASH : ou crack)	14-15 ANS	0.0	1.4	1.7	2.0	0.8	1.7
	16-20 ANS	2.1	3.6	3.6	8.1	2.9	6.0
Produits à inhaler, colle, sniff, solvants	14-15 ANS	2.0	5.8	6.9	5.0	4.2	5.5
	16-20 ANS	14.4	4.6	16.4	10.6	15.5	7.9
LSD LSD (trip) et champignons hallucinogènes Champignons hallucinogènes	14-15 ANS	1.0	1.3	1.7	1.5	1.4	1.4
	16-20 ANS	4.6	5.6	11.9	12.3	8.5	9.2
	14-15 ANS	3.5	2.8	2.9	4.1	3.3	3.4
GHB	16-20 ANS	1.0	1.4	1.4	4.3	1.2	3.0
<i>HBSC : « As-tu déjà pris un ou plusieurs de ces produits dans ta vie ? »</i>							
<i>SMASH : « Au cours de votre vie, avez-vous déjà consommé l'une des substances ? »</i>							

On constate que les valaisans ont des parts de consommation légèrement inférieures à celles de leurs homologues suisses, si ce n'est pour la colle.

Le tableau 64 présente les parts des consommateurs « récents » de produits psychotropes, dans le mois précédant l'enquête SMASH. On constate que les parts observées sont nettement plus faibles que dans le tableau des prévalences à vie : seul un tiers des jeunes valaisans qui ont signalé au moins un usage au cours de leur vie en ont usé récemment. Ce qui fait que les deux tiers en tout cas des jeunes consommateurs (71.6%) en font un usage occasionnel, voire purement exploratoire.

Tableau 64. Etude SMASH. Parts des adolescents de 16 à 20 ans signalant avoir usé de substances psychotropes, en % selon le genre. Comparaison Valais-Suisse.

	Filles		Garçons		Tous	
	VS n=194	CH n=3380	VS n=219	CH n=4040	VS n=413	CH n=7420
Colles, sniff	3.1	1.2	4.1	3.1	3.6	2.2
Ecstasy, speed	1.5	1.7	2.3	3.9	2.0	2.9
LSD (trip)	1.0	0.4	1.9	2.9	1.4	1.8
Médicament	1.0	0.5	1.4	1.1	1.1	0.8
Cocaïne, crack	1.0	1.0	1.0	3.2	1.0	2.3
Tranquillisants (sans ordonnance)	1.0	1.4	0.0	1.0	0.4	1.3
GHB	1.0	0.3	0.0	1.3	0.4	0.9
Héroïne	0.0	0.5	0.5	0.5	0.2	0.5

« Au cours des 30 derniers jours, vous est-il arrivé de prendre l'une de ces substances ? »

Ce que l'on peut retenir, c'est que c'est entre 16 et 20 ans que les adolescents ont leurs premiers contacts avec des substances psychoactives illégales autres que le cannabis, mais ce contact, outre le LSD et l'ecstasy, reste très marginal.

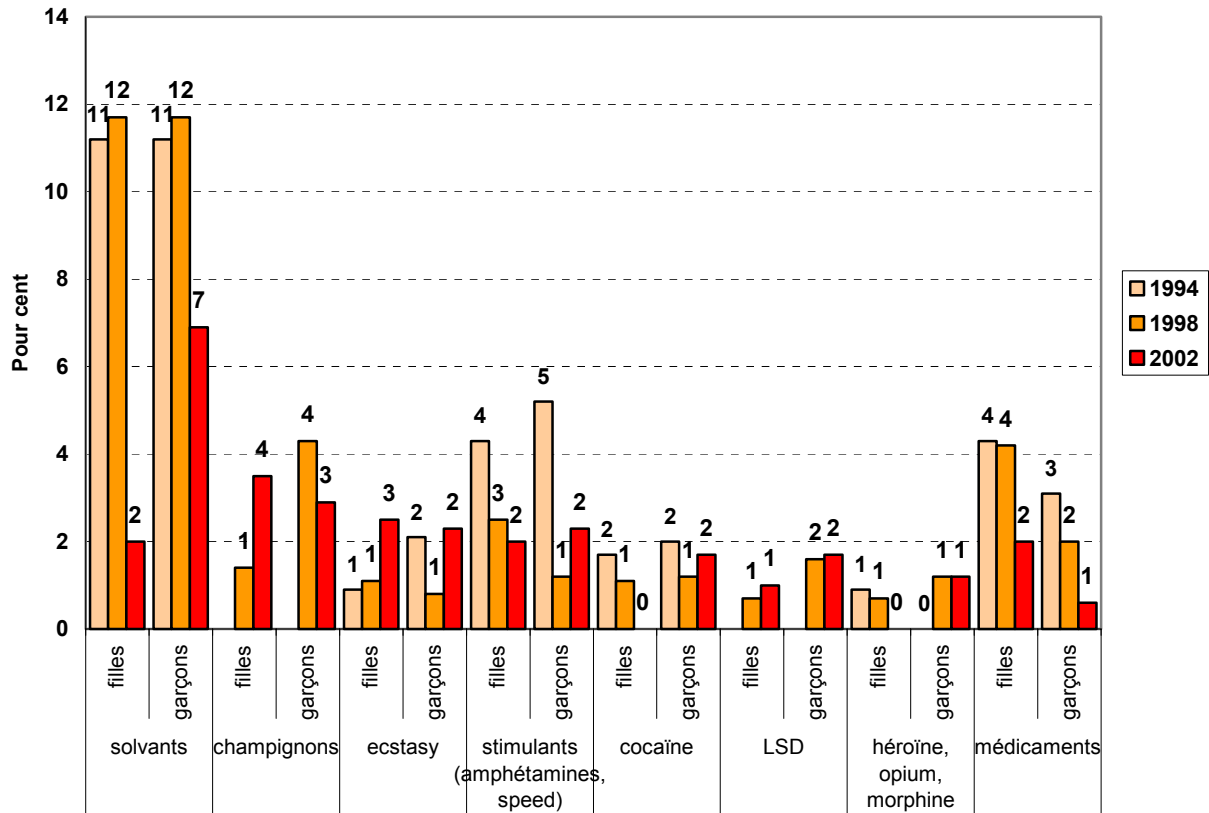
5.5.5.1. Tendances

La seule tendance statistiquement significative chez les 14-15 ans valaisans est celle de la consommation de solvants durant la vie, et cette dernière est à la baisse (figure 51). En 1994, 11.2% des écoliers et des écolières en Valais avaient respiré au moins une fois des produits à inhaler, en 1998, cette part était de 11.7%. En 2002, la part tombe à 6.9% pour les garçons et à 2.0% pour les filles.

La tendance observé est inverse chez les 16-20 ans valaisans en 1992, 4.5% des adolescent(e)s valaisans avaient consommé des produits à inhaler au moins une fois au cours de leur vie, en 2002, cette part est de 15.5%. Une explication possible pourrait être que le collectif cible HBSC de 1994 se retrouve dans le collectif cible de SMASH de 2002.

Concernant les substances hallucinogènes (LSD, trip, champignons et GHB) chez les 16-20 ans, la tendance est à la hausse : en effet, si en 1992, 5.5% des adolescents valaisans interrogés indiquaient en avoir consommé au moins une fois au cours de leur vie, ils sont 10.8% en 2002.

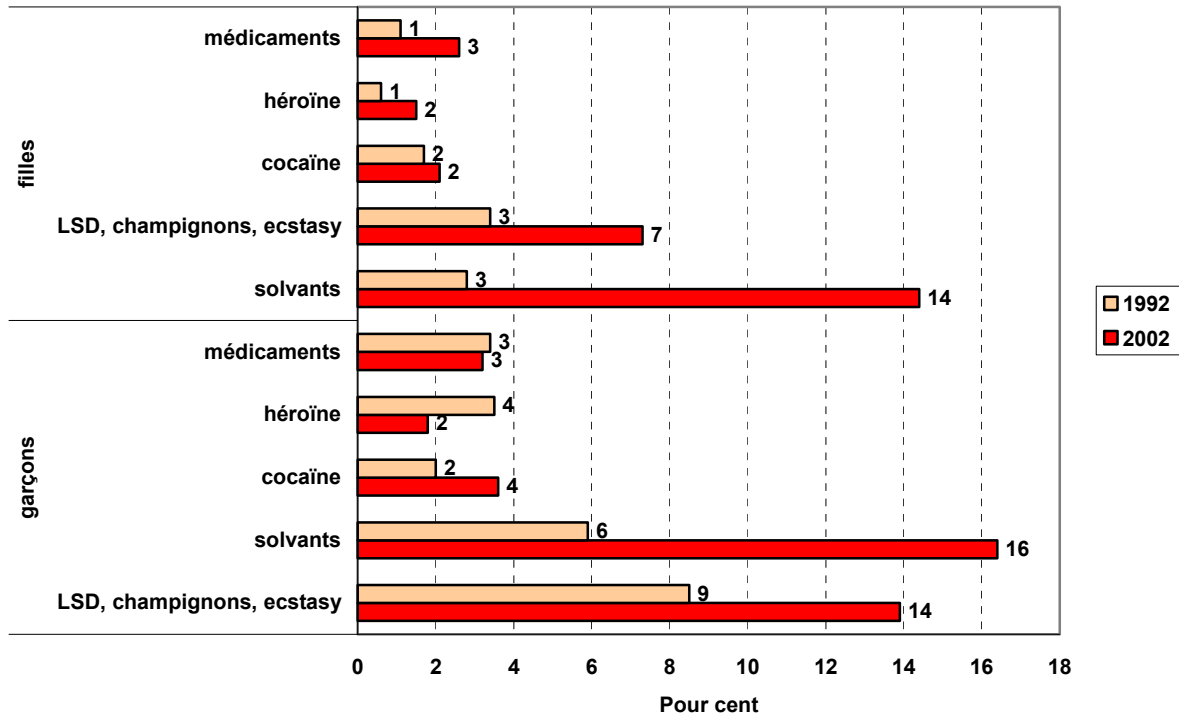
Figure 51. Etude HBSC. Comparaison 1994-1998-2002. Prévalence à vie de consommation de substance psychotropes chez les écoliers valaisans de 14-15 ans, en % selon le sexe (1994 : n=214 ; 1998 : n=538 ; 2002 : n=374).



Au niveau national, la consommation d'ecstasy par les 15 et 16 ans a nettement augmenté en 2002 par rapport à 1994, passant de 1,8% en 1994, à 3,3% en 2002. La consommation de cocaïne a elle aussi augmenté en 2002, avec des parts de 3,4% chez les garçons et de 1,7% chez les filles.

Le développement des tendances de consommation des substances illégales telles l'ecstasy, la cocaïne, l'héroïne ou le LSD est toutefois difficile à estimer au plan statistique, dans la mesure où le nombre peu élevé des cas recensés exige la plus grande prudence en termes d'interprétation. ⁶⁶

Figure 52. Etude SMASH. Comparaison 1992-2002. Prévalence à vie de consommation de substance psychotropes chez les adolescents valaisans de 16-20 ans, en % selon le sexe (1992 : n=381 ; 2002 : n=413).

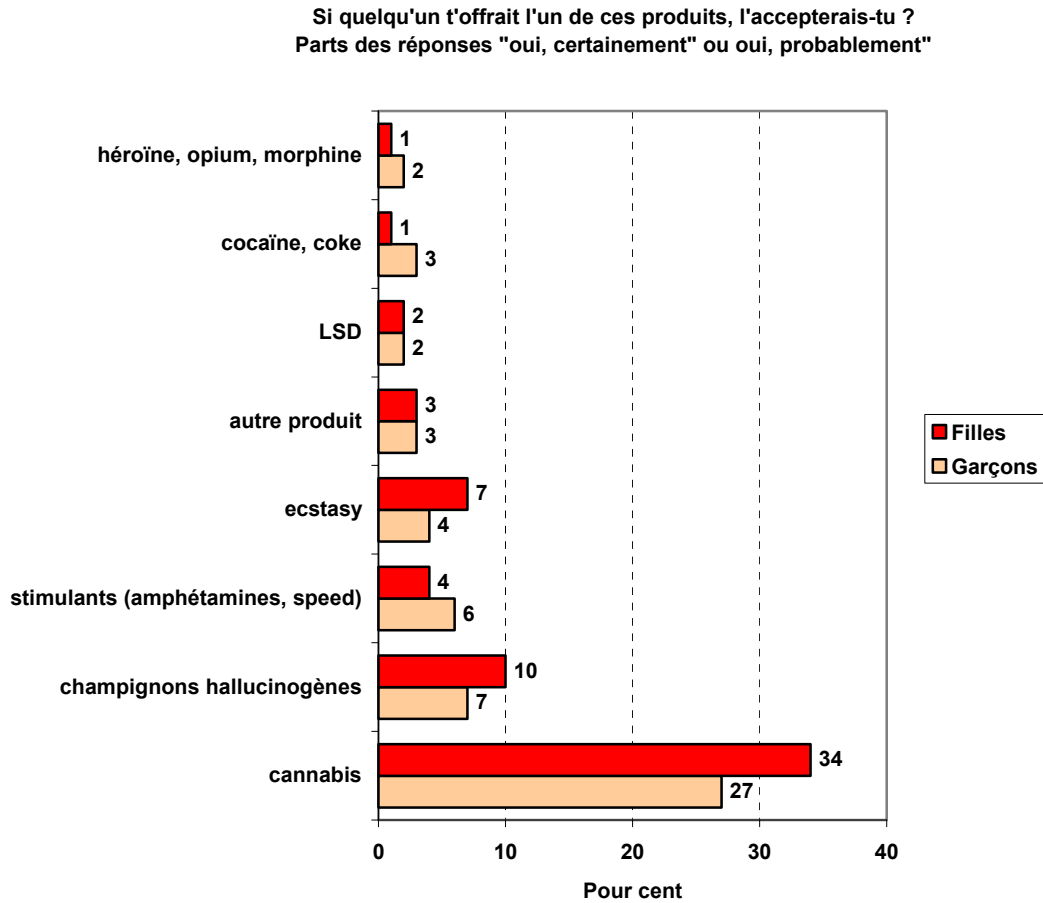


5.5.6. Disponibilité d'acceptation de drogues illégales et raisons avancées

La disposition d'un écolier à accepter un produit qu'on lui offre est explorée dans la figure 53. Il est à noter que la disponibilité d'acceptation de cannabis est plus grande chez les filles que chez les garçons. A la question « Si quelqu'un t'offrait l'un de ces produits, l'accepterais-tu ? » concernant le cannabis, 65.8% des écolières valaisannes de 14-15 ans répondent non (Suisse : 69.9%), contre 73.1% des écoliers valaisans du même âge (Suisse : 67.1%). Si l'écolier valaisan se montre moins disposé que son homologue suisse, l'inverse est observé chez les filles.

Les différentes raisons invoquées pour avoir déjà consommé une drogue illégale sont illustrées dans la figure 54. Si les écoliers valaisans sont environ 70% à n'avoir jamais pris de drogue, les autres 30% sont en grande partie poussés par la curiosité. En effet 95% écolières et 79% des écoliers valaisans qui ont déjà pris de la drogue l'ont fait parce qu'elles « avaient envie d'essayer ». Le fait d'en aimer les effets est évoqué par 76% des filles et 61% des garçons.

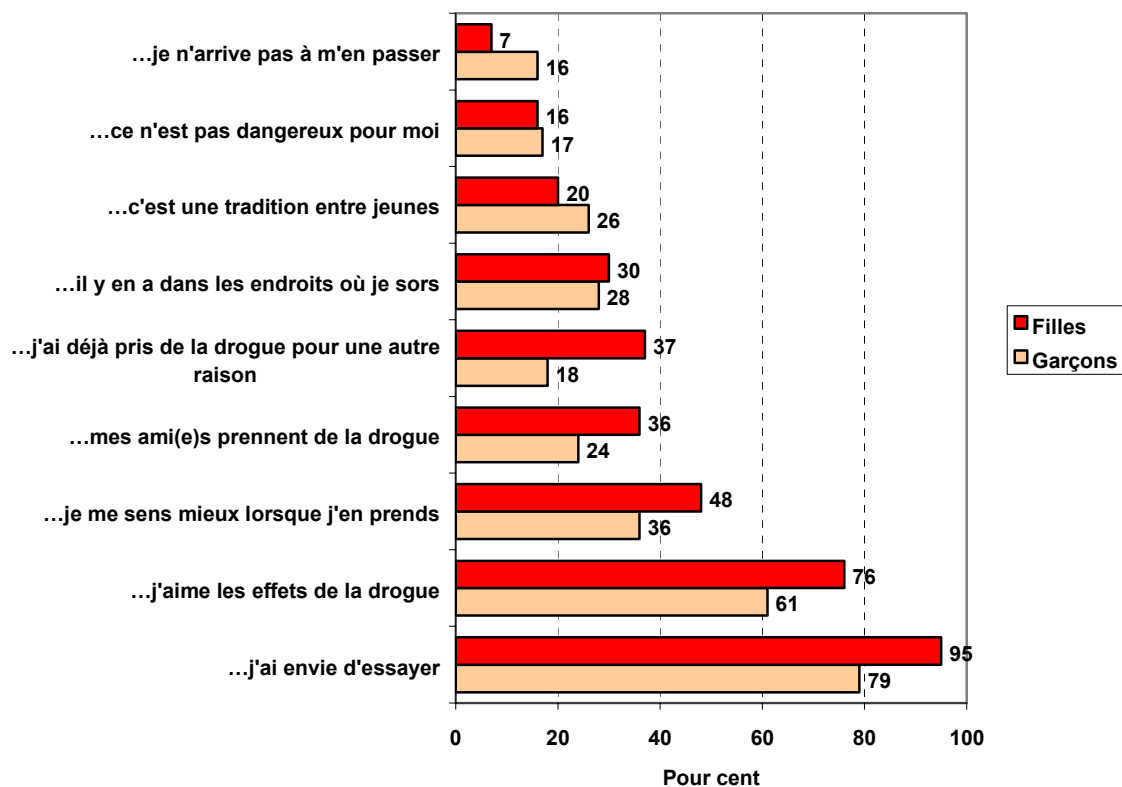
Figure 53. Etude HBSC. Disponibilité d'acceptabilité de drogues illégales chez les écoliers valaisans de 14-15 ans, en % selon le sexe (171 garçons et 100 filles)



Enfin, c'est une consommation qui permet de « se sentir mieux » à 48% des écolières et à 36% des écoliers. On constate l'effet « socialisant », dans une certaine mesure, et l'effet normalisant de l'usage des drogues illégales également pour 36% des filles et 24% des garçons.

Figure 54. Etude HBSC. Raisons avancées par les écoliers valaisans de 14-15 ans pour expliquer une consommation de drogues illégales, en % selon le sexe (47 garçons et 59 filles).

Si tu as déjà pris de la drogue, explique pour quelles raisons.
J'ai déjà pris de la drogue parce que...

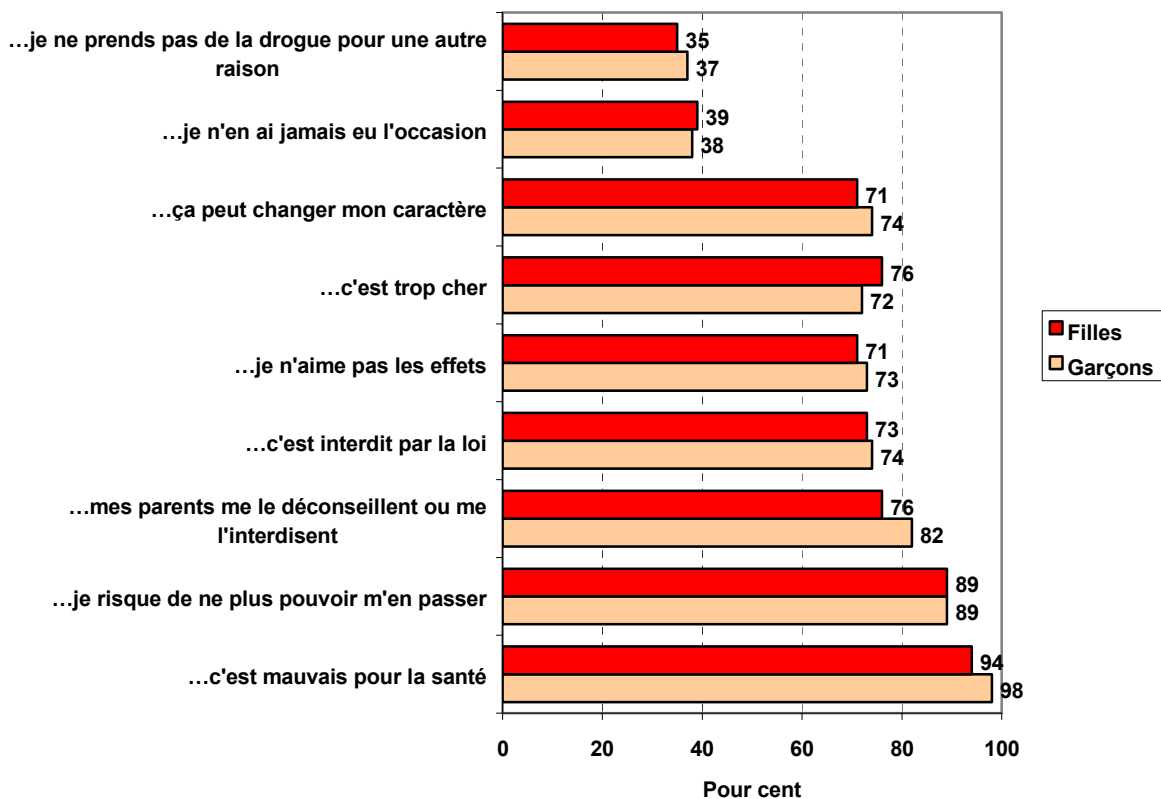


Les raisons invoquées par les écoliers valaisans pour ne pas consommer de drogues sont exprimées dans la figure 55. On constate que les jeunes sont conscients des risques qu'entraînerait une consommation de drogue : risque pour leur santé, risque sur leur personnalité et risque de dépendance. L'interdit de la loi ne vient qu'en quatrième position à égalité avec la cherté du produit et la non appréciation des effets du produit.

Figure 55. Etude HBSC. Raisons avancées par les écoliers valaisans de 14-15 ans pour expliquer une non consommation de drogues illégales, en % selon le sexe (129 garçons et 141 filles).

Si tu ne prends généralement pas de drogue, explique pour quelles raisons.

Je ne prends pas de drogue parce que...

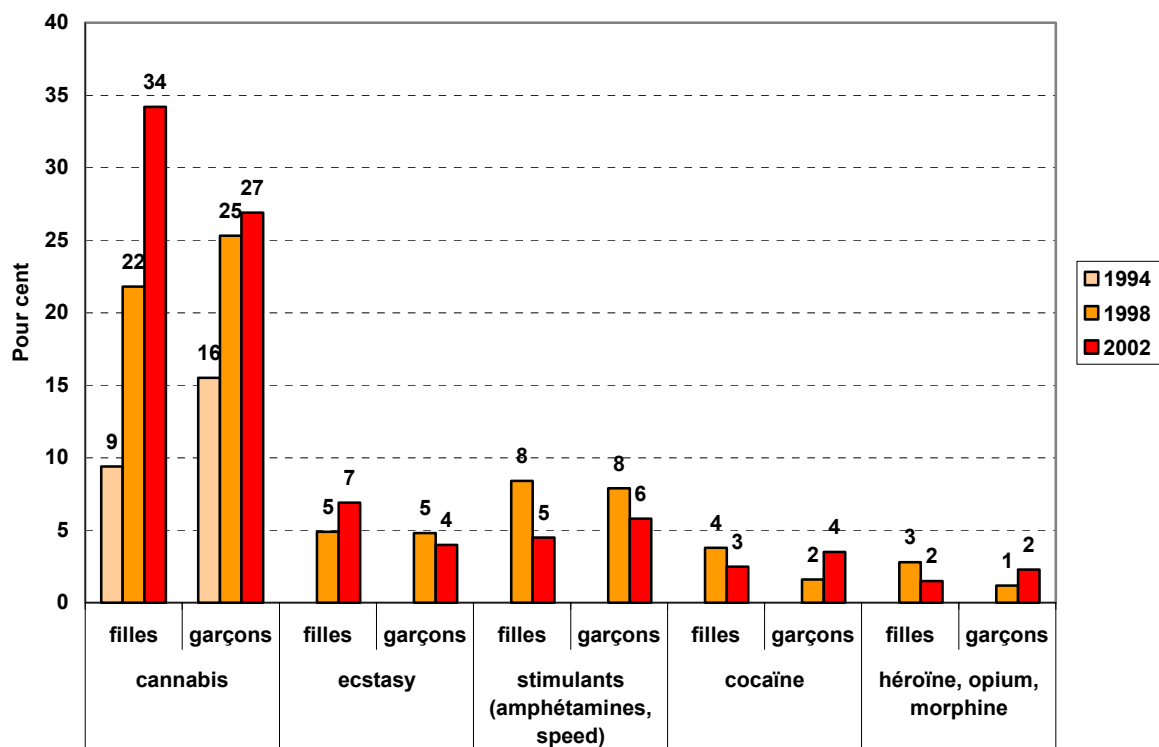


5.5.6.1. Tendances

Chez les 11-15 ans valaisans, on observe une augmentation de la disponibilité d'acceptation du cannabis (figure 56). En 1994, 15.5% des garçons et 9.4% des filles auraient accepté du cannabis si on leur en offrait : en 1998, on a 25.3% des garçons et 21.8% des filles, et en 2002, on a 26.9% des garçons et 34.2% des filles qui accepteraient ce produit. L'augmentation est donc particulièrement marquée chez les filles.

Il est très difficile de dégager des tendances pour les autres drogues, si ce n'est pour les stimulants où la disponibilité d'acceptation de ces produits a diminué en 1998 et 2002 chez les garçons et chez les filles.

Figure 56. Etude HBSC. Comparaison 1994-1998-2002. Tendances de la disponibilité d'acceptation des drogues illégales chez les jeunes écoliers valaisans de 14-15 ans, en % selon le sexe (1994 : n=215 ; 1998 : n=538 ; 2002 : n=377).



6. Conclusions et recommandations

6.1. Conclusions

Les études HBSC et SMASH réalisées en 2002 ont permis de fournir une photographie de la situation des écoliers et des adolescents et de leur état de santé : besoins et comportements de santé, facteurs de risques et évaluation des grands changements intervenus depuis une dizaine d'années. Ces données doivent permettre de réfléchir à une planification optimale des services de soins et des programmes de prévention et de promotion de la santé en faveur des jeunes.

La majorité des jeunes interrogés s'estiment en bonne santé

Globalement, la majorité des jeunes valaisans jugent leur état de santé de manière positive. Seul une faible minorité des répondants pensent que leur santé est médiocre ou franchement mauvaise. Par ailleurs, une plus grande proportion de filles que de garçons s'estiment en mauvaise santé. Une proportion importante des jeunes se sentent par moment suffisamment déprimés pour avoir besoin d'un soutien. Les préoccupations touchant au stress, à la vie sentimentale et à l'alimentation tiennent une part importante.

Une minorité de jeunes souffrent d'états dépressif et conduites suicidaires

Plusieurs questions portaient sur l'image de soi et la santé mentale : l'image du corps est une facette particulièrement importante de la perception de soi, surtout à la période d'adolescence. Une proportion importante d'adolescents, surtout des filles, se déclaraient insatisfaits de leur aspect et de leur corps. De plus, une proportion importante de filles interrogées souffraient d'état dépressif, ceci en plus grande proportion que chez les garçons. Les apprentis sont plus touchés que les élèves. Les troubles du sommeil, souvent révélateur de troubles psychologiques sont eux aussi plus répandus chez les filles que chez les garçons.

La présence d'idées suicidaires à un moment ou à un autre de l'adolescence ne nécessite pas forcément de mesures particulières. En revanche, l'élaboration d'un plan pour se suicider est un signe beaucoup plus grave. Dans cette étude, une proportion importante d'adolescents valaisans a pensé au suicide et près de 5% rapportent une tentative de suicide au cours de leur vie. Ces chiffres doivent être pris avec beaucoup de sérieux. Il est important que la problématique du suicide reste une préoccupation de santé publique prioritaire. Plusieurs pays ont mis sur pied des campagnes de prévention dans ce domaine, soit en direction des jeunes, soit pour l'ensemble de la population.

Les comparaisons entre les 10 dernières années font apparaître une pénétration de la situation de la consommation de tabac, d'alcool et de cannabis

Cette enquête montre que la télévision et les ordinateurs prennent une place très importante dans les loisirs des écoliers et des adolescents. Ces chiffres doivent nous inquiéter même si pour l'instant, une très grande majorité de jeunes valaisans pratique du sport et que nous n'avons pas pu mettre en évidence dans ce collectif valaisan, une augmentation de la surcharge pondérale ou de l'obésité ni chez les garçons, ni chez les filles. Cependant il est nécessaire de mieux contrôler ces loisirs inactifs, afin d'éviter que le canton du Valais ne suive la tendance de l'augmentation nationale en terme d'obésité. Il est donc important d'installer une surveillance des problèmes de surcharge pondérale et d'obésité au niveau des écoles, ce d'autant plus que nous observons déjà parmi la population adulte valaisanne une augmentation de ce problème depuis quelques années.

Dans cette étude nous observons une augmentation importante de la proportion de fumeurs, autant chez les écoliers que chez les adolescents. Chez les écoliers garçons valaisans cette proportion passe de 5 à 7% et chez les filles de 4 à 10% entre 1994 et 2002. Par ailleurs, les résultats révèlent que à 11 ans, 27% des garçons et 9% des filles avaient déjà au moins fumé une cigarette, indiquant que les jeunes fument de plus en plus tôt et que des mesures de prévention doivent se faire également de plus en plus tôt à partir de la 5^e ou 6^e année d'école primaire pour les mesures de prévention en milieu scolaire. La réduction du tabagisme chez les jeunes demeure toujours un défi de taille pour la santé publique. Ceci d'autant plus que la Suisse est très en retard dans ce domaine par rapport aux pays européens qui nous entourent.

Cette étude a permis de montrer qu'une part importante des écoliers valaisans boit régulièrement de l'alcool et que son initiation se fait de plus en plus tôt, dès 11 ans. Par ailleurs, nous notons une augmentation importante de la consommation des alcools parmi le groupe 11 à 15 ans entre 1994 et 2002, alors que la consommation des autres types d'alcool est relativement stable. Par ailleurs, nous notons une augmentation très importante de la consommation d'alcool fort chez les adolescents entre 1992 et 2002 (de 14 à 22% chez les filles et 24 à 30% chez les garçons). La tendance à l'augmentation du pourcentage des jeunes qui ont déjà bu jusqu'à l'ivresse est aussi inquiétante. En terme de santé publique, ce n'est pas tant la consommation d'alcool en soi qui occasionne des problèmes que les risques, que cette consommation abusive entraîne pour d'autres comportements, tels que la conduite d'un véhicule, la violence ou les relations sexuelles non protégées. La réduction des risques de l'abus d'alcool doit s'intégrer dans tout contenu de programmes de prévention.

Cette étude montre également une augmentation inquiétante de la consommation de cannabis en Valais, comme dans le reste de la Suisse. Parmi les 14-15 ans la prévalence à vie a passé de 5% chez les filles et 14% chez les garçons à 37% entre 1994 et 2002. Parmi les adolescents valaisans, nous observons également la prévalence à vie de consommation de cannabis a doublée entre 1992 et 2002, passant de 20% à 51% chez les filles et de 38% à 61% chez les garçons. Cette augmentation chez les adolescents est plus marquée parmi les apprentis que les étudiants. Ces fréquences de consommation de cannabis parmi les 14 à 20 ans confirment une certaine banalisation du phénomène. Ces chiffres doivent être pris au sérieux et des mesures de prévention importantes doivent être mises en place, ceci d'autant plus que la concentration de la substance active a considérablement augmenté ces dernières années, ayant des effets secondaires importants qui peuvent également entraîner des troubles du comportement lors de la conduite d'un véhicule et détériorer les capacités scolaires ou professionnelles.

6.2. Recommandations

Cadre de vie : développer un réseau relationnel et social qui favorise la santé

Pour avoir un impact positif sur la santé et le bien-être, il est important de réaliser un réseau avec l'entourage familial, scolaire, professionnel et social.

L'école occupe une place stratégique, non seulement en tant que lieu d'apprentissage important pour l'avenir des jeunes, mais aussi comme lieu de vie et de rencontres. Il faut continuer à soutenir et même renforcer les efforts de promotion qui se font en milieu scolaire. Car l'école peut toucher tous les jeunes valaisans de manière égalitaire, et ceci en dehors de ce qui se passe dans le milieu familial. En dehors des programmes de prévention ciblés, il est important que les enseignants réalisent l'impact qu'ils peuvent avoir sur les jeunes en donnant des messages de prévention à leurs élèves.

Une bonne insertion dans un milieu scolaire et professionnel valorisant constitue un atout important pour rester en bonne santé, d'où l'importance de développer les choix et les possibilités en matière de places d'apprentissage et, plus globalement de favoriser le maintien dans une filière de formation d'un maximum d'adolescents.

De plus, les jeunes ne sont pas égaux face à l'avenir et cela se manifeste dans les résultats de cette enquête sur l'évaluation subjective de la santé. C'est systématiquement chez les filles et parmi les apprentis que nous observons une moins bonne perception de la part des jeunes de leur santé, des plaintes subjectives plus fréquentes et un sentiment d'être heureux moins souvent ressenti. Des mesures doivent être prises pour éviter une aggravation de ces disparités.

Une attention tout particulière doit être portée aux problèmes de santé mentale. En particulier il faut que tous les intervenants soient attentifs, en particulier aux problèmes de dépression et que ces jeunes soient rapidement aiguillés vers des spécialistes. Par ailleurs, la problématique du suicide reste un problème de santé publique important, surtout parmi les adolescents. Il faut mettre sur pied des réseaux permettant une meilleure collaboration entre intervenants de premier recours (infirmières scolaires, médiateurs et travailleurs sociaux) et les professionnels. Il faut également une meilleure sensibilisation et formation des professionnels appelés à intervenir auprès d'adolescents en difficulté, et ceci dans tous les milieux de vie fréquentée par les jeunes : centres de loisirs, services sociaux, écoles, services de soins, etc. Il faut également intensifier la collaboration entre tous les intervenants avec des associations existantes en Valais, comme l'association valaisanne pour la prévention du suicide « Parspas ».

Activité physique et conduite alimentaire

L'enseignement concernant l'alimentation et l'exercice physique doit être intensifié dans le cadre scolaire. Il devra être donné par les enseignants eux-mêmes ou par des intervenants extérieurs. 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 en ne surchargeant pas les élèves en devoirs.

Usage de tabac, d'alcool et de cannabis

Dans le cadre de la lutte contre le tabac, il faut intervenir très tôt (dès 10 ans) avec des outils de type interactifs. Il est important de promouvoir un environnement sain, comme des écoles et des lieux sans fumée et pour les adolescents plus âgés, de permettre l'accès à des programmes de sevrage tabagique. Par ailleurs, il faut rappeler que les méthodes de lutte contre le tabagisme chez les jeunes les plus efficaces, restent des mesures économiques et législatives comme l'augmentation du prix du paquet de la cigarette, la restriction d'accès à la cigarette et l'interdiction de la publicité. Il faut rappeler que la Suisse a pris du retard dans ce domaine par rapport aux autres pays d'Europe.

La lutte contre les excès de consommation d'alcool est plus complexe dans une société qui la tolère. Comme dans la lutte contre le tabagisme, les mesures économiques et législatives ont un impact important sur les jeunes. Les mesures prises récemment dans notre pays pour limiter l'accès aux boissons alcoolisées, telles que l'augmentation des taxes perçues sur les alcopops ont permis de diminuer leur vente. Une des mesures comme le passage du taux maximal d'alcoolémie de 0.8 à 0.5 ‰ devrait aussi avoir un effet préventif sur les adolescents ayant un permis de conduire. Dans ce domaine, il est important de continuer une campagne de prévention le plus tôt possible à l'école.

Au vu de l'augmentation massive de la consommation du cannabis au cours des dix dernières années et ceci, dès l'âge de 14 ans, il est important d'intervenir plus tôt que par le passé avec des activités de sensibilisation et de prévention. De plus, un nombre grandissant de jeunes ont une consommation quotidienne de cannabis avec comme conséquence des problèmes scolaires ou professionnels. Il est important d'associer les professionnels de l'éducation à ces formes de prévention. De plus, au vu de l'énorme augmentation de la concentration de substance active dans les produits fumés, des mesures doivent être prises afin de sensibiliser la population à ne plus banaliser ce produit. Les efforts de prévention doivent non seulement toucher les effets du mésusage de la substance, comme la conduite d'un véhicule, mais également les atteintes à la santé mentale des adolescents, en les dirigeant vers des professionnels de santé.

7. Index des figures

Figure 1.	Etude HBSC (528 garçons et 585 filles). Répartition selon les considérations sur la vie actuelle des écoliers valaisans de 11 à 15 ans.....	24
Figure 2.	Etude HBSC (522 garçons et 580 filles). Valeur moyenne de la considération de la vie actuelle sur une échelle allant de 0 (la plus mauvaise vie possible) à 10 (la meilleure vie possible) .	25
Figure 3.	Etudes HBSC (Valais : 525 garçons et 576 filles ; Suisse : 4543 garçons et 4746 filles) et SMASH (Valais : 219 garçons et 194 filles ; Suisse : 4040 garçons et 3380 filles). Part des jeunes de 11 à 20 ans ayant ressenti un trouble physique spécifique « au moins une fois par semaine » pour l'étude HBSC et « au moins assez souvent » pour l'étude SMASH, en % selon le sexe et l'étude. Comparaison Valais Suisse.	27
Figure 4.	Etude HBSC. Comparaison 1994-1998-2002. Part des écoliers valaisans souffrant au moins une fois par semaine de troubles physiques spécifiques au cours des 6 derniers mois, en % selon le sexe (1994 : n=295; 1998 : n=1140 ; 2002 : n=1101).	29
Figure 5.	Etude SMASH. Comparaison 1992-2002. Part des adolescents valaisans ressentant assez ou très souvent des troubles physiques spécifiques au cours des 12 derniers mois, en % selon le sexe (1992 : n=381 ; 2002 : n=413).	30
Figure 6.	Etude HBSC. Part des répondants de 11 à 15 ans qui ont reporté avoir été plusieurs fois par semaine, durant les six derniers mois, dans un état affectif spécifique, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse (Valais : 526 garçons et 577 filles ; Suisse : 4542 garçons et 4738 filles).	31
Figure 7.	Etude HBSC. Comparaison 1994-2002. Part des écoliers ayant souffert de troubles spécifiques au moins une fois par semaine au cours des six mois précédant l'enquête, selon le sexe (en %) (1994 : n=296 ; 1998 : n=1439 ; 2002 : n=1103).	33
Figure 8.	Etude SMASH. Comparaison 1992-2002. Part des adolescents valaisans estimant avoir besoin d'aide pour différents problèmes, en % selon le sexe (1992 : n=381 ; 2002 : n=413).	34
Figure 9.	Etude HBSC. Soucis des jeunes valaisans de 11 à 15 ans, en % selon le sexe (521 garçons et 568 filles).	35
Figure 10.	Etude HBSC. Comparaison 1998-2002. Part des jeunes valaisans de 11-15 ans reportant un souci spécifique, en % selon le sexe (1998 : n=1359 ; 2002 : n=1087).	36
Figure 11.	Etude HBSC. Comparaison 1994-1998-2002. Part des jeunes valaisans de 11-15 ans à avoir déclaré s'être senti(e)s parfois ou souvent seul(e), et à avoir souvent à toujours confiance en soi, en % selon le sexe (1994 : n=295 ; 1998 : n=1439 ; 2002 : n=1112).	38
Figure 12.	Etude HBSC. Difficultés de communication avec le père et la mère chez les jeunes valaisans de 11 à 15 ans, en % selon l'âge et le sexe (502 garçons et 560 filles).....	47
Figure 13.	Etude HBSC. Fréquence au moins hebdomadaire d'événements spécifiques dans les relations avec les parents chez les jeunes valaisans de 11 à 15 ans, en % selon le sexe (588 garçons et 535 filles).....	48
Figure 14.	Etude HBSC. Part des jeunes de 14-15 ans indiquant une habitude spécifique de leur père ou beau-père, en % selon le sexe (162 garçons et 187 filles).	51
Figure 15.	Etude HBSC. Part des jeunes de 14-15 ans indiquant une habitude spécifique de leur mère ou belle-mère, en % selon le sexe (161 garçons et 187 filles).	51
Figure 16.	Etude HBSC. Sorties avec les amis et amies chez les jeunes valaisans de 11 à 15 ans après l'école, en % selon l'âge et le sexe (531 garçons et 585 filles).	53
Figure 17.	Etude HBSC. Sorties avec les amis et amies chez les jeunes valaisans de 11 à 15 ans, le soir, en % selon l'âge et le sexe (532 garçons et 587 filles).....	54
Figure 18.	Etude HBSC. Comportement des pairs chez les jeunes valaisans de 11 à 15 ans, en % selon le sexe (524 garçons et 572 filles ; 171 garçons et 202 filles pour les 14-15 ans (cannabis et drogues).	55
Figure 19.	Etude HBSC. Comparaison 1998-2002. Comportements des pairs chez les jeunes valaisans de 14-15 ans, en % selon le sexe (1998 : n=520 ; 2002 : n=482).	56

Figure 20.	Etude HBSC. Appréciation de l'école chez les jeunes valaisans de 11 à 15 ans, en % selon la catégorie d'âge et le sexe (521 garçons et 582 filles).....	57
Figure 21.	Etude HBSC. Part des élèves valaisans de 11 à 15 ans stressés par le travail scolaire, en % selon la catégorie d'âge et le sexe (520 garçons et 583 filles).....	61
Figure 22.	Etude HBSC. Part des élèves valaisans de 11 à 15 ans consacrant deux heures ou plus pendant les jours d'école à leurs devoirs en dehors des heures d'école, en % selon la catégorie d'âge et le sexe (530 garçons et 585 filles).....	62
Figure 23.	Etude HBSC. Valeurs de l'Indice de masse corporelle (IMC) chez les écoliers valaisans. Comparaison 1994-2002.	73
Figure 24.	Etude HBSC. Part des jeunes valaisans de 11 à 15 ans ne prenant jamais de vrai repas lors des jours d'école, selon le type de repas mentionné, en % selon l'âge (528 garçons et 581 filles).	74
Figure 25.	Etude HBSC. Part des jeunes valaisans de 11 à 15 ans prenant chaque jour d'école un vrai repas, selon le type de repas mentionné, en % selon l'âge (528 garçons et 581 filles).	75
Figure 26.	Etude HBSC. Fréquence élevée (au moins une fois par jour) de consommation d'aliments spécifiques chez les jeunes valaisans de 11 à 15 ans, en % selon le sexe (528 garçons et 580 filles).	76
Figure 27.	Etude HBSC. Comparaisons 1994-1998-2002. Consommation de produits alimentaires au moins une fois par jour chez les 11-15 ans en Valais (1994 : n=291 ; 1998 : 1434 ; 2002 : 1112).....	78
Figure 28.	Etude HBSC. Répartition des élèves valaisans selon la fréquence de leur activité sportive hors milieu scolaire, en % selon le sexe (534 garçons et 587 filles).	79
Figure 29.	Etude HBSC. Répartition des élèves selon la fréquence hebdomadaire d'activités sportives hors milieu scolaire, en % selon le sexe (533 garçons et 585 filles).	80
Figure 30.	Etude HBSC. Répartition des écoliers selon le temps consacré aux activités sportives hors milieu scolaire, en % selon le sexe (534 garçons et 585 filles).	81
Figure 31.	Etude SMASH. Proportions d'adolescents de 16-20 ans signalant avoir pratiqué des activités physiques pendant 20 minutes au cours d'une semaine, en % selon le sexe et la filière de formation. Comparaison Valais-Suisse (Valais : 219 garçons et 194 filles ; Suisse : 4040 garçons et 3380 filles).....	82
Figure 32.	Etude HBSC. Activités qui plaisent et plaisent beaucoup aux écoliers valaisans de 14 et 15 ans, par ordre de préférence croissant, en % selon le sexe (171 garçons et 202 filles).	85
Figure 33.	Etude HBSC. Part des écoliers de 11-15 ans utilisant l'ordinateur au moins 3 heures par jour durant leur temps libre, en % selon l'âge et le sexe (529 garçons et 585 filles).	86
Figure 34.	Etude HBSC. Part des écoliers de 11-15 ans regardant la télévision au moins 3 heures par jour durant leur temps libre, en % selon l'âge et le sexe (529 garçons et 584 filles).....	87
Figure 35.	Etude HBSC. Part des élèves valaisans de 11 à 15 ans ayant été acteurs d'un événement violent spécifique à l'école durant les 12 derniers mois, en % selon le sexe (523 garçons et 584 filles).	94
Figure 36.	Etude SMASH. Comparaison 1992-2002. Parts des adolescents valaisans ayant indiqué un comportement délinquant spécifique au cours des 12 mois précédant l'enquête en % selon le sexe (1992 : n=381 ; 2002 : n=413).	100
Figure 37.	Etude HBSC. Part des garçons valaisans de 11-15 ans indiquant avoir déjà connu un événement de consommation spécifique, en % selon l'âge (529 garçons ; pour le cannabis : 172 garçons).....	101
Figure 38.	Etude HBSC. Part des filles valaisannes de 11-15 ans indiquant avoir déjà connu un événement de consommation spécifique, en % selon l'âge (575 filles ; pour le cannabis : 204 filles)	101
Figure 39.	Etude HBSC. Moment de la première cigarette les jours d'école indiqué par les fumeurs quotidiens valaisans de 14 et 15 ans, en % selon le sexe (33 garçons et 58 filles).	104
Figure 40.	Etude HBSC. Raisons de fumer mentionnées par les écoliers valaisans de 14-15 ans déclarant fumer, en % selon le sexe (70 garçons et 100 filles).	105
Figure 41.	Etude HBSC. Raisons de ne pas fumer mentionnées par écoliers de 14-15 ans déclarant ne pas fumer, en % selon le sexe (127 garçons et 127 filles).	106

Figure 42.	Etudes HBSC et SMASH. Prévalence à vie de la consommation de tabac chez les jeunes valaisans en % selon le sexe et l'âge, entre 1992 et 2002 (HBSC : 1994 : n=597 ; 1998 : n=1439 ; 2002 : n=1112 ; SMASH : 1992 : n=381 ; 2002 : n=413).....	107
Figure 43.	Etudes HBSC. Evolution 1994-1998-2002. Consommation quotidienne de tabac chez les jeunes valaisans en % entre 1994 et 2002 (1994 : n=597 ; 1998 : n=1439 ; 2002 : n=1112).	108
Figure 44.	Etude HBSC. Prévalence à vie de la consommation d'alcool chez les écoliers, en % selon le sexe et l'âge. Comparaison Valais-Suisse (Valais : 528 garçons et 584 filles ; Suisse : 4615 garçons et 4740 filles).....	109
Figure 45.	Etudes HBSC et SMASH. Consommation d'alcool au moins hebdomadaire chez les jeunes de 11-20 ans, en % selon l'étude, le sexe et le type d'alcool.....	110
Figure 46.	Etude HBSC. Comparaison 1994-1998-2002. Consommation d'alcool au moins hebdomadaire chez les 11-15 ans valaisans, en % selon le sexe (1994 : n=590 ; 1998 : n=1425 ; n=1104).	112
Figure 47.	Etude SMASH. Comparaison 1992-2002. Consommation d'alcool au moins hebdomadaire chez les 16-20 ans valaisans, en % selon le sexe (1992 : n=381 ; 2002 : n=413).....	112
Figure 48.	Etude HBSC. Raisons de consommer de l'alcool, mentionnées par les écoliers valaisans de 14-15 ans, en % selon le sexe (118 garçons et 140 filles).....	117
Figure 49.	Etude HBSC. Raisons avancées par les écoliers valaisans de 14-15 ans ne buvant pas pour expliquer une absence de consommation d'alcool, en % selon le sexe (73 garçons et 77 filles).	118
Figure 50.	Etudes HBSC et SMASH. Comparaison 1992-2002. Prévalence à vie de consommation de cannabis chez les jeunes valaisans de 14-20 ans, en % selon le sexe (HBSC : 1994 : n=217 ; 1998 : n=538 ; 2002 : n=376 ; SMASH : 1992 : n=381 ; 2002 : n=413).....	123
Figure 51.	Etude HBSC. Comparaison 1994-1998-2002. Prévalence à vie de consommation de substance psychotropes chez les écoliers valaisans de 14-15 ans, en % selon le sexe (1994 : n=214 ; 1998 : n=538 ; 2002 : n=374).	126
Figure 52.	Etude SMASH. Comparaison 1992-2002. Prévalence à vie de consommation de substance psychotropes chez les adolescents valaisans de 16-20 ans, en % selon le sexe (1992 : n=381 ; 2002 : n=413).	127
Figure 53.	Etude HBSC. Disponibilité d'acceptabilité de drogues illégales chez les écoliers valaisans de 14-15 ans, en % selon le sexe (171 garçons et 100 filles).....	128
Figure 54.	Etude HBSC. Raisons avancées par les écoliers valaisans de 14-15 ans pour expliquer une consommation de drogues illégales, en % selon le sexe (47 garçons et 59 filles).....	129
Figure 55.	Etude HBSC. Raisons avancées par les écoliers valaisans de 14-15 ans pour expliquer une non consommation de drogues illégales, en % selon le sexe (129 garçons et 141 filles). ...	130
Figure 56.	Etude HBSC. Comparaison 1994-1998-2002. Tendances de la disponibilité d'acceptation des drogues illégales chez les jeunes écoliers valaisans de 14-15 ans, en % selon le sexe (1994 : n=215 ; 1998 : n=538 ; 2002 : n=377).....	131

8. Index des tableaux

Tableau 1.	Principales caractéristiques socio-démographiques de l'échantillon valaisan de l'enquête HBSC 2002, en % selon le sexe.....	22
Tableau 2.	Principales caractéristiques socio-démographiques de l'échantillon valaisan analysé (pondéré) de l'enquête SMASH 2002, en % selon le sexe et la filière de formation.	23
Tableau 3.	Etudes HBSC et SMASH. Etat de santé général subjectif, selon l'étude et le sexe (en %). Comparaison Valais-Suisse.	26
Tableau 4.	Etude SMASH. Part des jeunes de 16 à 20 ans qui disent rencontrer souvent ou très souvent d'autres problèmes de santé, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.....	28
Tableau 5.	Etude SMASH. Proportions de jeunes de 16 à 20 ans qui disent avoir besoin d'une aide personnelle pour résoudre divers problèmes de santé, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.....	32
Tableau 6.	Etude HBSC. Sentiment de solitude chez les 11-15 ans, en % selon l'âge et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	37
Tableau 7.	Etudes HBSC et SMASH. Fréquence des conduites suicidaires, chez les jeunes de 14 à 20 ans, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	40
Tableau 8.	Etudes SMASH. Fréquence des sentiments de tristesse chez les jeunes de 16 à 20 ans, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	41
Tableau 9.	Etude SMASH. Part des jeunes de 16 à 20 ans qui se sont reconnus assez ou tout à fait dans certains items de l'échelle de dépressivité, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	42
Tableau 10.	Etudes HBSC et SMASH. Part des jeunes de 11-20 ans qui aimeraient ou qui n'aimeraient pas modifier leurs corps, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.....	44
Tableau 11.	Etudes HBSC et SMASH. Fréquence de communication avec les parents sur les soucis et préoccupations des jeunes de 11-20 ans, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	46
Tableau 12.	Etude SMASH. Part des jeunes de 16 à 20 ans qui ont affirmé parler avec leur famille de leurs différents problèmes, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.....	47
Tableau 13.	Etude HBSC. Part des répondants « d'accord » ou « tout à fait d'accord » avec les agissements des parents proposés, en % selon l'âge et le sexe. Comparaison Valais-Suisse. 49	49
Tableau 14.	Etude SMASH. Part de jeunes « assez d'accord » et « tout à fait d'accord » avec les affirmations suivantes concernant leurs parents, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	49
Tableau 15.	Etude HBSC. Nombre d'amis des jeunes de 11 à 15 ans, en % selon l'âge et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	52
Tableau 16.	Etude SMASH. Part des jeunes de 16 à 20 ans qui ont un ou une amie avec lequel ou laquelle discuter de temps en temps, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.....	52
Tableau 17.	Etude SMASH. Part des jeunes de 16 à 20 ans d'accord avec différentes affirmations relatives à l'ambiance qui règne sur leur lieu de formation, en % selon le sexe et la filière de formation. Comparaison Valais-Suisse.....	58
Tableau 18.	Etude SMASH. Part des apprentis de 16 à 20 ans tout à fait d'accord ou assez d'accord avec différentes affirmations relatives à l'ambiance qui règne au travail, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	59
Tableau 19.	Etudes HBSC et SMASH. Répartition des jeunes de 11 à 20 ans selon le fait d'avoir courbé ou non l'école ou le travail au cours des 12 derniers mois, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	60
Tableau 20.	Enquête SMASH. Parts des apprentis de 16 à 20 ans qui ont indiqué être confrontés à différents facteurs de stress, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	63

Tableau 21.	Etude HBSC. Sexualité des écoliers de 14 et 15 ans, âge des premières relations sexuelles, en % selon l'âge et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	64
Tableau 22.	Etude SMASH. Répartition des jeunes de 16 à 20 ans sexuellement actifs selon le nombre total de partenaires, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	65
Tableau 23.	Etudes HBSC et SMASH Satisfaction des jeunes par rapport à leur poids, en % selon l'enquête et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	68
Tableau 24.	Etude HBSC. Pratique des régimes alimentaires des jeunes de 11-15 ans pour modifier leur poids, en % selon l'âge et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	69
Tableau 25.	Etude SMASH. Part des jeunes qui aimeraient ou n'aimeraient pas modifier leur poids, en % selon le sexe et la filière de formation. Comparaison Valais-Suisse.	70
Tableau 26.	Etude SMASH. Méthodes, régime et sports pour modifier son poids chez les 16 à 20 ans, en % selon le sexe et la filière de formation. Comparaison Valais-Suisse.	70
Tableau 27.	Etudes HBSC et SMASH. Proportions des jeunes qui indiquent au moment de l'enquête faire ou avoir fait un régime amaigrissant, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	71
Tableau 28.	Etude SMASH. Indices et fréquences de comportements alimentaires à tendance anorexique chez les jeunes valaisans de 16 à 20 ans, en % selon le sexe.	72
Tableau 29.	Etude SMASH. Part des jeunes de 16 à 20 ans ayant signalé des problèmes alimentaires au moment de l'enquête en précisant qu'ils auraient besoin d'aide, en % selon le sexe et la filière de formation. Comparaison Valais-Suisse.	76
Tableau 30.	Etude SMASH. Proportions des jeunes valaisans de 16 à 20 ans qui ont consulté ou pas divers professionnels pour des troubles du comportement alimentaires durant les 12 mois précédant l'enquête, en % selon le sexe et la filière de formation.	77
Tableau 31.	Etude SMASH. Part des adolescents de 16 à 20 ans qui font du sport en dehors des cours durant la semaine, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	83
Tableau 32.	Etude SMASH. Part des adolescents de 16 à 20 ans non sportifs qui évoquent différentes raisons pour ne pas faire de sport, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	83
Tableau 33.	Etude SMASH. Proportions d'adolescents de 16 à 20 ans qui pratiquent des sports individuels et en équipe, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	84
Tableau 34.	Etude HBSC. Proportions d'écoliers de 11-15 ans qui passent plus de 3 heures par jour devant la télévision ou un ordinateur. Comparaison Valais-Suisse, 2002.	86
Tableau 35.	Etude SMASH. Parts des adolescents valaisans de 16 à 20 ans ayant pratiqué des activités extra-scolaires de groupe au cours des 30 derniers jours, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	87
Tableau 36.	Etude SMASH. Fréquences d'utilisation d'Internet par les adolescents de 16 à 20 ans, à différentes fréquences, en % selon le sexe et la filière de formation. Comparaison Valais-Suisse (413 adolescents valaisans et 7420 adolescents suisses).	88
Tableau 37.	Etude HBSC. Perception du danger chez les jeunes de 14-15 ans, en %, selon l'âge et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	89
Tableau 38.	Etude SMASH. Parts des adolescents de 16 à 20 ans qui se reconnaissent en partie ou tout à fait dans les items de recherche de sensations fortes et goût du risque, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	90
Tableau 39.	Etude SMASH. Parts des adolescents de 16 à 20 ans ayant conduit divers véhicules au cours des 30 derniers jours, en % selon le sexe et la filière de formation. Comparaison Valais-Suisse.	91
Tableau 40.	Etude SMASH. Parmi les adolescents de 16 à 20 ans ayant conduit ou été passagers de divers véhicules au cours des 30 derniers jours, parts de ceux qui usent de moyens protecteurs, en % selon le sexe et la filière de formation. Comparaison Valais-Suisse.	91
Tableau 41.	Etudes HBSC et SMASH. Parts des jeunes de 11 à 20 ans ayant subi des violences au moins une fois au cours des 12 derniers mois, en % selon le sexe et l'étude. Comparaison Valais-Suisse.	92
Tableau 42.	Etude HBSC. Sentiment de sécurité à l'école entre 11 et 15 ans, en % selon l'âge et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	93

Tableau 43.	Etude SMASH. Parts des adolescents de 16-20 ans ayant indiqué avoir été victimes de harcèlement verbal et d'exclusion au moins une fois par semaine au cours des 12 derniers mois, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	95
Tableau 44.	Etudes HBSC et SMASH. Parts des jeunes de 14-20 ans victimes d'abus sexuels (ou ne désirant pas répondre), en % selon le sexe et l'étude. Comparaison Valais-Suisse.	96
Tableau 45.	Etudes SMASH et HBSC. Parts des jeunes de 11 à 20 ans indiquant avoir commis différents délits au cours des 12 derniers mois, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	98
Tableau 46.	Etude SMASH. Parts des adolescents ayant indiqué avoir commis au moins une fois différents délits au cours des 12 derniers mois, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	99
Tableau 47.	Etude HBSC. Moyenne d'âge d'initiation de l'alcool et du tabac parmi les jeunes ayant expérimenté les produits, en % selon l'âge et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	102
Tableau 48.	Etudes HBSC et SMASH. Parts des jeunes de 11-20 ans fumeurs et non fumeurs, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	103
Tableau 49.	Etude HBSC. Signes de dépendance à la nicotine parmi les 91 jeunes fumeurs quotidiens valaisans âgés de 14 ans ou de 15 ans, selon le sexe.	104
Tableau 50.	Etude SMASH. Pourcentages d'adolescents étudiants et apprentis de 16 à 20 ans buvant au moins une fois par semaine de l'alcool, en % selon le sexe, la filière de formation et la région. Comparaison Valais-Romandie-Suisse.	111
Tableau 51.	Etude HBSC. Prévalence de vie des états d'ivresse des écoliers entre 11 et 15 ans, en % selon l'âge. Comparaison Valais-Suisse.	113
Tableau 52.	Etudes HBSC et SMASH. Prévalence de vie des états d'ivresse chez les jeunes de 11 à 20 ans, en % selon l'étude et le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	113
Tableau 53.	Etude SMASH. Prévalence des états d'ivresse chez les jeunes de 16-20 ans au cours du mois précédent l'enquête et au cours de leur vie, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	114
Tableau 54.	Etude SMASH. Le binge drinking chez les adolescents de 16 à 20 ans, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	114
Tableau 55.	Etude SMASH. Parts des jeunes de 16 à 20 ans reconnaissant avoir conduit un véhicule en état d'ivresse, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	115
Tableau 56.	Etude SMASH. Pourcentages de jeunes de 16 à 20 ans admettant avoir connu divers problèmes suite à une consommation d'alcool, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	116
Tableau 57.	Etude HBSC. Prévalence à vie de consommation de cannabis chez les jeunes de 14-15 ans, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	119
Tableau 58.	Etude SMASH. Prévalence à vie de consommation de cannabis chez les jeunes de 16-20 ans, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	119
Tableau 59.	Etude HBSC. Prévalence de consommation au cours des 12 derniers mois de cannabis chez les jeunes de 14-15 ans, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	120
Tableau 60.	Etude SMASH. Fréquence de consommation de cannabis chez les jeunes de 16-20 ans au cours des 30 derniers jours, en % selon le sexe. Comparaison Valais-Suisse.	120
Tableau 61.	Etude SMASH. Parts de jeunes de 16 à 20 ans admettant avoir connu divers problèmes après une consommation de drogues. Selon le genre (en %). Comparaison Valais-Suisse.	121
Tableau 62.	Etude HBSC. Connaissance du marché du cannabis chez les jeunes de 14-15 ans. Comparaison Valais-Suisse en %.	122
Tableau 63.	Etudes HBSC (Valais : 173 garçons et 200 filles ; Suisse : 1438 garçons et 1520 filles) et SMASH (Valais : 219 garçons et 194 filles ; Suisse : 4040 garçons et 3380 filles). Prévalence à vie de consommation de substances psychotropes chez les jeunes de 14-20 ans, selon l'étude et le genre en %. Comparaison Valais-Suisse.	124
Tableau 64.	Etude SMASH. Parts des adolescents de 16 à 20 ans signalant avoir utilisé de substances psychotropes, en % selon le genre. Comparaison Valais-Suisse.	125

9. Bibliographie

- 1 Bronfenbrenner H. The ecology of human development : experiment by nature and design. Cambridge : Harvard University Press ; 1979.
- 2 Charte d'Ottawa pour la promotion de la santé, 1986.
- 3 Janin Jacquat B., François Y. Consommation d'alcool, de tabac et de drogues chez les écoliers suisses âgés de 11 à 16 ans. Schweizerische Ärztezeitung 1997 ; 45 : 1672-1677.
- 4 Calmonte R, Koller C, Weiss W. Santé et comportements vis-à-vis de la santé en Suisse en 1997. Neuchâtel, Office fédéral de la statistique ; 2000.
- 5 Currie C, Roberts C, Morgan A, Smith R, Settertobulte W, Samdal O, Barnekow Rasmussen V. Young people health in context. HBSC study: international report from the 2001/2002 survey, Health Policy for Children and Adolescents, No. 4, 2004, World Health Organisation, disponible sur Internet, lien: <http://www.euro.who.int/Document/e82923.pdf>
- 6 Kuendig H, Kuntsche EN, Delgrande Jordan M, Schmid H. Enquête sur les comportements de santé des élèves de 11 à 16 ans. Une statistique descriptive des données nationales de 2002. ISPA, ISPA-SFA Lausanne, 2003.
- 7 Narring F, Tschumper A, Michaud P, Vanetta F, Meyer R, Wydler H. La santé des adolescents en Suisse. Rapport d'une enquête nationale sur la santé et les styles de vie des 15-20 ans. Lausanne : Institut universitaire de médecine sociale et préventive ; 1994.
- 8 Santé et styles de vie des adolescents âgés de 16 à 20 ans en Suisse (2002), SMASH-02, Raisons de santé 95a, Lausanne 2004.
- 9 Michaud P, Baudier F, Choquet M, Mansour S. La santé des adolescents : quels liens entre recherche et prévention ? Paris : Comité français d'éducation pour la santé ; 1994. Pineault D, Daveluy C. La planification de la santé: concepts, methods, strategies. Ottawa : Agence de l'Arc Inc ; 1986.
- 10 Friedman H. The Health of adolescents : beliefs and behaviours. Social Science and Medicine 1989; 29:309-315.
- 11 Rapport SMASH 2002.
- 12 Narring F, et Michaud P. Methodological issues in adolescent health surveys: The case of the Swiss multicenter adolescent survey on health. Sozial- und Präventivmedizin 1995; 40:172-182.
- 13 Pondération : opération par laquelle on donne à une grandeur appartenant à une série statistique l'importance relative que l'on désire lui voir prendre. Une pondération s'effectue au moyen d'un coefficient de pondération. <http://encyclo.voila.fr/rep.html?str=pond%20ration&ft=0&fd=0&fm=0&fa=0> tiré de l'encyclopédie Voilà.fr avec Hachette en ligne.
- 14 Ben-Zur Hasida. Happy adolescents: the link between subjective well-being, internal resources, and parental factors. Journal of Youth and Adolescence 2003; 32:67-79.
- 15 Millstein, S. G. (1993). A view of health from the adolescent's perspective. In Millstein S. G., Petersen, A. and Nightingale, E. O. (Eds). *Promoting the health of adolescents*, New York: oxford University Press, 97-118. Cité in Haugland S, Wold B. (2001) Subjective health in adolescence - Reliability and validity of the HBSC symptom check list. Journal of Adolescence, 24: 611-624, p.611.
- 16 Haugland S, Wold B, Stevenson J, Aarø LE, Woynarowska B. (2001) Subjective health complaints in adolescence - a cross-national comparison of prevalence and dimensionality. European Journal of Public Health, 11, (1):4-10, p.1 et 8.
- 17 Patrick Baudry. Le corps insupportable in David le Breton, l'adolescence à risqué.
- 18 Chiolero A, Marty-Tschumi E, Gervasoni JP, Luthi JC. La Santé des Valaisans 2004, Observatoire Valaisan de la Santé, Institut universitaire de médecine sociale et préventive de Lausanne en collaboration avec le Service de la santé publique du canton du Valais. Troisième rapport. Septembre 2004.
- 19
- 20 Delbos-Piot I, Narring F, Michaud P. La santé des jeunes hors du système de formation : comparaison entre jeunes hors formation et en formation dans le cadre de l'enquête sur la santé et les styles de vie des 15-20 ans en Suisse romande. Santé publique ;1 :59-72.
- 21 Harrington R. Depressive disorder in childhood and adolescence. Chichester: John Wiley & Sons; 1993.
- 22 Flammer a, Alsaker FD. Entwicklungspsychologie der Adoleszenz. Die Erschliessung innerer und äusserer Welten im Jugendalter. Bern: Huber Verlag; 2002.
- 23 Merikangas KR, Angst J. The challenge of depressive disorders in adolescence. In Rutter M (Ed). Psychosocial disturbances in young people: challenges for prevention. New York: Cambridge University Press; 1995: 131-165.
- 24 Allgood-Merton B, Lewinsohn PM, Hop H. Sex differences and adolescent depression. Journal of Abnormal Psychology 1990; 99:55-63.
- 25 Alsaker FD. The impact of puberty. Journal of Child Psychology and Psychiatry 1996; 37:249-258.
- 26 Harter S. Causes, correlates, and the functional role of self-worth : A life-sèan perspectiv. In Sternberg RJ, Kolligan J Jr. (Eds). Competence considered. New Haven, CT: Yale University Press; 1990:67-97.
- 27 Williams JM and Currie CE. (2000) Self-esteem and physical development in early adolescence: pubertal timing and body image. Journal of Early Adolescence, 20: 129-149.
- 28 Ben-Zur Hasida. Happy adolescents: the link between subjective well-being, internal resources, and parental factors. Journal of Youth and Adolescence 2003; 32:67-79.
- 29 Le Breton D. L'adolescence à risqué, p.24
- 30 Alsaker FD, Dick A. Depression and suicide. In L Goossens & S Jackson (Eds), Handbook of adolescent development: European perspectives. HOVE, UK: Psychology Press. (In press).
- Flammer A, Alsaker FD. Entwicklungspsychologie der Adoleszenz. Bern: Verlag Hans Huber; 2002.
- Vuille J-C, Schenkel M. Social equalization in the health of youth. The role of the school. European Journal of Public Health 2001; 11:287-293.

- Vuille J-C, Schenkel M. Psychosocial determinants of smoking in Swiss adolescents with special reference to school stress and social capital in schools. *Sozial- und Präventivmedizin* 2002;47:240-250.
- 31 Flammer et Alsaker, 2002.
- 32 Galais NMK. Eintritt in die Arbeitswelt – enttäuschte, erfüllte und übertroffene Erwartungen. *Zeitschrift für Arbeitswissenschaft* 2001;55:179-186.
- 33 Haugland S, Wold B, Stevenson J, Aarø LE, Woynarowska B. (2001) Subjective health complaints in adolescence - a cross-national comparison of prevalence and dimensionality. *European Journal of Public Health*, 11, (1):4-10, p.9.
- 34 Le Breton D. L'adolescence à risque, pp.22-23.
- 35 Devaud C, Michaud P, Narring F. Perceptions corporelles, comportements et dysfonctions alimentaires parmi les adolescents suisses : une enquête nationale. *Revue Médicale de la Suisse Romande* 1994 ;114 :1009-1015.
- 36 Flammer a, Alsaker FD. Entwicklungspsychologie der Adoleszenz. Die Erschliessung innerer und äusserer Welten im Jugendalter. Bern: Huber Verlag; 2002.
- 37 Devaud et al. L'anorexie et la boulimie : des affections en augmentation ? Une revue littéraire sur l'épidémiologie des dysfonctions alimentaires. *Revue Epidémiologique et Santé publique* ;43 :347-360.
- 38 Devaud C, Michaud P, Narring F. Perceptions corporelles, comportements et dysfonctions alimentaires parmi les adolescents suisses : une enquête nationale. *Revue Médicale de la Suisse Romande* 1994 ;114 :1009-1015.
- 39 Polivy J, Herman CP. Diagnosis and treatment of normal eating. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 1987 ;5 :635-644. Strigel-Moore RH, Silberstein LR, Rodin J. Toward an understanding of risk factors for bulimia. *American Psychologist* 1986 ; 41 :246-263.
- 40 Huon GF. Dieting, binge eating, and some of their correlates among secondary school girls. *International Journal of Eating Disorders* 1994 ; 15 :159-164. Patton GC. The spectrum of eating disorders in adolescence. 31st Annual Conference of the Society for Psychosomatic Research (1987, London, England). *Journal of Psychosomatic Research* ; 32 :579-584. Sundgot-Borgen J. Risk and trigger factors for the development of eating disorders in female elite athletes. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 1994 ;26 :414-419.
- 41 Eric Héraïf, médecin-adjoint au CHUV, interrogé par Patrick Favre pour Le Courrier, 3 septembre 2004.
- 42 www.sciences-po.fr/formation/cycle_diplome/projet/article_obesite.pdf
- 43 Citation de Thomas Zeltner, directeur de l'OFSP, le 2 septembre 2004.
- 44 Cole TJ, Bellizzi MC, Flegal KM, Dietz WH. Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide : international survey. *BMJ* 2000;320:1-6.
- 45 Ferron C, Michaud PA, Narring F, Cauderay M. L'activité sportive des jeunes en Suisse: pratiques, motivations et liens avec la santé. *Arch Pediatr.* 1997 Jun;4(6):568-76. French. PMID: 9239275 [PubMed - indexed for MEDLINE]
- 46 Marti B. Health benefits and risks in sports : the other side of the coin. *Schweizerische Rundschau für Medizin Praxis* 1989 ;78 ;290-294.
- 47 Le Breton D. L'adolescence à risque, p.20.
- 48 Le Breton D. L'adolescence à risque, p.26.
- 49 Le Breton D. L'adolescence à risque, p.36
- 50 Le Breton D. L'adolescence à risque, p.24.
- 51 Hansen EB, Breivik G. Sensation seeking as a predictor of positive and negative risk behavior among adolescents. *Personality and Individual Differences* 2001 ; 30 :627-640.
- 52 Klein JD, Matos Auerbach M. Improving adolescent health outcomes. *Minerva Pediatr* 2002 ; 54 (1) :25-9.
- 53 Alsaker FD. Quälgeister und ihre Opfer. Mobbing unter Kinderne – und wie man damit umgeht. Bern : Huber Verlag ; 2003.
- Jugert G, Scheithauer H, Notz P, Permann F. Geschlechtsunterschiede im Bullying : Indirekt-/relational- und offen-aggressives Verhalten unter Jugendlichen. *Kindheit und Entwicklung* 2000 ;9 (4), 231-240.
- Olweus D. Gewalt in der Schule : was Lehrer und Eltern wissen sollten – und tun können. Bern : Huber ; 1996.
- 54 Epstein MA, Bottoms BL. Memories of childhood sexual abuse : a survey of young adults. *Child Abuse & Neglect* 1998 ; 22 :1217-1238.
- 55 Holger Schmid in collaboration avec Michel Graf, Marina Delagrande Jordan, Emmanuel N Kuntsche, Hervé Kuending, Edith Bacher, Janine Messerli, « Evolution de la consommation de substances psychotropes chez les écolières et les écoliers en Suisse » OFSP, ISPA, 2002.
- 56 Navarro F, Godeau E, Dressen C, Mouret G, Jeunier ., Aptel E. (1999) Les comportements de santé des jeunes. Consommation de substances psychoactives, résultats préliminaires (Enquête HBSC/OMS) [Health behaviours of young people. Consumption of psychoactive substances, preliminary results (HBSC/WHO survey)], *Bulletin Epidémiologique Hebdomadaire*, 48: 201-203.
- 57 Schmid HA. Evolution de la consommation de substances psychotropes chez les écolières et les écoliers en Suisse. Lausanne, institut suisse de prévention de l'alcoolisme et autres toxicomanies ; 2003, p.6.
- 58 Maes L, Lievens J. (2003) Can the school make a difference? A multilevel analysis of adolescent risk and health behaviour. *Social Science and Medicine*, 56, Issue 3, pages 517-529.
- 59 Maes L, Lievens J. (2003) Can the school make a difference? A multilevel analysis of adolescent risk and health behaviour. *Social Science and Medicine*, 56, Issue 3, pages 517-529.
- 60 Augustyn M, Simons-Morton B. Adolescent drinking and driving : etiology and interpretation. *Journal of Drug Education* 1995 ; 25 :41-59.
- Ellickson P, Tucker J, Klein D. Ten-year prospective study of public health problems associated with early drinking. *Pediatrics* 2003 ; 111 :949-955.
- Foxcroft DR, Lister-Sharp D, Lowe G. Alcohol misuse prevention for young people : a systematic review reveals methodological concerns and lack of reliable evidence of effectiveness. *Addiction* 1997 ;92(5) :531-537.
- LedouxS, Sizaret A, HaslerC, Choquet M. Consommation de substances psychoactives à l'adolescence. *Revue des études de cohorte. Alcoologie et addictologie* 2000 ; 22 :19-40.
- Patton L. Adolescent substance abuse. Risk factors and protective factors. *Pediatric Clinics North America* 1995 ;42 :283-293.
- 61 Wechsler H, Davenport A, Dowdall G, Moeykens B, Castillo S. Health and behavioral consequences of binge drinking in college. A national survey of students at 140 campuses. *Journal of the American Medical Association* 1994 ; 272 :1672-1677.

Windle M. An alcohol involvement typology for adolescents : convergent validity and longitudinal stability. *Journal of Studies on Alcohol* 1996 ;57 :627-637.

⁶² <http://www.cyberpresse.ca/actuel/article/1,4230,0,082004,768199.shtml>, article de France-Presse, vendredi 20 août 2004.

⁶³ Hall W, Solowij N. Adverse effects of cannabis. *The Lancet* 1998 ;352 :1611-1616.

⁶⁴ Lynskey M, Hall W. The effects of adolescent cannabis use on educational attainment : a review. *Addiction* 2000 ;95 :1621-1630.

⁶⁵ ISPA, évolution, p.12.

⁶⁶ sfa-ispa.ch/ServicePresse/francais/Presse2003/confpresse/queteivresse.htm