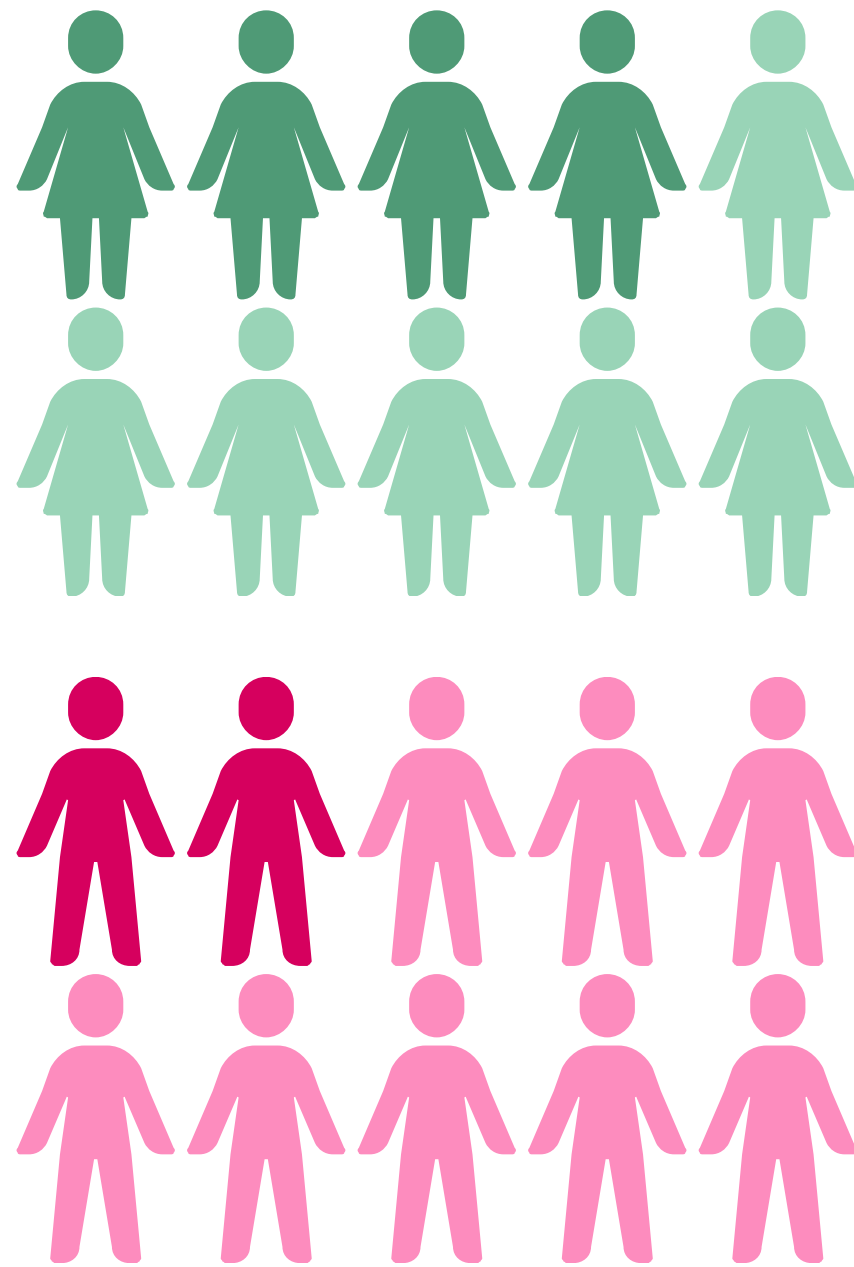


CHIFFRES-CLÉS

Le rapport au corps



- Plus de **4 filles sur 10** se considèrent comme un peu ou beaucoup trop grosses, soit le **double** des garçons.
- À l'inverse, les garçons sont plus nombreux que les filles à se considérer un peu ou beaucoup trop maigres.
- Ceci est paradoxal étant donné que les garçons sont majoritairement en surpoids ou en obésité (**14.6% contre 10.6%**) et que les filles sont majoritairement de corpulence mince (**20.8% contre 17% en 6e**). Cependant, plus la classe est haute, plus cette différence s'atténue.
- Mais cette insatisfaction différenciée de l'image renvoyée par leur corps perdure même à l'âge adulte.

(EnCLASS, 2022 ; De Saint Pol, T. 2009)

CHIFFRES-CLÉS

Des consommations différenciées 1/2

Sucreries



26% des collégiennes déclarent consommer quotidiennement des **sucreries** contre **23%** de leurs pairs masculins.

(EnCLASS, 2022)

Fruits et légumes



Il n'y a pas de différence notable pour la consommation quotidienne **de fruits ou de légumes** à l'adolescence. Cependant, **69%** des femmes de plus de 15 ans mangent quotidiennement des **légumes** contre **56%** des hommes du même âge.

(OCDE, 2021)

CHIFFRES-CLÉS

Des consommations différenciées 2/2

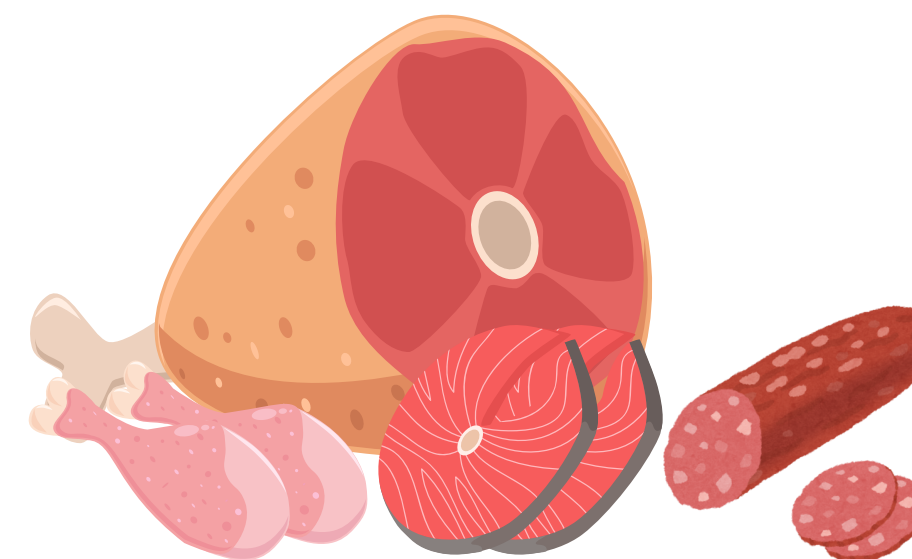
Sodas et boissons énergisantes



La différence se creuse au lycée : la consommation hebdomadaire de **sodas** est de **55.9%** chez les garçons contre **45.5%** chez les filles. De même pour les **boissons énergisantes** : **58,7%** des garçons déclarent ne jamais en consommer contre **75%** des filles.

(EnCLASS, 2022)

Viandes

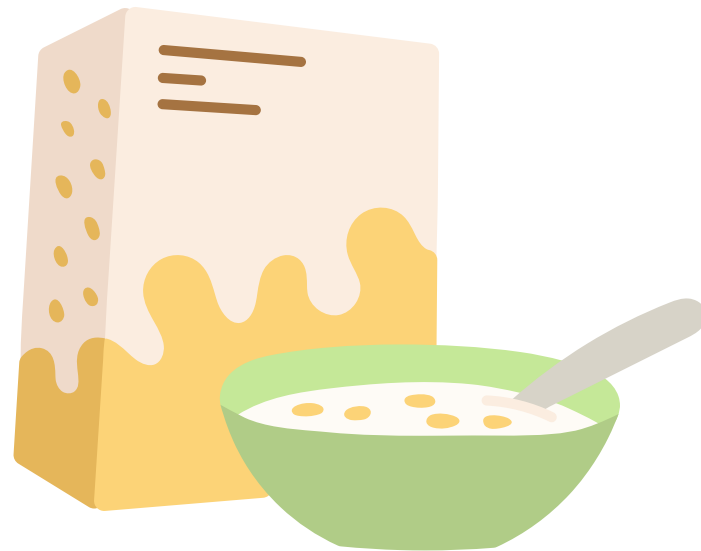


Les garçons de 11 à 17 ans sont majoritaires sur la consommation de **viande rouge** (**76%** contre **66%** pour les filles du même âge). Pour la charcuterie les garçons en consomment en moyenne **23g/j** contre **18g/j** pour les filles. En revanche, les **volailles** contribuent légèrement plus à la ration journalière des filles (**+0.5%**).

(Anses, 2017)

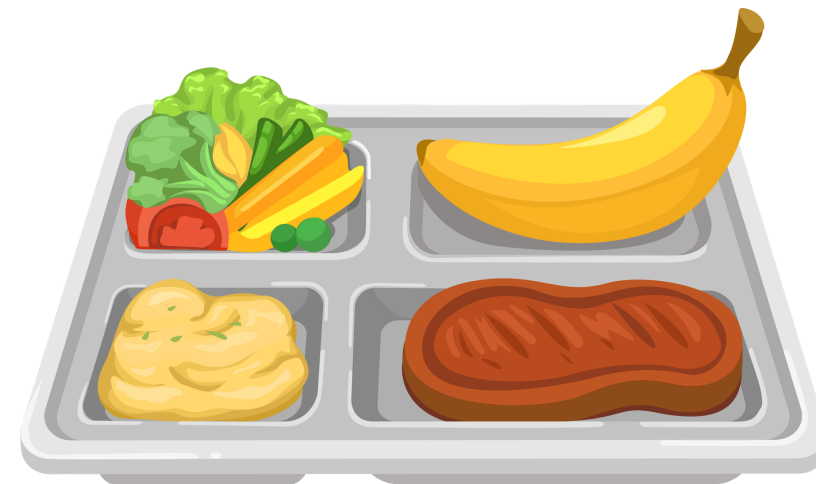
CHIFFRES-CLÉS

Les pratiques alimentaires



25,2% des filles sautent le petit-déjeuner contre **15%** des garçons.

(Anses, 2017)



Il n'y a pas de différence significative quant à la prise du repas du midi à la cantine.

(Anses, 2017)

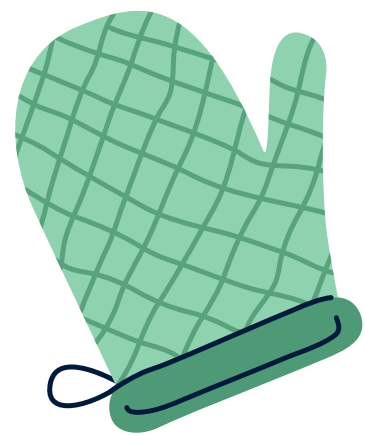


La ration journalière moyenne des adolescent·es est de **2300g** pour les garçons contre **1992g** pour les filles.

(Anses, 2017)

CHIFFRES-CLÉS

Éléments liés au cadre domestique



Les hommes passent en moyenne **18 minutes par jour** en cuisine contre **52 minutes** en moyenne pour les femmes. La différence entre les deux reste drastiquement importante selon les couples avec ou sans enfants.

(INSEE, 2010)



Concernant la vaisselle, les hommes y passent **8 minutes par jour**, contre **18 minutes** pour les femmes.

(INSEE, 2010)



25% des hommes ne font jamais les courses. Parmi ces hommes 36% sont en couple et ont des enfants ; 29% sont en couple et n'ont pas d'enfants.

(CREDOC, 2013)



CHIFFRES-CLÉS

La question des troubles alimentaires

Selon les chiffres repris par la Fédération Française Anorexie Boulimie (FFAB), l'Association Anorexie-Boulimie-Ouest (AABO) et Santé Publique France :

- Environ **25%** des adolescentes **souffrent de TCA**, **20%** pour les adolescents
- **28%** des adolescentes se disent concernées par des **crises de boulimie**
- Les TCA constituent la **2e cause de mortalité prématurée chez les 15 – 24 ans** après les accidents de la route
- Les TCA sont alors majoritairement féminins, ce qui perdure à l'âge adulte :
 - **Anorexie mentale** : **1%** des femmes, **0.3%** des hommes
 - **Boulimie** : **1.5%** des femmes, **0.5%** des hommes
 - **Hyperphagie boulimique** : **3%** des femmes, **1.5%** des hommes

CHIFFRES-CLÉS

L'influence des médias



Il est compliqué d'évaluer précisément la part d'adolescent·es sur les réseaux sociaux en raison de plusieurs facteurs (utilisation du compte des parents, mensonge sur l'âge). Cependant, en 2024, parmi les **15 millions d'utilisateur·ices actif·ves chaque mois**, il est estimé que **38,09%** ont entre **13 et 17 ans**, dont **27,31%** de filles et **10,78%** de garçons.

(Asselin, C., 2024 ; cité par Arnoult, A., 2025)

Une étude a démontré que sur une centaine de Youtubeuses françaises, $\frac{3}{4}$ ont promu une alimentation avec un apport calorique bien en deçà des apports journaliers recommandés.

(David et Ezan, 2023)