



# Groupe Francophone d'Hépatologie - Gastroentérologie et Nutrition Pédiatrique

## Les adolescents évaluent-ils bien leur qualité alimentaire ? L'étude HELENA

Vanhelst Jérémy, Béghin Laurent, Duhamel Alain, De Henauw Stefaan, Ruiz Jonatan, Kafatos Anthony : Inserm, LIRIC UMR 995, Univ Lille, CHRU de Lille, F-59 000 Lille, France

**Contexte** : L'adolescence représente une période durant laquelle de multiples changements physiologiques et psychologiques peuvent affecter les habitudes alimentaires.

**Objectif** : Le but de notre étude était d'évaluer la perception de la qualité de l'alimentation et ses facteurs associés chez des adolescents européens.

**Methodes**: Cette étude comprenait 3389 adolescents, âgés de 12,5 à 17,5 ans, ayant participé à l'étude européenne HELENA. Les adolescents ont répondu à un questionnaire validé d'auto-évaluation de leur qualité d'alimentation (DQI-A) avant de réaliser un recueil alimentaire sur 48 heures évaluant leur qualité alimentaire. Une question était posée aux adolescents: «Votre alimentation est : plutôt mauvaise, ni mauvaise ni bonne, plutôt bonne, bonne, très bonne. Les adolescents ont été classés a priori en trois catégories: faible lorsque la réponse était « plutôt mauvaise » ou « ni mauvaise ni bonne», moyenne lorsque la réponse était « plutôt bonne», et haute lorsque la réponse était « bonne » ou « très bonne ».

**Résultats** : Il existe une association positive entre les scores de DQI-A et les niveaux de perception de la qualité alimentaire ( $p < 0,0001$ ). Les moyennes du score du DQI-A étaient de  $59,0 \pm 14,8$  et  $65,4 \pm 12,6$  chez les adolescents ayant une faible perception et ceux ayant une haute perception de la qualité de leur alimentation, respectivement ( $p < 0,0001$ ). En analyse stratifiée (sur sexe, stade pubertaire, statut nutritionnel et niveau d'éducation des parents), une hétérogénéité significative a été trouvée pour le statut nutritionnel. Une association positive était présente chez les adolescents dénutris, normo-pondérés et en surpoids ( $p < 0,005$ ), alors qu'aucune association n'était trouvée chez l'adolescent obèse. Aucune différence significative n'a été trouvée dans la perception de la qualité de l'alimentation en fonction du lieu de la prise du déjeuner (cantine ou maison). Aucun autre facteur n'impactait la perception de l'adolescent sur sa qualité d'alimentation (sexe, statut pubertaire et niveau d'éducation de la mère).

**Conclusion**: Les adolescents évaluent correctement leur qualité alimentaire quelque soit le stade pubertaire, le sexe, le niveau d'éducation des parents, excepté pour les adolescents obèses qui ne sont pas capables d'évaluer leur qualité alimentaire. Améliorer la perception de la qualité de l'alimentation chez l'adolescent obèse pourrait aider à des changements de comportements.