

Panorama des travaux du Haut Conseil de la santé publique

Trente ans d'évolution de la santé des adolescents : tendances, changements et défis

- Auto-saisine de la **Commission Santé des Enfants et des Jeunes / Approche Populationnelle**
- → appréhender les problématiques de santé et de bien-être des adolescents à l'aune de leurs permanences, de leurs récurrences ou de leurs changements éventuels sur les 30 dernières années
- Perspective dynamique, de trajectoire
- Auto-saisine du 24/11/2022
- Présentation plénière SEJAP janvier 2025
- Présentation Collège en mars 2025
- Finalisation en août 2025
- Publication le 23 septembre 2025



Membres du groupe de travail

Corinne Alberti, PU-PH Santé Publique

Université Paris Cité, Hôpital Universitaire Robert Debré, Paris

Pascal Barat, PU-PH de Pédiatrie

Endocrinologie pédiatrique, CHU Bordeaux

Pascale Duché, PU STAPS

Université de Toulon, J-AP2S, Toulon

Emmanuelle Godeau, HDR de santé publique

EHESP, Rennes, CERPOP, Toulouse

Gilles Vieille-Marchiset, PU Sociologie

Université de Strasbourg

Sophie Rubio-Gurung, pédiatre

Coordnatrice de la Commission Spécialisée
Santé de l'enfant et des jeunes-approche
populationnelle

Secrétariat général du HCSP, Paris






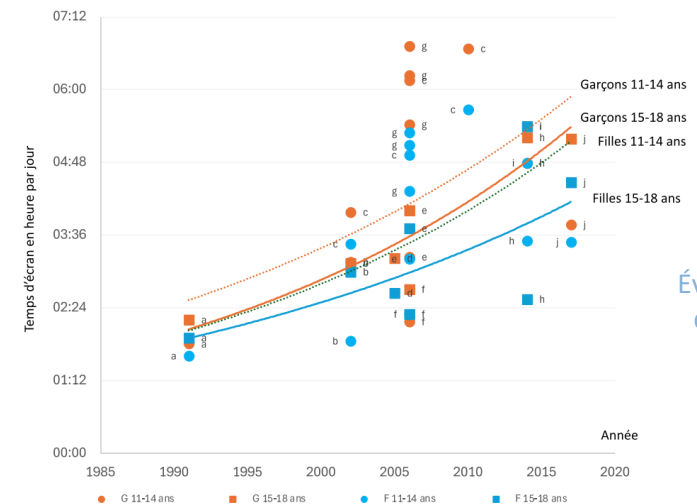
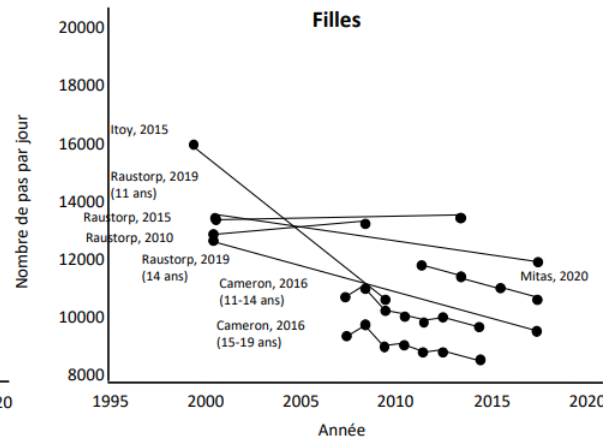
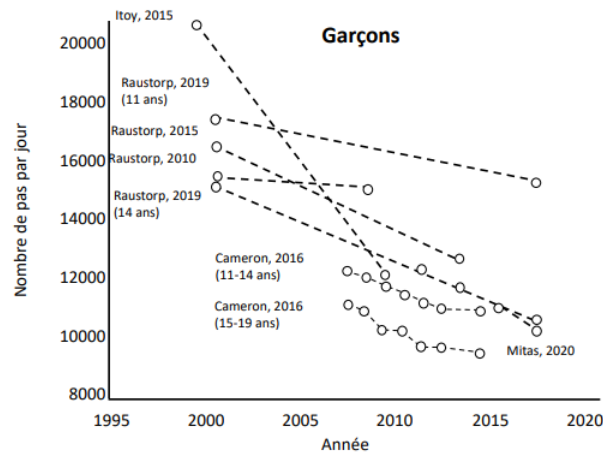
Adolescence = de 10 à 19 ans (bornes de l'OMS)

- Approche **socio-anthropologique** de l'adolescence = un âge de la vie à part entière, dont la durée s'est allongée avec l'allongement des études + les difficultés d'insertion professionnelle
- Phase de **construction identitaire**, en tension entre autonomie et dépendance, avec des risques accrus pour la santé mentale
- Sont abordés dans le rapport les évolutions de la santé, des comportements de santé, des modes de vie et de la place donnée à la santé des adolescents dans les publications scientifiques et politiques pour finir par des recommandations

Quelques évolutions notables depuis 30 ans

Évolution du mode de vie des adolescents

	Observations	Évolution en 30 ans
Évolution du mode de vie des adolescents		
Activité Physique 	- niveau d'activité physique très faible : 12% environ des adolescents atteignent les recommandations	* stabilisation du nombre d'adolescents déclarant pratiquer un sport 1 fois par semaine * baisse des pratiques en club et augmentation des pratiques de musculation * augmentation de la prévalence de l'inactivité (+85%)
Comportements sédentaires 	- niveau de comportements sédentaires très élevé : plus de 70% des adolescents ne respectent pas les recommandations	* augmentation exponentielle du temps d'écran * augmentation importante de la proportion d'adolescents ne respectant pas les recommandations * augmentation importante du temps d'internet quotidien
Sommeil 	- durée de sommeil insuffisante - dette de sommeil importante (1h20 pour les 11-14 et presque 2h chez les 15-17 ans) - chronotype du soir majoritaire - difficultés de sommeil (environ 40% des adolescents concernés)	* diminution de la durée de sommeil * stabilisation de la dette de sommeil * augmentation de la prévalence du chronotype du soir => à confirmer * augmentation de la proportion d'adolescents français concernés par des troubles du sommeil

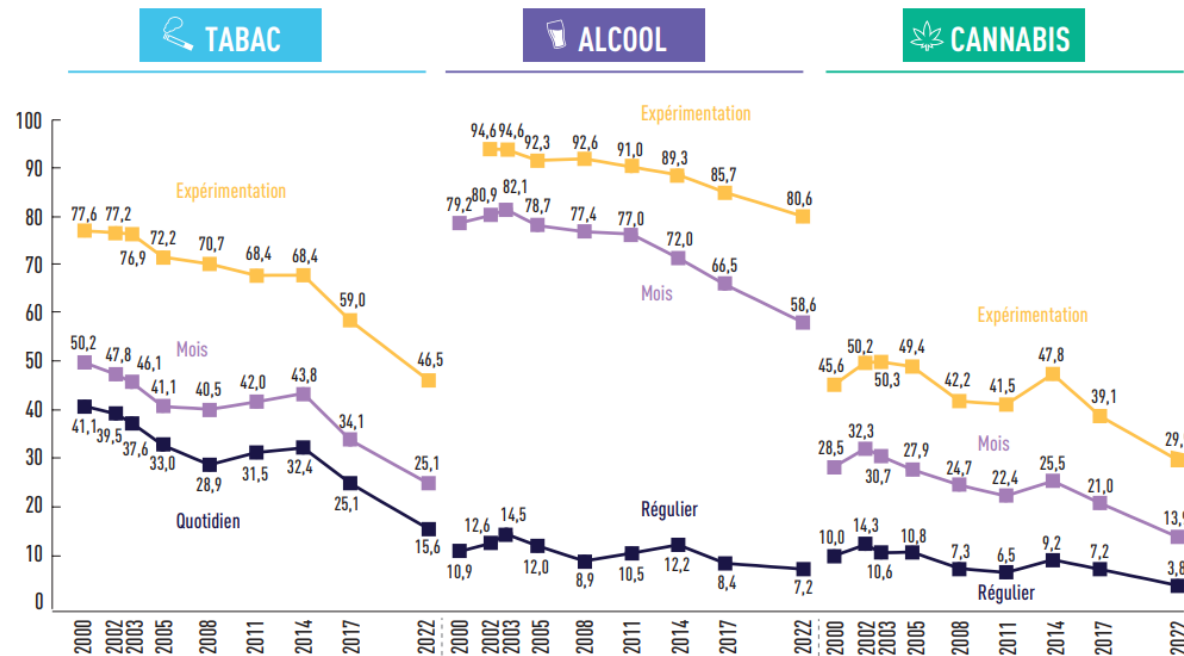


Évolution du temps d'écran quotidien (heure par jour) des adolescents français entre 1990 et 2020

Évolution du nombre de pas quotidiens des adolescents par sexe, entre 1995 et 2020 (Conger et al., 2022)



Santé mentale - Consommation de substances psychoactives

Santé mentale		
Santé mentale	<ul style="list-style-type: none"> - Perception d'être en bonne santé et satisfaction de leur vie actuelle - Les conditions socio-économiques défavorables et le contexte de polycrise ont un impact négatif - Les filles expriment 2 fois plus de plaintes que les garçons 	<ul style="list-style-type: none"> * dégradation de la santé mentale progressive depuis 30 ans, avec une aggravation plus marquée depuis la pandémie de Covid-19 : plus importante chez les filles que chez les garçons.
Substances psychoactives	- première substance consommée : l'alcool	<ul style="list-style-type: none"> * tendance à la baisse de l'expérimentation, de l'usage dans le mois, de l'expérimentation de l'ivresse et l'usage régulier à 17 ans
	- Tabac	* baisse de la consommation de tabac
	- e-cigarette : usage supérieur à celui du tabac	* forte augmentation de la consommation d'e-cigarette
	- cannabis : consommation plus forte chez les lycéens	* stabilisation de la consommation de cannabis
	- Autres substances :	* globalement stable excepté pour les poppers et le protoxyde d'azote

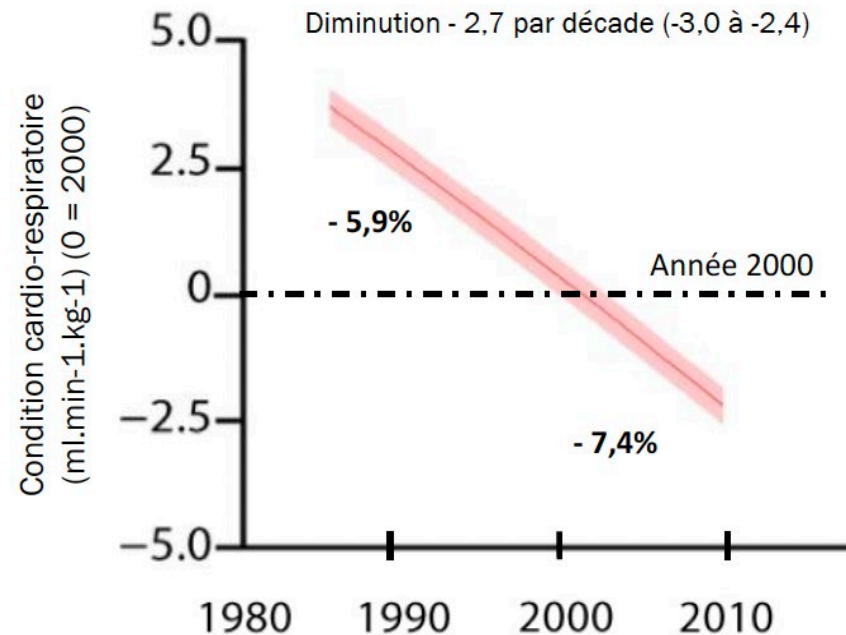


Évolution des niveaux d'expérimentations et usages de tabac (cigarettes), d'alcool, et cannabis en France entre 2000 & 2022 en France (%)

Source Escapad, OFDT, 2023

	Observations	Évolution en 30 ans
Santé Physique		
Croissance et puberté 	- Prévalences du surpoids et de l'obésité élevées : plus au collège qu'au lycée et plus marquées chez les garçons que chez les filles	* stabilisation des paramètres de croissance * stabilisation du surpoids et de l'obésité => nécessite des analyses approfondies prenant en compte les déterminants et utilisant des paramètres objectifs
	- Puberté féminine : associée au surpoids et à l'obésité - Puberté masculine : manque de données	* début de la puberté féminine de plus en plus jeune=> nécessite des études de confirmation
Condition physique 	- Faible capacité cardio-respiratoire et musculaire	* forte diminution de la capacité respiratoire et musculaire depuis les années 2000

Adolescents français (9-14 ans)



Évolution de la condition physique cardio-respiratoire d'adolescents français de 9-14 ans entre 1981 et 2014 (données françaises, Tomkinson et al., 2019) [112]

	Observations	Évolution en 30 ans
Santé sexuelle		
Vie amoureuse	Des sentiments amoureux ressentis dès le collège	* plus grande acceptation de l'homosexualité et de la bisexualité chez les filles que chez les garçons
Age du premier rapport sexuel	Précocité sexuelle associée à des comportements à risques (tabac, cannabis, ivresse.)	* stabilité de l'âge au 1 ^{er} rapport depuis une dizaine d'année * diminution des proportions de collégiens et de lycéens ayant eu un 1 ^{er} rapport
Utilisation du préservatif		* baisse de l'utilisation du préservatif
Santé reproductive		* augmentation de l'utilisation des dispositifs intra-utérin/stérilets et baisse de la prise de pilule contraceptive * augmentation de la contraception d'urgence * diminution de moitié des recours à l'interruption volontaire de grossesse
Infections sexuellement transmissibles	Taux d'incidence des infections à Chlamydia trachomatis élevé	* augmentation des jeunes déclarant une infection à gonocoque au moins une fois dans l'année
L'accès à la pornographie	- 2/3 des enfants de moins de 15 ans ont eu accès à des images pornographiques	* pas de données sur l'évolution de cette proportion
Le sexting	- apparu dans les années 2000	* augmentation régulière des usages de sexting

Évolution de l'âge médian au premier rapport sexuel (courbes issues de l'enquête Contexte des sexualités en France 2023)



Les adolescents dans les politiques de santé et de prévention

Les adolescents dans les politiques de santé et de prévention		
Évolution des publications scientifiques internationales	- parmi les thèmes abordés dans les publications concernant les adolescents, ceux dédiés à la santé mentale et la santé publique sont ceux qui progressent le plus	* augmentation des publications dédiées à l'adolescent dans le champ de la santé publique
Place de l'adolescent dans les politiques de santé	- bonne couverture territoriale par les Maisons des Adolescents	* progression de la thématique « adolescents » dans les textes de loi, les rapports et les recommandations mais souvent agrégés soit avec les enfants soit avec les jeunes * évolution positive de l'image des adolescents, passant d'une approche ciblée sur les conduites à risques à celle d'une approche où l'adolescence constitue une période de vie ouverte aux opportunités de prévention

Mot clés	Nombre de publications par année			
	1990	2000	2010	2020
« child » ou « children »	36 815	47 251	81 553	160 082
« Adolescent » ou « adolescents »	29 842	37 553	73 531	96 598
Ratio des publications adolescent/ enfant	0,81	0,79	0,90	0,60

R
E
C
O
M
M
A
N
D
A
T
I
O
N
S

Adapter et différencier les messages de santé publique adressés aux adolescents selon les thématiques

Mobiliser les associations socio-culturelles et sportives dans l'éducation à la santé en cohérence avec les acteurs de l'éducation et de la santé publique

Développer la participation des jeunes dans l'élaboration des politiques publiques qui les concernent

Promouvoir et éduquer à l'importance du sommeil naturel : durée, qualité et rythme

Sommeil

Compléter les indicateurs classiques de santé sexuelle par d'autres dimensions plus positives (satisfaction, plaisir, respect des droits, accès à des services de qualité)

Sexualité

Produire des stratégies de surveillance et d'encadrement de la vente et l'usage de la e-cigarette par les mineurs

Cannabis

Evaluer et poursuivre le déploiement des programmes de lutte contre les différentes formes de violence

Violence

Maintenir la dénormalisation du tabac et développer celle de l'alcool

Alcool

Activité Physique ↔ Comportements sédentaires

Développer des recherches sur les adolescents
Périodiquement mesurer les déterminants de leur santé

Mettre en œuvre des programmes autour de la parentalité
Disposer de données spécifiques (âge, sexe et genre)

Tabac

Adolescents en santé

Développer des outils de repérage (signes d'alerte) et de dépistage

Suicides

Sommeil ↔ Alimentation

Développer des recherches utilisant des méthodes fiables et objectives sur le sommeil.

Obésité

Former des acteurs de première ligne

Dépression

Condition physique

Poursuivre et amplifier les actions visant à réduire les prévalences de surpoids et d'obésité

Mettre en œuvre une politique publique intersectorielle d'éducation au numérique

Anxiété

Accidents de la voie publique

Développer la dimension préventive de la prise en charge des maladies chroniques

Asthme

Anticiper et répondre aux effets du changement climatique sur la santé des adolescents

Mettre en place une surveillance du démarrage pubertaire

Inciter les parents et les proches à encourager l'activité physique et réduire les temps d'écran

Aménager l'environnement pour encourager les mobilités actives