



## AVIS DE SOUTENANCE

### THESE DE DOCTORAT

Présentée par

**Mr : ABDELGHAFFAR EL-AMMARI**

Discipline : Sciences Médicales et Recherche Translationnelle

Spécialité : Santé et Environnement

**Sujet de la thèse :** Activité physique et comportements alimentaires chez l'adolescent : niveaux, facteurs d'influence et pistes d'intervention sous l'angle du modèle socio-écologique

**Formation Doctorale :** Recherche biomédicale et translationnelle.

Thèse présentée et soutenue le **jeudi 05 novembre 2020 à 10h** au Centre de conférences devant le jury composé de :

Nom Prénom	Titre	Etablissement	
Mohammed BERRAHO	PES	Faculté de Médecine et de Pharmacie de Fès	Président
Chakib NEJJARI	PES	Uni Med VI des Sciences de la Santé de Casablanca	Rapporteur
Younes FILALI ZEGZOUTI	PES	Faculté des Sciences de Meknès	Rapporteur
Karima HALIM	PH	Ecole Normale Supérieure de Fès	Rapporteur
Nabil TACHFOUTI	PES	Faculté de Médecine et de Pharmacie de Fès	Examineur
Naima ABDA	PES	Faculté de Médecine et de Pharmacie Oujda	Examineur
Samira EL FAKIR	PES	Faculté de Médecine et de Pharmacie de Fès	Directeurs de thèse
Youness EL ACHHAB	PES	Faculté des Médecine et de pharmacie de Fès	

Laboratoire d'accueil : Epidémiologie, Recherche clinique et Santé Communautaire.

Etablissement : Faculté de Médecine et de Pharmacie de Fès.



**Titre de la thèse :** Activité physique et comportements alimentaires chez l'adolescent : niveaux, facteurs d'influence et pistes d'intervention sous l'angle du modèle socio-écologique

**Nom du candidat :** Abdelghaffar EL-AMMARI

**Spécialité :** Santé et Environnement

### Résumé de la thèse

Une large proportion des adolescents marocains d'âge scolaire sont physiquement inactifs ou ayant des comportements alimentaires malsains ; des comportements à risque qui pourraient menacer leur santé actuelle et future. Des programmes d'intervention sont ainsi nécessaires pour promouvoir la santé des adolescents marocains en matière d'activité physique (AP) et d'alimentation. Cependant, le développement de tels programmes exige que les données épidémiologiques locales ou nationales relatives aux facteurs d'influence de ces comportements soient disponibles. Ce genre de données est très rare dans notre pays, voire inexistant ce qui rend difficile le développement des programmes d'intervention visant la promotion de la santé des adolescents. La présente étude a été conçue pour contribuer à combler ce vide.

L'objectif principal de la présente étude était double : (1) de déterminer, chez un échantillon des adolescents d'âge scolaire, les niveaux et les facteurs d'influence individuels et environnementaux de l'AP et de certains comportements alimentaires (petit-déjeuner, consommation des fruits/légumes et des snack/fast foods), et (2) d'explorer les suggestions et les préférences des adolescents, des parents et des enseignants pour un futur programme d'intervention basé en milieu scolaire.

La présente étude a été conduite entre février et juillet 2016 dans la ville de Taza, Maroc. Pour répondre convenablement aux questions de recherche, le modèle socio-écologique, comme cadre théorique, et la méthodologie mixte explicative et séquentielle ont été utilisés dans cette étude. Cette méthodologie consiste en deux phases consécutives, une phase quantitative suivie par une phase qualitative. Les deux phases ont été connectées à double reprise, d'une part, lors de la conception de la phase qualitative à la lumière des résultats obtenus à l'issue de la phase quantitative et, d'autre part, lors de la discussion générale de l'ensemble des résultats de l'étude.

Lors de la première phase, des données de nature quantitatives ont été collectées par un questionnaire et analysées en utilisant une régression logistique sur SPSS. Cette phase a intéressé un échantillon de 764 adolescents (53,27% des filles) âgés de 14 à 19 ans. Dans l'ensemble, les résultats de cette phase ont montré qu'environ 80% des adolescents enquêtés étaient physiquement inactifs et 36,5% étaient sédentaires. De plus, 46,1% des adolescents sautaient le repas du petit-déjeuner, 60,6% ne consommaient pas suffisamment de fruits et légumes, 39,4% et 28,0% consommaient des boissons gazeuses et des fast-foods respectivement. L'AP et les comportements sédentaires étaient associés aux variables suivantes : des variables démographiques et biologiques (sexe, âge, niveau d'éducation du père), des variables psychologiques (avoir des idées suicidaires) et des variables comportementales (consommation inadéquate des légumes, absentéisme aux séances d'éducation physique et sportive et absentéisme à l'école d'une façon générale). Pour les comportements alimentaires, les résultats ont montré qu'ils pourraient coexister chez la même personne, à l'exception de la consommation insuffisante des fruits et légumes. Le sexe, les résultats scolaires, l'âge, le revenu familial et le niveau de scolarité de la mère étaient associés à ces comportements alimentaires.



Lors de la deuxième phase, des données de natures qualitatives ont été collectées par focus groups et analysées en utilisant l'analyse thématique de Braun et Clarke. L'échantillon de cette phase comprenait 56 adolescents (50% des filles), 26 parents (81% des hommes) et 18 enseignants qui ont participé dans 17 focus groups. Les résultats de cette phase ont montré que la survenue des comportements de santé étudiés dépend de plusieurs facteurs d'influence d'ordre individuel et environnemental. Après analyse thématique des données qualitatives, ces influences ont été regroupées dans 13 thèmes (6 thèmes pour l'AP et 7 autres pour les comportements alimentaires). Six autres thèmes ont été obtenus en relation avec le futur programme d'intervention basé en milieu scolaire ; trois thèmes d'entre eux concernaient les suggestions des participants pour améliorer l'AP et les comportements alimentaires chez les adolescents et trois autres concernaient leurs préférences en matière de mode de livraison, du facilitateur et du contenu de ce programme.

En guise de conclusion, les résultats de la présente étude ont montré que les niveaux de l'AP et des comportements alimentaires malsains chez les adolescents sont très inquiétants. De plus, la survenue de ces comportements dépend d'un grand nombre de facteurs d'influence appartenant aux différents niveaux du modèle socio-écologique. Les résultats obtenus pourront faciliter la conception et le développement d'un programme d'intervention visant la promotion des comportements de santé chez les adolescents marocains.

**Mots clés :** adolescents, activité physique, comportements sédentaires, comportements alimentaires, méthodologie mixte, modèle socio-écologique, facteurs d'influence, programme d'intervention.