

# 5

## DÉVELOPPEMENT, SANTÉ ET SEXUALITÉ CHEZ LES FILLES ET LES GARÇONS

Les habitudes de vie, comme l'alimentation et les activités physiques, sont fondamentales dans le développement des jeunes, leur bien-être, leur estime personnelle, leur épanouissement personnel et social et leur santé. On sait également que les jeunes victimes de violence sont plus à risque de décrocher.

**Des filles et des garçons en santé pour plus de bien-être, de réussite et d'égalité!**

### Les données

Selon l'enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire au Québec (2010-2011), si l'on combine les activités physiques de loisir et de transport durant l'année scolaire, les garçons sont plus actifs que les filles (37 % contre 23 %) et moins sédentaires qu'elles (21 % contre 27 %). La proportion des jeunes qui sont actifs augmente au cours du secondaire chez les garçons, tandis qu'elle baisse chez les filles.

Le poids est une préoccupation importante chez les filles : 41 % d'entre elles souhaitent une silhouette plus mince et elles sont plus nombreuses à essayer de perdre du poids comparativement aux garçons (30 % des filles de poids normal contre 10 % des garçons de poids normal). Elles consomment moins de produits laitiers et déjeunent moins que les garçons.

L'estime personnelle est influencée par le sexe : 24 % des garçons ont une estime d'eux-mêmes élevée contre 15 % des filles. Ces dernières ont en revanche un niveau élevé d'empathie (65 % des filles contre 32 % des garçons).

Les problèmes de santé mentale sont prédominants chez les filles : 15 % des filles ont au moins un problème d'anxiété, de dépression et de troubles alimentaires contre 9 % des garçons.

Les filles présentent un niveau de détresse élevé (46 % contre 25,8 % chez les garçons) parmi les élèves qui évaluent leur performance scolaire en dessous de la moyenne.

La proportion des jeunes déclarant avoir subi de la violence est plus importante chez les filles : 36 % contre 25 % chez les garçons (violence psychologique : 27 % contre 17 %, violence sexuelle : 15 % contre 5 %).

### Les faits

L'insatisfaction par rapport à l'apparence est importante chez les jeunes et en particulier chez les filles, pour qui le corps s'inscrit comme central dans la construction identitaire. Le pouvoir d'affirmation des jeunes filles passe en général par la séduction dans une société où le corps idéal « mince », voire « maigre », est valorisé (Guillemette et autres, 2009).

L'hypersexualisation des jeunes filles peut aussi être considérée comme une menace au développement psychosocial et à l'épanouissement des jeunes (Guillemette et autres, 2009).

L'homophobie, liée aux stéréotypes sexuels, du fait qu'elle rejette et dénigre ce qui est féminin et valorise le masculin, a un effet négatif chez les jeunes pouvant nuire à leur épanouissement. Leur santé mentale et physique peut en souffrir.

Les jeunes qui dérogent aux normes traditionnelles de la masculinité et de la féminité peuvent être la cible d'homophobie ; chaque enfant peut être visé.

L'homophobie n'est pas un phénomène isolé puisque, à l'école, 76 % du personnel enseignant, des intervenantes et intervenants (enquête portant sur le personnel scolaire de cinq écoles de la région de Québec) témoignent de commentaires homophobes (Grenier, 2005). D'après Grenier (2005), trois aspects caractérisent les jeunes enclins à l'homophobie : une insécurité identitaire, l'importance de leur quête d'un statut social, le manque d'information sur l'homosexualité.

