



HAL
open science

Comparaison des mesures par questionnaire et par accélérométrie des composantes du sommeil chez les adolescents calédoniens

Guillaume Wattelez, Krestina Amon, Rowena Forsyth, Stéphane Frayon, Akila Nedjar-Guerre, Corinne Caillaud, Olivier Galy

► To cite this version:

Guillaume Wattelez, Krestina Amon, Rowena Forsyth, Stéphane Frayon, Akila Nedjar-Guerre, et al.. Comparaison des mesures par questionnaire et par accélérométrie des composantes du sommeil chez les adolescents calédoniens. 2025, 10.5281/zenodo.14636137 . hal-04885072

HAL Id: hal-04885072

<https://unc.hal.science/hal-04885072v1>

Submitted on 13 Jan 2025

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



Distributed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

Comparaison des mesures par questionnaire et par accélérométrie des composantes du sommeil chez les adolescents Calédoniens

182 adolescents
de 10 à 16 ans

Questionnaires



Facteurs socio-culturels

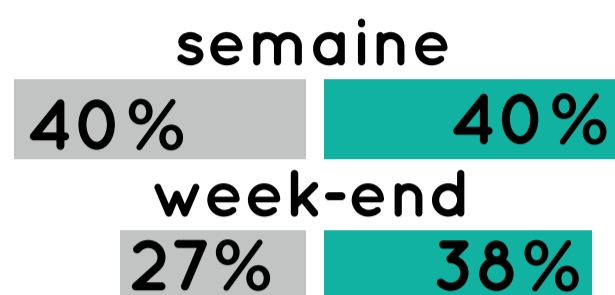
Habitudes de sommeil



Accélérométrie montre portée pendant 7 jours



Adolescents en manque de sommeil

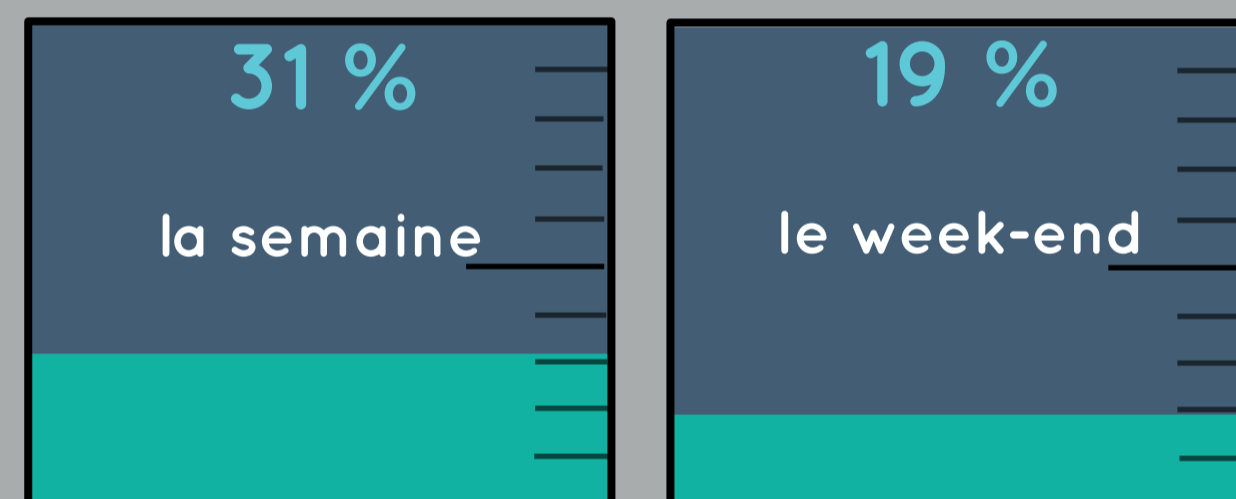


D'après les mesures par accélérométrie :
- 40% des adolescents manquent de sommeil la semaine
- 27% manquent de sommeil le week-end

D'après les mesures par questionnaire :
- 40% des adolescents manquent de sommeil la semaine
- 38% manquent de sommeil le week-end

Concordance : questionnaire / accélérométrie

Les mesures de temps de sommeil par questionnaire et accélérométrie concordent pour :



Heures de coucher

Milieu urbain Milieu rural



se couchent plus tôt que ce qu'ils déclarent



Heures de lever

Milieu urbain Milieu rural



se lèvent plus tôt que ce qu'ils déclarent



Sensibiliser les adolescents à l'importance du sommeil



Adapter les rythmes scolaires pour respecter les besoins de sommeil des jeunes



Utiliser des questionnaires simples, mais comprendre leurs limites



Privilégier des méthodes combinées (questionnaires + accélérométrie) pour une analyse plus précise

