

Habitudes alimentaires





Fruits et légumes



En %	Fruits		Légumes		Fruits et Légumes	
	Fréquence	1 fois	3 fois	1 fois		3fois
Ensemble		55.5	5.7	85.1	17.8	10.2
Hommes		51.5	4.2	82.5	15.1	7.7
Femmes		59.4	7.2	87.6	20.4	12.7



Fruits et légumes



- Consommation moyenne quotidienne de fruits et de légumes = 2,4
- 10,2 % en ont consommé au moins 5 (PNNS) = stable depuis 1996
- Caractéristiques :
 - Femmes > Hommes
 - Augmentation de la consommation avec l'âge (22% des + de 65ans contre 5% des moins de 20 ans)
 - Jour de la semaine > week-end



Produits laitiers



En %	Produits laitiers	
	1 fois	3 fois
Fréquence		
Ensemble	92.7	38.2
Hommes	91.4	37.8
Femmes	94.0	38.7



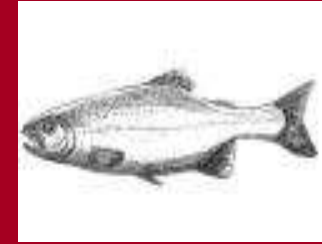
Produits laitiers



- Consommation moyenne journalière de produits laitiers = 2,3
- 38.2 % ont consommé au moins 3 produits laitiers (PNNS)
= en augmentation depuis 1996
- Caractéristiques :
 - Jeunes ++
 - Fromage >yaourts >boissons lactées
 - Fromage = Hommes , > 50 ans
 - Yaourts = Femmes, < 50 ans



Viandes, Œufs, Poissons



- Consommation quotidienne de 1 à 2 fois de VPO = 8 français sur 10 (stable depuis 1996)
- 34,5 % ont consommé du poisson 2 fois par semaine (PNNS)
- Caractéristiques :
 - Femmes = Hommes
 - Pas de différence selon l'âge
 - Viande = faible niveau de revenus
 - Poisson = haut niveau de revenus



Féculents



- $\frac{3}{4}$ des français consomment au moins 3 fois des féculents par jour (PNNS) = stable depuis 1996
- Caractéristiques =
 - Hommes > Femmes
 - Pain = >50ans
 - Céréales = <30 ans

Boissons



Boissons

Globalement :

- 100% des français boivent dans la journée
- $\frac{1}{4}$ ne boit pas à tous les repas
- Les + de 60 ans boivent moins que les adultes et les jeunes



Eaux minérales



- 50% des français boivent exclusivement des eaux minérales (1/3 en 1996)
- Caractéristiques:
 - Femmes +++ ,
 - > 35 ans,
 - revenus élevés,
 - zones urbaines,
 - Nord de la France



Jus de fruits



- 1/3 en consomme tous les jours (1/4 en 1996)
- Caractéristiques:
 - Jeunes
 - Revenus élevés
 - Petit déjeuner +++



Sirop et sodas



- Consommation stable depuis 1996
- Sodas > sirops
- Caractéristiques:
 - Hommes
 - Jeunes (3 fois plus que les adultes)
 - Revenus modestes
 - Recours aux fasts food
 - Repas devant la télévision



Lait, café, thé



- Lait :
 - 40% de consommateurs journaliers (+++jeunes)
 - Lait demi-écrémé +++
- Café :
 - 70% de consommateurs journaliers :
 - Hommes, Niveau d'instruction bas
- Thé :
 - 20% de consommateurs journaliers :
 - Femmes, Haut niveau d'instruction



Boissons alcoolisées



- 39% de consommateurs journaliers (45% en 1996)
- Caractéristiques :
 - Hommes
 - Plus de 40 ans
- Hommes :
 - Consommation plus fréquente
 - Nombre de verres consommés plus élevé
 - Dépassent plus souvent les seuils journaliers recommandés (OMS)

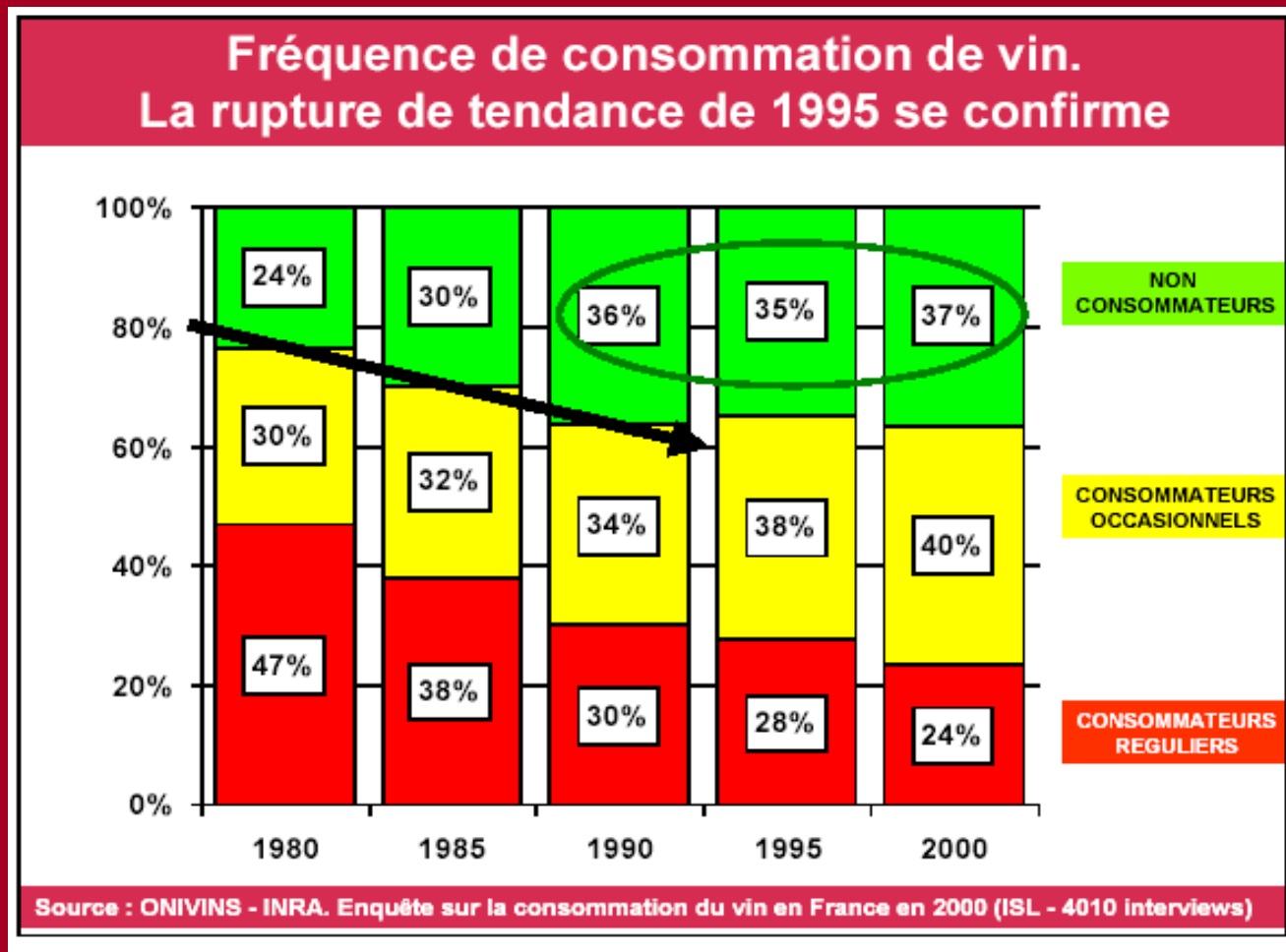


Boissons alcoolisées

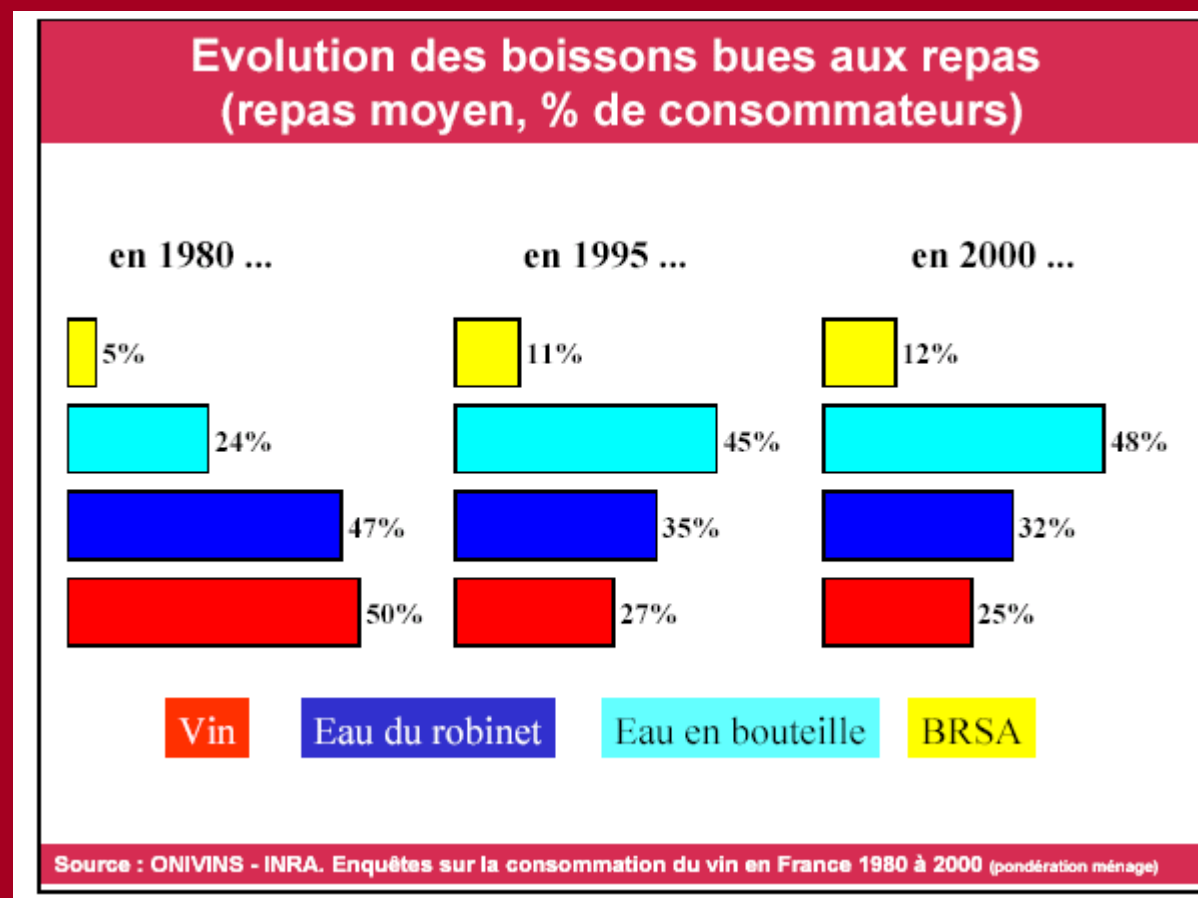


- Alcools forts
 - Jeunes +++
- Vin rouge = alcool le plus consommé,
 - > 40 ans +++

- Consommation de vin en baisse depuis 1950



Boissons : récapitulatif



Obésité



Obésité

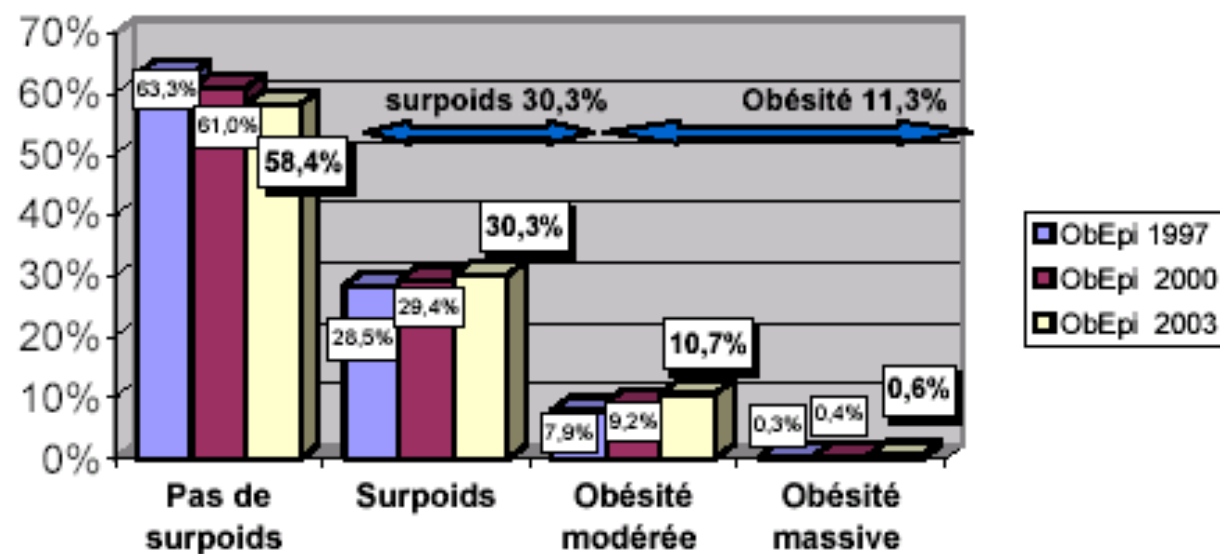
- Entre obépi 1997 et obépi 2003 :
 - La prévalence de l'obésité est passée de 8,2% à 11,3%.
 - La proportion des personnes en surpoids ou obèses passe de 36,7% à 41,6% (+ 13%)
 - L'obésité massive, a doublé entre 1997 et 2003, progressant de 0,3% à 0,6%.
- La population française a grossi de 1,7 kg

Obésité

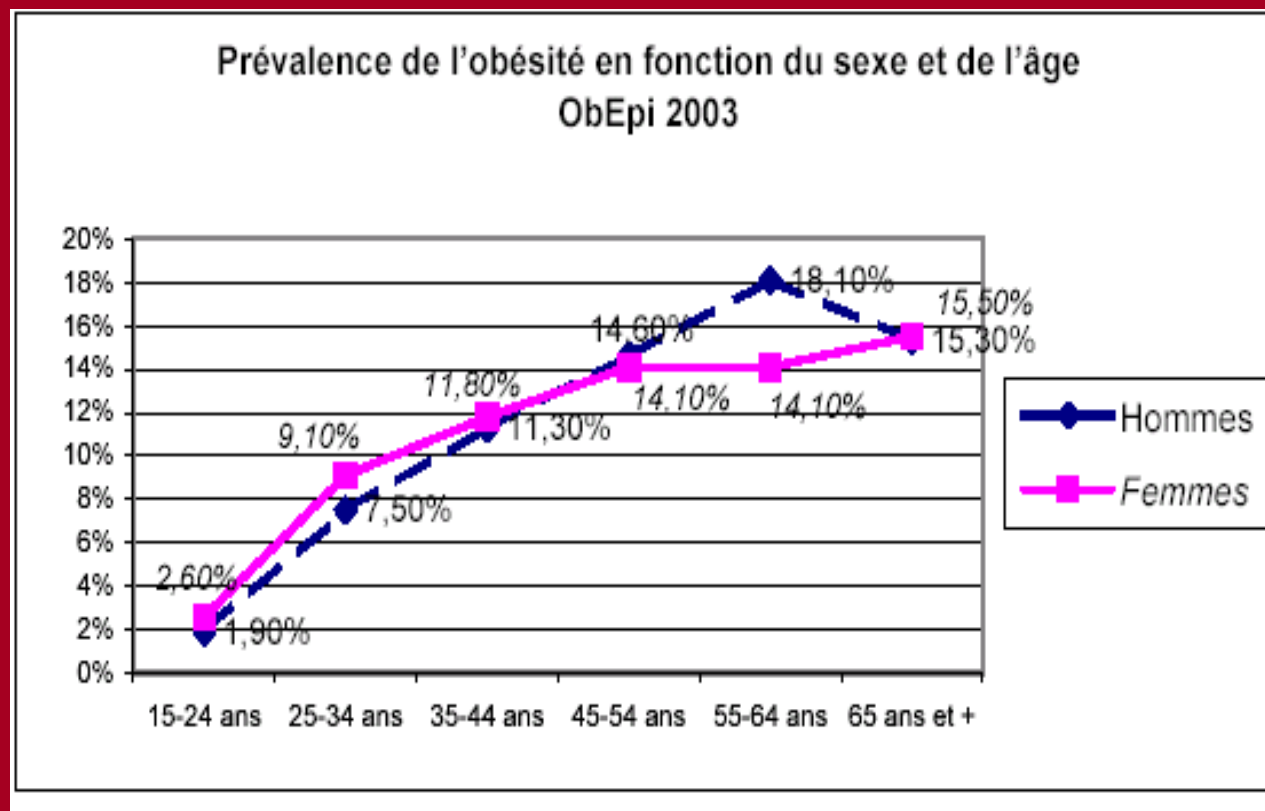
- 5,39 millions de personnes sont obèses (IMC > 30) en 2003
- 14,45 millions de personnes sont en surpoids (25,0 < IMC < 29,9) en 2003
- 19,84 millions de personnes en surpoids ou obèses en 2003 (41,6%).
- La population française continue de grossir à un rythme effrayant d'environ 5% par an

Obésité

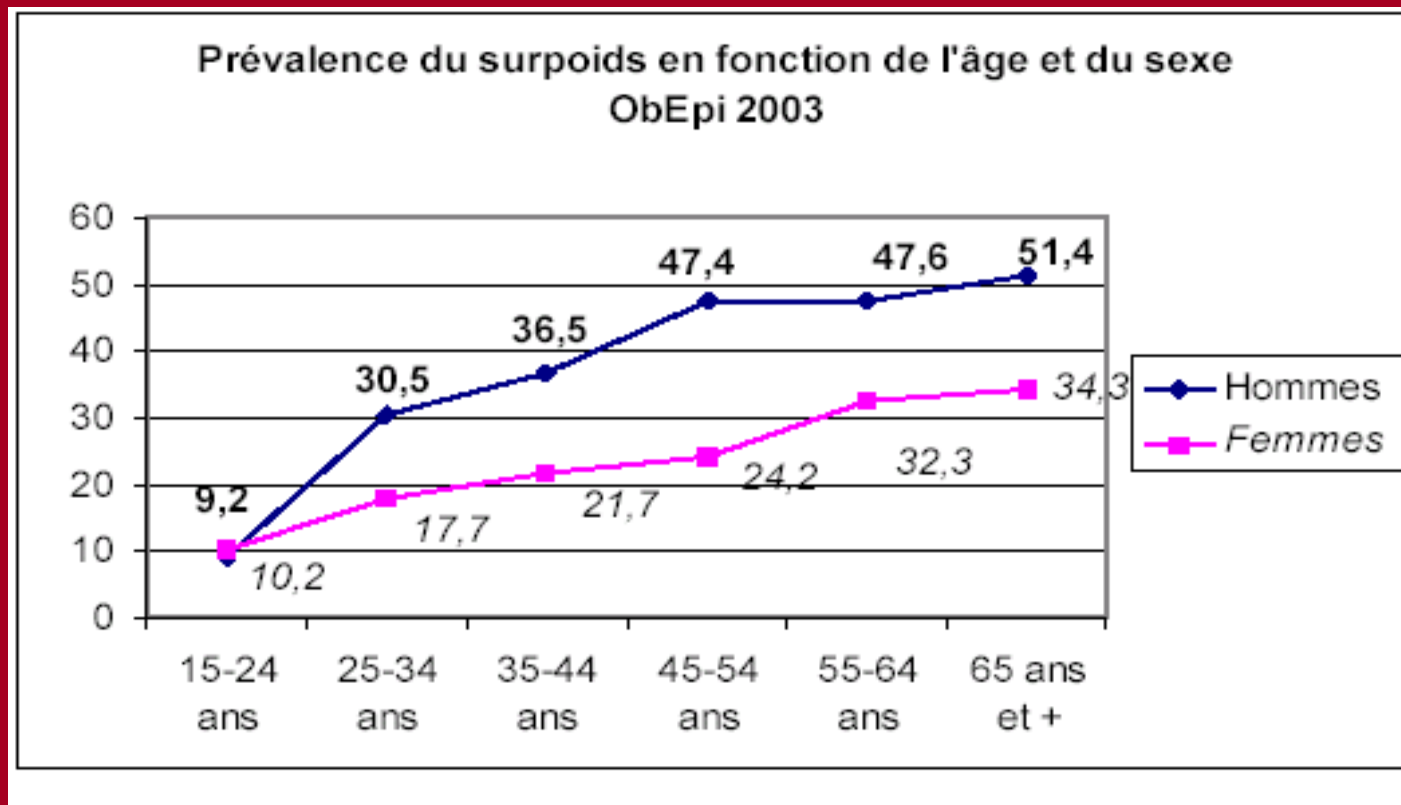
Evolution de l'Indice de Masse Corporelle
entre ObEpi 1997 et ObEpi 2003



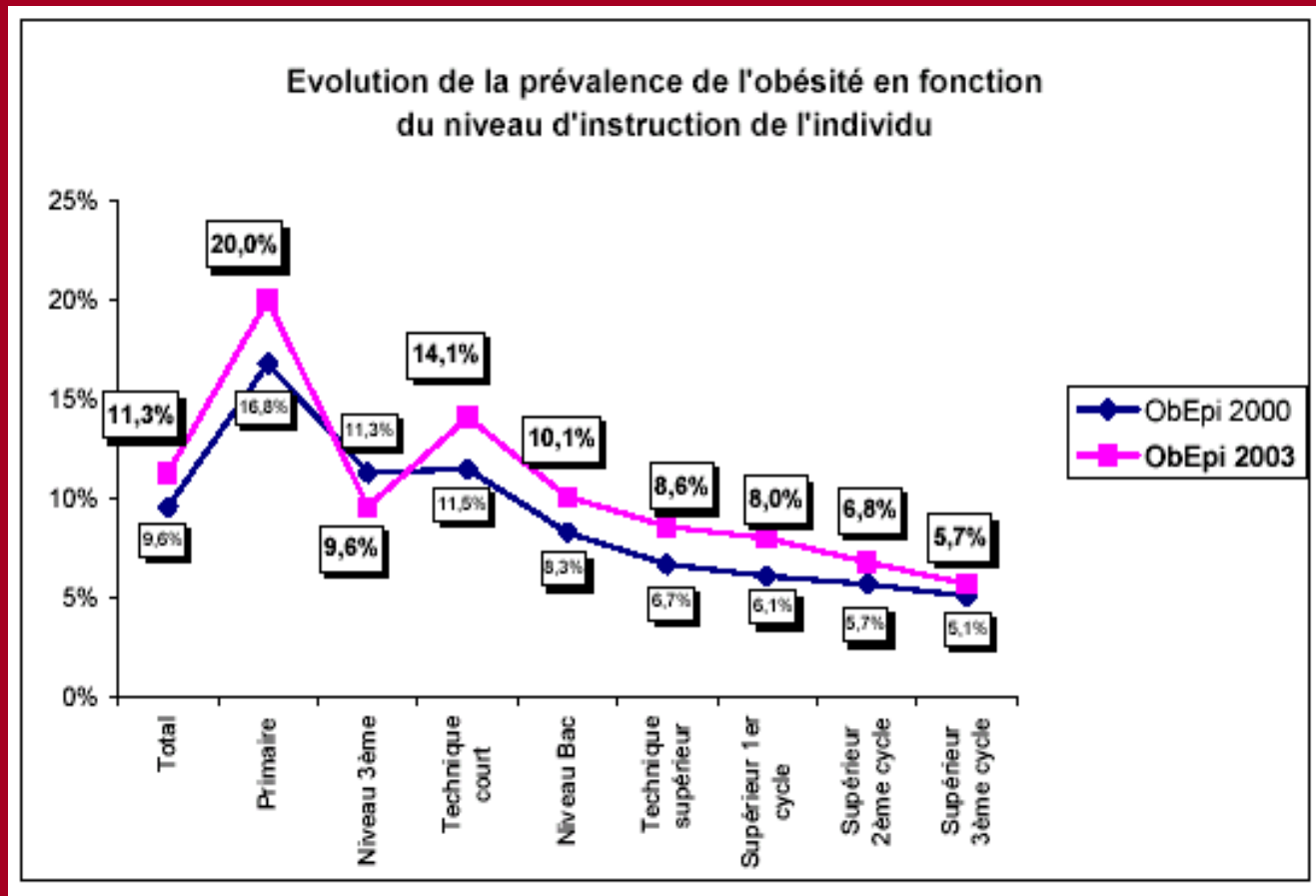
Obésité



Obésité



Obésité



Obésité

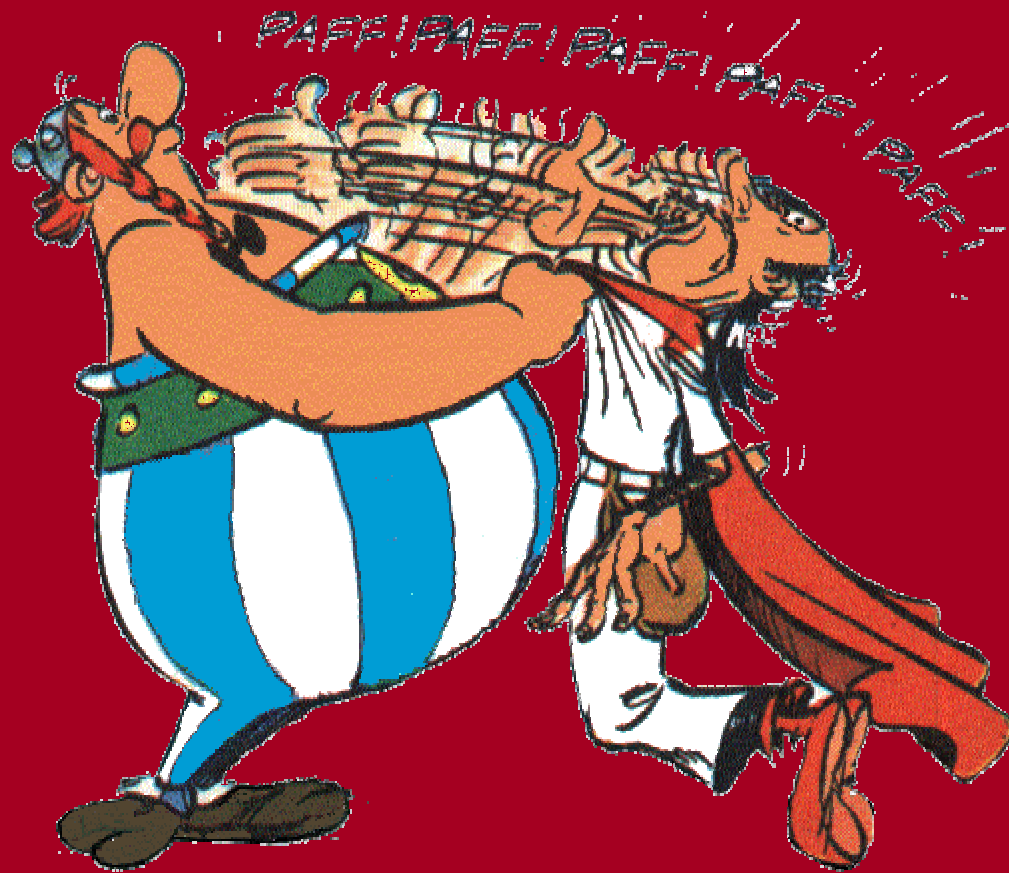
	ObEpi 1997	ObEpi 2000	ObEpi 2003	Evolution en 3 ans (2000-03)	Evolution en 6 ans (1997-2003)
Nord	12,8 %	13,5 %	15,3 %	13,3 %	19,5 %
Bassin Parisien.....	9,2 %	11,0 %	12,8 %	16,4 %	39,1 %
Est	8,2 %	11,4 %	11,3 %	-0,9 %	37,8 %
Sud Est.....	8,2 %	8,8 %	10,1 %	14,8 %	23,2 %
Sud Ouest.....	7,7 %	8,7 %	10,3 %	18,4 %	33,8 %
Méditerranée.....	7,5 %	9,8 %	10,9 %	11,2 %	45,3 %
Ouest.....	6,9 %	7,6 %	9,7 %	27,6 %	40,6 %
Région Parisienne	6,7 %	8,6 %	11,4 %	32,6 %	70,1 %

Obésité

Régime amaigrissant :

- 6.8 % des femmes en 1996
- 9.4 % des femmes en 2002
- 2 fois plus nombreuses que les hommes

Activité physique



Activité physique

En %	Marche à pied		Activité sportive		Marche ou activité sportive		Activité < 15 j	
	oui	>30mn	oui	>30 mn	Oui	>30mn	Simple	vigoureuse
Ensemble	81.0	62.2	18.2	16.8	83.1	65.7	45.0	36.7
Hommes	84.6	66.2	19.8	18.5	86.9	70.2	50.1	21.0
Femmes	77.6	58.4	16.6	15.2	79.4	61.2	40.1	12.2

Activité physique

- Hommes (86.9%) > Femmes (79.4%)
- Diminution progressive avec l'âge : 74% des + de 65 ans, 95% des moins de 20 ans.

Sédentarité



Sédentarité

	Ordinateur		Télévision		Ordi + TV	
Fréquence	%	mn	%	mn	%	mn
Ensemble	34.6	166	88.7	130	93.6	185
Hommes	41.2	157	90.0	128	95.4	189
Femmes	28.2	179	87.5	132	91.9	191

Sédentarité

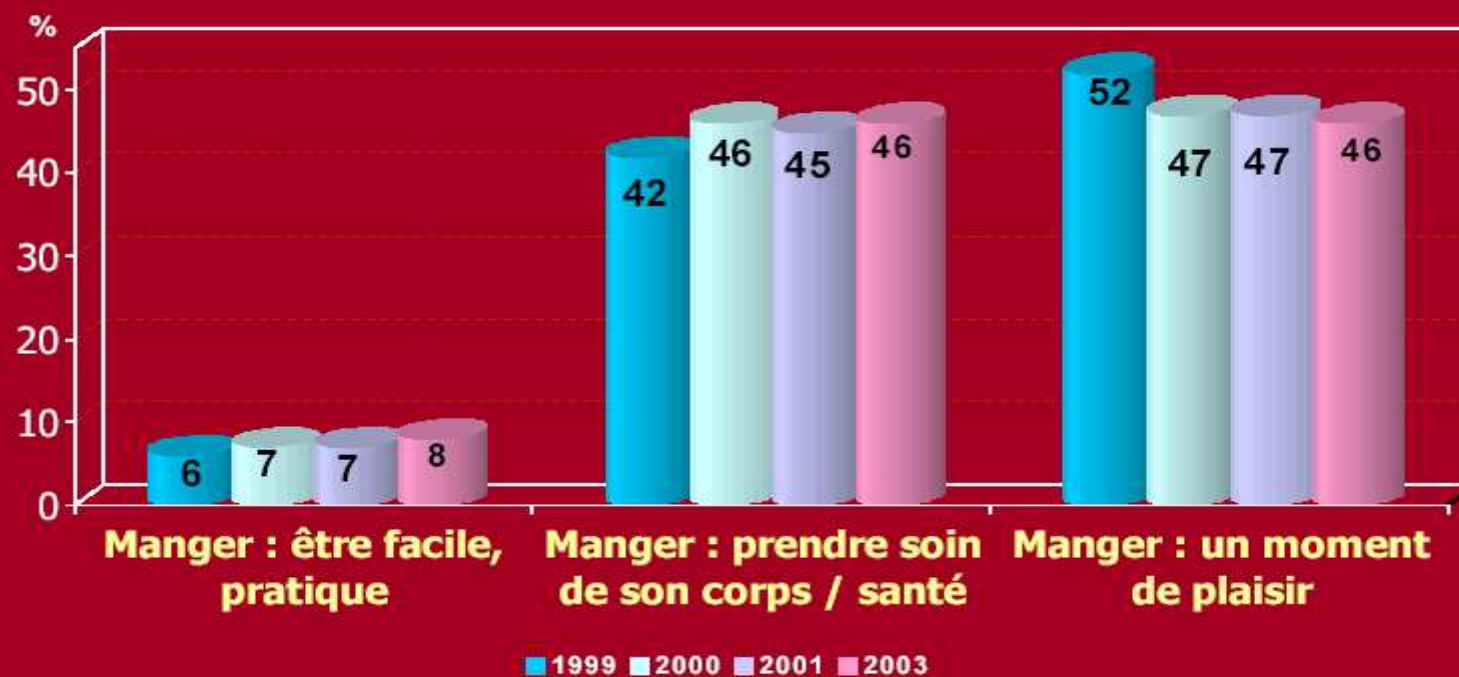
- Hommes (95,4%) > Femmes (91.9%)
- Ordinateur : diminution progressive avec l'age
- Télévision : augmentation progressive avec l'age

Perception de l'alimentation



Perception de l'alimentation

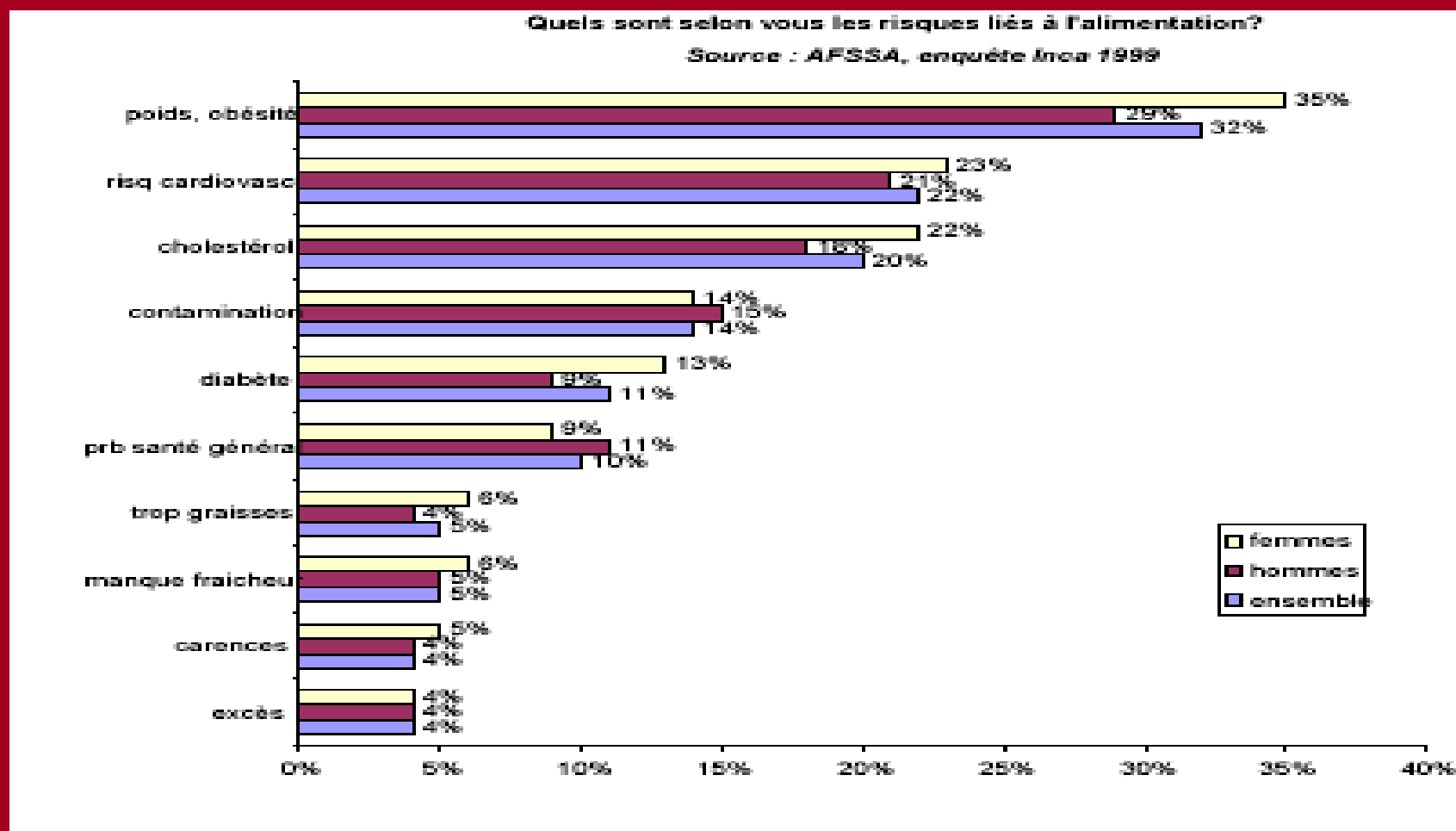
Bien manger c'est désormais
manger sain et manger bon



Perception de l'alimentation

- Manger pour conserver sa santé : 20% de la population
- 75% pensent « santé » en composant leurs repas
- $\frac{3}{4}$ estime avoir une alimentation équilibrée
- Alimentation joue un rôle dans l'apparition des maladies pour 80% des personnes interrogées

Perception de l'alimentation



Perception de l'alimentation

Information santé :

- Être bien informé sur l'alimentation :77,3%
 - Médias (49,8%)
 - Professionnels de santé (20,5%)
 - Entourage proche (16,8%)
- 50 % lisent les informations alimentaires sur les emballages dont 50 % sans les comprendre ...

Perception de l'alimentation

Connaissances / PNNS :

- 2.6 % citent « 5 fruits et légumes »
- 17.6 % citent « 3 produits laitiers »
- 30.4 % citent « 30 minutes d'activité physique par jour ».
- Les femmes sont plus concernées et préoccupées par la valeur santé de l'alimentation.

Choix et lieux d'achat



Choix d'achat

LES CRITERES DE RECONNAISSANCE ET LA PLACE DU GOUT DANS L'ACTE D'ACHAT

Q3. Je vais vous citer un certain nombre de critères, vous me direz si c'est pour vous un critère important ou non...

	QUATRE PILIERS ESSENTIELS				
	1997	1998	1999	2000	2001
	%	%	%	%	%
La composition	86	86	88	86	85
Mode de fabrication	-	69	83	82	81
Labélisé, certifié	83	82	86	80	79
Origine géographique	66	77	73	75	74

	DES DIMENSIONS SECONDAIRES				
	1997	1998	1999	2000	2001
	%	%	%	%	%
L'aspect	86	85	80	81	66
La marque	55	53	59	59	54
L'emballage	48	56	50	53	37

Choix d'achat

- Un souci fort de connaissance du produit depuis son origine à sa fabrication.
- Aspects marketing et apparence moins importants.

Lieux d'achat

- Les français ont fait des courses <15 jours:
 - 80% moyennes et grandes surfaces
 - 40% commerces au détail
 - 32% marchés
 - 4,1% Internet ou téléphone
- 1/3 des français produisent et consomment leurs aliments
 - Personnes âgées
 - Zone rurale
 - Province

Modèle alimentaire français



Modèle alimentaire français

Composition

- 90% prennent 3 repas principaux
- 10% prennent un petit déjeuner optimal (idem à 1996)
- Déjeuner : Deux (30.3%) ou trois (37.7%) plats. Quatre plats plus rare (19.9 % contre 25.2 % en 1996)
- Dîner : Deux (38.9%) ou trois plats (34.8%).

Durée moyenne :

- P'tit dej 16 min. (+1 min par rapport à 1996) ;
- Déjeuner 38 min (idem 1996)
- Dîner 40 min (idem 1996)

Modèle alimentaire français

Télévision en mangeant :

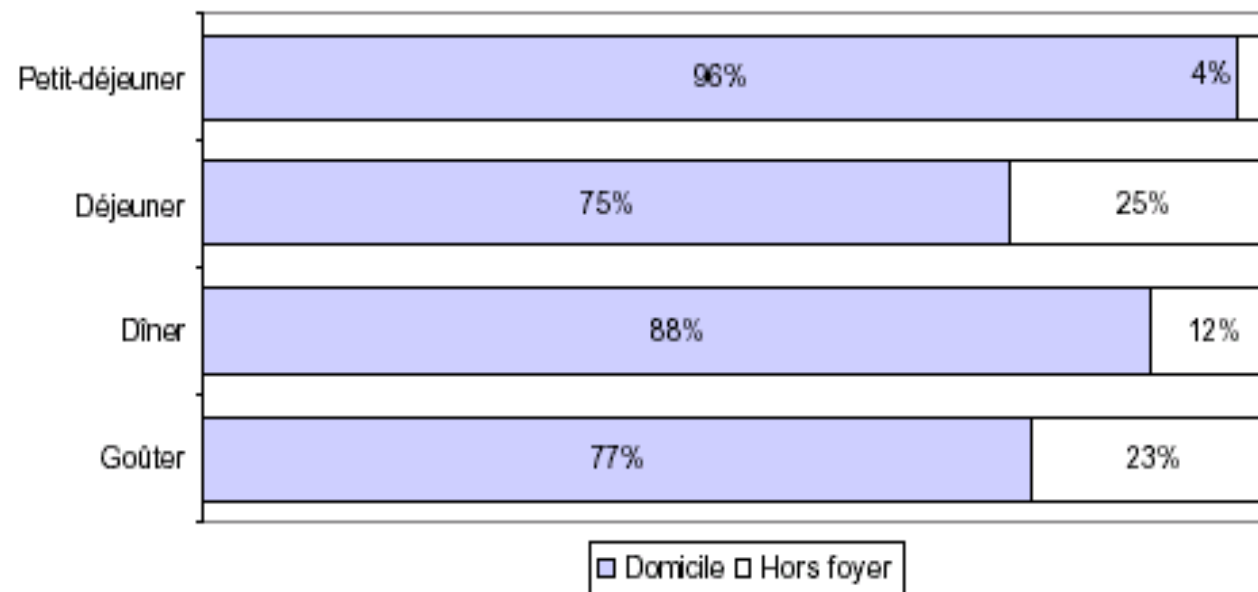
- P'tit dej = 1 français sur 6 (en augmentation)
- Dejeuner = 1 sur 3 (en augmentation)
- Dîner = 1 sur 2

Lieu principal des 3 repas :

- Domicile = 77,7%
- Hors domicile = consommation sur le pouce (pizzas, sandwichs, glaces, pâtisseries +++)

Modèle alimentaire français

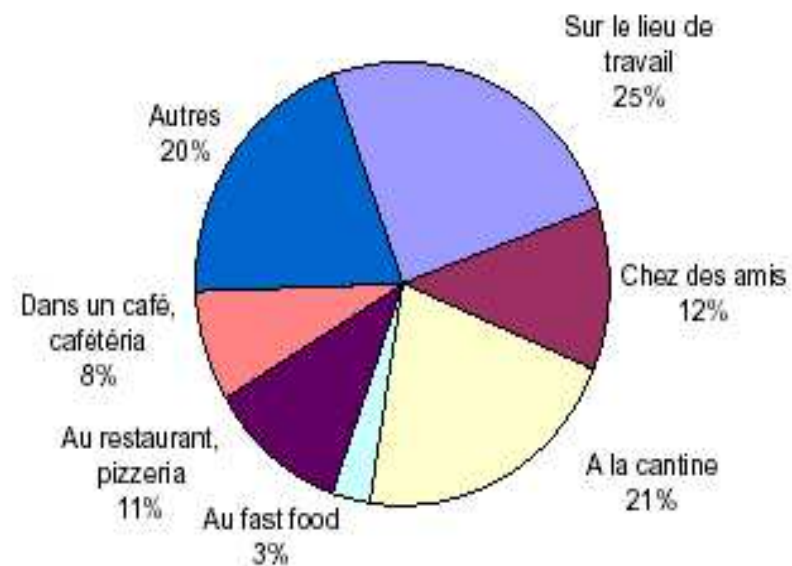
Le lieu des repas des adultes (hors non réponses)



Source :AFSSA/CRÉDOC/DGAL, Enquête INCA 1999.

Modèle alimentaire français

Les déjeuners pris hors domicile pour les adultes (base : 2 289 repas)



Source : AFSSA/CRÉDOC/DGAL, Enquête INCA 1999.

Modèle alimentaire français

Les dîners pris hors domicile pour les adultes (base : 1 046 repas)



Source : AFSSA/CRÉDOC/DGAL, Enquête INCA 1999.

Structure des repas



Structure des repas

- Simplification de la structure des repas :
 - Augmentation du travail féminin
 - Formation plus longue
 - Mariage plus tardif
- Développement d'aliments prêts à consommer : (pizzas, tartes, plats préparés)
 - 75% des français en mangent aux 2 repas
 - Jeunes +++

Structure des repas

- Disrégulation des prises alimentaires :
 - Saut de plats ou de repas +++
 - Augmentation des prises alimentaires hors repas
 - Occasions de consommer et incitations à la consommation +++ (distributeurs de boissons, barres chocolatées, publicité)

Bon appétit !!!

