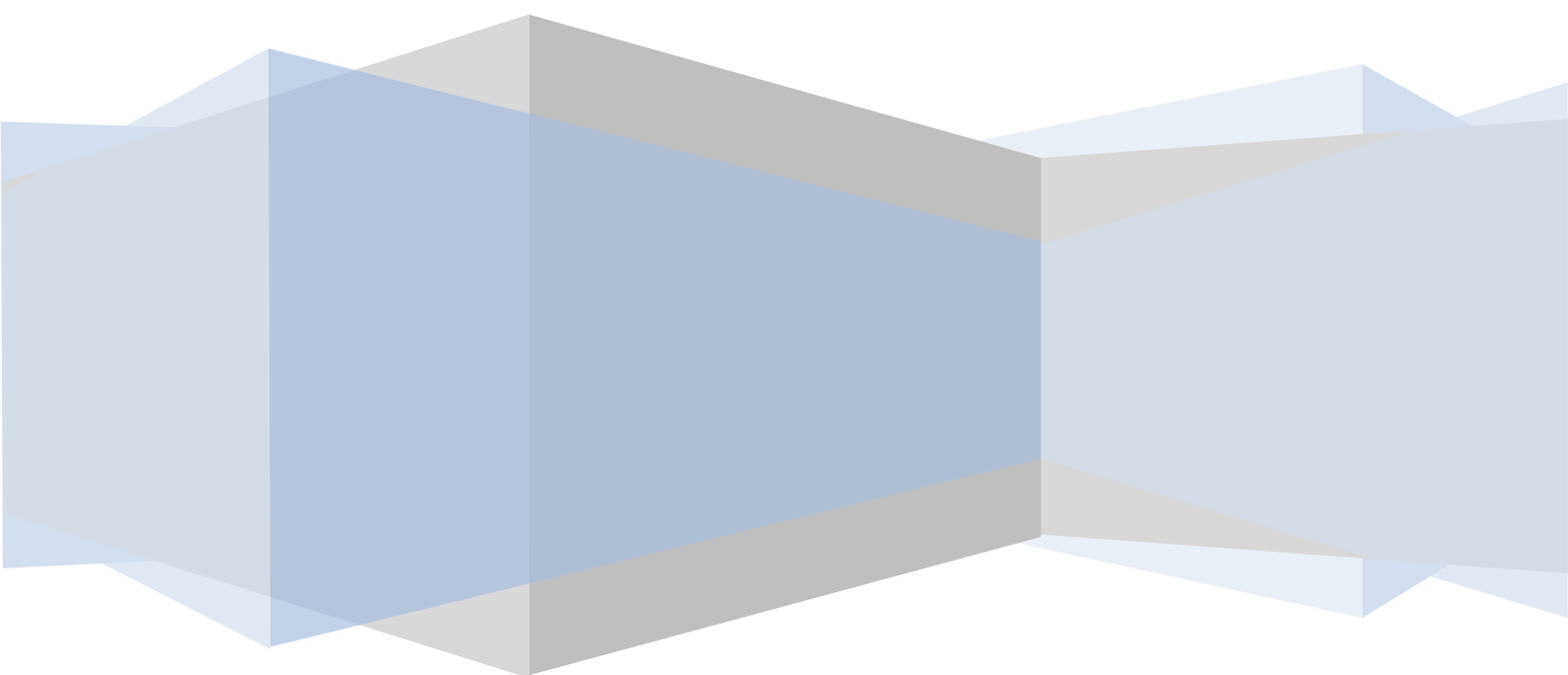




OBSERVATOIRE REGIONAL
DE LA SANTE D'ALSACE

Programme Régional Nutrition Santé Alsace

**Enquête sur la nutrition auprès des visiteurs de
la foire européenne de Strasbourg 2006**



Ce rapport a été réalisé par l'Observatoire régional de la santé d'Alsace (Orsal).

Le développement de la méthode d'enquête ainsi que l'analyse et l'interprétation des résultats ont été réalisés par l'Orsal en collaboration avec **Frank Hausser** (Institut de Recherches Interdisciplinaires sur les Sciences et la Technologie IUT Louis Pasteur).

La présente étude a été initiée et mise en œuvre dans le cadre des activités du groupe « communication et information du consommateur » du plan régional nutrition santé Alsace, co-animé par **Sylvie Chartron** (Masterfoods) et **Frank Hausser** (IUT Louis Pasteur). Ce groupe réunit également :

- des acteurs de l'agriculture (Chambre d'agriculture du Bas-Rhin),
- des acteurs de l'industrie (Masterfoods, Stoeffler),
- des acteurs du secteur de la santé (Mutualité française Alsace, Observatoire régional de la santé d'Alsace et Comité régional d'éducation pour la santé d'Alsace),
- des acteurs de la grande distribution régionale (Coop Alsace),
- des consommateurs (Chambre de consommation d'Alsace),
- des représentants du monde artisanal (Fédération alimentaire des détaillants d'Alsace)
- des représentants du secteur de la recherche (IUT Louis Pasteur, AERIAL, CNRS),
- des représentants de la promotion de la qualité des produits agricoles et alimentaires (Alsace-Qualité).

Introduction	4
Contexte	4
Méthode	5
Objectifs de l'enquête	5
Modalité de réalisation de l'enquête et d'analyse	5
Résultats	7
Description sociodémographique de l'échantillon	7
Le rapport à l'aliment des enquêtés	7
Critères influençant le choix des aliments	8
Représentation de l'alimentation alsacienne	8
Place des produits alsaciens dans les achats	9
Connaissances en matière de nutrition et perception des risques liés à l'absence de l'équilibre alimentaire	10
Rôle de l'alimentation dans la prévention de certaines maladies	11
Connaissances et perceptions des campagnes du PNNS	11
Connaissance des recommandations	12
Importance perçue du respect des recommandations pour rester en bonne santé	13
Application régulière déclarée.....	14
Corrélation entre la connaissance des recommandations, leur importance perçue et leur application	14
Analyse multivariée : Régression logistique	16
Connaissances en matière de nutrition	17
Connaissance des recommandations avant d'avoir visité le stand.....	18
Perception de l'importance des recommandations du PNNS	19
Pratique des recommandations du PNNS.....	20
Synthèse	21

INTRODUCTION

Contexte

Dans le cadre de la mise en place du PNNS (Programme National de Nutrition Santé), plusieurs groupes de professionnels se sont constitués. L'un d'entre eux s'est réuni autour de la communication et de l'information du consommateur, mais également de la recherche et du développement des entreprises du secteur agroalimentaire. Dans le cadre de son travail de réflexion, ce groupe de professionnels a décidé de réaliser une action concrète de communication autour du Programme régional nutrition santé (PRNS) avec pour objectif de rendre visible le PRNS et les recommandations du PNNS. Cette action de communication a été menée lors de la foire européenne de Strasbourg en septembre 2006.

Ce groupe, co-animé par Sylvie Chartron (Masterfoods) et Frank Hausser (IUT Louis Pasteur), présente la particularité d'une grande diversité des « métiers » autour de la nutrition rassemblant :

- des acteurs de l'agriculture (Chambre d'agriculture du Bas-Rhin),
- des acteurs de l'industrie (Masterfoods, Stoeffler),
- des acteurs du secteur de la santé (Mutualité française Alsace, Observatoire régional de la santé d'Alsace et Collège régional d'éducation pour la santé d'Alsace),
- des acteurs de la grande distribution régionale (Coop Alsace),
- des consommateurs (Chambre de consommation d'Alsace),
- des représentants du monde artisanal (Fédération alimentaire des détaillants d'Alsace)
- des représentants du secteur de la recherche (IUT Louis Pasteur, Aerial, CNRS),
- des représentants de la promotion de la qualité des produits agricoles et alimentaires (Alsace-Qualité).

Une étudiante en stage à l'IUT de Schiltigheim a assuré la coordination des différents acteurs intervenant pour cette action.

La chambre d'agriculture du Bas-Rhin a mis à disposition du PRNS un stand d'exposition sur lequel a été affichée une présentation du PRNS et des acteurs engagés dans la démarche. Les visiteurs de la foire pouvaient également y trouver des brochures et affiches présentant les recommandations du PNNS et les adresses utiles, notamment en Alsace.

Des diététiciens et des éducateurs santé se relayaient sur le stand pour répondre aux éventuelles questions des visiteurs.

Il est apparu, que cette action représentait une bonne opportunité pour réaliser une « photographie » des mangeurs en Alsace. La foire accueille en effet chaque année plus de 200 000 visiteurs et 80 000 environ s'arrêtent passent dans l'espace d'exposition de la chambre d'agriculture du Bas-Rhin. Dans cet objectif, l'Orsal a été mandaté pour diligenter une enquête auprès des visiteurs. Un questionnaire a été élaboré en collaboration avec l'IUT Louis Pasteur et le « groupe projet », et a été proposé aux visiteurs de tout l'espace agricole de la foire. Afin de motiver les visiteurs de prendre de leur temps pour participer à cette enquête, un tirage au sort a permis, chaque jour, à un des participants de gagner un panier de produits régionaux. Le présent document présente les résultats de cette enquête.

METHODE

Objectifs de l'enquête

Il a, dès le début de la démarche, été clairement établi que la méthode d'enquête mise en œuvre – soumission du questionnaire aux visiteurs du stand sans autre mode de sélection que le volontariat - ne permettrait pas d'obtenir un échantillon représentatif de toute la population régionale. Dès lors, l'enquête ne vise pas à mesurer scientifiquement les habitudes alimentaires des alsaciens, mais à déterminer quelles sont les grandes tendances en Alsace sur des sujets peu étudiés jusqu'à présent tels que :

- les rapports à l'aliment,
- les connaissances et perception des campagnes de promotion de la santé réalisées dans le cadre du PNNS,
- la connaissance et la perception des recommandations du PNNS,
- les représentations des risques liés à l'absence d'équilibre alimentaire,
- les critères intervenant dans le choix des aliments achetés ou consommés.

L'enquête aurait du également s'intéresser aux attentes et craintes de consommateurs quant à la sécurité alimentaire, la transparence des filières, l'étiquetage des produits, la traçabilité. Cependant, pour des raisons de longueur de questionnaire, cette problématique n'a pas pu être traitée ou approfondie.

Modalité de réalisation de l'enquête et d'analyse

Deux modes d'enquête ont été mis en place pendant la foire. Les enquêtés étaient invités à remplir le questionnaire, soit sur ordinateur (trois ordinateurs étaient à leur disposition sur le stand), soit sur papier. La méthode par informatisation directe des réponses n'a pas eu beaucoup de succès auprès du public. Les jeunes enquêteurs, répartis sur l'ensemble du stand agricole ont eu davantage de succès et de fait, malgré la longueur du questionnaire, 647 visiteurs ont accepté de participer à cette enquête.

Des analyses statistiques univariées (fréquence de chaque réponse), bivariées (tris croisés selon l'âge, le sexe, le niveau d'études, le statut marital,...) et multivariées (régression logistique) ont par la suite été réalisées par l'Orsal pour décrire l'ensemble des données recueillies.

Enfin, deux variables de « cotation » ont été créées :

- *un score de connaissance* (nombre de réponses justes à chacune des affirmations d'une série Vrai/faux)¹,
- *un score d'application* d'une liste de recommandations.

Pour la régression logistique concernant les connaissances, les réponses « je ne sais pas » ont été comptabilisées avec les réponses fausses, les « non réponses » ont été exclues.

Une affirmation² pour laquelle l'ensemble des diététiciens présents sur le stand n'étaient pas totalement d'accord, a été exclue du score de connaissance.

¹ Pensez-vous que les affirmations suivantes sont exactes ? Certaines huiles sont plus grasses que d'autres, du point de vue nutritionnel, la pomme de terre est un légume, la margarine est moins grasse que le beurre, les produits surgelés contiennent moins de vitamines que les produits frais, la viande rouge contient plus de fer que la viande blanche, le poisson contient moins de protéines que la viande, certaines eaux minérales font maigrir, les légumes secs sont pauvres en nutriments (éléments indispensables à l'organisme), les fibres alimentaires sont uniquement apportées par les fruits et légumes, les féculents (riz, pâtes, pommes de terre...) font grossir, manger au moins 5 fruits et légumes par jour protège du cancer, il y a du sel dans les céréales du petit déjeuner.

² La viande rouge contient plus de fer que la viande blanche

RESULTATS

Description sociodémographique de l'échantillon

Les visiteurs qui ont accepté de participer à cette enquête sont principalement des femmes (67 %) et résident dans leur très grande majorité (88 %) en Alsace (dont 82 % de Bas-rhinois versus 6 % de Haut-rhinois). La forte représentation féminine s'explique probablement par le fait que lorsqu'un couple était interrogé par les enquêteurs, c'était en général la femme qui répondait aux questions.

L'échantillon se répartit en trois grands groupes d'âge, un tiers de personnes de moins de 30 ans (33 %); un tiers de personnes de 30 à 49 ans (33 %) et un tiers de personnes âgées de 50 ans ou plus (34 %).

Près de la moitié (48 %) des enquêtés ont fait des études supérieures, 19 % des personnes interrogées sont titulaires d'un baccalauréat, 30 % d'un brevet professionnel (BEP), CAP ou BEPC, ou d'un CEP ou moins et 3 % des enquêtés ont répondu « je ne sais pas ».

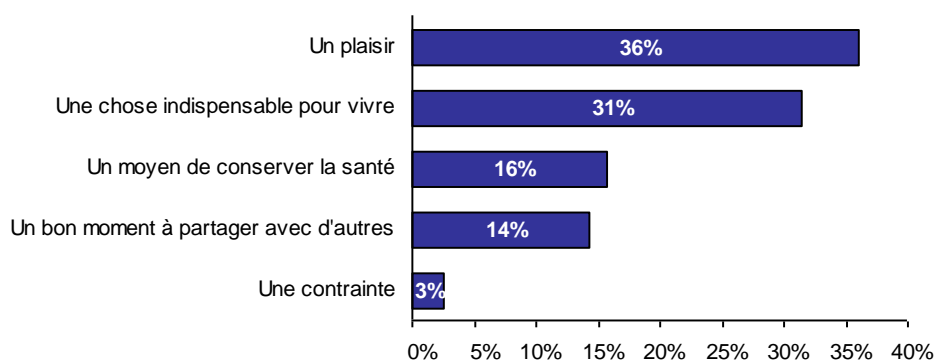
Enfin, 54 % des enquêtés ont déclaré avoir déjà entendu parler du Plan national nutrition santé (PNNS) ou du Plan régional nutrition santé (PRNS). Parmi les personnes interrogées, près de 27 % avaient déjà visité le stand du PRNS avant d'instruire le questionnaire.

Le rapport à l'aliment des enquêtés

La question posée était : Pour vous, manger représente avant tout ? Une chose indispensable pour vivre - Un moyen de conserver la santé - Un plaisir, un bon moment à partager avec d'autres - Une contrainte. Une seule réponse était possible.

L'analyse des réponses à cette question montre que pour plus d'un tiers des visiteurs interrogés (36 %), manger représente avant tout "un plaisir". Si l'on ajoute à ces derniers ceux qui considèrent que l'alimentation constitue « Un bon moment à partager avec d'autres » (14 %), ce sont au total la moitié des répondants qui ont une représentation de l'acte alimentaire qui tourne autour de la notion de plaisir, que ce soit sur le plan gustatif ou celui de la socialisation. Apparaît en deuxième position l'assertion "Une chose indispensable pour vivre", retenue par 31 % des personnes interrogées et en troisième position « Un moyen de conserver la santé » (16 %). Très peu de répondant portent un regard franchement négatif sur l'alimentation, seuls 3 % d'entre eux estiment que manger représente « Une contrainte ».

Pour vous, "manger" représente avant tout...



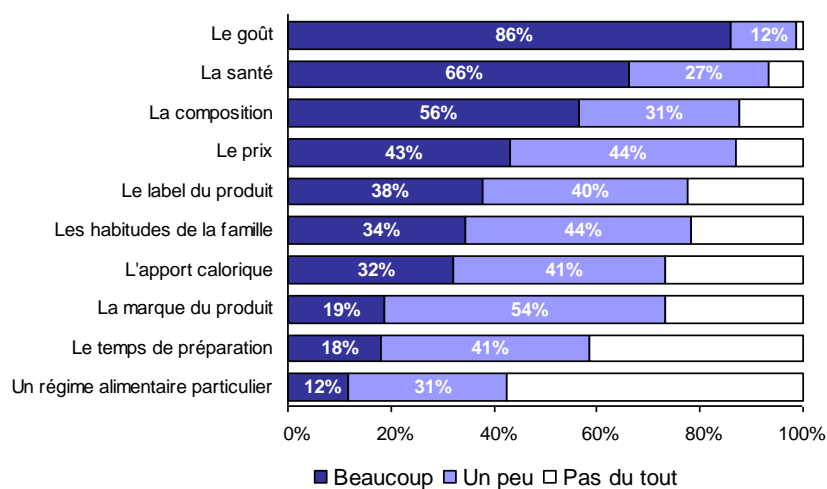
Critères influençant le choix des aliments

La question posée était : *Les critères suivants influencent-t-ils (beaucoup, un peu ou pas du tout) le choix des aliments que vous achetez ? La marque du produit - Le prix - Le goût - La composition - La santé - L'apport calorique - Le temps de préparation - Les habitudes de la famille - Le label du produit (produit biologique, label rouge...) - Un régime alimentaire particulier*

Parmi la liste des critères proposés, le goût est celui qui, selon les réponses des personnes enquêtées, influence le plus l'achat d'un aliment et ce de façon assez nette : seuls 2 % des répondants disent ne pas être influencé du tout par le goût dans le choix des aliments, 12 % être un peu influencés et 86 % être beaucoup influencés. La santé a également été fortement mise en avant (66 % de « Beaucoup »), élément qui contraste avec les résultats obtenus avec la question précédente relative aux représentations de l'alimentation. Vient ensuite le critère « Composition » (56 %), ce qui souligne à nouveau la place de la santé dans le choix alimentaire.

A l'opposé, un régime alimentaire particulier influence très peu le choix des aliments, dans la mesure où 57 % des répondants déclarent ne pas être influencés du tout par celui-ci. C'est d'ailleurs le seul critère qui n'est pas pris en compte par plus de la moitié des répondants. Apparaissent ensuite le temps de préparation (41 % de « Pas du tout influencé »), la marque (27 %) et l'apport calorique (27 %).

Les critères suivants influencent-t-ils le choix des aliments que vous achetez ?

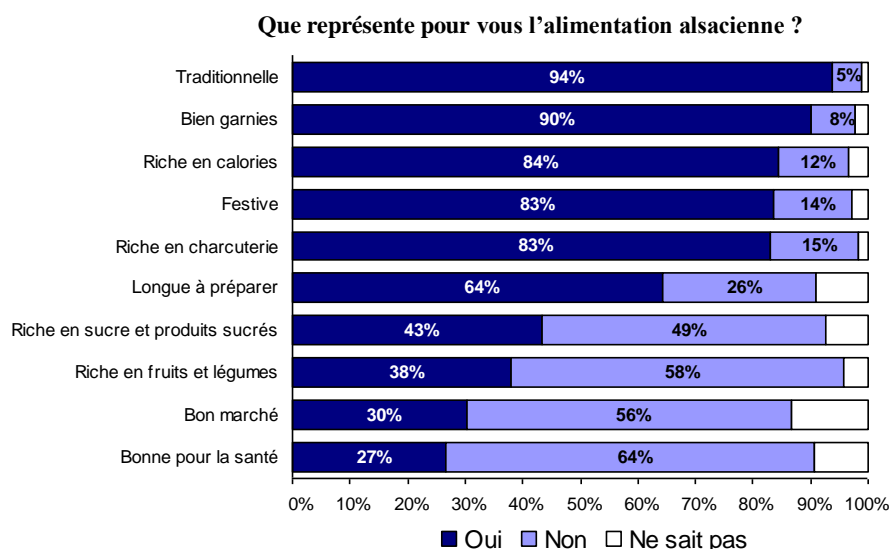


Représentation de l'alimentation alsacienne

La question posée était : *Que représente pour vous l'alimentation alsacienne (oui ou non pour chaque affirmation) ? Une alimentation riche en charcuterie, une alimentation traditionnelle, une alimentation riche en fruits et légumes, une alimentation riche en sucre et produits sucrés, des assiettes bien garnies, une alimentation festive, une alimentation riche en calories, une alimentation bonne pour la santé, une alimentation longue à préparer, une alimentation bon marché.*

Le qualificatif le plus souvent retenu pour caractériser la cuisine alsacienne est « Traditionnelle ». A l'inverse, pour une très large part des personnes interrogées, cuisine alsacienne et santé ne riment pas franchement. Ainsi, seule une minorité des répondants considère la cuisine régionale comme étant bonne pour la santé (27 %) ou riche en fruits et légumes (38 %), alors que les qualificatifs bien garnie

(90 %), riche en calories (84 %), riche en charcuterie (83 %) sont très souvent mis en avant. Son image n'est pas pour autant totalement négative dans la mesure où 83 % des personnes affirment qu'il s'agit d'une cuisine festive. Enfin un enquêté sur trois (30 %) estime qu'elle est bon marché et deux sur trois (64 %) se représentent l'alimentation alsacienne comme longue à préparer.



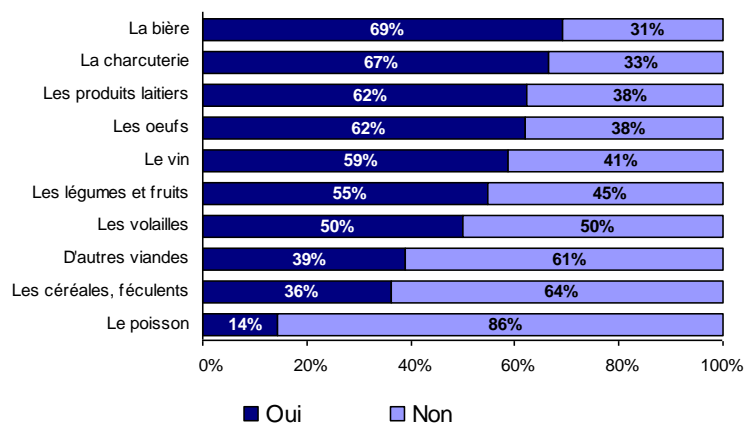
Place des produits alsaciens dans les achats

La question posée était : Privilégiez-vous l'achat de produits d'origine Alsacienne (oui/non) pour les aliments suivants : la charcuterie, les volailles, d'autres viandes, les légumes et fruits, les œufs, le poisson, les produits laitiers, les céréales, féculents, le vin, la bière

Au moins un enquêté sur deux a déclaré privilégier l'achat des produits d'origine alsacienne pour : la bière, la charcuterie, les produits laitiers, les œufs, le vin, les légumes et les fruits, et les volailles. En revanche, ils sont à peine plus d'un tiers à privilégier l'achat des céréales, des féculents et d'autres viandes d'origine alsacienne. Ils sont à peine 14 % à privilégier l'origine alsacienne pour le poisson.

Précisons que ces chiffres ne reflètent pas nécessairement les comportements d'achat : le fait que 69 % des personnes déclarent privilégier l'achat de bières alsaciennes ne signifie pas que 69 % des bières vendues en Alsace sont d'origine régionale ni même que 69 % des personnes n'achètent que de la bière alsacienne.

Privilégiez-vous l'achat de produits d'origine Alsacienne pour les aliments suivants ?



Connaissances en matière de nutrition et perception des risques liés à l'absence de l'équilibre alimentaire

Certaines questions avaient pour but d'évaluer les connaissances des personnes interrogées en matière de nutrition et de prévention de maladies liées à un mauvais équilibre alimentaire, pour notamment essayer de repérer certaines idées fausses parfois d'ailleurs véhiculées par la publicité. Deux questions répondaient à cet objectif.

La première était formulée de la façon suivante :

« *Pensez-vous que les affirmations suivantes sont exactes ? (affirmation exacte, fausse, ne sait pas)* »,

les affirmations proposées étant : *Certaines huiles sont plus grasses que d'autres - Du point de vue nutritionnel, la pomme de terre est un légume - La margarine est moins grasse que le beurre - Les produits surgelés contiennent moins de vitamines que les produits frais - La viande rouge contient plus de fer que la viande blanche - Le poisson contient moins de protéines que la viande - Certaines eaux minérales font maigrir - Les légumes secs sont pauvres en nutriments (éléments indispensables à l'organisme - Les fibres alimentaires sont uniquement apportées par les fruits et légumes - Les féculents (riz, pâtes, pommes de terre...) font grossir - Manger au moins 5 fruits et légumes par jour protège du cancer - Il y a du sel dans les céréales du petit déjeuner.*

Globalement, il apparaît que les enquêtés ont des connaissances correctes sur la nutrition. Pour la moitié des affirmations listées ci-dessus, les réponses sont justes dans deux tiers des cas au moins (entre 66 et 75 % de réponses justes). Un score inférieur doit être considéré comme non satisfaisant. En effet, si 50 % des répondants apportent une réponse exacte à une question dichotomique, ceci correspond au score qui serait obtenu si l'ensemble des enquêtés répondaient au hasard.

Pensez-vous que les affirmations suivantes sont exactes ?

	Réponse correcte	Réponse erronée ou Ne sait pas	Dont	
			réponse erronée	ne sait pas
Affirmations fausses				
Le poisson contient moins de protéines que la viande	75%	25%	13%	12%
Certaines eaux minérales font maigrir	74%	26%	18%	8%
Les féculents (riz, pâtes, pommes de terre...) font grossir	74%	26%	23%	3%
Les légumes secs sont pauvres en nutriments (éléments indispensables à l'organisme)	72%	28%	14%	14%
Les fibres alimentaires sont uniquement apportées par les fruits et légumes	63%	37%	27%	10%
Les produits surgelés contiennent moins de vitamines que les produits frais	63%	37%	32%	5%
Du point de vue nutritionnel, la pomme de terre est un légume	48%	52%	48%	5%
La margarine est moins grasse que le beurre	45%	55%	42%	13%
Certaines huiles sont plus grasses que d'autres	35%	65%	56%	8%
La viande rouge contient plus de fer que la viande blanche	16%	84%	64%	20%
Affirmations exactes				
Manger au moins 5 fruits et légumes par jour protège du cancer	74%	26%	16%	10%
Il y a du sel dans les céréales du petit déjeuner	66%	34%	13%	21%

Les réponses erronées et les non réponses concernent essentiellement trois affirmations³ :

- La pomme de terre est un légume du point de vue nutritionnel (48 % d'erreurs et 5 % de ne sait pas). L'ambiguïté entre légume sur le plan botanique et légume sur le plan nutritionnel peut en partie expliquer ces chiffres. Cependant, il est nécessaire en matière d'éducation pour la santé d'insister sur ce type d'informations qui peuvent être véhiculées de génération en génération et induire une compréhension erronée des messages de prévention.

³ L'affirmation « La viande rouge contient plus de fer que la viande blanche », dont l'interprétation ne fait consensus, a été exclue de l'analyse.

- La margarine est moins grasse que le beurre (45 % d'erreurs et 13 % « je ne sais pas »), erreurs qui peuvent probablement s'expliquer par des confusions induites par des campagnes publicitaires qui encouragent le remplacement du beurre par de la margarine. Là encore, il est nécessaire de bien rétablir les informations exactes, parce que toutes les margarines ne sont pas équivalentes sur le plan diététique et qu'elles sont en tout état de causes aussi grasses que le beurre. Apprendre aux consommateurs à lire voire à décrypter les étiquettes et savoir discriminer le vrai du faux dans les publicités pourraient être un objectif prioritaire d'un groupe de professionnels voulant travailler sur la communication.
- Certaines huiles sont plus grasses que d'autres. La remarque précédente pourrait être totalement reprise pour cette affirmation.

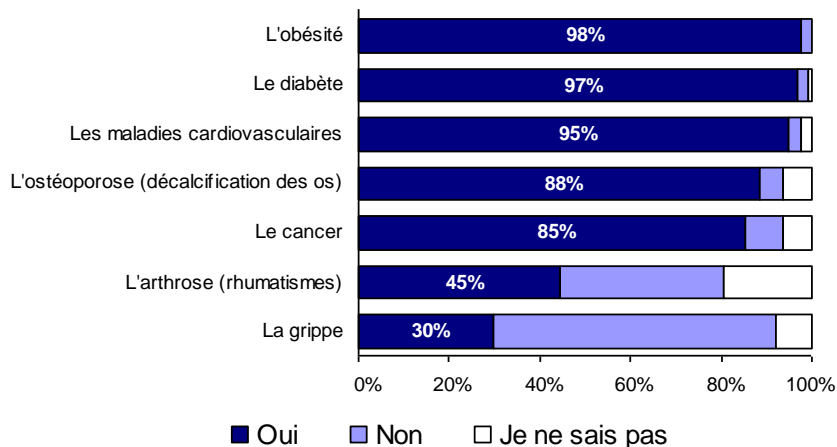
Rôle de l'alimentation dans la prévention de certaines maladies

Question posée : Pensez-vous que l'alimentation peut avoir un rôle dans la prévention des maladies suivantes (oui/non/ne sait pas) : Le cancer - Le diabète - L'ostéoporose (décalcification des os) - L'arthrose (rhumatismes) - La grippe - Les maladies cardiovasculaires - L'obésité

Il est à noter que le rôle potentiellement préventif d'une alimentation équilibrée est plutôt bien connu des personnes enquêtées.

Les maladies pour la prévention desquelles il est classiquement recommandé d'agir sur un meilleur équilibre alimentaire (diabète, obésité, maladies cardiovasculaires, ostéoporose et certains cancers) sont connus par plus de 85 % des enquêtés.

Pensez-vous que l'alimentation peut avoir un rôle dans la prévention des maladies suivantes :



Connaissances et perceptions des campagnes du PNNS

Enfin, l'enquête réalisée à la foire européenne de Strasbourg avait également pour objectif d'évaluer la connaissance des campagnes de prévention (PNNS, PRNS, recommandations...).

Le questionnaire listait les principales recommandations du PNNS et il était demandé pour chacune d'entre elles si elle était connue avant de venir sur le stand, si l'enquêté trouvait important de la respecter pour rester en bonne santé et s'il l'appliquait régulièrement. Au travers de ces questions, il ne s'agissait en aucun cas d'élaborer une mesure précise des comportements alimentaires, ce qui aurait nécessité d'autres moyens d'investigation, ni d'obtenir une vision objective de la connaissance des

recommandations (elles étaient lues une par une avant qu'il ne soit demandé à chaque enquêté s'il la connaissait) ou de l'impact des campagnes de prévention.

En d'autres termes, l'analyse des résultats suivants ne doit pas se limiter à la lecture stricte des chiffres présentés. Il est plus intéressant d'examiner les résultats en terme de hiérarchie (quelles sont les recommandations qui tendent à être les plus connues, les moins respectées...) et en terme d'écart (certaines recommandations particulièrement bien connues sont en même temps peu appliquées).

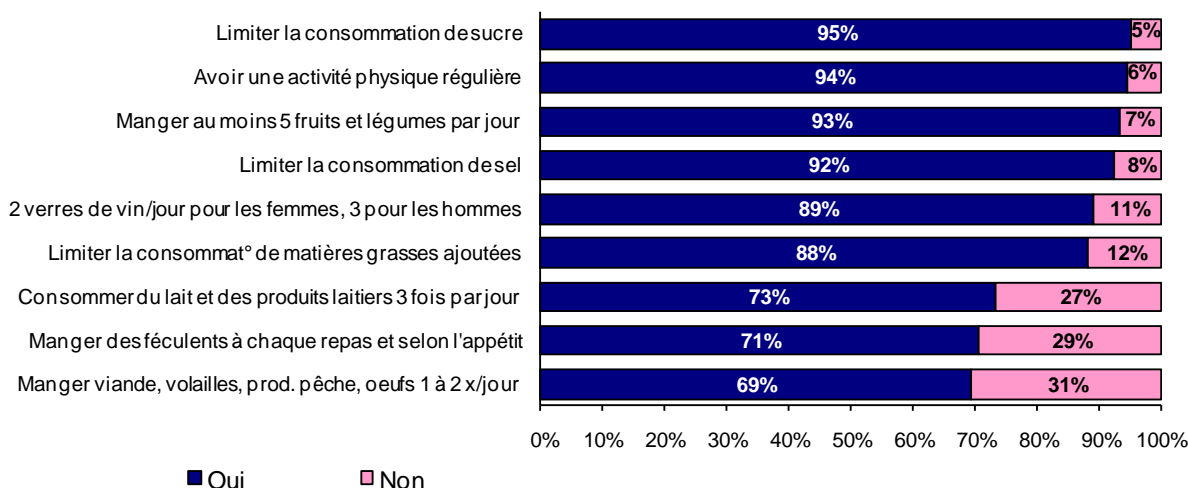
Les recommandations du PNNS :

1. Manger au moins 5 fruits et légumes par jour
2. Manger des féculents (pain, céréales, pommes de terres et légumes secs) à chaque repas et selon l'appétit.
3. Consommer du lait et des produits laitiers (yaourts, fromages) 3 fois par jour
4. Manger de la viande et volailles, produits de la pêche et œufs 1 à 2 fois par jour
5. Limiter la consommation de matières grasses ajoutées et privilégier les matières grasses végétales (huiles d'olive, de colza...)
6. Limiter la consommation de sucre
7. Ne pas dépasser la consommation de 2 verres de vin (de 10 cl) par jour pour les femmes et 3 pour les hommes (2 verres de vin sont équivalents à 2 demis de bière ou 6 cl d'alcool fort)
8. Limiter la consommation de sel
9. Avoir une activité physique régulière correspondant au moins à l'équivalent d'une demi-heure de marche rapide par jour

Connaissance des recommandations

Quelle que soit la recommandation considérée, sept personnes sur dix déclarent qu'elles la connaissaient avant de venir sur le stand du PRNS. Il convient de rappeler que les recommandations étaient lues. Affirmer dans ces conditions que l'on connaît une recommandation peut signifier que l'on a déjà entendu ou lu cette recommandation sans pour autant être capable de la citer spontanément.

Connaissiez-vous ces recommandations avant de venir sur ce stand ?



Quatre recommandations sont connues par plus de neuf personnes sur dix. Il s'agit de celles qui concernent la limitation de la consommation de sucre, la pratique régulière d'une activité physique, la nécessité de manger au moins 5 fruits et légumes par jour et la limitation de la consommation de sel (92 %).

Trois recommandations sont sensiblement moins connues que les autres. Il s'agit de celles qui portent sur la consommation de viande, volailles, produits de la pêche..., la consommation de féculents et la consommation de lait et produits laitiers. Même ces recommandations qui arrivent en queue de classement restent connues de sept répondants sur dix.

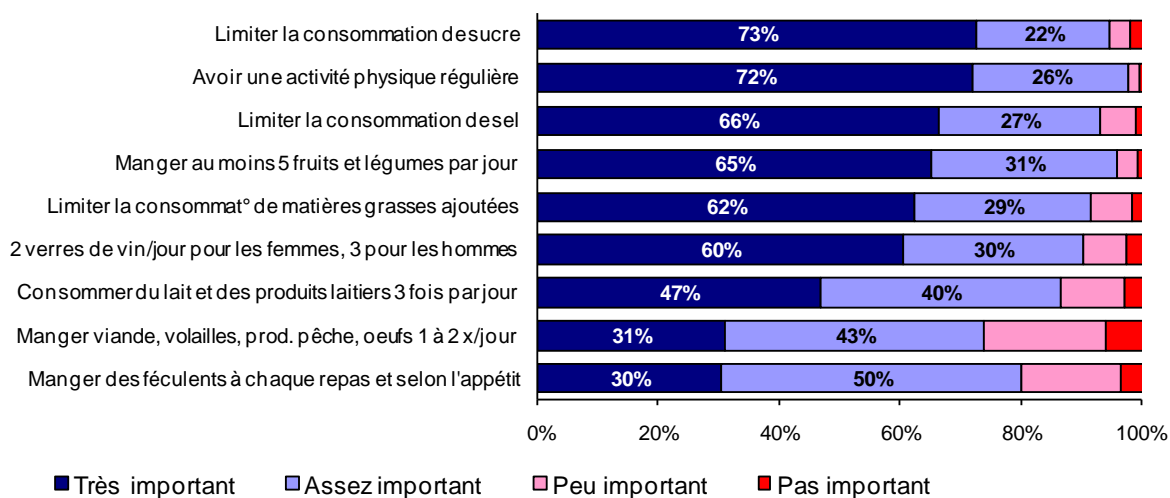
Importance perçue du respect des recommandations pour rester en bonne santé

Pour la quasi-totalité des recommandations, une majorité de répondants (au moins huit répondants sur dix) estime que son respect est important (très ou assez) pour rester en bonne santé.

Les deux recommandations considérées le plus souvent comme peu ou pas importantes à respecter pour rester en bonne santé sont : « manger des féculents à chaque repas et selon l'appétit » (20 % des répondants) et « manger de la viande, volailles, produits de la pêche, œufs une à deux fois par jour » (26 %). Ce sont également les deux recommandations que le moins de personnes :

- trouvent « très importante à respecter (respectivement 30 et 31 %),
- déclarent connaître (respectivement, 31 et 29 %).

Estimez-vous important de respecter ces recommandations pour rester en bonne santé ?



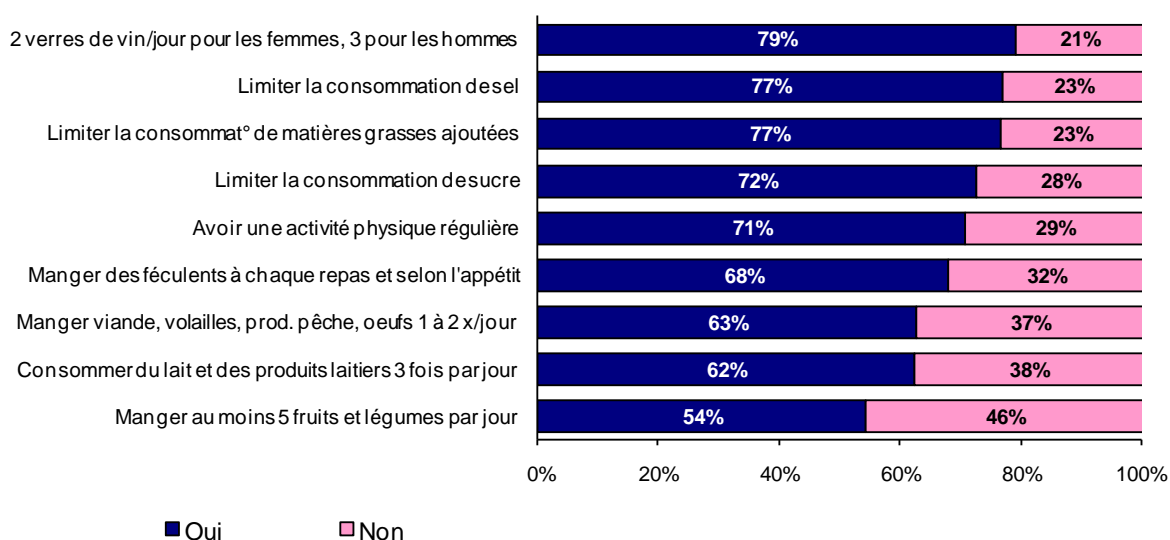
Application régulière déclarée

Les personnes enquêtées étaient également interrogées à propos de l'application des recommandations. La question posée était : *appliquez-vous régulièrement ces recommandations (oui/non)*.

Le taux d'application déclaré varie fortement selon la recommandation, de 54 % (manger au moins 5 fruits et légumes par jour) à 79 % (ne pas dépasser la consommation de 2 verres de vin (de 10 cl) par jour pour les femmes et 3 pour les hommes).

A noter que plus d'un répondant sur quatre déclare ne pas avoir d'activité physique régulière mais que globalement, plus de la moitié des personnes interrogées indiquent appliquer régulièrement les recommandations du PNNS.

Appliquez-vous régulièrement ces recommandations ?



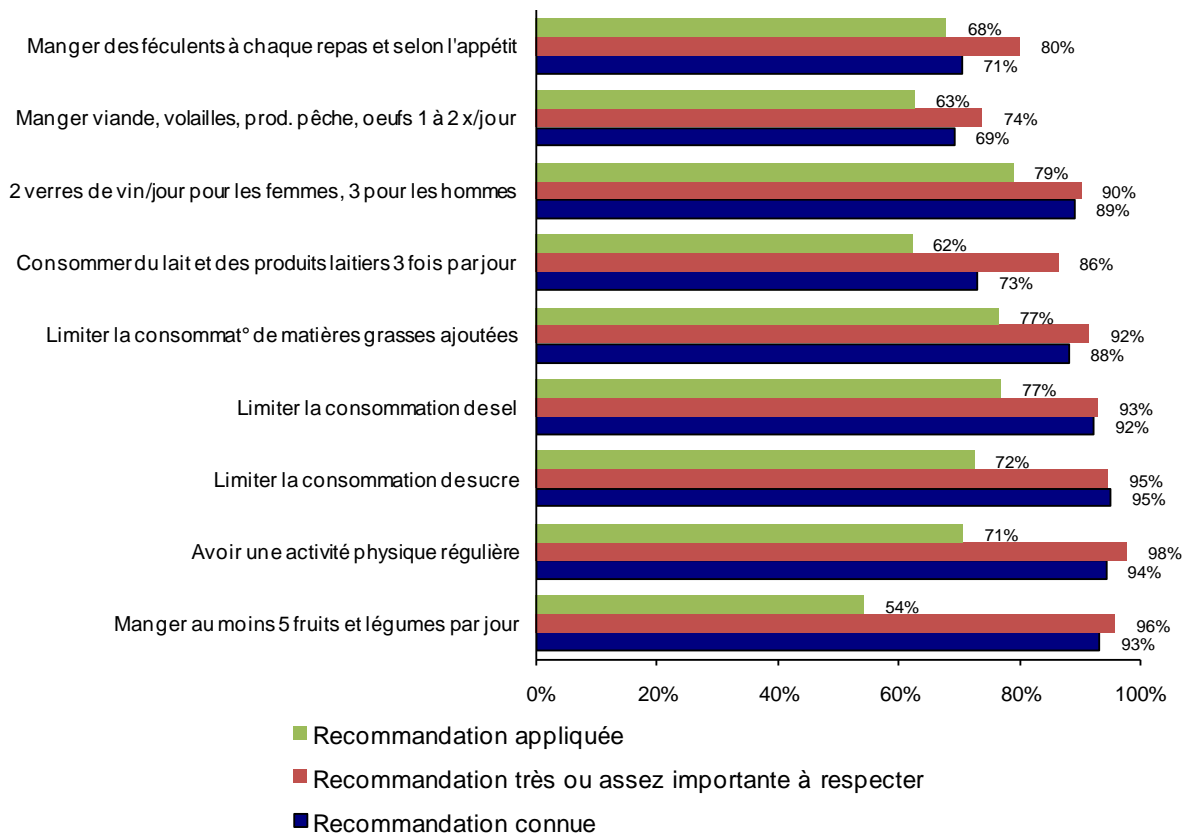
Corrélation entre la connaissance des recommandations, leur importance perçue et leur application

Dans le graphique suivant ont été comparés pour chaque recommandation les proportions de personnes qui déclarent la connaître, qui affirment l'appliquer régulièrement et qui considèrent important ou très important de la respecter pour rester en bonne santé.

L'écart entre la proportion de personnes qui déclarent connaître une recommandation et la proportion de personnes qui considèrent important ou très important de la respecter est en général assez faible.

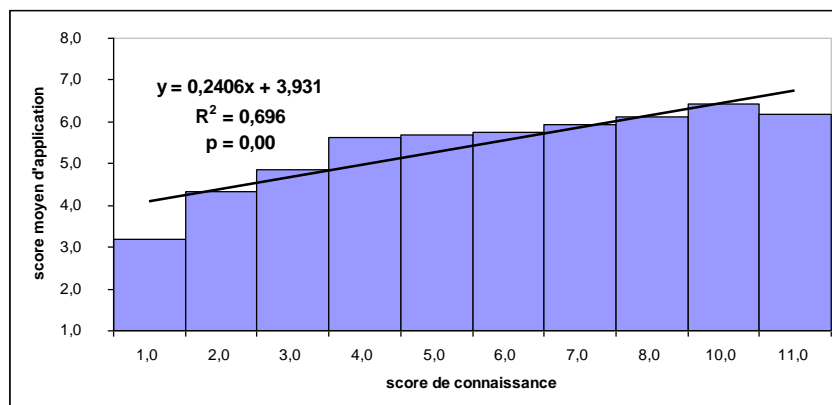
Il est plus intéressant de s'attarder sur l'intervalle existant entre le fait de connaître une recommandation (voire de la juger très importante) et son application au quotidien. Cet écart est important (plus de 20 points) pour les recommandations « Avoir une activité physique régulière » et « Limiter la consommation de sucre » et même très important pour la recommandation « Manger au moins 5 fruits et légumes par jour ». Ainsi, si 93 % des visiteurs interrogés considèrent qu'il est important voire très important de manger au moins 5 fruits et légumes par jour, seuls 54 % affirment respecter la recommandation. Il est patent que si l'on souhaite augmenter l'application effective de ces recommandations, plus encore que les autres, il ne faut pas compter sur les seules campagnes de communication mais utiliser d'autres outils de promotion de la santé.

Représentation de l'écart entre connaître et appliquer



Pour autant, il ne s'agit pas de prétendre que les campagnes d'information n'ont pas d'impact. Ainsi, à partir des réponses apportées à ces différentes questions, un « score de connaissance » et un « score d'application » ont été calculés pour chaque répondant (Cf. encadré). L'analyse montre que le score d'application augmente significativement avec le score de connaissance (test de linéarité) et qu'il est possible d'affirmer sans se tromper sur le plan statistique, qu'une meilleure connaissance des recommandations est corrélée avec une déclaration d'application régulière de ces recommandations.

Score moyen d'application selon le score de connaissance



A l'opposé, la recommandation que le plus grand nombre des répondants déclare appliquer (ne pas dépasser la consommation de 2 verres de vin ...), n'est pas connue de 11 % des répondants et n'est pas jugée importante (pas ou peu) par 40 % des répondants.

En synthèse, si le fait de « connaître » une recommandation ne garantit en rien son application, il n'en reste pas moins que la connaissance reste une condition nécessaire à son application.

En revanche, il sera intéressant pour les promoteurs d'actions et de programmes de réfléchir aux freins à l'application des recommandations. L'argument le plus souvent avancé qui est celui du prix des fruits et légumes peut-il être la seule explication à ces constat ?

Dans une perspective d'amorce de réponses, une analyse par régression logistique⁴ des différentes questions de connaissance, en matière de nutrition, de connaissance des recommandations du PNNS, de la perception de l'importance de ces recommandations pour « rester en bonne santé » et de l'application régulière de ces recommandations a été réalisée.

Pour en faciliter la lecture, dans les différents tableaux de synthèse suivants, seules les variables qualitatives (sexe, âge, niveau d'études, statut marital et visite du stand) pour lesquelles il y a une différence significative ($p < 0,05$) sont indiquées.

Les tableaux sont à lire de la façon suivante : lorsqu'une différence est significative selon le sexe (comme par exemple pour la question « certaines huiles sont plus grasses que d'autres », avec un odds ratio de 2,47), cela veut dire que quel que soit l'âge, le niveau d'études, le statut marital, ou le fait d'avoir visité ou pas le stand PRNS, les femmes répondant 2,47 fois plus souvent justes que les hommes.

⁴ La régression logistique est un des modèles d'analyse multivariée explicatif couramment utilisé en épidémiologie. Son emploi permet le contrôle des biais de confusion. La mesure d'association calculée dans ce modèle est l'odds ratio (OR) qui quantifie la force de l'association entre la survenue d'un événement (ici donner une réponse juste, connaître une recommandation, l'appliquer), représentée par une variable dichotomique oui/non), et les facteurs susceptibles de l'influencer, représentés par des variables explicatives (ici les données sociodémographiques, âge, sexe, statut marital et niveau d'études auxquelles a été rajoutée la visite ou non du stand avant la passation du questionnaire).

Connaissances en matière de nutrition

Variable Q5 : Pensez vous que les affirmations suivantes sont exactes? Réponse correcte = 1
Réponse erronée = 0; $p < 0,05$

		Sexe		Âge			Niveau d'études			Statut marital		Visite du stand PRNS	
		Hommes	Femmes	Moins de 30 ans	30 - 49 ans	50 ans ou plus	CAP, BEP, CEP	BAC	Etudes supérieures	Marié ou vivant maritalement	Célibataire ou autres	Oui	Non
Certaines huiles sont plus grasses que d'autres	OR p	1,00 2,47 0,00		NS			1,00 NS 2,66 0,00			2,36 1,00 0,00		1,89 1,00 0,00	
Du point de vue nutritionnel, la pomme de terre est un légume	OR p	1,00 2,09 0,00		NS			1,00 1,70 2,83 0,05 0,00			NS		NS	
La margarine est moins grasse que le beurre	OR p	NS		NS			NS			NS		NS	
Les produits surgelés contiennent moins de vitamines que les prdts frais	OR p	1,00 1,57 0,02		1,00 1,93 2,27 0,02 0,01			1,00 NS 1,69 0,02			1,78 1,00 0,03		NS	
Le poisson contient moins de protéines que la viande	OR p	NS		NS			NS			NS		NS	
Certaines eaux minérales font maigrir	OR p	NS		NS			1,00 2,92 2,63 0,00 0,00			NS		NS	
Les légumes secs sont pauvres en nutriments	OR p	1,00 1,60 0,03		1,00 2,85 2,94 0,00 0,00			1,00 1,99 3,53 0,02 0,00			NS		NS	
Les fibres alimentaires sont uniquement apportées par les fruits et légumes	OR p	1,00 1,53 0,03		NS			1,00 NS 1,94 0,00			NS		NS	
Les féculents (riz, pâtes, pommes de terre...) font grossir	OR p	1,00 1,89 0,00		NS			NS			2,34 1,00 0,00		NS	
Manger au moins 5 fruits et légumes par jour protège du cancer	OR p	1,00 2,11 0,00		1,00 2,69 3,14 0,00 0,00			NS			NS		2,00 1,00 0,01	
Il y a du sel dans les céréales du petit déjeuner	OR p	NS		NS			1,00 1,80 1,67 0,04 0,01			NS		NS	

NS = Pas de différence significative au seuil de 5%
1,00 = modalité de référence; OR = Odds Ratio

La régression logistique, montre que toutes choses égales par ailleurs, pour sept des onze questions portant sur les connaissances en matière de nutrition, les femmes répondent, de façon statistiquement significative, plus souvent de façon exacte.

On notera que les quatre questions pour lesquelles ces différences ne sont pas significatives, au moins trois concernent des informations sur lesquelles la publicité peut avoir eu une influence (« La margarine est moins grasse que le beurre », « Certaines eaux minérales qui font maigrir », « Il y a du sel dans les céréales du petit déjeuner »).

Les résultats montrent que le niveau d'études est également corrélé à la connaissance des bonnes réponses, mais de façon moins marquée que le sexe. Pour cinq questions sur onze une différence significative est retrouvée, toujours en faveur du niveau d'études le plus élevé.

Les différences significatives selon l'âge (toujours en faveur des plus âgés) ne concernent que trois affirmations, comme d'ailleurs les différences liées au statut marital (toujours en faveur des enquêtés mariés ou vivant maritalement).

Enfin, le fait d'avoir visité le stand a visiblement eu une faible incidence sur la connaissance en matière de nutrition des enquêtés. Les différences, toujours en faveur des personnes ayant visité le stand avant de répondre au questionnaire, ne sont significatives que pour deux des onze questions.

Connaissance des recommandations avant d'avoir visité le stand

Connaissiez-vous ces recommandations avant de venir sur ce stand ? Oui = 1 Non = 0 ; p < 0,05

		Sexe		Âge			Niveau d'études			Statut marital		Visite du stand PRNS	
		Hommes	Femmes	Moins de 30 ans	30 - 49 ans	50 ans ou plus	CAP, BEP, CEP	BAC	Etudes supérieures	Marité ou vivant maritalement	Célibataire ou autres	Oui	Non
Manger au moins 5 fruits et légumes par jour	OR p	NS		NS			NS			NS		6,38 0,01	1,00
Manger des féculents (pain, céréales, pommes de terre et légumes secs) à chaque repas et selon l'appétit	OR p	NS		NS			NS			NS		NS	
Consommer du lait et des produits laitiers (yaourts, fromages) 3 fois par jour	OR p	1,00 1,73		1,00 NS	0,45 0,00		1,00 NS	0,48 0,01		NS		1,99 0,01	1,00
Manger de la viande et volailles, produits de la pêche et oeufs 1 à 2 fois par jour	OR p	NS		NS			NS			NS		NS	
Limiter la consommation de matières grasses ajoutées et privilégier les matières grasses végétales (huiles d'olive, de colza...)	OR p	NS		NS			1,00 0,01	3,45 0,02	2,25 0,01	2,23 0,01	1,00	NS	
Limiter la consommation de sucre	OR p	NS		NS			NS			NS		NS	
Ne pas dépasser la consommation de 2 verres de vin (de 10 cl) par jour pour les femmes et 3 pour les hommes (2 verres de vin sont équivalents à 2 demi verres de bière de 6 cl d'alcool fort)	OR p	NS		NS			NS			2,35 0,00	1,00	NS	
Limiter la consommation de sel	OR p	NS		NS			NS			2,20 0,03	1,00	4,43 0,02	1,00
Avoir une activité physique régulière correspondant au moins à l'équivalent d'une demi-heure de marche rapide par jour	OR p	NS		NS			NS			NS		NS	

NS = Pas de différence significative au seuil de 5%

La lecture des résultats de la régression logistique portant sur la question de la connaissance des recommandations du PNNS ne montre que peu de différences significatives entre catégories de population concernant la connaissance des recommandations. Il est néanmoins possible de souligner que :

- trois des recommandations du PNNS sont davantage connues lorsque la visite du stand a précédé la réponse à l'enquête :
 - Manger au moins 5 fruits et légumes par jour
 - Consommer du lait ou des produits laitiers 3 fois par jour
 - Limiter la consommation de sel
- trois recommandations sont significativement mieux connues des personnes mariées ou vivant maritalement :
 - Limiter la consommation de sel,
 - Ne pas dépasser la consommation de deux verres de vin par jour pour les femmes (3 pour les hommes),
 - Limiter la consommation de matières grasses ajoutées et privilégier les matières grasses végétales
- les personnes interrogées du niveau CAP, BEP ou CEP sont plus nombreuses à connaître la recommandation consommer du lait et des produits laitiers trois fois par jour, que les enquêtés qui ont un niveau d'études supérieures ;

Perception de l'importance des recommandations du PNNS

Variable Q6b

Estimez-vous important de respecter ces recommandations pour rester en bonne santé ? Très important = 1 Pas très important = 0 ; p < 0,05

	OR p	Sexe		Âge			Niveau d'études			Statut marital		Visite du stand PRNS	
		Hommes	Femmes	Moins de 30 ans	30 - 49 ans	50 ans ou plus	CAP, BEP, CEP	BAC	Etudes supérieures	Marié ou vivant maritalement	Célibataire ou autres	Oui	Non
Manger au moins 5 fruits et légumes par jour	OR p	NS		NS			NS			1,52 0,03	1,00	1,90 0,00	1,00
Manger des féculents (pain, céréales, pommes de terre et légumes secs) à chaque repas et selon l'appétit	OR p	NS		NS			NS			NS			NS
Consommer du lait et des produits laitiers (yaourts, fromages) 3 fois par jour	OR p	1,00 1,65 0,01		NS			NS			1,51 0,03	1,00		NS
Manger de la viande et volailles, produits de la pêche et oeufs 1 à 2 fois par jour	OR p	NS		NS			NS			NS			NS
Limiter la consommation de matières grasses ajoutées et privilégier les matières grasses végétales (huiles d'olive, de colza...)	OR p	1,00 2,05		1,00 2,77 0,00	4,10 0,00		1,00 NS	1,74 0,02		NS			NS
Limiter la consommation de sucre	OR p	NS		NS			1,00 1,60 0,04	2,81 0,00		NS			NS
Ne pas dépasser la consommation de 2 verres de vin (de 10 cl) par jour pour les femmes et 3 pour les hommes (2 verres de vin sont équivalents à 2 demi verres de bière de 6 cl d'alcool fort)	OR p	NS		NS			1,00 NS	0,57 0,01		1,83 0,00	1,00		NS
Limiter la consommation de sel	OR p	1,00 1,62 0,02		1,00 2,38 0,00	4,16 0,00		NS			NS			NS
Avoir une activité physique régulière correspondant au moins à l'équivalent d'une demi-heure de marche rapide par jour	OR p	NS		NS			NS			1,80 0,00	1,00		NS

NS = Pas de différence significative au seuil de 5%

Concernant la variable de perception de l'importance des recommandations du PNNS, les constats sont tout à fait comparables et il n'existe que peu de différences significatives entre les sous groupes de population :

- les différences significatives liées au sexe, qui ne concernent que 3 des recommandations sont toujours au bénéfice des femmes ;
- les deux recommandations pour lesquelles est montrée une différence significative selon l'âge (limiter la consommation de matières grasses et de sel) sont jugées plus souvent importantes par les plus âgés ;
- le statut marital est la variable explicative pour laquelle on retrouve le plus de différences significatives : les personnes mariées ou vivant maritalement jugent plus souvent important de respecter les recommandations relatives aux fruits et légumes, à l'alcool, aux produits laitiers et à l'activité physique régulière ;
- les différences selon le « niveau d'études » ne sont significatives que pour la recommandation de limiter sa consommation d'alcool : ce sont les personnes ayant le niveau d'étude le moins élevée qui déclarent le plus souvent estimer cette recommandation « importante ».

Pratique des recommandations du PNNS

Variable Q6c : Appliquez-vous régulièrement ces recommandations ? Oui = 1 Non = 0 $p < 0,05$

		Sexe		Âge			Niveau d'études			Statut marital		Visite du stand PRNS	
		Hommes	Femmes	Moins de 30 ans	30 - 49 ans	50 ans ou plus	CAP, BEP, CEP	BAC	Etudes supérieures	Marité ou vivant maritalement	Célibataire ou autres	Oui	Non
Manger au moins 5 fruits et légumes par jour	OR p	1,00 0,00	2,34 0,00	1,00 0,09	1,46 0,00	2,81 0,00	NS			NS		NS	
Manger des féculents (pain, céréales, pommes de terre et légumes secs) à chaque repas et selon l'appétit	OR p	NS		NS			NS			NS		NS	
Consommer du lait et des produits laitiers (yaourts, fromages) 3 fois par jour	OR p	1,00	1,52 0,01	NS			NS			NS		NS	
Manger de la viande et volailles, produits de la pêche et oeufs 1 à 2 fois par jour	OR p	NS		NS			NS			1,54 0,02	1,00	NS	
Limiter la consommation de matières grasses ajoutées et privilégier les matières grasses végétales (huiles d'olive, de colza...)	OR p	1,00	2,25 0,00	1,00 0,02	2,04 0,04	2,33	NS			2,55 0,00	1,00	NS	
Limiter la consommation de sucre	OR p	NS		NS			NS			2,87 0,00	1,00	NS	
Ne pas dépasser la consommation de 2 verres de vin (de 10 cl) par jour pour les femmes et 3 pour les hommes (2 verres de vin sont équivalents à 2 demi verres de bière de 6 cl d'alcool fort)	OR p	1,00	2,60 0,00	NS			NS			NS		NS	
Limiter la consommation de sel	OR p	1,00	1,67 0,04	NS			NS			2,28 0,00	1,00	1,73 0,04	1,00
Avoir une activité physique régulière correspondant au moins à l'équivalent d'une demi-heure de marche rapide par jour	OR p	1,00	0,66 0,04	NS			NS			NS		1,64 0,04	1,00

NS = Pas de différence significative au seuil de 5%

1,00 = modalité de référence; OR = Odds Ratio

La régression logistique a également été réalisée pour la question de l'application régulière des recommandations. Les résultats sont également intéressants à connaître dans le cadre des futures campagnes de promotion des recommandations du PNNS.

On constate en effet que :

- le niveau d'études n'est corrélé à l'application déclarée d'aucune des recommandations ;
- le sexe est la variable explicative pour laquelle les différences sont le plus fréquemment significatives, le plus souvent en faveur des femmes, avec pour seule exception la pratique d'une activité physique régulière ;
- le statut marital apparaît pour quatre recommandations, toujours en faveur des personnes mariées,
- l'âge intervient deux fois et toujours en faveur des personnes âgées.

SYNTHESE

La situation épidémiologique alsacienne en matière de pathologies en lien avec l'alimentation est préoccupante : la prévalence du surpoids et de l'obésité est une des plus élevée de France, la mortalité par maladies cardiovasculaire, cancer colorectaux et complication du diabète de type deux est élevée ou très élevée par rapport aux autres régions de France. Selon une étude menée par l'Orsal en 2001/2002 auprès des enfant des 6 ans lors de la visite médicale d'admission, 11 % des petits alsaciens sont en situation de surpoids, 4 % sont obèses et à peine plus d'un enfant sur quatre mange quotidiennement au moins un aliment de chacun des groupes recommandés par le Plan National Nutrition Santé. Ces indicateurs de santé sont tous en défaveur des classes socioprofessionnelles les moins favorisées

La présente enquête, réalisée auprès de volontaires parmi les visiteurs de la Foire Européenne de Strasbourg en 2006, ne peut prétendre concerner un échantillon représentatif de la population régionale, mais donne un éclairage sur les grandes tendances en Alsace concernant les connaissances, les représentations et les comportements en matière de nutrition, un sujet encore peu étudié régionalement.

Cette enquête montre que l'importance accordée aux recommandations nutritionnelles est grande parmi les volontaires questionnés et le niveau de connaissance en la matière globalement bon. Cependant certaines idées erronées perdurent, notamment celles qui ont pu être véhiculées par des campagnes publicitaires (« certaines eaux minérales font maigrir », « la margarine est moins grasse que le beurre »). Ainsi, seule une personne sur trois juge fausse l'affirmation « certaines huiles sont plus grasse que d'autres ». Certaines connaissances sont incomplète, ainsi, si 93 % des personnes interrogées affirment connaître la recommandation « manger au moins cinq fruits et légumes par jour », moins d'une personne sur deux répond par la négative à l'affirmation selon laquelle « du point de vue nutritionnel, la pomme de terre est un légume ». Cette fausse représentation met en avant la nécessité d'accompagner la diffusion les recommandations d'une information plus complète.

L'enquête montre également que le niveau de niveau de connaissance n'est pas homogène dans la population : les moins de trente ans, les hommes - surtout célibataires - et les personnes ayant un faible niveau d'étude sont les populations les moins informées en matière de nutrition. Les différences peuvent être très importantes, avec par exemple, pour certains items du questionnaire, trois fois moins de réponses correctes parmi les visiteurs n'ayant pas le Baccalauréat que parmi les personnes ayant fait des études supérieures, trois fois moins de réponses correctes également chez les moins de trente ans que chez les plus de cinquante ans pour la question « manger au moins cinq fruit et légume par jour protège du cancer »... Pour plusieurs questions, les femmes ont plus du double de réponses correctes par rapport aux hommes, et les hommes vivant maritalement plus du double de bonnes réponses par rapport aux hommes célibataires. Il se dessine donc des populations qui pourraient à l'avenir bénéficier de campagnes d'information ciblées.

Mais le résultat le plus marquant est l'écart entre comportements alimentaires des répondants et niveau de connaissance nutritionnelle. Ainsi, si 96% des visiteurs interrogés estiment qu'il est assez voire très important de consommer 5 fruits et légumes par jour seuls 54 % affirment respecter cette recommandation. De même, en ce qui concerne l'activité physique régulière, bien que 98% des répondants considèrent cette recommandation comme étant assez, voire très importante à respecter, seuls 71% disent l'appliquer. Enfin la limitation de la consommation de sucre est perçue comme importante par 95% des personnes interrogées mais est déclarée être appliquée par seulement 71% d'entre elles. Néanmoins le respect des recommandations nutritionnelles augmente avec le niveau de leurs connaissances ce qui fait garder aux campagnes d'information toute leur importance. Cet écart important entre connaissance et application des recommandations ne met pour autant pas moins en lumière les limites de ces campagnes d'information et la nécessité de développer d'autres actions de promotion de la santé.

Le déterminant essentiel des comportements alimentaires des répondants est selon les répondants le goût qui « influence beaucoup le choix des aliments » pour 86% des personnes interrogées, avant la santé et bien avant l'apport calorique qui pour 27% des répondants n'influence pas du tout le choix des

aliments. Le budget, souvent avancé comme déterminant de la limitation de consommation des fruits et des légumes, influence modérément le comportement alimentaire global, moins de la moitié des participants déclaraient être « beaucoup influencé » par celui-ci. Ces déterminants et leurs influences respectives pour chaque recommandations du Plan National Nutrition Santé mériteraient d'être mieux individualisés afin d'identifier ceux qui sont modifiables et de mener des actions de promotion de la santé en conséquence.

En conclusion, certains groupes sociaux minoritaires se sont révélés être peu instruits en matière de nutrition. Ils devraient faire l'objet de campagnes d'information plus ciblées. D'autre part certaines recommandations sont mal comprises et devraient être accompagnées d'un complément d'information. Néanmoins, le niveau de connaissance des recommandations nutritionnelles est globalement bon, mais il existe un écart important avec leur mise en application. Les campagnes d'information montrent ici leur intérêt et leurs limites. Le développement d'autres actions de promotion de la santé (Cf encadré) est à envisager. Celles ci devraient être guidées par une meilleure connaissance des déterminants des comportements nutritionnels.

Selon la charte d'Ottawa la promotion de la santé s'articule autour de cinq axes d'intervention :

- L'acquisition d'aptitudes individuelles, l'éducation pour la santé dont nous venons de voir les intérêts et les limites,*
- La création d'environnements favorables*
- La réorientation des services de santé et notamment l'accès à la prévention,*
- L'élaboration de politique pour la santé*
- Le renforcement de l'action communautaire*

Observatoire régional de la santé d'Alsace
Hôpital civil – Médicale A – 3^e étage
1, place de l'hôpital - 67091 Strasbourg Cedex
Courriel : orsal@orsal.org ■ Site Internet : www.orsal.org