

## L'alimentation, grand marqueur des inégalités sociales en France

D'après une étude de l'Anses, les habitudes et modes de consommation alimentaires des Français sont un miroir des inégalités sociales.

Par Clément Le Foll • Publié le 18 juillet 2017 à 14h49 - Mis à jour le 19 juillet 2017 à 10h12



L'étude de l'Anses a été menée entre 2014 et 2015 sur un échantillon de 5 800 personnes représentatives de la population, sur 13 600 journées de consommation et 320 000 aliments analysés. JEAN-PIERRE MULLER / AFP

Mercredi 12 juillet, l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation (Anses) a publié sa troisième étude sur les habitudes alimentaires des Français (INCA 3). Réalisé tous les sept ans, ce vaste rapport analyse de manière minutieuse les comportements et habitudes alimentaires des Français.

L'étude a été menée entre 2014 et 2015 sur un échantillon de 5 800 personnes représentatives de la population (près de 3 100 adultes et 2 700 enfants), à raison d'un, deux ou trois jours chacune, soit 13 600 journées de consommation et 320 000 aliments analysés. Les résultats ont été ensuite interprétés par un groupe d'experts, composé de nutritionnistes, épidémiologistes, toxicologues, microbiologistes.

### **Des aliments similaires, mais en proportions différentes**

Au-delà de la sédentarisation de la population, de la consommation insuffisante de fruits et de légumes et l'usage excessif du sel, cette étude met en lumière la relation étroite entre habitudes, en termes de nutrition et d'inégalités sociales.

Chez les adultes, la consommation alimentaire est positivement associée au niveau d'étude. Le

rapport souligne que la ration journalière (quantité totale d'aliments consommés) varie de « 2 864 [grammes par jour] pour un niveau d'études primaire ou collège à plus de 3 061 grammes par jour pour un niveau d'études supérieur au bac ».

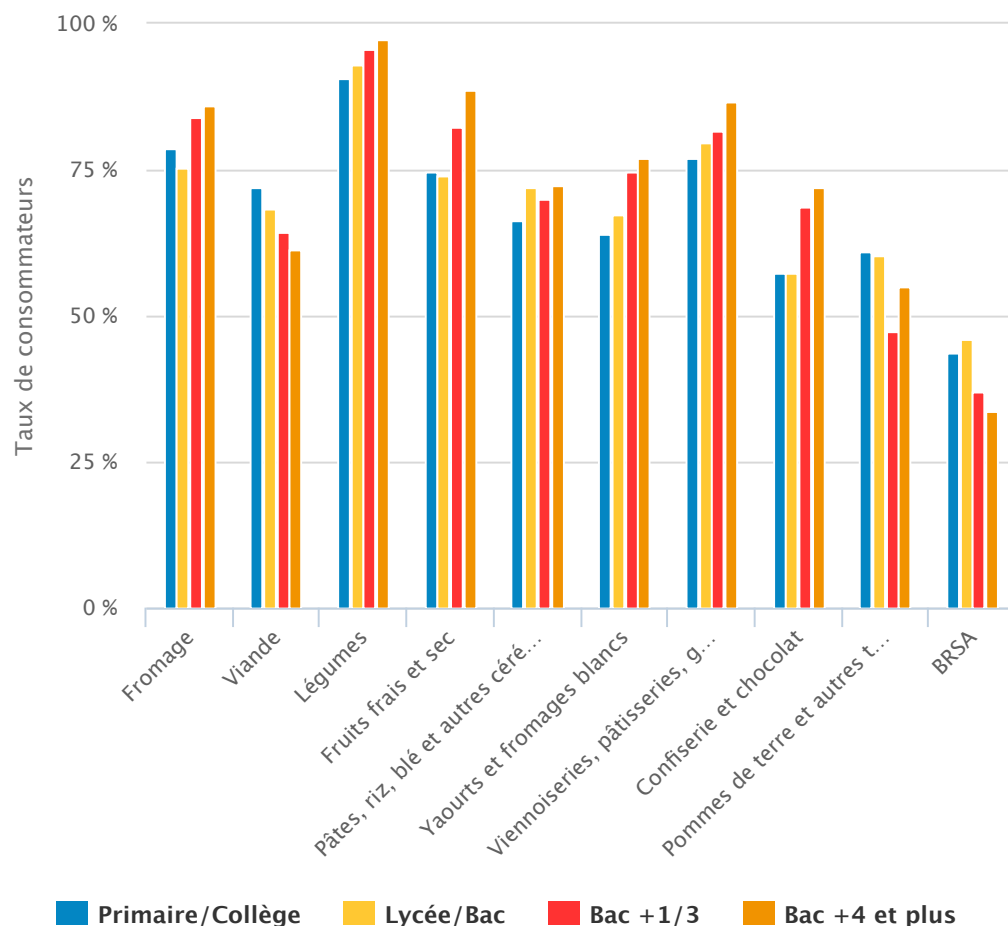
Au niveau des aliments, les personnes ayant suivi des études supérieures consomment plus de fruits et de légumes, mais également plus de fromage, de yaourt et fromage blanc ou encore de chocolat. Au contraire, les individus qui se sont arrêtés au primaire ou au collège boivent plus de soda et privilégient la viande (hors volaille) et les pommes de terre.

Chez les mineurs, le bilan est le même lorsque l'enfant est âgé de moins de 10 ans : ces habitudes alimentaires sont positivement corrélées au niveau d'étude de son parent représentant. Une observation qui ne se vérifie pas chez les adolescents (entre 11 ans et 17 ans), où « l'alimentation semble globalement moins associée au niveau d'études du représentant que chez les enfants, conséquence possible d'une plus grande autonomie dans leurs choix alimentaires », détaille l'Anses.

Même constat lorsque l'on prend comme référence la profession ou la catégorie socioprofessionnelle (PCS) du parent : les habitudes alimentaires des enfants (quel que soit l'âge) n'y sont que très peu associées.

## Les Français consomment les mêmes aliments, mais dans des proportions différentes en fonction de leur diplôme

(Pour les adultes de 18 à 79 ans)



Source : [Evolution des habitudes et mode de consommation, ANSES, 2017](#)

## Produits bio et compléments alimentaires

Le déséquilibre social se manifeste également lorsque l'on cible certains produits, comme les aliments issus de l'agriculture biologique. Un individu exerçant la profession de cadre ou ayant au minimum le bac en consomme deux fois plus qu'un ouvrier ayant arrêté son cursus au collège ou au lycée. Une observation également valable chez les enfants, en fonction du niveau d'études et de la profession de leurs parents.

Entre 2006-2007 et 2014-2015, le nombre de consommateurs de compléments alimentaires est passé de 12 % à 19 % chez les enfants et de 20 % à 29 % chez les adultes. Le rapport ne manque pas de préciser que la consommation de ces produits augmente en fonction du diplôme obtenu par un individu. *« Il est ainsi multiplié par deux entre un niveau d'études primaire ou collège et un niveau d'études supérieur au bac. »* Cette consommation peut s'avérer dangereuse, les compléments alimentaires pouvant s'avérer à risques s'ils sont pris sans conseils médicaux.

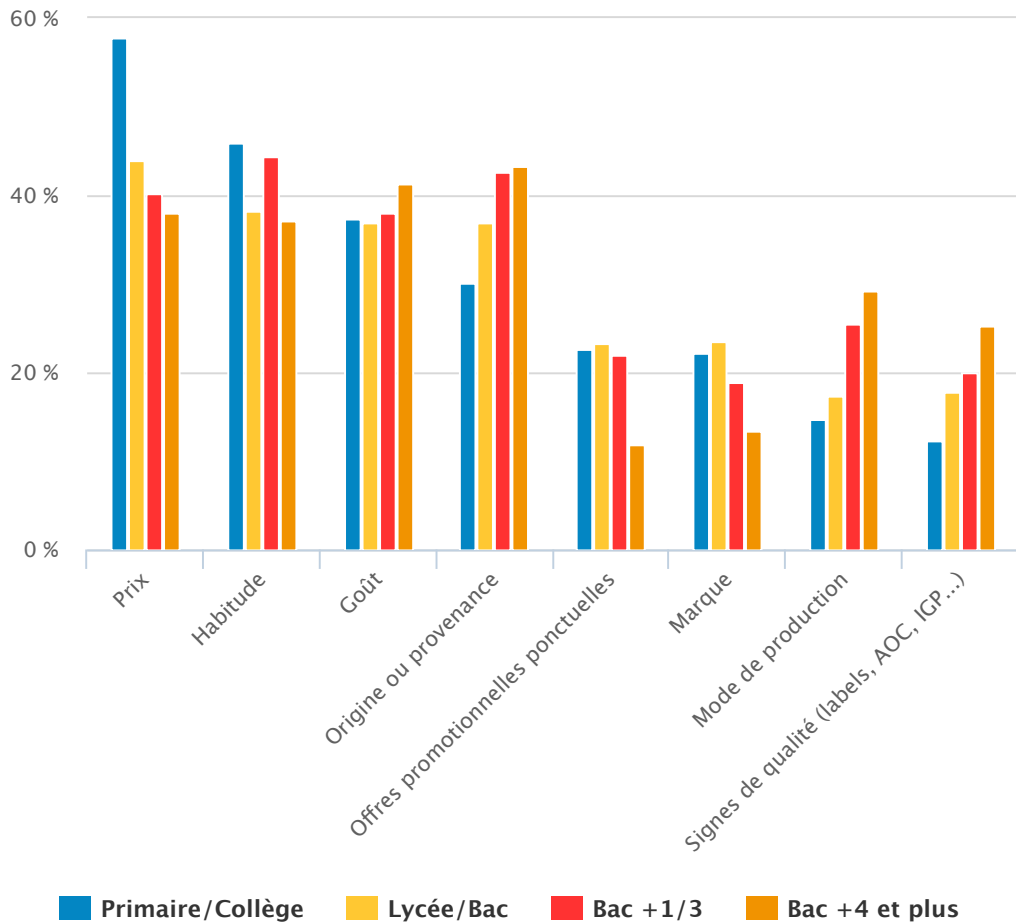
## **Les niveaux d'études élevés moins regardant sur le prix**

Au cours de l'étude, les participants ont dû signaler les trois principaux facteurs influençant leurs choix lors de l'achat de produits alimentaires, d'après une liste de seize critères.

Les résultats montrent que plus l'individu de référence du ménage est diplômé, plus l'accent est mis sur des critères de qualité du produit : provenance, mode de production, signes de qualité ou composition nutritionnelle. Au contraire, la priorité est le prix, la marque ou les offres promotionnelles lorsque le niveau d'études diminue. Des chiffres similaires sont observés en prenant en référence non plus le niveau d'études mais la profession ou la catégorie socioprofessionnelle.

L'Anses pointe également du doigt des différences concernant les lieux d'achat : *« Plus le niveau d'études de la personne de référence est élevé et plus les ménages déclarent effectuer leurs achats au marché et dans des circuits courts pour les fruits et légumes frais ou en commerce de proximité pour le pain et les pâtisseries ainsi que le poisson frais, au détriment des grandes surfaces. »*

**Lorsqu'ils choisissent des produits, les individus au niveau d'étude élevé sont moins influencés le prix que ceux au niveau d'étude plus faible**

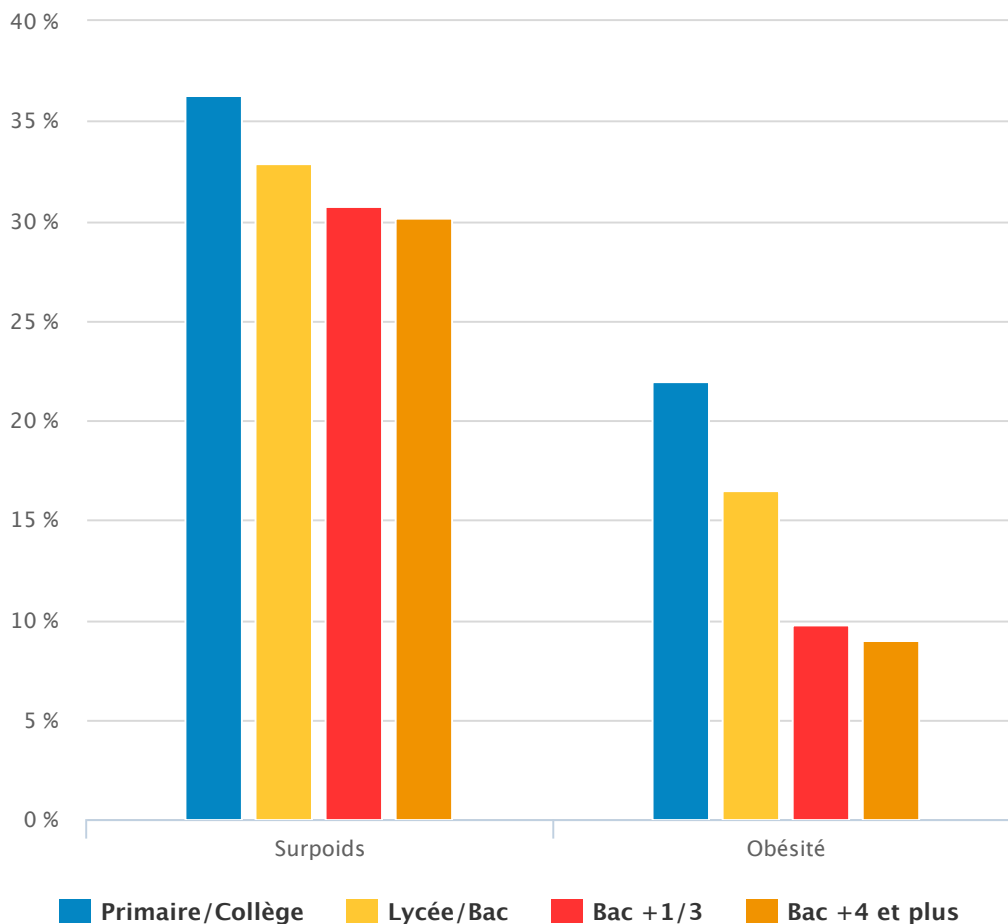


Source : [Evolution des habitudes et mode de consommation, ANSES, 2017](#)

## Surpoids et obésité

Le différentiel social est encore plus criant lorsque l'on évoque le statut pondéral des individus interrogés. Les chiffres exposés dans l'étude dévoilent une prévalence au surpoids et à l'obésité fortement liée au niveau d'études et à la profession. « *Dans l'ensemble de la population, la prévalence du surpoids, et plus encore celle de l'obésité, diminue quand le niveau d'études augmente. Entre les deux classes extrêmes (niveau d'études primaire ou collège et niveau d'études bac + 4 ou plus), le taux d'obésité est ainsi divisé par trois chez les enfants et par deux fois et demie chez les adultes* », explique le rapport.

### Chez les adultes, la prévalence du surpoids et de l'obésité est associée au niveau d'étude



Source : [Evolution des habitudes et mode de consommation, ANSES, 2017](#)

## Activité physique et sédentarité

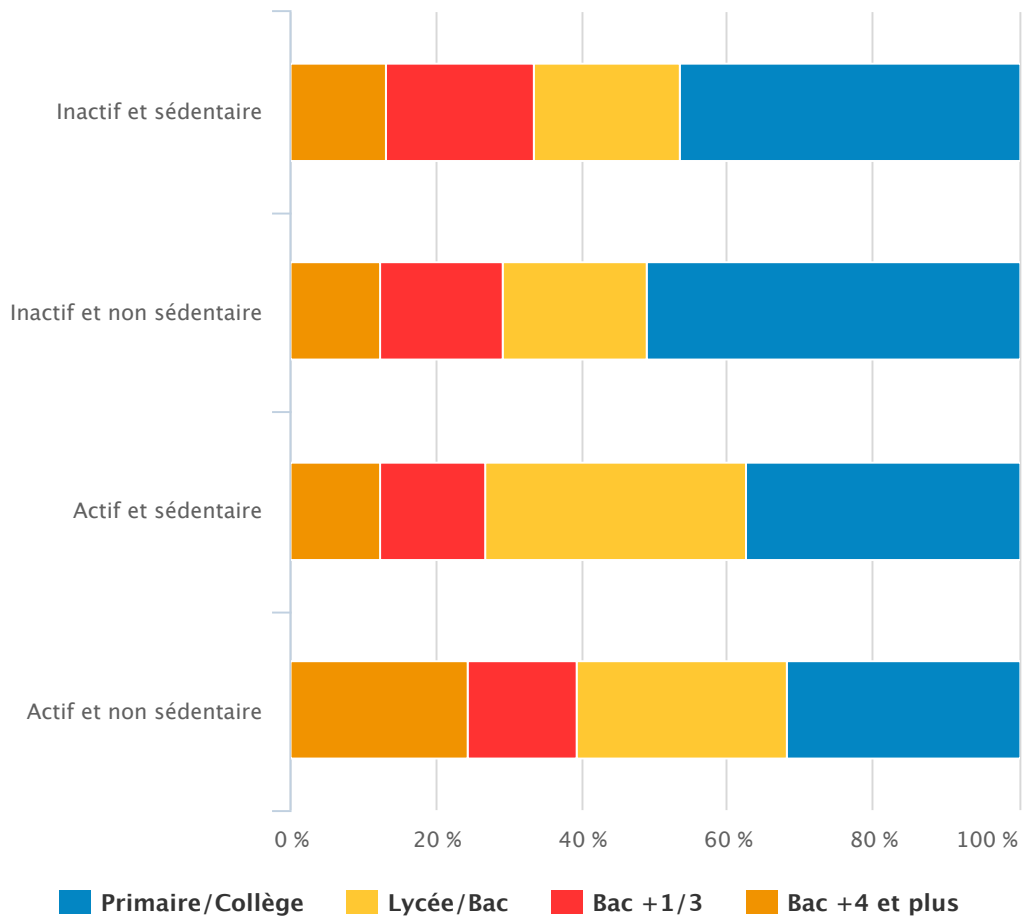
En matière d'activité physique pour la santé, l'OMS explique que les « *enfants et jeunes gens âgés de 5 ans à 17 ans devraient accumuler au moins soixante minutes par jour d'activité physique, d'intensité modérée à soutenue* ». D'après l'étude de l'Anses, seul un tiers des adolescents âgés de 11 ans à 17 ans parviennent à ce chiffre. Chez les adultes, la proportion d'individus ayant une activité physique augmente avec le niveau d'étude : 13 % pour un homme ayant un niveau d'études primaire ou collège à 27 % pour un homme ayant bac + 4 ou plus.

Le rapport définit également le comportement sédentaire « *par au moins trois heures de temps d'écran par jour chez les adolescents de 11 ans à 17 ans et par au moins trois heures d'activités sédentaires par jour chez les adultes de 18 ans à 79 ans* ». Les enfants issus d'une famille où le parent a un niveau d'études plus faible auront plus de chances d'adopter ce type de comportements : « *26 % pour un niveau d'étude bac + 4 ou plus contre 52 % pour un niveau d'étude primaire ou collège.* »

Une sédentarité qui s'inverse chez les adultes : « *Plus les individus ont un niveau d'études élevé, plus ils sont nombreux à avoir un comportement sédentaire plus de sept heures par jour : 52 % pour un niveau d'étude bac + 4 ou plus contre 30 % pour un niveau d'études primaire ou collège.* »

## Profil d'activités des enfants entre 11 et 17 ans

En fonction du niveau d'étude du représentant. L'inactivité physique est définie ici par moins de 60 minutes par jour d'activité physique modérée chez les enfants de 3 à 17 ans et moins de 30 minutes d'activité physique modérée au moins 5 fois par semaine chez les adultes de 18 à 79 ans.



Source : [Evolution des habitudes et mode de consommation, ANSES, 2017](#)

**Clément Le Foll**