

Perceptions et connaissances nutritionnelles en Picardie

De très nombreux déterminants influencent la consommation, les habitudes alimentaires et leur évolution : facteurs physiologiques, sociaux, psychologiques, économiques et environnementaux ainsi que les représentations (concernant certains aliments en particulier), l'information et l'éducation nutritionnelle.

L'extension régionale du Baromètre santé nutrition en Picardie permet d'analyser les perceptions, attitudes et connaissances sur la nutrition des habitants de la région et de les comparer à celles des Français en général. Ce chapitre vise à apporter des éléments pour comprendre comment les habitants de la région construisent leurs choix alimentaires. La première partie s'intéresse aux représentations sur l'alimentation. Que représentent le fait de manger, de faire la cuisine et l'alimentation équilibrée ? Quels facteurs influencent la composition des repas ? La suite du chapitre étudie les perceptions de l'équilibre global que les individus ont de leur alimentation, du niveau de leur consommation par groupe d'aliments, ainsi que du niveau de leur activité physique. Une analyse croisée entre ces perceptions et les consommations alimentaires et les pratiques d'activité physique déclarées y est effectuée. Les perceptions et attitudes quant à l'information sont ensuite étudiées : les personnes se sentent-elles bien informées sur l'alimentation et quelles sont leurs principales sources d'information ? Lisent-elles les informations sur les étiquettes des produits et les trouvent-elles compréhensibles ? Enfin, les connaissances en matière de nutrition sont estimées à partir d'une série de questions sur des allégations nutritionnelles, les repères du Programme national nutrition santé (PNNS) et l'estimation de l'importance du lien entre l'alimentation et l'apparition de certaines pathologies. Le chapitre se termine par une analyse des données déclaratives du poids et de la taille des individus, lesquelles sont mises en parallèle avec la perception de sa corpulence.

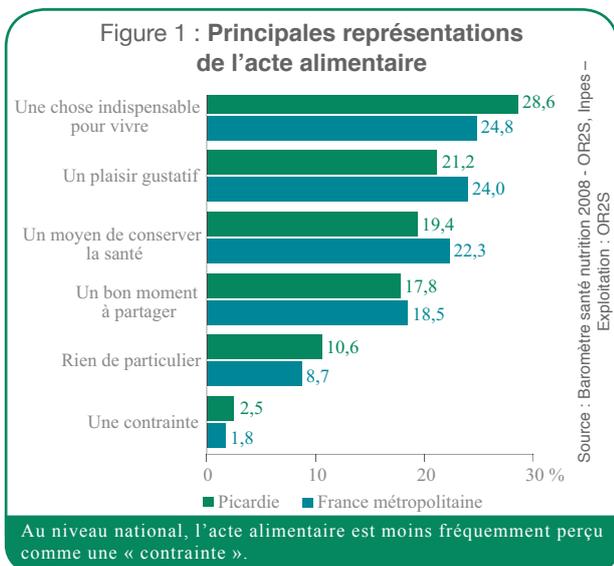
Dans un contexte où les campagnes nationales de prévention dans le champ de la nutrition sont nombreuses, cette enquête fournit l'opportunité de mesurer l'appropriation des messages par la population. De plus, si le lien entre nutrition et santé est aujourd'hui reconnu, les données devraient contribuer à mieux cibler les actions à mettre en œuvre en tenant compte d'éventuelles spécificités de la population de notre région.



Introduction	1
Représentations de l'alimentation	2
Influences sur la composition des menus	3
Perception de son alimentation	4
Perception de son activité physique	6

Information sur l'alimentation	7
Connaissances sur l'alimentation	9
Corpulence déclarée et perçue	13
Méthodologie	15
Synthèse	16

→ Représentations de l'alimentation



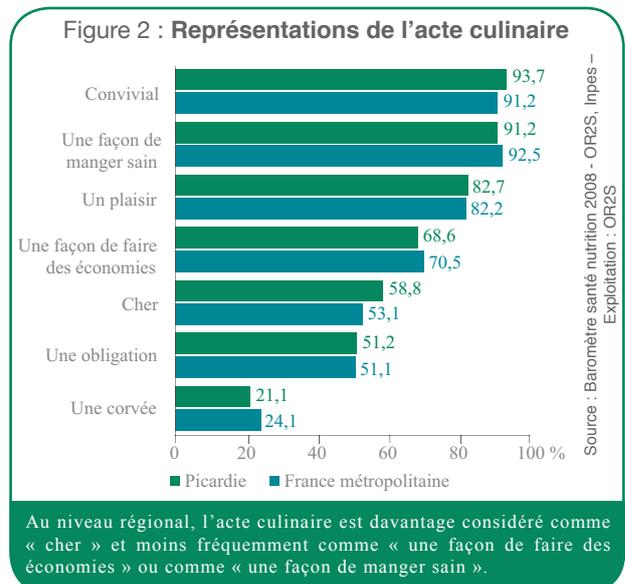
Manger, entre plaisir et nécessité

Pour 28,6 % des Picards, manger représente « une chose indispensable pour vivre »¹. Le « plaisir gustatif » est évoqué ensuite (21,2 %), juste devant le « moyen de conserver la santé » (19,4 %). L'acte alimentaire est « un bon moment à partager » pour 17,8 % des Picards. Enfin, pour 10,6 % des personnes interrogées, manger n'évoque « rien de particulier » et pour 2,5 %, c'est « une contrainte ». Par rapport à l'ensemble des Français, les Picards sont plus nombreux à considérer l'acte alimentaire comme « une contrainte ». En Picardie, les femmes sont plus nombreuses (19,6 %) que les hommes (15,9 %) à évoquer un moment de partage et moins nombreuses « une chose indispensable pour vivre » (24,9 % contre 32,4 %). Considérer l'acte alimentaire comme « un moyen de conserver la santé » est davantage déclaré par les plus âgés. Les personnes sans diplôme sont deux fois plus nombreuses que les diplômés du supérieur à considérer l'acte alimentaire comme « une chose indispensable pour vivre » ou à déclarer que cela ne leur évoque « rien de particulier ». À l'inverse, ces derniers citent davantage le plaisir gustatif (36,3 % contre 8,0 %). Enfin, les foyers sans enfant sont plus nombreux (21,1 %) que les personnes vivant seules (13,9 %) à concevoir l'acte alimentaire comme « un bon moment à partager ». Les mêmes associations sont observées au niveau national à l'exception de celle liant le genre et « un bon moment à partager ».

Faire la cuisine, une façon conviviale de manger sainement

En Picardie, 93,7 % des personnes déclarent que faire la cuisine, c'est « convivial » et 91,2 % que cuisiner est « une façon de manger sain »¹. Le plaisir est évoqué ensuite (82,7 %). Pour 68,6 % des Picards, la cuisine est « une façon de faire des économies » et l'acte culinaire est « cher » pour 58,8 % des personnes interrogées. Un Picard sur deux (51,2 %) considère l'acte culinaire comme « une obligation » et un Picard sur cinq (21,1 %) le ressent comme « une corvée ». Par rapport à l'ensemble des Français, les Picards sont significativement moins nombreux à considérer l'acte culinaire comme « une façon de manger sain » ou « une façon de faire des économies ». Par contre, ils sont significativement plus nombreux à penser que cuisiner est « cher ».

Au niveau de la région, les représentations de l'acte culinaire varient essentiellement selon l'âge. Les 55-75 ans considèrent moins fréquemment (16,6 %) l'acte culinaire comme « une corvée » que les plus jeunes (23,5 % des 18-34 ans et 22,3 % des 35-54 ans). Enfin, plus l'âge augmente, plus l'acte culinaire est considéré comme « une façon de manger sain » (87,5 % des 18-34 ans, 91,3 % des 35-54 ans et 95,5 % des 55-75 ans) et comme « une façon de faire des économies » (respectivement 62,2 %, 67,7 % et 77,1 %).



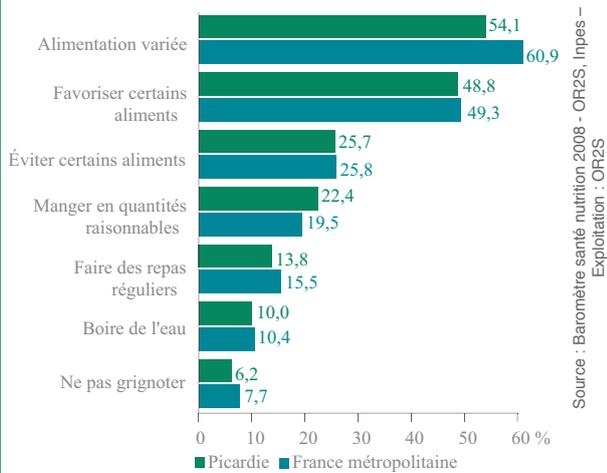
Aide méthodologique à la lecture des graphiques

Chaque figure présente les résultats en Picardie et en France métropolitaine. Ils sont redressés sur l'âge, le sexe, le diplôme et la taille d'agglomération, ce qui permet d'être représentatif de la population de Picardie et de France métropolitaine. Sous chaque figure, une phrase indique dans un bandeau vert si des différences significatives sont observées entre les niveaux régional et national, et ce, en tenant compte des différences de structure qui peuvent subsister entre les deux populations (ajustement sur le sexe, l'âge, le niveau de diplôme, la situation professionnelle, la structure du foyer et le fait d'habiter une zone rurale ou non – cf. méthodologie p. 15). Ceci peut expliquer que certains résultats semblent différents entre la Picardie et la France métropolitaine, contrairement à ce qui est mentionné sous le graphique.

De plus, s'il s'agit de variables croisées (selon le sexe, l'âge...), une phrase indique si des différences significatives sont observées pour ce croisement, toutes choses égales par ailleurs. Si aucune zone géographique n'est mentionnée, les différences sont observées en région comme en France métropolitaine. Dans le cas contraire, les différences observées le sont uniquement dans la zone spécifiée.

¹ La question sur la représentation de l'alimentation permettait de choisir une seule réponse parmi six propositions. La question sur la représentation de l'acte culinaire était formulée avec sept modalités de réponses, les personnes devant répondre oui ou non pour chacune des modalités proposées.

Figure 3 : Représentations d'une alimentation équilibrée



Une « alimentation variée » est davantage citée au niveau national que régional contrairement à la modalité « manger en quantités raisonnables ».

Alimentation équilibrée rime avec alimentation variée

Pour un peu plus d'un Picard sur deux (54,1 %), une alimentation équilibrée¹ est une « alimentation variée », pour 48,8 % c'est « favoriser certains aliments » et pour un Picard sur quatre (25,7 %) cela consiste à « éviter certains aliments ». « Manger en quantités raisonnables » (22,4 %), « faire des repas réguliers » (13,8 %), « boire de l'eau » (10,0 %) et « ne pas grignoter » (6,2%) arrivent ensuite. Par rapport à l'ensemble des Français, les Picards sont moins nombreux à citer une « alimentation variée » mais significativement plus nombreux à citer « manger en quantités raisonnables ».

En Picardie, les femmes (59,9 %) et les personnes disposant de revenus d'au moins 1 500 € par unité de consommation² (UC) (61,0 %) considèrent davantage qu'une alimentation équilibrée est « une alimentation variée » que les hommes (48,2 %) et les personnes ayant moins de 900 € par UC (42,7 %). « Favoriser certains aliments » et « ne pas grignoter » sont également davantage cités par les Picardes que les Picards.

Enfin, les plus âgés (55-75 ans) sont moins nombreux à citer « faire des repas réguliers » (10,3 %), « éviter le grignotage » (1,4 %) et « éviter certains aliments » (20,4 %) que les 18-34 ans (respectivement 15,5 %, 12,0 % et 33,1 %) et les 35-54 ans (respectivement 15,0 %, 4,9 % et 23,4 %). Ces résultats sont également observés au niveau national à l'exception du lien entre genre et « alimentation variée ».

→ Influences sur la composition des menus

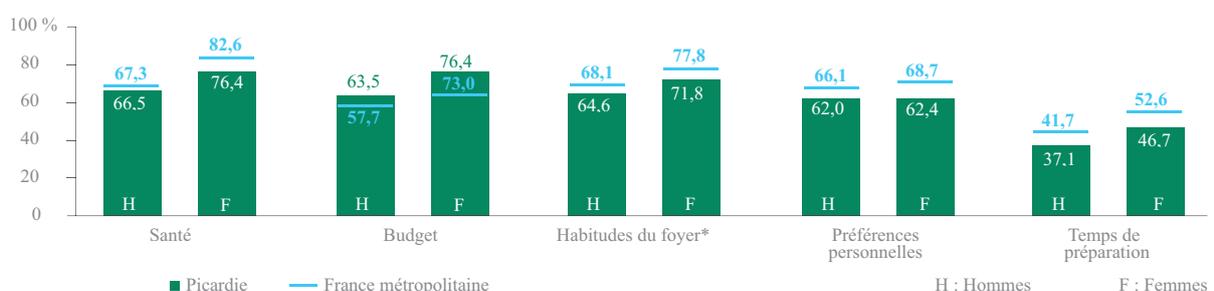
Le budget, davantage cité par les Picards comme facteur influençant les menus

En Picardie, la santé (71,8 %) et le budget (70,4 %) sont les deux facteurs influençant la composition des menus les plus cités. Les habitudes du foyer (68,5 %) et les préférences personnelles (62,2 %) arrivent ensuite. Le temps de préparation a été cité par moins de la moitié des Picards (42,2 %). Au niveau national, la santé est également le facteur le plus cité (75,4 %), mais le second est celui des habitudes du foyer (73,2 %), le budget étant relégué à la 4^e place (65,8 %). Par rapport à l'ensemble des Français, les Picards sont en effet plus nombreux à citer le budget comme facteur influençant la composition des menus. Pour les autres facteurs, aucune différence entre les niveaux régional et national n'a été mise en évidence.

D'importantes différences selon le genre sont observées, les femmes citant davantage que les hommes l'ensemble des facteurs, à l'exception des préférences personnelles en Picardie (cf. figure 4). L'importance accordée aux critères des habitudes du foyer, de la santé et des préférences personnelles

est plus grande chez les plus diplômés par rapport aux non diplômés en Picardie et de manière générale en France (également pour le critère du temps au niveau national). Les Picards diplômés du supérieur sont ainsi 83,4 % à citer les habitudes du foyer, 81,6 % la santé et 78,6 % les préférences personnelles contre respectivement 51,6 %, 62,9 % et 58,5 % des personnes sans diplôme. Les personnes disposant d'au moins 1 500 € par UC déclarent moins fréquemment que celles disposant de moins de 1 500 € (60,5 % contre 76,2 %) que le budget influence la composition des menus. Enfin, la santé est davantage citée par les plus âgés (79,6 % des 55-75 ans contre 71,4 % des 18-34 ans et 67,3 % des 35-54 ans), à l'inverse du temps de préparation (respectivement 38,0 %, 43,5 % et 43,9 %). Les plus jeunes sont les plus nombreux à citer les préférences personnelles (70,9 % contre 56,2 % pour les 35-54 ans et 60,6 % pour les 55-75 ans). Ces différences selon l'âge se retrouvent au niveau national à l'exception de la dernière.

Figure 4 : Facteurs associés à la composition des menus selon le sexe



* Question posée uniquement si la personne ne vit pas seule

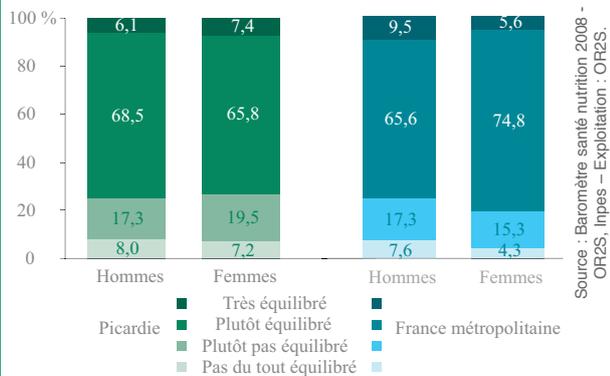
Le budget comme facteur d'influence de la composition des menus est davantage cité au niveau régional qu'au niveau national. Les différences observées entre les hommes et les femmes sont significatives, sauf pour le facteur des préférences personnelles en Picardie.

¹ La question sur les représentations d'une alimentation équilibrée était posée selon un mode ouvert : « pour vous, qu'est ce qu'une alimentation équilibrée ? ». Plusieurs réponses étaient possibles. Les modalités de réponse présentées sont celles qui ont été citées par plus de 5 % des personnes.

² Le revenu par unité de consommation (UC) permet de comparer les niveaux de vie des ménages de taille ou de compositions différentes, en attribuant à chaque membre du ménage un coefficient (la pondération suivante est la plus utilisée : 1 UC pour le premier adulte du ménage, 0,5 UC pour les autres personnes de 14 ans ou plus et 0,3 UC pour les enfants de moins de 14 ans).

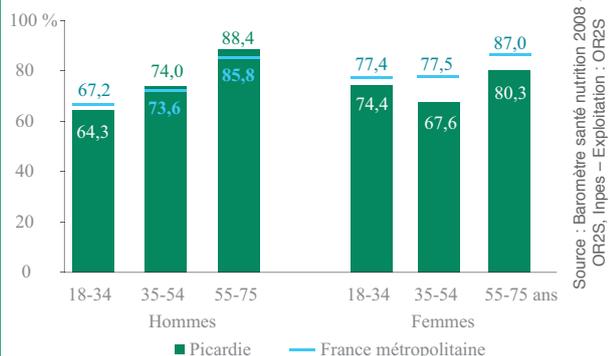
→ Perception de son alimentation

Figure 5 : Perception de son équilibre alimentaire selon le sexe



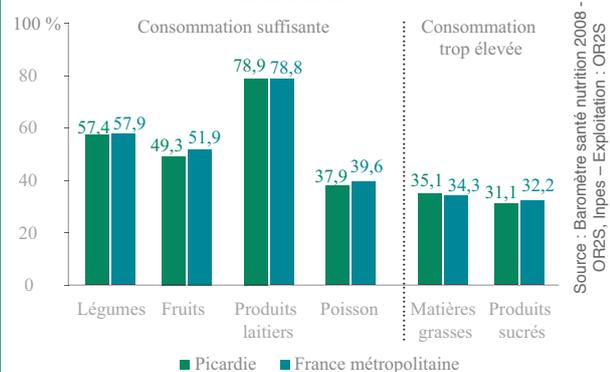
Il n'y a pas de différence significative entre les niveaux régional et national. En Picardie, le sexe n'est pas lié significativement à la perception de son alimentation, contrairement à la France.

Figure 6 : Sentiment d'avoir une alimentation équilibrée selon le sexe et l'âge



L'âge est significativement associé à la perception de son alimentation au niveau régional comme au niveau national chez les hommes et uniquement au niveau national chez les femmes.

Figure 7 : Perceptions de ses propres consommations pour différents groupes alimentaires



Les Picards sont significativement moins nombreux que l'ensemble des Français à considérer que leur consommation de fruits est suffisante.

Trois Picards sur quatre considèrent leur alimentation comme équilibrée

Un peu moins de trois Picards sur quatre (73,9 %) estiment que leur alimentation est équilibrée¹, ce qui n'est pas significativement différent du niveau national (77,8 %). Pour 26,1 % des Picards, leur alimentation est plutôt pas ou pas équilibrée du tout.

En Picardie, l'âge est significativement associé à la perception de son alimentation, avec un sentiment d'avoir une alimentation équilibrée moindre chez les plus jeunes (69,2 % chez les 18-34 ans contre 84,1 % chez les 55-74 ans). Le diplôme et le type de foyer sont également liés à la perception de son alimentation, la fréquence de personnes estimant son alimentation équilibrée étant plus forte chez les diplômés du supérieur (81,3 %) et pour les foyers sans enfant (79,8 %) et moins forte chez les personnes non diplômées (67,1 %) et chez les personnes vivant seules (62,8 %). Enfin, les fumeurs (62,6 %) et les personnes présentant une obésité (62,0 %) sont moins nombreux que les non fumeurs (78,2 %) et les personnes dont l'IMC² n'indique pas une obésité (75,9 %) à considérer leur alimentation comme équilibrée.

Les mêmes associations sont observées au niveau national, avec en outre une liaison significative avec le sexe, les femmes considérant davantage leur alimentation comme équilibrée que les hommes.

Parmi les différents groupes d'aliments, seule la perception de la consommation de fruits diffère en Picardie du niveau national

Près de 80 % des Picards considèrent que leur consommation de produits laitiers est suffisante. Les fréquences sont plus faibles pour les autres groupes d'aliments avec un minimum pour le poisson, seulement 37,9 % des Picards estimant que leur consommation de poisson est suffisante. Pour les légumes, ils sont un peu plus de la moitié à le penser (57,4 %) et la moitié (49,3 %) pour les fruits. Pour les consommations de matières grasses et de produits sucrés, respectivement 35,1 % et 31,1 % des Picards les considèrent comme trop élevées. La perception de sa consommation de fruits diffère aux niveaux régional et national, les Picards la jugeant moins fréquemment suffisante que les Français en général.

La perception de sa propre consommation de légumes, de fruits et de poisson est significativement associée à l'âge, avec des consommations jugées suffisantes moins fréquentes chez les 18-34 ans (respectivement 43,4 %, 37,7 % et 30,9 % en Picardie contre 77,2 %, 60,1 % et 40,4 % chez les 55-75 ans). En outre, le sentiment d'avoir une consommation de matières grasses et de produits sucrés trop élevée est moins fréquent chez les 55-75 ans (respectivement 28,3 % et 23,8 % contre 35,7 % et 38,2 % chez les 18-34 ans).

Le genre est significativement associé à la perception de sa consommation de matières grasses, les femmes la jugeant trop élevée à 27,8 % contre 42,5 % des hommes. Les fumeurs et les personnes présentant une obésité sont également plus nombreux à déclarer une consommation trop élevée de matières grasses (respectivement 45,8 % et 40,3 %), ces deux groupes considérant également moins fréquemment leur consommation de fruits comme suffisante (respectivement 42,7 % et 36,5 %). Les mêmes associations sont observées au niveau national, à l'exception du lien entre obésité et perception de sa consommation de fruits.

¹ La question sur la perception de son équilibre alimentaire prévoyait cinq modalités de réponses : très équilibrée, plutôt équilibrée, plutôt pas équilibrée, pas du tout équilibrée et ne sait pas. Les deux premières modalités ont été regroupées pour définir la catégorie « équilibrée ».

² Cf. encadré « Maigre, surpoids et obésité » en page 13.

Une perception liée à la consommation déclarée la veille

La perception qu'ont les Picards de leur consommation est liée à la consommation qu'ils ont déclaré la veille de l'enquête. Ainsi, parmi les Picards n'ayant consommé aucun légume la veille de l'enquête, 40,0 % estiment que leur consommation est suffisante contre 68,6 % de ceux qui en ont consommé trois fois ou plus. Pour les fruits, un Picard sur trois n'en ayant pas consommé la veille considère sa consommation de fruits suffisante contre 80,1 % de ceux qui en ont consommé trois ou plus. Les Picards ayant eu, la veille de l'enquête, une consommation de produits laitiers inférieure au repère du PNNS¹ sont 72,5 % à considérer leur consommation suffisante contre 88,4 % de ceux qui ont suivi le repère et 91,9 % de ceux qui l'ont dépassé.

Par ailleurs, la consommation de poisson est jugée suffisante pour 11,3 % des Picards n'ayant pas consommé de poisson durant les 15 derniers jours contre 58,6 % de ceux qui en ont consommé au moins deux fois.

Enfin, parmi les Picards n'ayant consommé aucun produit sucré la veille, 25,4 % considèrent leur consommation comme trop élevée contre 36,4 % pour ceux qui en ont mangé trois ou plus.

Pour certains groupes d'aliments, une proportion élevée de personnes considèrent leur consommation comme suffisante bien que le repère PNNS n'ait pas été respecté la veille de l'entretien. Par exemple, 72,5 % des individus dont la consommation de produits laitiers la veille de l'enquête est inférieure au repère du PNNS ont déclaré avoir une consommation suffisante de produits laitiers. Pour une partie de ces personnes, la consommation de la veille de l'entretien ne reflétait peut-être pas leur alimentation habituelle. Mais il est aussi très probable que certaines personnes considèrent leur consommation comme suffisante alors qu'elle ne l'est pas d'après les repères du PNNS.

Tableau I : Perception de ses propres consommations pour différents groupes alimentaires selon les consommations déclarées

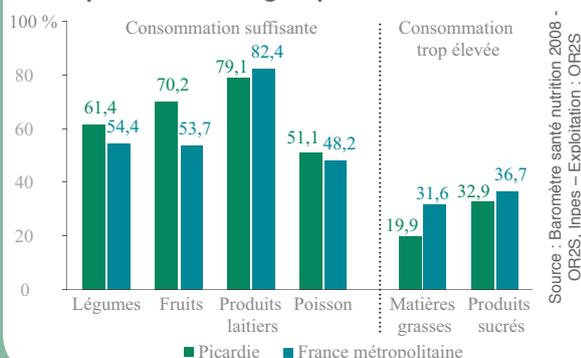
Sentiment d'avoir une consommation suffisante	Picardie	France métropolitaine
	%	%
<i>Nombre de prises de légumes la veille</i>		
aucune	40,0	40,7
une	54,9	50,9
deux	62,1	63,0
trois ou plus	68,6	69,9
<i>Nombre de prises de fruits la veille</i>		
aucune	32,7	28,9
une	50,5	53,5
deux	79,2	77,9
trois ou plus	80,1	88,6
<i>Nombre de prises de produits laitiers la veille</i>		
inférieur au repère	72,5	73,1
au niveau du repère	88,4	87,8
supérieur au repère	91,9	93,1
<i>Nombre de prises de poisson durant les 15 derniers jours</i>		
aucune	11,3	10,1
une fois	15,4	11,7
une fois par semaine	34,9	28,9
deux fois par semaine ou plus	58,6	59,7
Sentiment d'avoir une consommation trop élevée		
<i>Nombre de prises de produits sucrés la veille</i>		
aucune	25,4	23,4
une	32,0	28,6
deux	33,5	38,8
trois ou plus	36,4	45,4

Note de lecture : 40,0 % des Picards déclarant n'avoir consommé aucun légume la veille ont le sentiment d'avoir une consommation suffisante de légumes.

Source : Baromètre santé nutrition 2008 - ORS, Inpes - Exploitation : ORS

→ Zoom 12 - 17 ans

Perceptions de ses propres consommations pour différents groupes alimentaires



Six jeunes sur sept perçoivent leur alimentation comme équilibrée

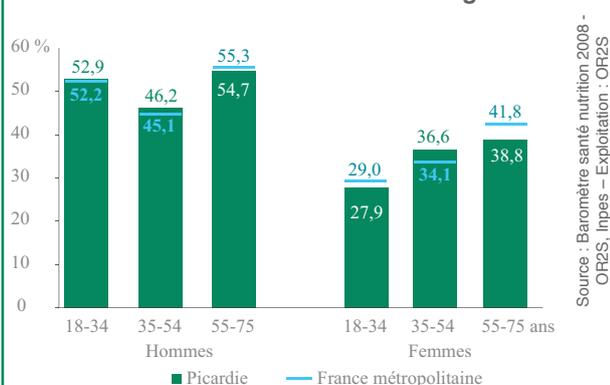
Parmi les Picards âgés de 12 à 17 ans, 86,0 % considèrent qu'ils ont une alimentation équilibrée. Cette proportion n'est pas significativement différente de la moyenne nationale.

Par ailleurs, 61,4 % des adolescents considèrent que leur consommation de légumes est suffisante et ils sont 70,2 % à déclarer que leur consommation de fruits l'est. La moitié des adolescents déclarent que leur consommation de poisson est suffisante. Le pourcentage le plus élevé est observé pour les produits laitiers : 79,1 %. Enfin, ils sont 19,9 % à déclarer manger trop de matières grasses et 32,9 % trop de produits sucrés. La perception de la consommation de fruits diffère significativement de la moyenne nationale, avec davantage de Picards (70,2 %) que de Français (53,7 %) estimant leur consommation suffisante. Enfin, au niveau régional, les jeunes sont moins nombreux qu'au niveau national (19,9 % contre 31,6 %) à considérer leur consommation de matières grasses trop élevée.

¹ Cf. encadré « Les principaux repères du PNNS » en page 10.

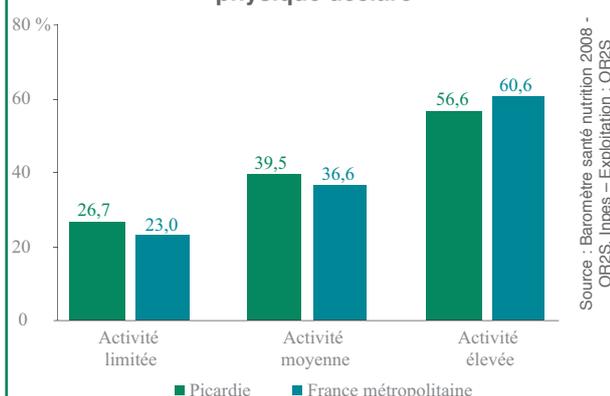
→ Perception de son activité physique

Figure 8 : Sentiment d'avoir une activité physique suffisante selon le sexe et l'âge



La perception de son activité physique ne diffère pas entre les niveaux régional et national. Les hommes sont significativement plus nombreux que les femmes à déclarer leur activité physique suffisante.

Figure 9 : Sentiment d'avoir une activité physique suffisante selon le niveau d'activité physique déclaré



Il n'y a pas de différence entre la Picardie et le reste de la France sur le sentiment d'avoir une activité physique suffisante, quel que soit le niveau d'activité.

Moins de la moitié des Picards considèrent leur activité physique comme suffisante

En Picardie, 42,5 % des 18-75 ans considèrent avoir une activité physique¹ suffisante, soit autant qu'au niveau national (42,4 %). Les hommes sont significativement plus nombreux que les femmes à le déclarer (50,6 % contre 34,5 %).

La perception de son niveau d'activité physique n'est pas liée à l'âge mais au diplôme et à la corpulence en Picardie. Ainsi, les personnes en surcharge pondérale sont significativement moins nombreuses à considérer leur activité physique comme suffisante que les personnes qui ne le sont pas (35,7 % contre 48,8 %). Les Picards titulaires d'un bac (37,6 %) ou d'un diplôme supérieur au bac (32,0 %) sont moins nombreux que les non diplômés à percevoir leur activité physique comme suffisante (48,2 %). Les mêmes associations sont observées au niveau national.

La perception de l'activité physique est liée à l'activité physique déclarée : en Picardie, 26,7 % des personnes ayant une activité limitée la perçoivent comme suffisante contre 56,6 % de ceux qui ont une activité physique élevée.

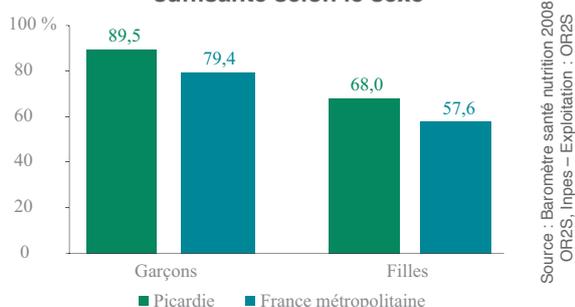
Parmi les personnes ayant une activité physique élevée, les femmes sont significativement moins nombreuses que les hommes à la considérer comme suffisante (49,1 % contre 61,3 %). Au niveau national également, la perception de l'activité physique dans cette sous population est différente selon le genre (avec respectivement 49,7 % et 68,2 %).

Parmi les personnes ayant une activité physique moyenne, les diplômés du supérieur estiment à 24,1 % qu'elle est suffisante contre 53,3 % des non diplômés (liaison significative uniquement en Picardie).

Enfin, parmi les personnes ayant une activité physique limitée, les femmes sont moins nombreuses que les hommes à l'estimer suffisante (21,4 % contre 34,2 %), de même que les diplômés du supérieur par rapport aux non diplômés (18,7 % contre 36,7 %). Ces différences ne sont pas observées au niveau national.

→ Zoom 12 - 17 ans

Sentiment d'avoir une activité physique suffisante selon le sexe



Les jeunes garçons, davantage satisfaits de leur activité physique

Près de huit Picards âgés de 12-17 ans sur dix (79,0 %) déclarent avoir une activité physique suffisante, soit davantage que les jeunes Français (68,6 %). Ce sentiment est plus souvent déclaré par les garçons (89,5 %) que par les filles (68,0 %). L'écart de 10 points observé entre les niveaux régional et national est retrouvé pour chaque genre, sans toutefois être significatif.

L'analyse du niveau d'activité physique, qui dépend du niveau des dépenses énergétiques effectuées, ne peut être réalisée chez les moins de 15 ans par le questionnaire GPAQ. De ce fait, celui-ci n'a pas été étudié chez les adolescents.

¹ L'activité physique est mesurée par le questionnaire GPAQ (Global Physical Activity Questionnaire), qui prend en compte les activités effectuées au travail, au cours des loisirs et des déplacements, et permet de classer les individus selon trois niveaux d'activité : élevé, moyen, limité. Pour plus de précisions, il convient de se référer à la fiche thématique « Présentation et méthodologie de l'enquête ».

→ Information sur l'alimentation

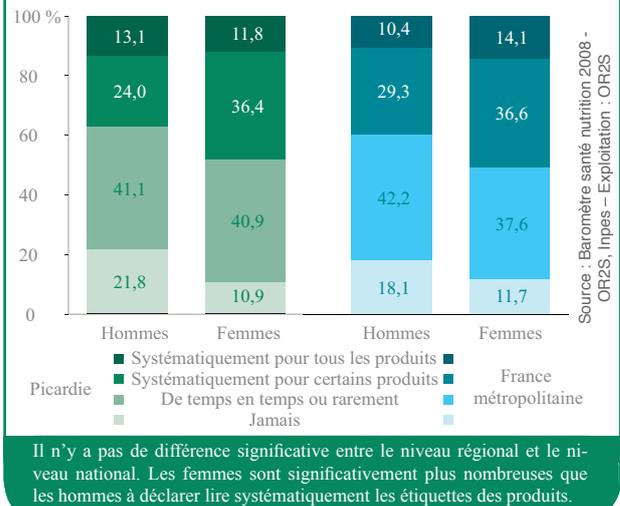
Moins de la moitié des Picards lit systématiquement les étiquettes sur les emballages

Moins de la moitié des Picards (42,7 %) déclare lire systématiquement les informations relatives à la composition des produits sur les emballages de tous ou certains des aliments qu'ils achètent, sans différence significative avec le niveau national (45,3 %).

Le genre et l'âge sont significativement associés au fait de lire les étiquettes. Ainsi, les femmes déclarent le faire davantage systématiquement que les hommes (48,2 % contre 37,1 %). Les plus jeunes (18-34 ans) sont significativement moins nombreux que les 35-54 ans à le faire (36,8 % contre 44,3 %). Enfin, les personnes appartenant aux professions et catégories socio professionnelles des professions intermédiaires, des employés et des ouvriers déclarent lire moins fréquemment systématiquement les étiquettes (à respectivement 39,4 %, 44,1 % et 38,0 %) que les personnes appartenant à la catégorie des cadres et professions intellectuelles supérieures (52,0 %). Ces associations significatives sont retrouvées au niveau national ; toutefois, la différence observée entre les professions intermédiaires et les cadres n'est pas significative sur l'ensemble du territoire.

Parmi les Picards déclarant lire les étiquettes (de systématiquement à rarement), deux sur cinq trouvent que les informations sont plutôt difficiles (33,9 %) ou très difficiles (7,0 %) à comprendre, sans différence avec le niveau national. En Picardie, seule une liaison avec l'âge est observée, les 18-34 ans étant moins nombreux que leurs aînés (28,3 % contre 47,8 % des 35-54 ans et 44,4 % des 55-75 ans) à trouver ces informations difficiles à comprendre. Au niveau national, seule la différence observée entre les 18-34 ans (43,3 %) et les 55-75 ans (49,2 %) est significative.

Figure 10 : Lecture des informations sur les emballages selon le sexe



Plus des trois quarts des personnes se déclarent bien informées sur l'alimentation

Plus de trois Picards sur quatre (77,8 %) se considèrent bien informés¹ en matière d'alimentation, cette proportion ne différant pas significativement de la moyenne nationale (80,7 %). En Picardie, les femmes se déclarent davantage informées que les hommes (81,0 % contre 74,6 %).

Outre cette liaison avec le genre, au niveau national, le sentiment d'information est plus présent chez les 55-75 ans que chez les 18-34 ans et les 35-54 ans. Enfin, les diplômés du supérieur s'estiment plus fréquemment bien informés que les non diplômés.

Figure 11 : Perception de son niveau d'information sur l'alimentation selon le sexe

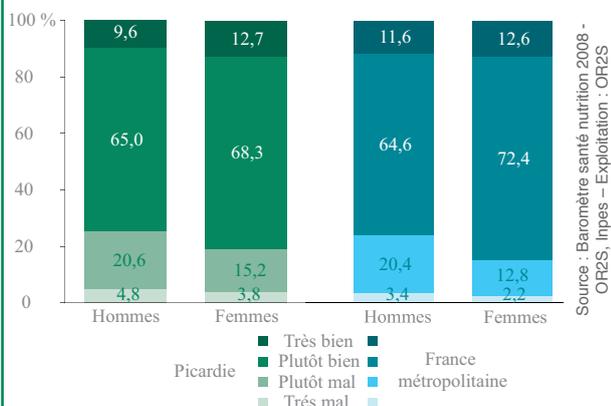
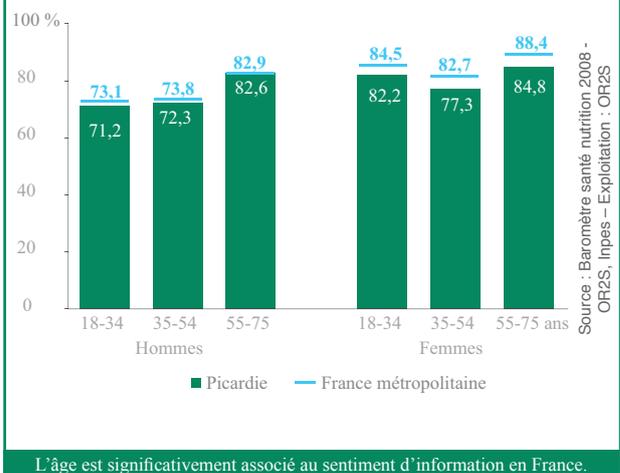


Figure 12 : Sentiment d'être bien informé sur l'alimentation selon le sexe et l'âge



¹ La question sur la perception du niveau d'information prévoyait quatre modalités de réponses : très bien, plutôt bien, plutôt mal, très mal informé. Les deux premières modalités ont été regroupées pour définir la catégorie « bien informé ».

Les médias, principales sources d'informations sur l'alimentation

Un peu plus de la moitié des Picards (52,0 %) et de l'ensemble des Français (53,5 %) citent les médias comme principale source d'informations¹ sur l'alimentation. En second lieu est évoqué le corps médical (21,6 % en Picardie et 20,4 % au niveau national) puis l'entourage (17,2 % en Picardie et 17,0 % au niveau national). Aucune différence entre la Picardie et la France métropolitaine n'est significative.

Les médias les plus cités par les Picards sont la télévision (23,3 %) et les journaux, livres et magazines (20,9 %). Internet et la radio ont été chacun cités par 3,7 % des Picards. Parmi l'entourage, ce sont la famille et les amis qui sont les principales sources d'informations (17,1 %). Enfin, le corps médical est en premier lieu le médecin (14,6 %), puis le diététicien ou le nutritionniste (5,8 %).

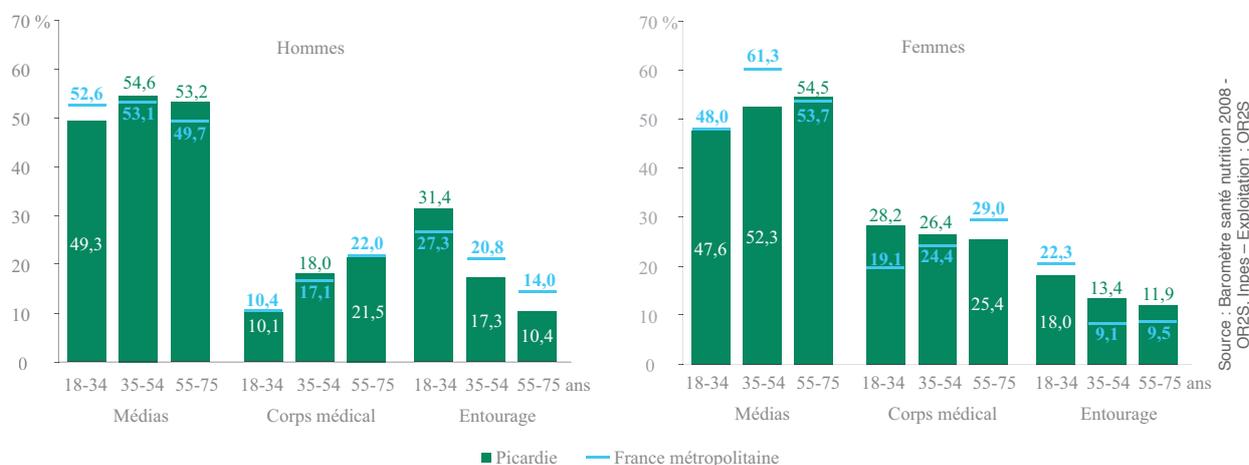
Les femmes considèrent davantage le corps médical comme

source d'informations que les hommes (26,7 % contre 16,4 %) et les personnes présentant une obésité (33,4 %) davantage que les personnes n'en présentant pas (19,8 %).

Considérer l'entourage comme principale source d'informations est davantage cité par les plus jeunes (24,8 % chez les 18-34 ans, 15,3 % chez les 35-54 ans et 11,2 % chez les 55-75 ans) et les non diplômés (27,6 % contre 14,6 % pour les diplômés). Enfin, près de deux étudiants sur cinq (39,9 %) citent leur entourage comme principale source d'informations sur l'alimentation.

En ce qui concerne la France, le diplôme n'est pas significativement associé au fait de considérer son entourage comme principale source d'informations, les autres liaisons observées en Picardie étant également significatives sur l'ensemble du territoire.

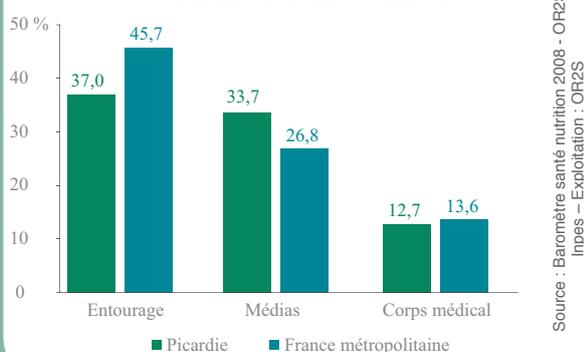
Figure 13 : Principale source d'informations en matière d'alimentation selon le sexe et l'âge



Il n'y a pas de différence entre la France et la Picardie en ce qui concerne les principales sources d'information. Les femmes considèrent davantage le corps médical comme source d'information que les hommes et les plus jeunes davantage l'entourage que leurs aînés.

→ Zoom 12 - 17 ans

Principale source d'informations en matière d'alimentation



L'entourage, première source d'informations sur l'alimentation chez les jeunes

Plus de huit jeunes âgés de 12 à 17 ans sur dix (84,8 %) déclarent être bien informés sur l'alimentation en Picardie, cette proportion ne se distinguant pas de la moyenne nationale (82,8 %).

L'entourage est la source la plus citée (37,0 %), suivi de près par les médias (33,7 %). Enfin, 12,7 % des jeunes Picards considèrent le corps médical comme leur principale source d'informations sur l'alimentation. Parmi les médias, la télévision est la source la plus citée (23,5 %), suivie d'internet (7,3 %), les journaux, magazines et livres étant cités par 2,9 % des jeunes. Enfin, 15,2 % des jeunes considèrent leur enseignant comme principale source d'informations sur l'alimentation.

¹ Une liste de treize réponses était proposée à la personne interrogée, parmi lesquelles elle devait choisir sa principale source d'information sur l'alimentation.

→ Connaissances sur l'alimentation

Les allégations nutritionnelles parfois mal connues

Hormis pour l'allégation relative aux huiles, les Picards sont plus de la moitié à répondre correctement aux différentes allégations proposées¹. Après ajustement sur les principales caractéristiques démographiques, les Picards répondent moins fréquemment correctement que les Français en général à l'allégation « Certaines huiles sont plus grasses que d'autres ». En outre, ils sont plus nombreux à répondre correctement aux suivantes : « Seulement certaines eaux font maigrir » et « Boire de l'eau fait maigrir ».

En Picardie, les femmes répondent davantage correctement que les hommes aux allégations concernant le pain au chocolat (80,9 % contre 67,1 %), les féculents (73,5 % contre 55,9 %), les fibres (60,6 % contre 50,1 %), les surgelés (66,5 % contre 54,8 %) et les huiles (18,5 % contre 13,6 %). De même, elles sont significativement plus nombreuses que les hommes à répondre correctement à l'allégation « Boire de l'eau fait maigrir » (66,4 % contre 61,2 %).

Les plus âgés méconnaissent davantage les sources de fibres que les plus jeunes (44,8 % des 55-75 ans répondent correctement contre 61,1 % des 18-34 ans et 58,0 % des 35-54 ans). À l'inverse, ils répondent plus fréquemment correctement à l'allégation sur les huiles (22,1 % des 55-75 ans contre 13,3 % des 18-34 ans et 14,2 % des 35-54 ans). Enfin, les plus jeunes méconnaissent davantage le contenu en vitamines des produits surgelés (48,5 % des 18-34 ans répondent correctement contre 66,3 % des 35-54 ans et 66,6 % des 55-75 ans) et l'influence de la consommation de fruits et légumes sur la survenue des cancers (41,3 % des 18-34 ans contre 62,3 % des 35-54 ans et 68,3 % des 55-75 ans).

Au niveau national, les mêmes associations significatives sont observées à l'exception de la liaison entre le sexe et la réponse à « Boire de l'eau fait maigrir ».

De meilleures connaissances en nutrition pour les femmes et les plus diplômés

Un score de connaissance a été calculé en attribuant un point à chaque bonne réponse, puis le total a été ramené sur 10. Près de huit Picards sur dix (79,0 %) ont un score supérieur à 5 sur 10, proportion non différente de la moyenne nationale (79,3 %).

Les femmes sont significativement plus nombreuses que les hommes à avoir un score supérieur à 5 (84,1 % contre 73,9 %).

L'âge est également associé significativement au score de connaissance : les plus jeunes (18-34 ans) étant moins nombreux que les 35-54 ans à avoir un score supérieur à 5 (74,9 % contre 82,7 %, les aînés étant 78,5 % à avoir un score supérieur à 5).

Le niveau de diplôme est également déterminant : les personnes de niveau bac (82,0 %) ou de niveau supérieur au bac (89,9 %) ont un score plus élevé que les personnes sans diplôme (67,3 %), les personnes ayant un niveau inférieur au bac étant 79,7 % à avoir eu un score supérieur à 5.

Enfin, les personnes disposant des revenus par unité de consommation les plus élevés ont plus fréquemment répondu correctement (79,7 % des personnes ayant de 900 € à moins de 1 500 € et 88,1 % des personnes disposant de 1 500 € ou plus) que les personnes aux plus faibles ressources (67,9 % des personnes ayant moins de 900 € par unité de consommation).

Les liaisons décrites ci-dessus, à l'exception de celle relative à l'âge, sont observées au niveau national.

En Picardie et de manière générale en France, le score de connaissance n'est pas associé au sentiment d'être bien informé sur l'alimentation. Les Picards ayant suivi la veille de l'enquête les repères fruits et légumes et féculents (fruits et légumes et poisson pour les Français en général) sont plus nombreux à avoir un score élevé que ceux qui ne les ont pas suivis. Enfin, en France, le score est associé au sentiment d'avoir une alimentation équilibrée.

Tableau 2 : Connaissances en nutrition à partir de quelques allégations nutritionnelles (pourcentages de réponses correctes)

	Picardie	France métropolitaine
	%	%
Le poisson contient moins de protéines que la viande (Faux)	80,8	79,0
Les légumes secs sont des aliments "pauvres" en nutriments (Faux)	79,6	79,6
Il y a du sel dans les céréales du petit déjeuner (Vrai)	76,7	79,3
Un pain au chocolat apporte plus de calories que du pain avec un morceau de chocolat (Vrai)	74,1	78,7
Seulement certaines eaux font maigrir (Faux)	68,0	67,9
Les féculents font grossir (Faux)	64,8	65,0
Boire de l'eau fait maigrir (Faux)	63,8	63,4
Les produits surgelés contiennent moins de vitamines que les produits frais (Faux)	60,7	61,4
Consommer au moins cinq fruits et légumes par jour protège du cancer (Vrai)	57,3	62,2
Les fibres sont apportées uniquement par les fruits et légumes (Faux)	55,4	57,4
Certaines huiles sont plus grasses que d'autres (Faux)	16,1	21,6

Source : Baromètre santé nutrition 2008 - OR2S, Inpes - Exploitation : OR2S

¹ Une série d'allégations étaient citées aux personnes interrogées. Pour chacune de ces affirmations, elles devaient répondre par vrai, faux ou ne sais pas.

→ Les principaux repères du PNNS

La connaissance des repères de consommation du Programme national nutrition santé (PNNS) a été évaluée à partir de question du type « À votre avis, combien de [fruits et légumes], [produits laitiers] faut-il consommer par jour pour être en bonne santé ? » et « À votre avis, à quelle fréquence faut-il manger ... [de la viande, ou du poisson, des produits de la mer ou des œufs], [du poisson], [des féculents]... pour être en bonne santé ». Pour les repères fruits et légumes et produits laitiers, le questionnaire prévoyait pour la moitié de l'échantillon la formulation en « Combien de fruits et légumes faut-il consommer par jour » et pour l'autre moitié la formulation en « À quelle fréquence faut-il manger des fruits ou des légumes ». Les deux formulations ont abouti à des résultats différents, ce qui a conduit à n'en exploiter qu'une seule. Ce sont les réponses à la seconde formulation, plus proche des recommandations chiffrées du PNNS qui ont été analysées. Pour le repère concernant l'activité physique, la question était « À votre avis, combien de temps par jour, par semaine ou par mois faut-il avoir une activité physique pour être en bonne santé ? ». Les repères sont considérés connus si les personnes ont répondu une valeur en adéquation avec la recommandation PNNS, soit pour :

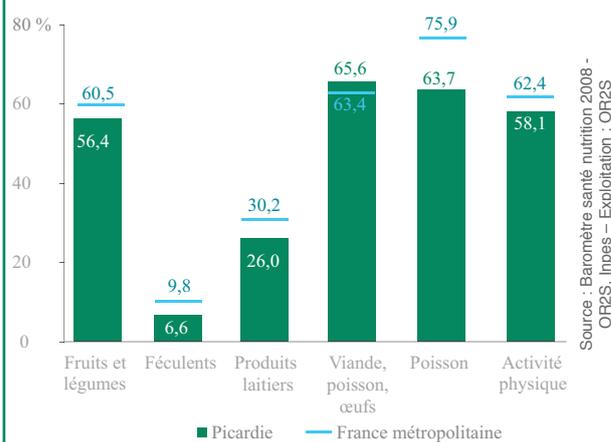
- le repère « Fruits et Légumes » : au moins cinq par jour,
- le repère « Produits laitiers » : trois par jour pour les 18-54 ans et trois ou quatre par jour pour les 55-75 ans,
- le repère « VPO » : un ou deux par jour,
- le repère « Poisson » : au moins deux fois par semaine,
- le repère « Féculents » : entre trois et six fois par jour,
- le repère « Activité physique » : au moins trente minutes par jour.

Les repères relatifs aux consommations de poissons et de féculents moins connus au niveau régional

La majorité des Picards connaît les repères relatifs à la consommation d'aliments du groupe viande, poisson, œufs (65,6 %), à la consommation de poisson (63,7 %) et à l'activité physique (58,1 %) et à la consommation de fruits et légumes (56,4 %). Les repères les moins connus sont ceux relatifs aux consommations de produits laitiers (26,0 %) et de féculents (6,6 %).

Par rapport à l'ensemble des Français, les Picards connaissent significativement moins bien les repères féculents (6,6 % contre 9,8 %) et poisson (63,7 % contre 75,9 %).

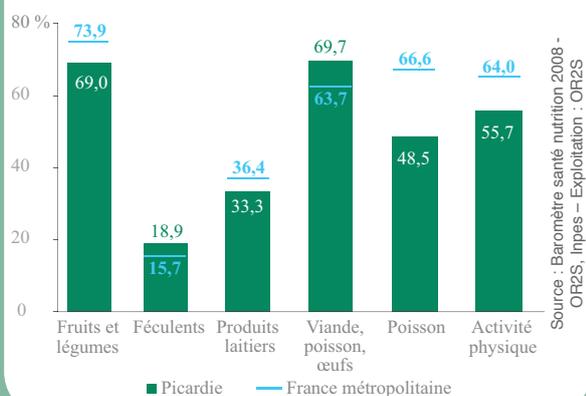
Figure 14 : Connaissances des repères du PNNS



Les repères féculents et poisson sont davantage connus au niveau national qu'au niveau régional.

→ Zoom 12 - 17 ans

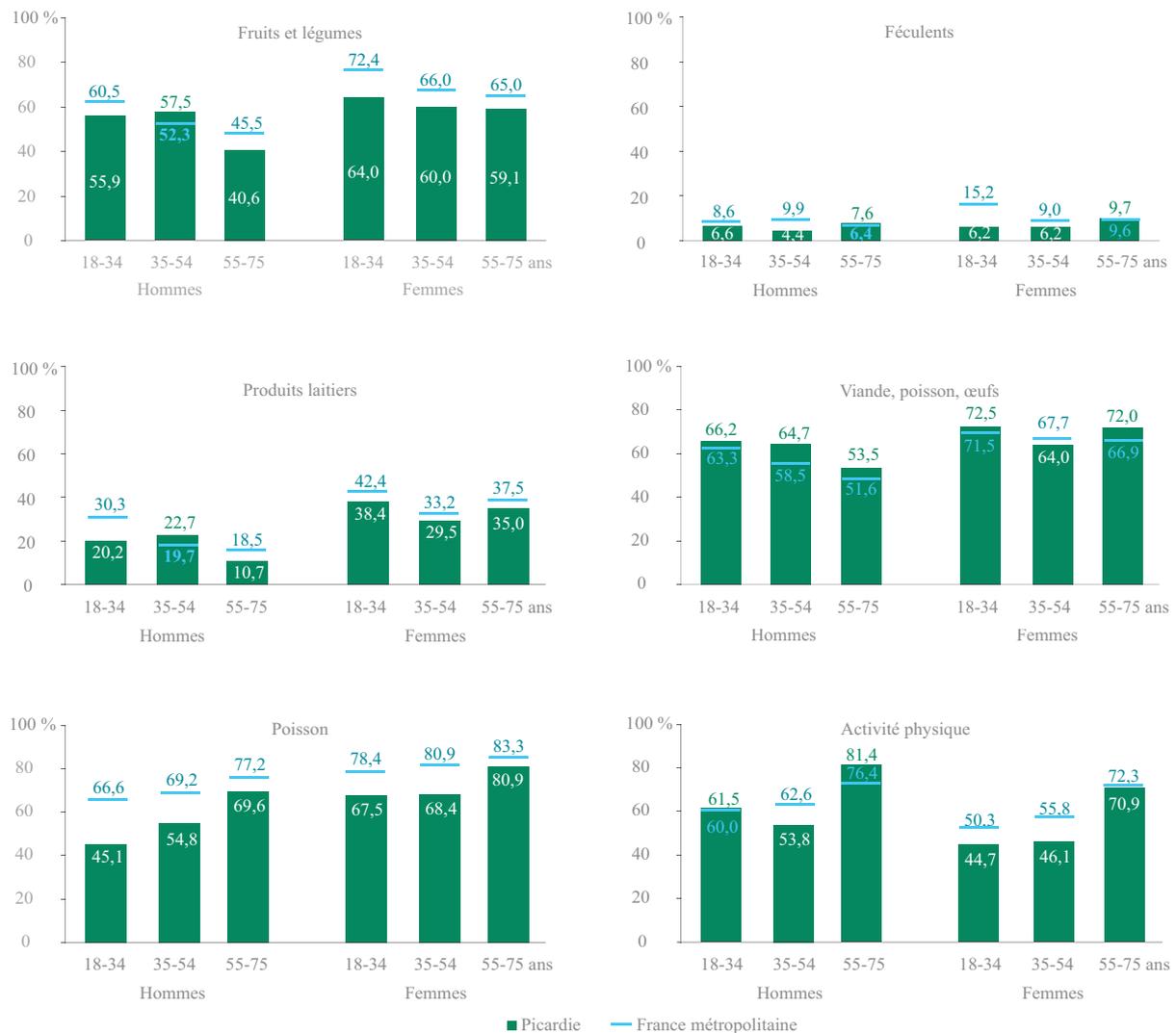
Connaissances des repères du PNNS



Près de sept jeunes sur dix connaissent le repère fruits et légumes et celui du groupe viande, poisson, œufs

Chez les jeunes, les repères les plus connus sont ceux relatifs aux consommations de fruits et légumes et d'aliments du groupe viande, poisson, œufs : près de sept jeunes sur dix les connaissent. Un peu plus de la moitié des jeunes (55,7 %) connaissent celui concernant l'activité physique et un peu moins de la moitié (48,5 %) celui relatif à la consommation de poisson. Enfin, un sur trois a connaissance du repère sur les produits laitiers et moins de deux sur dix (18,9 %) celui sur les féculents. Aucune différence significative n'est observée entre les niveaux régional et national.

Figure 15 : Connaissances des repères du PNNS selon le sexe et l'âge



Source : Baromètre santé nutrition 2008 - OR2S, Inpes – Exploitation : OR2S

Les femmes sont significativement plus nombreuses que les hommes à connaître les repères viande, poisson, œufs, produits laitiers et poisson, à l'inverse du repère sur l'activité physique. L'âge est significativement associé aux repères poisson et activité physique.

Une connaissance des repères qui varie selon le genre et l'âge

En Picardie, les femmes sont plus nombreuses que les hommes à connaître les repères viande, poisson, œufs (68,9 % contre 62,2 %), produits laitiers (33,9 % contre 18,2 %) et poisson (71,7 % contre 55,6 %), à l'inverse de celui sur l'activité physique (52,7 % contre 63,5 %). En France, les mêmes liaisons sont observées.

Sur les deux unités géographiques, l'âge est associé à la connaissance des repères relatifs à la consommation de poisson et à la pratique d'une activité physique. Ainsi, les Picards âgés de 55-75 ans connaissent davantage le repère sur l'activité physique que les 35-54 ans : 75,9 % contre 49,9 % (53,2 % pour les 18-34 ans). De même, ils connaissent davantage le repère poisson que les 35-54 ans (75,5 % des 55-75 ans contre 61,7 % des 35-54 ans et 56,1 % des 18-34 ans).

En outre, les personnes n'ayant aucun diplôme sont celles qui ont une moins bonne connaissance des repères viande, poisson, œufs et poisson en Picardie comme dans le reste de la France.

Le repère relatif à l'activité physique est davantage connu des personnes ayant une activité physique élevée (62,7 %) que de celles qui ont une activité physique limitée (51,6 %). Enfin, les retraités (79,9 %) et les étudiants (66,9 %) le connaissent mieux que les personnes qui travaillent (51,1 %) en Picardie (en France, le repère est davantage connu par les retraités et les chômeurs).

La connaissance des repères est associée à un meilleur respect des recommandations pour la consommation de poisson et d'aliments du groupe viande, poisson, œufs en Picardie (cf. fiche thématique « Consommations alimentaires »).

Plus de neuf Picards sur dix considèrent l'alimentation comme importante dans la survenue de l'obésité, des maladies cardio-vasculaires et du diabète

Plus de neuf Picards sur dix considèrent que l'alimentation a un rôle important¹ dans la survenue de l'obésité (96,5 %), des maladies cardio-vasculaires (94,5 %) et du diabète (92,2 %). Pour l'ostéoporose, ils sont 82,3 % à le déclarer. Sept Picards sur dix pensent que l'alimentation a un rôle important dans la survenue des cancers et la moitié des Picards le déclare en ce qui concerne l'arthrose. Pour la grippe, la proportion tombe à 27,9 %.

Par rapport aux Français en général, les Picards sont significativement moins nombreux à considérer que l'alimentation a un rôle important dans la survenue du diabète et des maladies cardio-vasculaires.

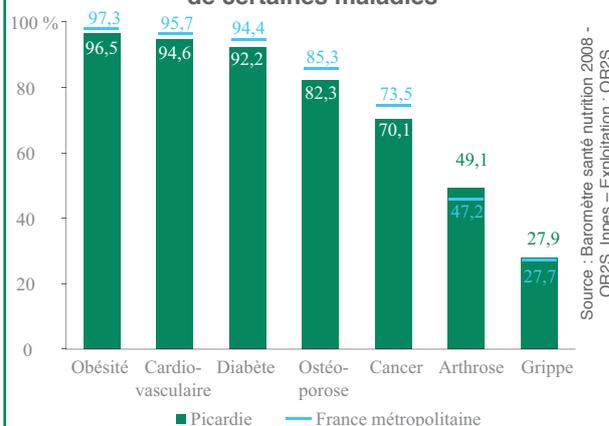
Les femmes sont significativement plus nombreuses que les hommes à faire le lien entre alimentation et survenue de l'ostéoporose (87,8 % contre 76,6 %).

Les 18-34 ans sont moins nombreux (60,7 %) que les 35-54 ans (71,5 %) et les 55-75 ans (79,5 %) à déclarer l'importance de l'alimentation dans la survenue du cancer et moins nombreux que les 35-54 ans (95,5 % contre 97,6 %) pour la survenue de l'obésité (95,8 % pour les 55-75 ans). En outre, les 35-54 ans sont moins nombreux (26,6 %) à considérer que l'alimentation joue un rôle important dans la survenue de la grippe que les 55-75 ans (35,6 %).

Enfin, les personnes non diplômées sont significativement moins nombreuses (89,5 %) que les personnes diplômées (97,9 % pour les titulaires d'un diplôme inférieur au bac, 98,4 % pour les titulaires d'un bac et 99,4 % pour les titulaires d'un diplôme supérieur au bac) à considérer que l'alimentation joue un rôle important dans la survenue de l'obésité.

Au niveau national, les mêmes associations significatives sont observées à l'exception du lien entre âge et déclaration sur l'obésité.

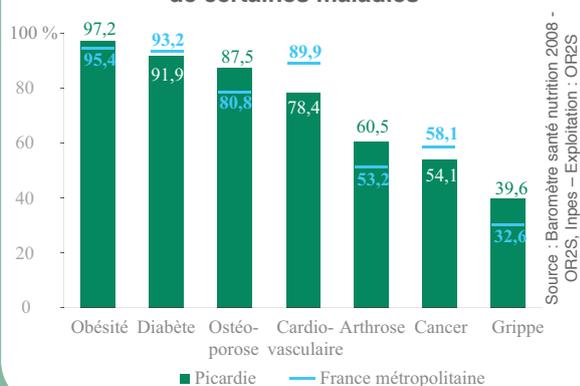
Figure 16 : Personnes pensant que l'alimentation a un rôle important dans l'apparition de certaines maladies



Les Picards sont significativement moins nombreux que les Français en général à considérer que l'alimentation a un rôle important dans la survenue du diabète et des maladies cardio-vasculaires.

→ Zoom 12 - 17 ans

Adolescents pensant que l'alimentation a un rôle important dans l'apparition de certaines maladies



Un jeune sur deux établit un lien entre alimentation et cancer

Près de la totalité des jeunes picards (97,2 %) considère que l'alimentation joue un rôle important dans la survenue de l'obésité. Concernant le diabète, ils sont neuf sur dix (91,9 %) à le penser et 87,5 % pour l'ostéoporose. Les jeunes sont moins conscients que leurs aînés du rôle de l'alimentation dans la survenue des maladies cardio-vasculaires (78,4 % des jeunes lui attribuent un rôle important). À l'inverse, ils sont plus nombreux à déclarer que l'alimentation joue un rôle important dans la survenue de l'arthrose (60,5 %). Enfin, 54,1 % des jeunes picards déclarent que l'alimentation a un rôle important dans la survenue des cancers, cette proportion tombant à 39,6 % pour la grippe.

Par rapport à l'ensemble des jeunes français, les jeunes picards sont significativement moins nombreux à considérer que l'alimentation joue un rôle important dans la survenue des maladies cardio-vasculaires.

¹ Les questions sur le rôle de l'alimentation dans l'apparition de sept pathologies prévoient cinq modalités de réponses : très important, plutôt important, plutôt pas important, pas du tout important et ne sais pas. Les deux premières modalités ont été regroupées pour définir la catégorie « rôle important ».

→ Corpulence déclarée et perçue

Selon les déclarations de taille et de poids, près d'un Picard sur deux est en surcharge pondérale, soit davantage qu'en France

En Picardie, un peu moins de la moitié (48,3 %) des personnes âgées de 18 à 75 ans sont en surcharge pondérale (surpoids + obésité), selon leurs déclarations de poids et de taille. Les prévalences de la surcharge pondérale (48,3 % contre 40,2 %) et de l'obésité (13,0 % contre 9,8 %) sont significativement plus élevées en Picardie que dans l'ensemble de la France. Par genre, la différence observée entre les niveaux régional et national n'est significative que pour les femmes pour la surcharge pondérale et elle n'est significative que pour les hommes pour l'obésité.

La prévalence de la surcharge pondérale est maximale chez les hommes de 55-75 ans

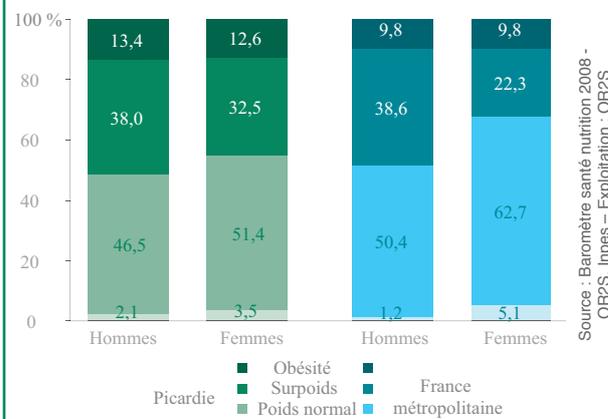
En Picardie, la prévalence de la surcharge pondérale est significativement plus élevée chez les hommes que chez les femmes (51,4 % contre 45,1 %), tout comme celle de l'obésité (13,4 % contre 12,6 %). En France, le genre n'est pas lié à la prévalence de l'obésité.

L'excès de poids augmente avec l'avancée en âge, passant de 30,0 % chez les 18-34 ans à 52,2 % chez les 35-54 ans et 63,9 % chez les 55-75 ans. Les personnes diplômées du supérieur présentent significativement moins fréquemment une surcharge pondérale que les personnes n'ayant aucun diplôme (34,9 % contre 59,4 %). Ces deux tendances sont observées au niveau national.

La prévalence de la maigreur non différente du niveau national

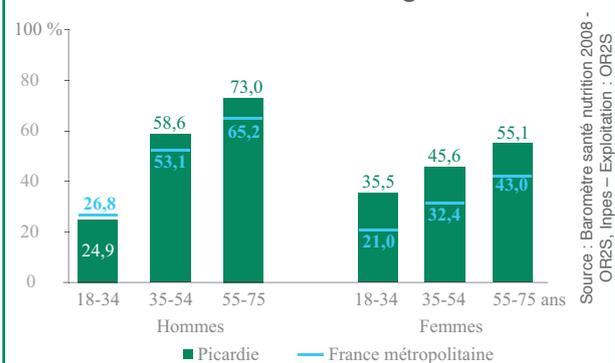
En Picardie, 2,8 % des personnes âgées de 18 à 75 ans sont maigres, proportion équivalente à la moyenne nationale. La maigreur concerne davantage les femmes (3,5 %) que les hommes (2,1 %). En outre, la prévalence de la maigreur est plus élevée chez les 18-34 ans (5,9 %) que chez les 35-54 ans (1,8 %) et les 55-75 ans (0,6 %). En France, la maigreur est également associée au genre et à l'âge. Concernant l'âge, la prévalence de la maigreur au niveau national est plus élevée chez les 18-34 ans que chez les 55-75 ans (différence non significative par rapport aux 35-54 ans).

Figure 17 : Répartition de la corpulence selon le sexe



La surcharge pondérale et l'obésité sont plus fréquentes au niveau régional que national. La prévalence de la surcharge pondérale et de l'obésité sont plus élevées chez les hommes que chez les femmes, à l'inverse de celle de la maigreur. Au niveau national, le genre n'est pas associé à la prévalence de l'obésité.

Figure 18 : Prévalence de la surcharge pondérale selon le sexe et l'âge



La prévalence de la surcharge pondérale est significativement associée à l'âge en Picardie comme sur l'ensemble du territoire.

→ Maigreur, surpoids et obésité

Maigreur, surpoids et obésité sont définis à partir de l'indice de masse corporelle (IMC), que l'on calcule en divisant le poids (kg) par le carré de la taille (m). Chez l'adulte, la maigreur se définit par un IMC inférieur à 18,5 kg/m², le surpoids par un IMC compris entre 25 kg/m² et moins de 30 kg/m² et l'obésité par un IMC supérieur ou égal à 30 kg/m².

Chez l'enfant et jusqu'à l'âge de 18 ans, les seuils d'IMC varient selon l'âge et le sexe. Les valeurs de référence utilisées sont celles de l'*International Obesity Task Force* (IOTF).

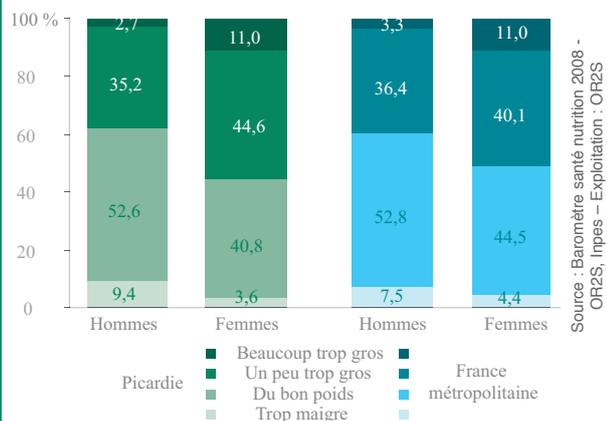
À partir de ces définitions, les prévalences de la maigreur, du surpoids et de l'obésité ont été estimées. Les données de poids et de taille reposent sur des données déclaratives et non sur des mesures réelles. Il est classiquement observé une sous-estimation de la corpulence dans ce type d'enquête.

Parmi les personnes de corpulence normale, près d'une sur quatre se trouve trop grosse

Un peu moins de la moitié des Picards (46,7 %) se trouve à peu près du bon poids (48,6 % au niveau national). Les femmes sont significativement plus nombreuses que les hommes à se trouver trop grosses, voire beaucoup trop grosses (55,5 % contre 38,0 % en Picardie). À l'inverse, elles se considèrent moins fréquemment comme trop maigres (3,6 % contre 9,4 % en Picardie), et ceci sur les deux échelons géographiques.

Près de deux personnes de poids normal selon l'IMC sur trois se trouvent du bon poids et 23,5 % se trouvent trop grosses. Parmi les personnes en surpoids, elles sont un peu plus de la moitié à se trouver un peu trop grosses (59,2 %) et 7,4 % beaucoup trop grosses. Enfin, les personnes présentant une obésité s'estiment à 63,4 % un peu trop grosses et à 26,8 % beaucoup trop grosses.

Figure 19 : Perception de sa corpulence selon le sexe



Il n'y a pas de différence significative entre les niveaux régional et national. Les femmes sont significativement plus nombreuses que les hommes à se trouver trop grosses, voire beaucoup trop grosses. Elles se trouvent moins fréquemment que les hommes trop maigres.

Tableau 3 : Perception de sa corpulence selon la corpulence calculée par l'IMC en Picardie

Se trouve...

de poids insuffisant	%
maigre*	37,7
normal	11,0
surpoids	0,0
obèse	1,2

de poids normal

maigre*	62,3
normal	65,5
surpoids	33,4
obèse	8,6

un peu trop gros

maigre*	0,0
normal	22,0
surpoids	59,2
obèse	63,4

beaucoup trop gros

maigre*	0,0
normal	1,5
surpoids	7,4
obèse	26,8

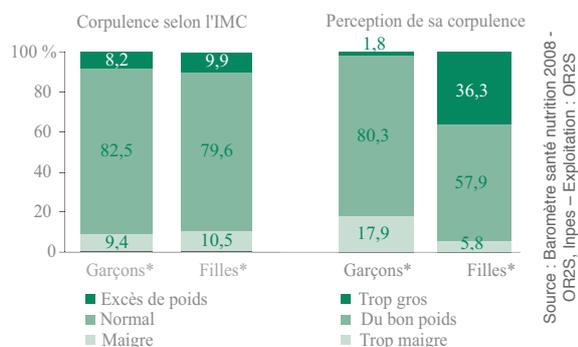
Note de lecture : 37,7 % des personnes de corpulence maigre selon l'IMC se trouvent de poids insuffisant.

* Les résultats concernant les personnes de corpulence maigre sont à interpréter avec précaution compte tenu de la faiblesse des effectifs.

Source : Baromètre santé nutrition 2008 - OR2S, Inpes - Exploitation : OR2S

→ Zoom 12 - 17 ans

Corpulence selon l'IMC et corpulence perçue en Picardie



* Les résultats pour les 12-17 ans présentés par genre sont à interpréter avec précaution compte tenu de la faiblesse des effectifs.

Un adolescent sur cinq se trouve trop gros

D'après leurs déclarations de taille et de poids et le calcul de l'IMC, 9,9 % des jeunes de 12-17 ans sont maigres et 9,0 % présentent un excès de poids (respectivement 13,0 % et 9,9 % en France, différences non significatives). Dans la région, près d'un jeune sur huit (12,0 %) se trouve trop maigre et 18,6 % se trouvent trop gros (dont 1,2 % beaucoup trop gros). En France métropolitaine, ces proportions ne diffèrent pas significativement, s'élevant respectivement à 11,9 % et 27,1 % (1,6 %). Les filles sont particulièrement nombreuses à se trouver trop grosses : 36,3 % en Picardie et 32,5 % en France (dont 2,5 % beaucoup trop grosses dans les deux unités géographiques).

→ Méthodologie

→ Méthodologie générale¹

En 2008, l'Inpes a reconduit le Baromètre santé nutrition. Il s'agit d'une enquête téléphonique consacrée aux relations entre la nutrition et la santé qui est réalisée au niveau national. De plus, huit régions ont participé à ce Baromètre par le biais de sur-échantillons régionaux, en particulier la Picardie. Le questionnaire et la méthodologie employés dans la région sont les mêmes que ceux mis en œuvre au niveau de l'enquête nationale. Seule la période d'enquête varie : du 11 février au 19 mai 2008 au niveau national et du 17 mars au 28 juin 2008 en région. L'analyse porte sur les personnes contactées sur téléphone fixe. En Picardie, le sur-échantillon est composé de 1 001 répondants auxquels s'ajoute la fraction régionale de l'échantillon national qui regroupe 94 personnes. L'analyse présentée dans ce document porte sur les 12-75 ans, mais, compte-tenu de la faiblesse des effectifs des 12-17 ans (n = 92), seules des analyses descriptives sont présentées sous forme d'encadrés pour ces derniers.

Les données ont été pondérées par le nombre de personnes éligibles au sein du ménage contacté ainsi que par le nombre de lignes téléphoniques du foyer. Un redressement a été réalisé sur le sexe, l'âge, le diplôme et la taille d'agglomération, afin d'être représentatif de la population régionale. Les tests de comparaison, réalisés essentiellement à partir de régressions logistiques, ont été effectués sur les données brutes en ajustant sur le sexe, l'âge, le niveau de diplôme, la situation professionnelle, la structure du foyer et le fait d'habiter une zone rurale ou non. Le seuil de significativité est fixé à 5 %. Lorsque des tests sont réalisés entre le national et le régional, les individus de la Picardie sont exclus de l'échantillon national.

¹ La méthodologie détaillée de l'étude est développée dans la fiche thématique « Présentation et méthodologie de l'enquête ».

→ Références bibliographiques

- Haut Comité de la santé publique. Pour une politique nutritionnelle de santé publique en France. Enjeux et propositions. Rennes ; 2000.
- Organisation mondiale de la santé (OMS). Questionnaire mondial sur la pratique d'activités physiques (GPAQ). Guide pour l'analyse. Genève, OMS : 26 p. En ligne : http://www.who.int/chp/steps/GPAQ_Analysis_Guide_FR.pdf [dernière consultation le 29/07/2009].
- Ministère de la Santé et des Solidarités. Deuxième Programme national nutrition santé, 2006-2010, actions et mesures, septembre 2006.
- Dauphinot V., Naudin F., Guégen R., Perronnin M., Sermet C. Écarts entre morbidité déclarée et morbidité diagnostiquée. L'exemple de l'obésité, de l'hypertension et de l'hypercholestérolémie. Questions d'économie de la santé, IRDES, n°114, novembre 2006.
- Observatoire régional de la santé et du social de Picardie. Écarts entre morbidité déclarée et morbidité mesurée à travers l'enquête décennale santé, juin 2007.
- Insee Première. L'hygiène de vie des Picards. Insee Picardie relais n°142-143- 2005, février 2005.



→ Principales caractéristiques des populations étudiées

	%* dans l'échantillon régional (n = 1 003)	%** dans l'échantillon national (n = 3 137)
Sexe		
hommes	49,7	49,0
femmes	50,3	51,0
Âge		
18-25 ans	14,9	14,0
26-34 ans	16,8	16,5
35-44 ans	20,8	20,3
45-54 ans	20,2	19,5
55-64 ans	15,6	17,2
65-75 ans	11,8	12,4
Niveau de diplôme		
aucun diplôme	20,9	17,2
diplôme inférieur au bac	47,5	41,2
bac	16,5	18,1
bac+2 ou plus	15,1	23,4
Situation professionnelle		
actifs occupés	61,6	60,2
élèves, étudiants	7,5	8,0
chômeurs	5,8	4,5
retraités	19,1	20,2
autres inactifs	5,9	7,2
Revenu par unité de consommation		
< 900 €	27,6	23,0
900 - 1 499 €	34,4	30,8
≥ 1 500 €	29,4	37,5
manquant	8,7	8,8
Structure du foyer		
vit seul	9,1	11,8
foyer monoparental***	5,3	6,0
foyer sans enfant***	31,3	34,7
foyer avec enfant(s)***	54,4	47,5
Zone de résidence		
< 2 000 habitants	44,0	25,7
2 000 habitants ou plus	56,0	74,3

* pondérés à partir du bilan démographique de 2006 (sexe et âge) et des données de l'enquête Emploi 2007 (diplôme et taille d'agglomération).

** pondérés à partir de l'enquête Emploi 2007 (sexe, âge, diplôme et taille d'agglomération).

*** enfant(s) âgé(s) de moins de 25 ans.

→ Synthèse

Le Baromètre santé nutrition est le premier Baromètre santé mené sur cette thématique en Picardie. Réalisé au printemps 2008, il permet de dresser un état des lieux concernant les habitudes et les connaissances des Picards et de les comparer à l'ensemble des Français. Ce document s'intéresse aux perceptions et aux connaissances en matière d'alimentation.

Au niveau régional comme au niveau national, manger est une chose indispensable pour vivre ainsi qu'un plaisir gustatif pour les 18-75 ans. Les Picards sont toutefois un peu plus nombreux que l'ensemble des Français à considérer l'acte alimentaire comme une contrainte. Les plus diplômés évoquent plus fréquemment l'aspect du plaisir gustatif. La convivialité est associée à l'acte culinaire pour plus de neuf Picards sur dix, ainsi que le fait de manger sainement, ce dernier aspect étant toutefois moins fréquemment cité par les Picards que par les Français en général. Également, les Picards déclarent plus fréquemment que cuisiner est un acte cher.

Les menus sont en premier lieu influencés par la santé et le budget en Picardie. Les Français en général évoquent quant à eux les habitudes du foyer en deuxième choix, la santé primant également. Le budget est davantage cité par les Picards que par l'ensemble des Français (70,4 % contre 65,8 %). La santé est plus souvent évoquée par les plus âgés et les préférences personnelles par les plus jeunes. Pour plus d'un Picard sur deux, une alimentation équilibrée est une alimentation variée. Au niveau national, il s'agit également de la première définition donnée, mais dans une proportion plus importante qu'en région (60,9 % contre 54,1 %). Un peu moins de trois Picards sur quatre estiment que son alimentation est équilibrée, soit autant qu'au niveau national. Ce sentiment est moindre chez les 18-34 ans et il diffère selon le groupe d'aliments retenu.

Enfin, près de huit Picards sur dix considèrent leur consommation de produits laitiers comme suffisante et près de six sur dix pour la consommation de légumes. Pour les autres groupes d'aliments, les proportions sont plus faibles. Quant à leur activité physique, moins de la moitié des Picards la considèrent comme suffisante, davantage les hommes que les femmes.

Plus de la moitié des Picards connaît les repères de consommation du Programme national nutrition santé (PNNS) concernant le poisson, l'activité physique, le groupe viande, poisson, œufs et les fruits et légumes. Alors que les Picards considèrent en grande majorité que leur consommation de produits laitiers est suffisante (78,9 %), ils ne sont que 26,0 % à connaître le repère en question. Enfin, celui des féculents reste peu connu (6,6 %). Les médias sont la principale source d'informations sur l'alimentation chez les plus de 18 ans contre l'entourage chez les plus jeunes. Le corps médical, qui arrive en deuxième position chez les plus de 18 ans est davantage cité par les femmes que par les hommes. Les non diplômés citent plus fréquemment l'entourage que les diplômés. Plus de trois Picards sur quatre se considèrent bien informés en matière d'alimentation. Concernant les étiquettes sur les produits, moins de la moitié des Picards les lit systématiquement, et davantage les femmes que les hommes. Près d'un Picard sur deux est en surcharge pondérale d'après ses déclarations de taille et de poids, soit davantage qu'au niveau national (48,3 % contre 40,2 %). Chez les 12-17 ans, cette proportion n'est pas différente du niveau national : 13,0 % des jeunes Picards sont en surcharge pondérale contre 9,9 % de l'ensemble des jeunes Français. L'excès de poids progresse avec l'avancée en âge et il est plus fréquent parmi les non diplômés que parmi les diplômés du supérieur.

→ Les fiches thématiques du Baromètre santé nutrition

L'analyse de l'extension régionale du Baromètre santé nutrition en Picardie a donné lieu à la publication d'autres documents thématiques comme dans les autres régions où une telle extension a été réalisée : « Consommations alimentaires », « Nutrition, revenus et insécurité alimentaire », « Activité physique et sédentarité », « Structure et environnement des repas », « Comportements d'achats alimentaires » et d'un fascicule « Présentation et méthodologie de l'enquête ». Une synthèse intitulée « Différences et similitudes entre régions » a également été réalisée par la Fnors.

Ce document a été réalisé par Sophie Debuissier, Nadège Thomas, Alain Trugeon (OR2S Picardie) et Henriette Noël (Drass Picardie)

et mis en page par Sylvie Bonin (OR2S Picardie).

Il a été enrichi par les contributions de Jean-Daniel Lalau (CHU d'Amiens).

Le choix des thématiques et les analyses ont été réalisés en collaboration étroite avec Samira Bensalah, Marie-Antoinette Castel-Tallet et Thomas Klipfel (ORS Champagne-Ardenne), Élodie Roy et Anne-Sophie Woronoff (ORS Franche-Comté), François Baudier et Claude Michaud (Urcam Franche-Comté), Cyril Boudier, Gaëlle Mazure et Hervé Villet (ORS Haute-Normandie), Jean-François Buyck, Dorothée Grange et Catherine Vincelet (ORS Île-de-France), Geneviève Le Bihan (Cres Languedoc-Roussillon), Bernard Ledésert et Inca Ruiz (ORS Languedoc-Roussillon), My Mai Cao et Hafida Raoui (Drass Nord - Pas-de-Calais), Henriette Noël (Drass Picardie), Nadège Thomas et Alain Trugeon (OR2S Picardie), Lucie Bacchioni et Cécile Lucas (Drass Provence-Alpes-Côte d'Azur), Aurélie Bocquier, Caroline Lions et Pierre Verger (ORS Provence-Alpes-Côte d'Azur), Claire Bossard et François Michelot (Fnors), François Beck et Hélène Escalon (Inpes).

Le recueil des données du sur-échantillon, les analyses et la diffusion des documents ont été financés par le conseil régional de Picardie et l'Agence régionale de santé de Picardie.

Directeur de la publication : Dr Joseph Casile

Observatoire régional de la santé et du social de Picardie

Faculté de médecine 3, rue des Louvels - 80036 Amiens Cedex 1 - Tél : 03 22 82 77 24 - Fax : 03 22 82 77 41

E-mail : info@or2s.fr - Site internet : www.or2s.fr