

# ETUDE NUTRINET-SANTE



COHORTE POUR L'ETUDE DES RELATIONS NUTRITION-SANTE,  
DES COMPORTEMENTS ALIMENTAIRES ET DE LEURS  
DETERMINANTS

Etat d'avancement et 1ers résultats

## Sommaire

1. Etat d'avancement de l'étude NutriNet-Santé
2. Premiers résultats sur les déterminants des comportements alimentaires et de l'état nutritionnel
  - 2.1. *Variations régionales des consommations d'aliments*
  - 2.2. *Effets des caractéristiques socio-économiques sur les consommations alimentaires*
  - 2.3. *Connaissance des repères de consommation alimentaire*
  - 2.4. *Prévalence du surpoids et de l'obésité et facteurs de variation*
  - 2.5. *Perception de l'image du corps et désir de maigrir*

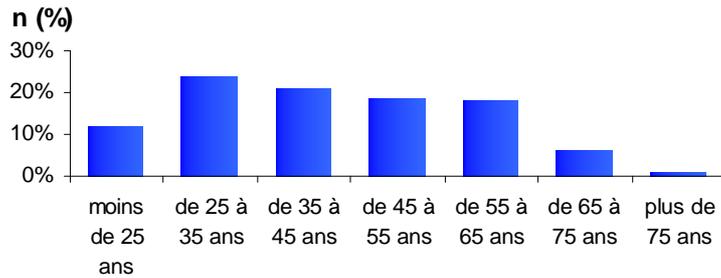
# 1. Etat d'avancement de l'étude NutriNet-Santé

Pour pouvoir atteindre l'ensemble de leurs objectifs, les chercheurs souhaitent inclure 500 000 internautes sur les 5 années à venir. En termes de planification, les coordinateurs de l'étude se sont fixés d'inclure **150 000 personnes sur la première année**, idem pour la deuxième année et le reste sur les 3 années suivantes.

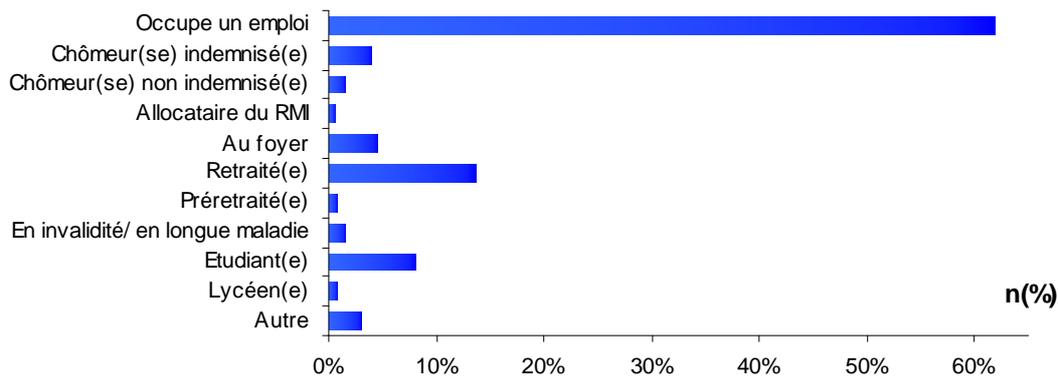
A la date du 27 novembre 2009, soit 6 mois après le lancement de l'étude, **104 356 internautes se sont déjà inscrits sur le site de l'étude NutriNet-Santé**.

## Qui sont les Nutrinautes ?

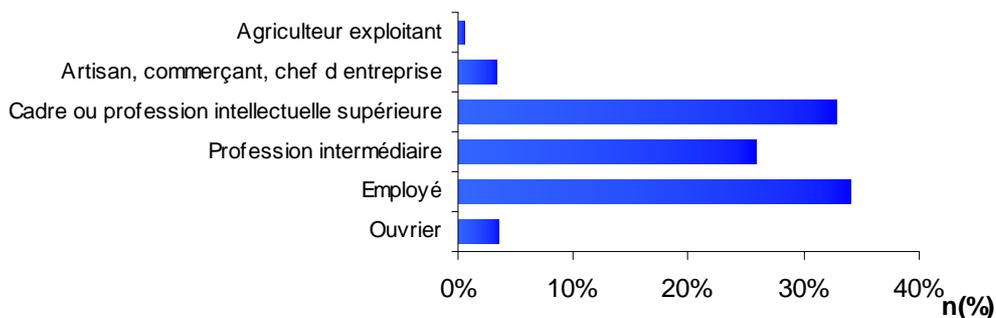
Distribution des Nutrinautes par classes d'âge



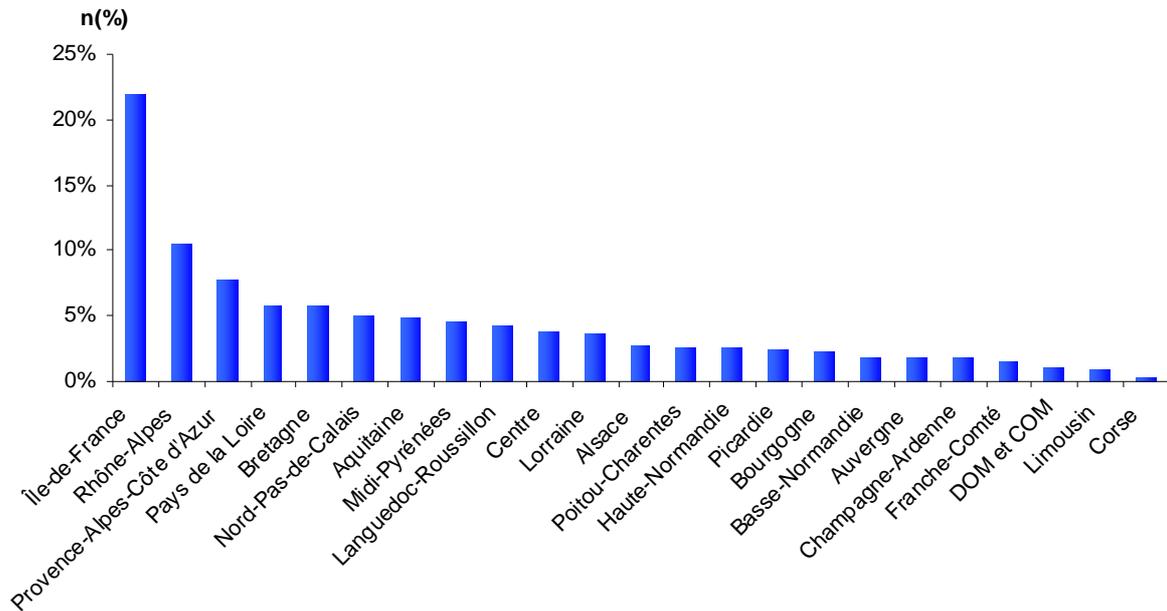
Distribution des Nutrinautes selon leur statut par rapport à l'emploi



Distribution des Nutrinautes selon leur CSP



## Répartition régionale des Nutrinautes



- 75 % des Nutrinautes sont des femmes.
- 43,5 % des Nutrinautes ont plus de 45 ans.
- 61,8 % occupent un emploi ; 14,3 % sont retraités (ou en pré-retraite) ; 8,8 % sont étudiants ou lycéens ; 6,1 % sont chômeurs ou allocataires du RMI ; 4,5% sont au foyer.
- La répartition géographique des inscrits est très proche de celle des régions françaises.

*Pour corriger les déséquilibres liés à la sélection des Nutrinautes, des redressements statistiques ont été effectués. Un « poids de redressement » a été calculé par calage sur marge avec les données de référence de l'Insee suivantes : âge de l'individu (6 classes), catégorie socio-professionnelle de l'individu (8 classes), appartenance à un foyer avec ou sans enfant et ZEAT (zones d'études et d'aménagement - découpage INSEE) du domicile (8 classes).*

*Les poids de redressement ont été calculés séparément chez les hommes et les femmes.*

### **Fréquentation du site [www.etude-nutrinet-sante.fr](http://www.etude-nutrinet-sante.fr)**

Depuis le lancement de l'étude et jusqu'au 17 novembre 2009 :

- 1 562 107 visites
- 26 982 421 pages vues
- 3 535 124 pages vues dans la partie publique
- 4 243 564 pages vues dans la partie privée (hors questionnaires)
- 174 434 vidéos du site vues

254 000 pages indexées par Google relatant le site [www.etude-nutrinet-sante.fr](http://www.etude-nutrinet-sante.fr)

## 2. Premiers résultats sur les déterminants des comportements alimentaires et l'état nutritionnel

Les analyses portent sur 90 750 questionnaires alimentaires, correspondant à des enregistrements de 24h saisis par les 31 000 premiers Nutrinautes inclus qui ont décrit l'ensemble de leurs consommations alimentaires (nature et quantité des aliments et boissons consommés) de minuit à minuit, pendant les 3 jours tirés au sort sur les 2 semaines suivant leur inscription.

**ÉTUDE NUTRINET SANTÉ**  
500 000 nutrinautes pour étudier les relations entre la nutrition et la santé

**ESPACE MEMBRE**  
Identifiant: [ ]  
Dernière connexion: 07/05/2009 14:55:22

**MON COMPTE**  
[Mon mot de passe](#)  
[Déconnexion](#)

**Questionnaire alimentaire**  
Retour à la liste Si vous êtes déconnecté ou si vous fermez le questionnaire, vos réponses seront systématiquement sauvegardées

**Journée de SAMEDI (17/01/2009)**

**petit déjeuner**  
carottes rapées assaisonnées

déjeuner (4 aliments)

Choisissez la quantité pour "carottes rapées assaisonnées"

A B C D E F G  
part (50 g) part (100 g) part (150 g)

Sélectionnez la portion :  A  B  C  D  E  F  G

Sélectionnez le nombre de portions: 1

Si les portions proposées ne conviennent pas à votre consommation, vous pouvez préciser la quantité exacte : [ ] g

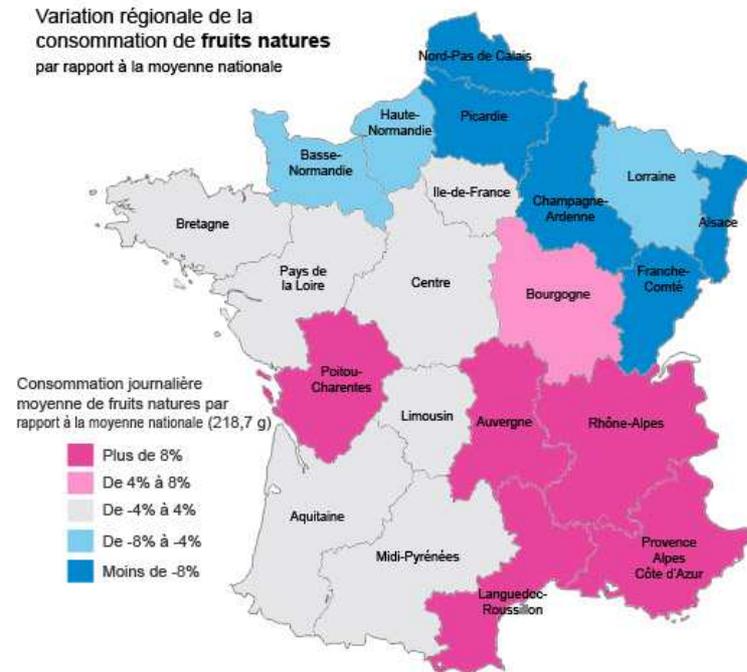
[Annuler](#) [Précédent](#) [Terminer](#)

## 2.1. Variations régionales des consommations d'aliments

Variations évaluées en termes de différence positive ou négative de quantités consommées par jour par rapport à la moyenne nationale.

### 2.1.1. Consommation de fruits

La consommation moyenne de fruits naturels\* est de 226 g/j chez les femmes et 211 g/j chez les hommes. Pour les fruits toutes formes confondues, les apports moyens sont de 273 g/j chez les femmes et 269 g/j chez les hommes.

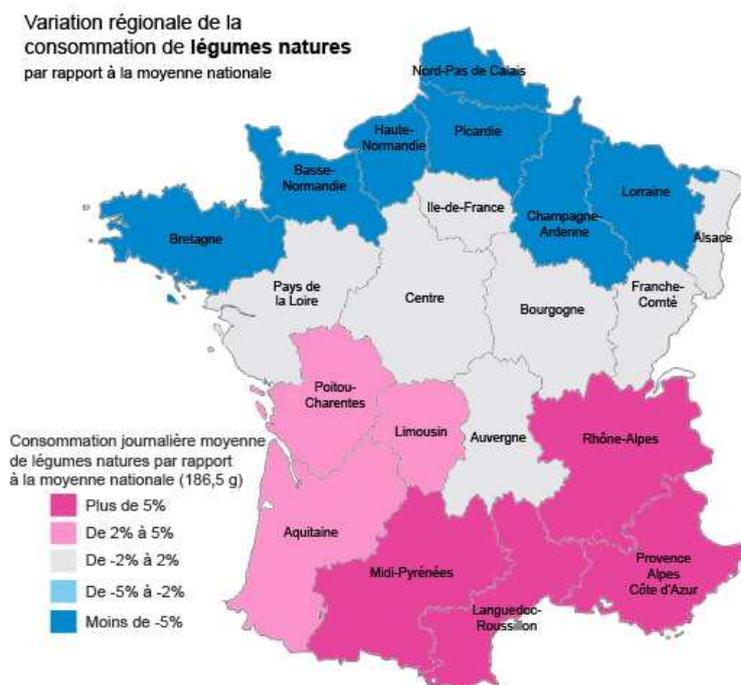


Les apports en fruits naturels\* les plus faibles sont retrouvés en région Nord-Pas de Calais (-20 %) et en Picardie (-19 %) ; les plus élevés en Auvergne (+15 %), en Languedoc-Roussillon (+9 %), et en région PACA (+9 %).

Les apports totaux en fruits (toutes formes et préparations) sont plus faibles en Picardie (-15 %) et en région Nord-Pas de Calais (-14 %) et plus élevés en Auvergne (+9 %), en Poitou-Charentes (+7 %) et dans le Languedoc-Roussillon (+6 %).

### 2.1.2. Consommation de légumes

La consommation moyenne de légumes naturels\* est de 193 g/j chez les femmes et 179 g/j chez les hommes. Pour les légumes toutes formes confondues, les apports moyens sont de 210 g/j chez les femmes et 193 g/j chez les hommes.



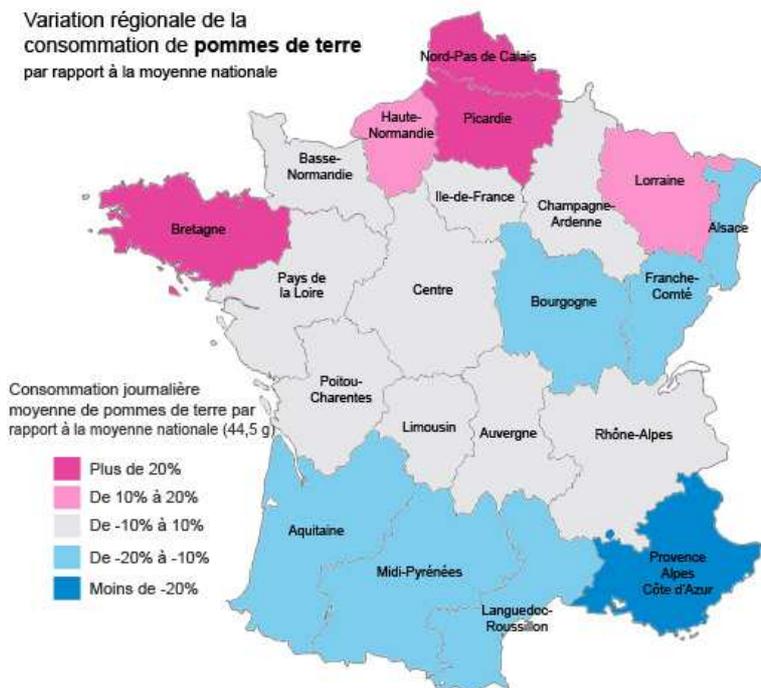
Les apports en légumes naturels\* les plus faibles sont retrouvés en Nord-Pas de Calais (-15 %), en Basse-Normandie (-9 %), en Lorraine (-9 %) et en Picardie (-9 %) ; les plus élevés en PACA (+ 8 %) et en Languedoc-Roussillon (+ 8 %).

Les apports totaux en légumes sont les plus faibles en Nord-Pas de Calais (-11 %) et en Lorraine (-10 %) et les plus élevés en région PACA (+ 8 %) et en Languedoc-Roussillon (+ 7 %).

\* Hors plats ou préparations contenant des fruits ou légumes.

### 2.1.3. Consommation de pommes de terre

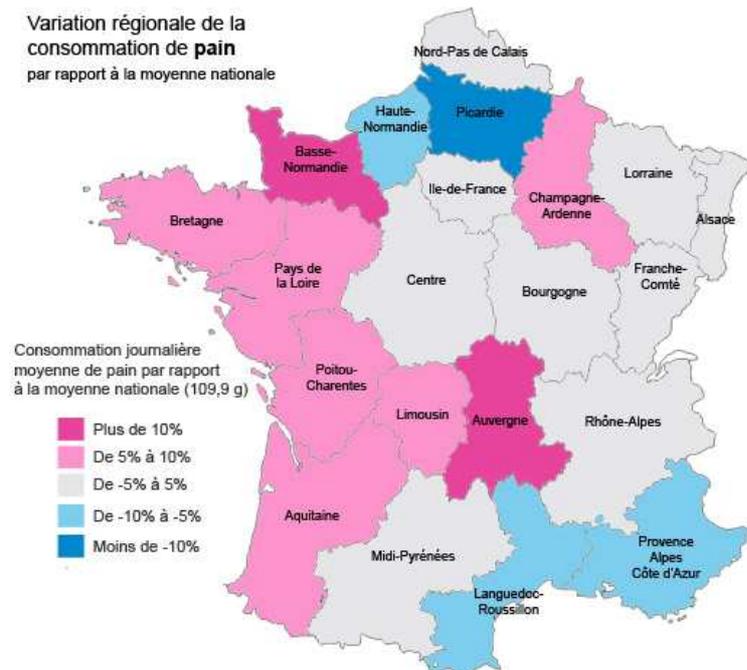
La consommation moyenne de pommes de terre est de 38 g/j chez les femmes et 51 g/j chez les hommes.



Les apports en pommes de terre les plus élevés se situent en région Nord-Pas de Calais (+43 %), en Picardie (+32 %) et en Bretagne (+27 %) ; les consommations les plus faibles sont observées en région PACA (-21 %) et dans le Languedoc-Roussillon (-17 %).

### 2.1.4. Consommation de pain

La consommation moyenne de pain est de 92 g/j chez les femmes et 129 g/j chez les hommes.

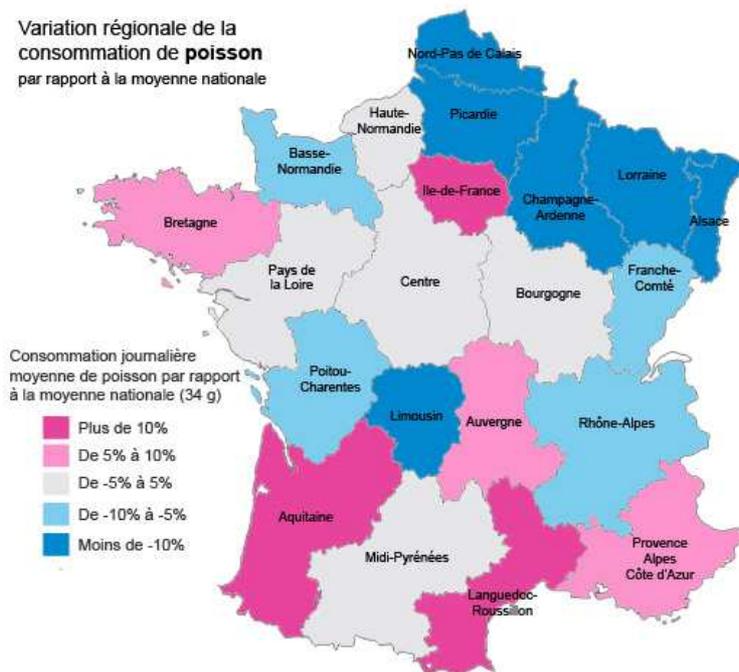


Il existe de faibles variations régionales de consommation de pain.

### 2.1.5. Consommation de poissons

La consommation moyenne de poisson est de 34,1 g/j chez les femmes et 33,8 g/j chez les hommes.

Variation régionale de la consommation de poisson par rapport à la moyenne nationale

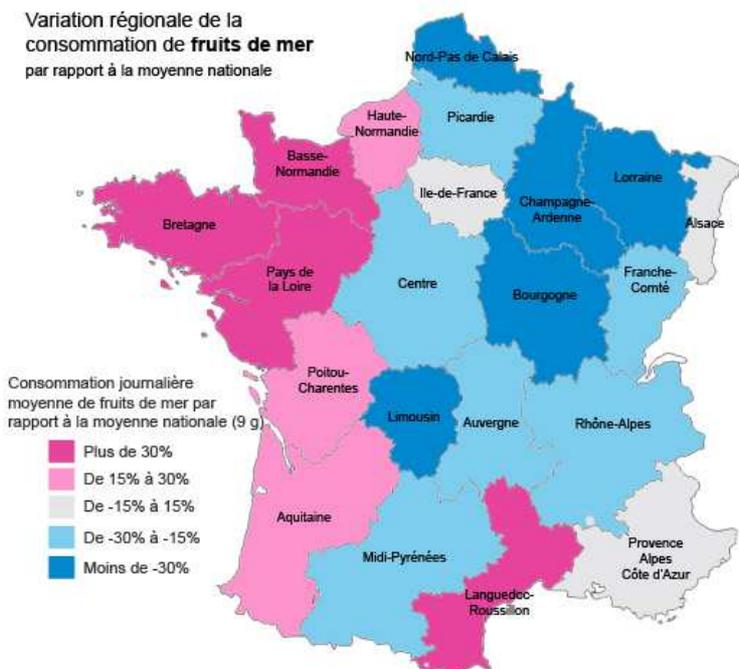


Les apports en poisson les plus élevés se situent en Aquitaine (+14 %), en Ile-de-France (+13 %), dans le Languedoc-Roussillon (+11 %) et en Bretagne (+10 %) ; les plus faibles en Lorraine (-23 %), en Alsace (-22 %), en région Nord-Pas de Calais (-20 %) et en Picardie (-16 %).

### 2.1.6. Consommation de fruits de mer

La consommation moyenne de fruits de mer est de 8,6 g/j chez les femmes et 9,3 g/j chez les hommes.

Variation régionale de la consommation de fruits de mer par rapport à la moyenne nationale

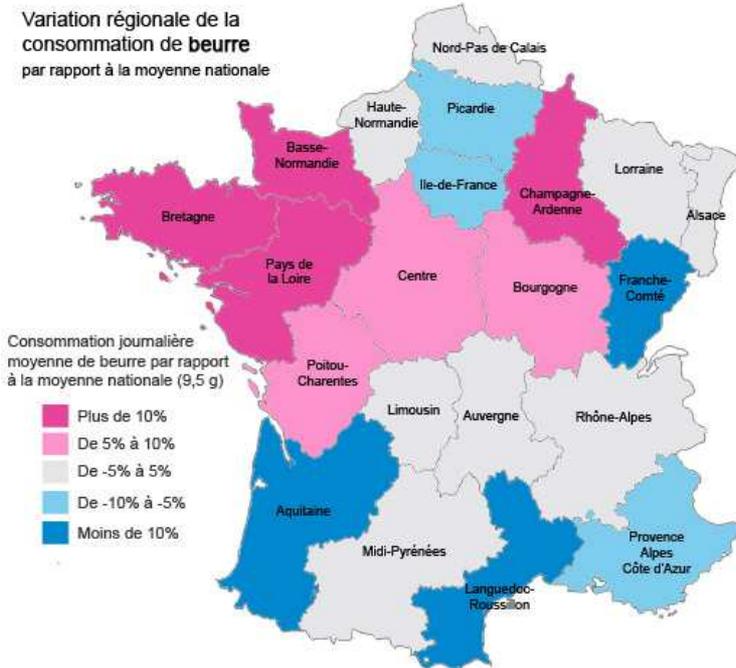


Les apports en fruits de mer les plus élevés sont en Bretagne (+107 %), en Pays de la Loire (+48 %) ; les plus faibles sont observés en Bourgogne (-46 %) et en Lorraine (-45 %).

### 2.1.7. Consommation de beurre

La consommation moyenne de beurre est de 8,8 g/j chez les femmes et 10,2 g/j chez les hommes.

Variation régionale de la consommation de **beurre** par rapport à la moyenne nationale

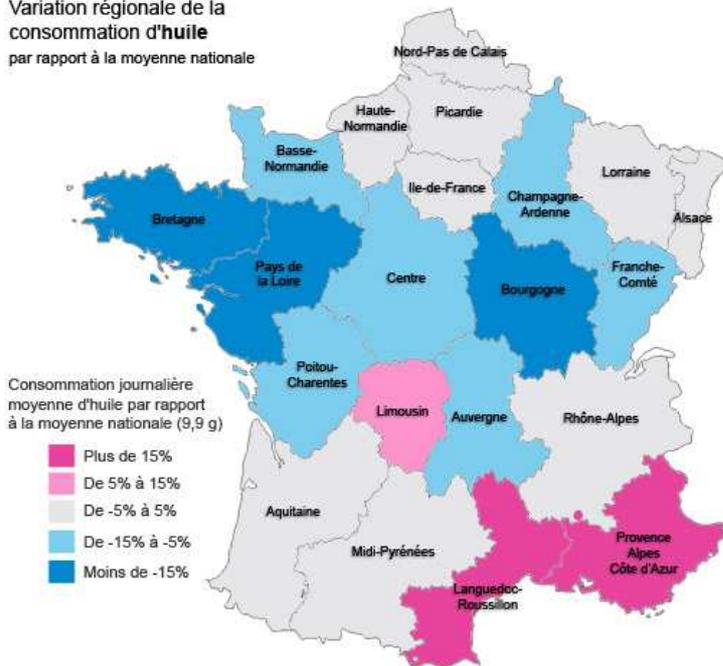


Les apports en beurre les plus élevés se retrouvent en Basse-Normandie (+22 %), en Pays de la Loire (+20 %) et en Bretagne (+19 %) ; les plus bas sont en Aquitaine (-13 %), en Franche-Comté (-12 %), dans le Languedoc-Roussillon (-11 %) et en région PACA (-10 %).

### 2.1.8. Consommation d'huile

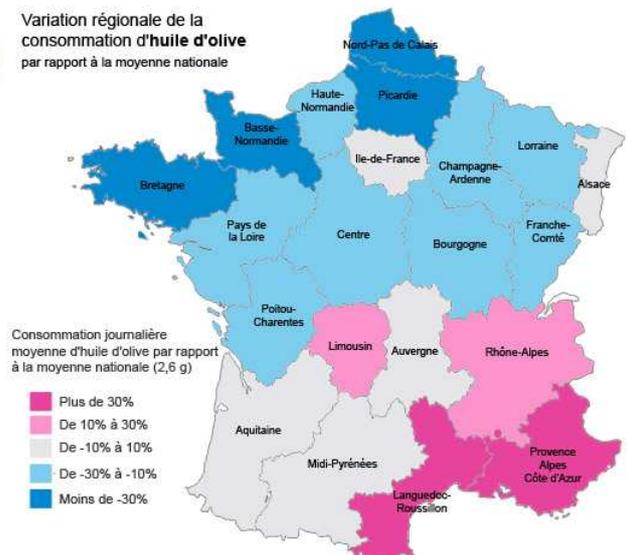
La consommation moyenne d'huile est de 9,1 g/j chez les femmes et 10,9 g/j chez les hommes.

Variation régionale de la consommation d'**huile** par rapport à la moyenne nationale



Les apports en huile les plus élevés sont observés dans le Languedoc-Roussillon (+22 %) et en région PACA (+17 %) ; les plus faibles en Pays de la Loire (-18 %), et en Bretagne (-16 %).

Variation régionale de la consommation d'**huile d'olive** par rapport à la moyenne nationale

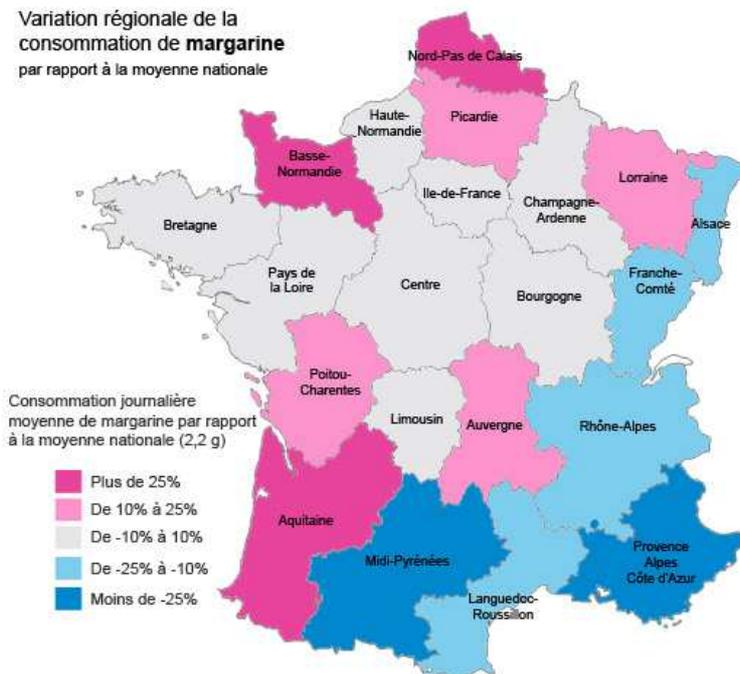


Pour l'huile d'olive, les extrêmes vont de +91 % en région PACA et +53 % dans le Languedoc-Roussillon, à -40 % en Picardie et -36 % en Basse-Normandie.

### 2.1.9. Consommation de margarine

La consommation moyenne de margarine est de 2,1 g/j chez les femmes et 2,3 g/j chez les hommes.

Variation régionale de la consommation de **margarine** par rapport à la moyenne nationale

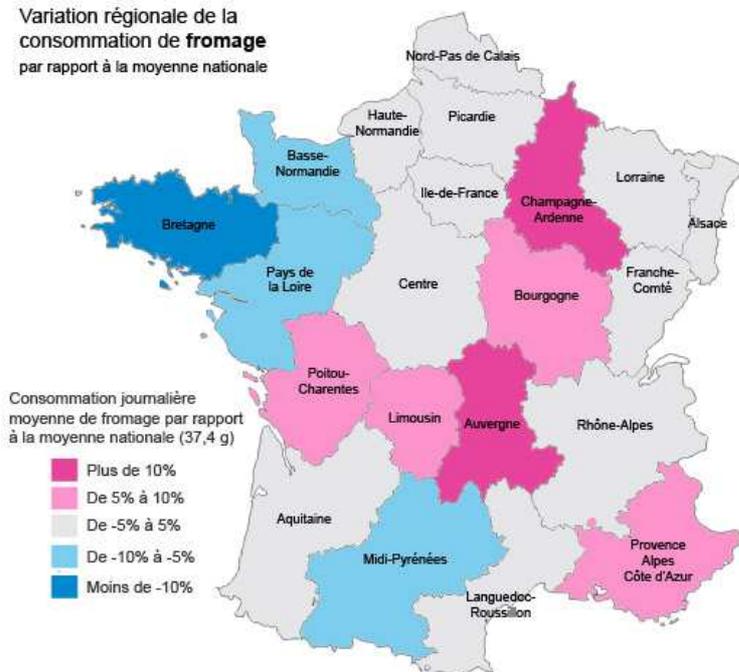


Les apports en margarine les plus élevés sont observés dans le Nord-Pas de Calais (+40 %) en en Basse-Normandie (+39 %) ; les plus bas en Midi-Pyrénées (-33 %) et en région PACA (-28 %).

### 2.1.10. Consommation de fromage

La consommation moyenne de fromage est de 31,6 g/j chez les femmes et 43,7 g/j chez les hommes.

Variation régionale de la consommation de **fromage** par rapport à la moyenne nationale

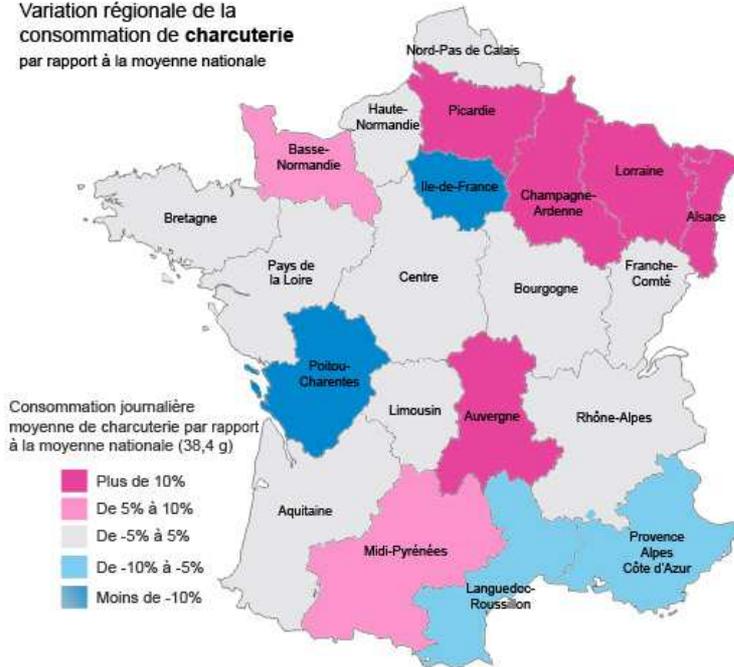


La consommation de fromage est la plus élevée en Auvergne (+24 %) et la plus basse en Bretagne (-17 %).

### 2.1.11. Consommation de charcuterie

La consommation moyenne de charcuterie est de 30,3 g/j chez les femmes et 47,2 g/j chez les hommes.

Variation régionale de la consommation de charcuterie par rapport à la moyenne nationale



Les apports en charcuterie les plus élevés sont retrouvés en Auvergne (+31 %), en Alsace (+19 %), en Champagne-Ardenne (+18 %) et en Lorraine (+13 %) ; les plus bas sont observés en région Poitou-Charentes (-11 %) et en Ile-de-France (-11 %).

#### EN RESUME

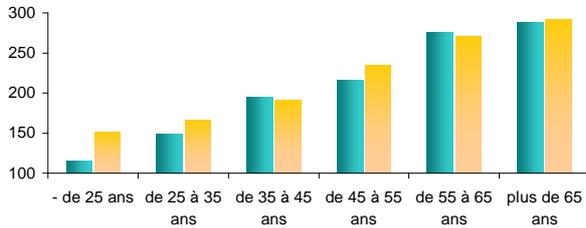
On observe une France du beurre et une France de l'huile (et notamment de l'huile d'olive); un gradient Nord-Sud pour les fruits et légumes et des régions du Nord de la France caractérisées par des apports alimentaires moins favorables à un bon équilibre nutritionnel.

## 2.2. Effet des caractéristiques socio-économiques sur les consommations alimentaires

### 2.2.1. Consommation de fruits (nature)

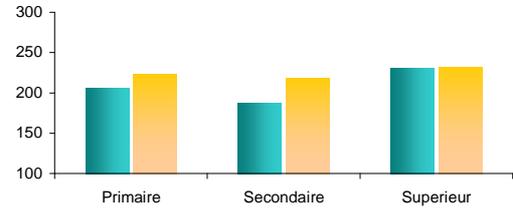


- en fonction de l'âge



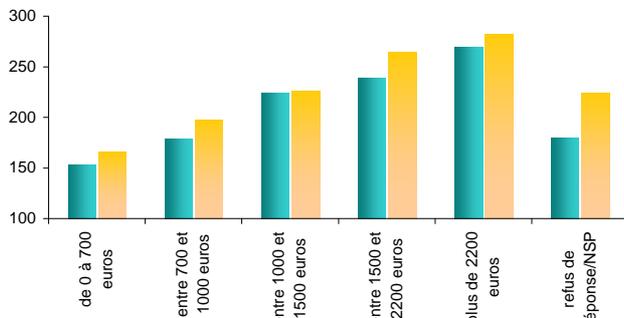
La consommation augmente avec l'âge : 2 fois plus chez les plus de 65 ans que chez les moins de 25 ans.

- en fonction du niveau d'éducation



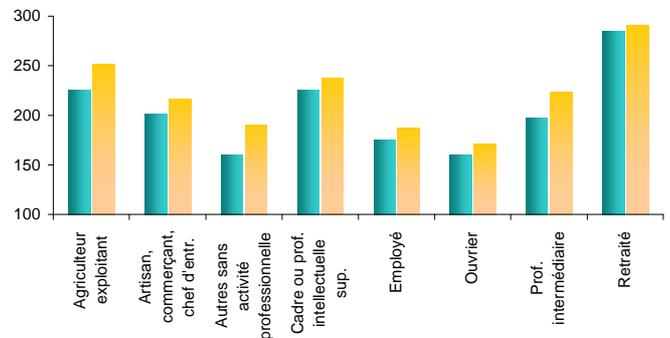
La consommation est plus forte chez ceux ayant un niveau d'éducation supérieur (surtout chez les hommes).

- en fonction des revenus



La consommation est 2 fois plus élevée chez les hauts revenus par rapport aux bas revenus.

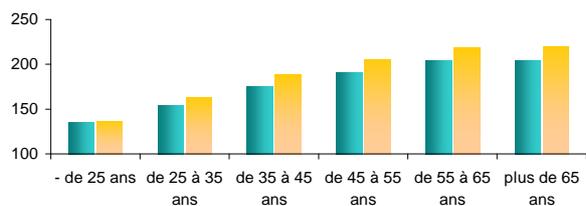
- en fonction de la catégorie socio-professionnelle



La consommation est plus élevée chez les cadres, les agriculteurs, les retraités.

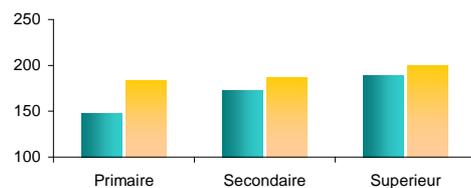
### 2.2.3. Consommation de légumes (nature)

- en fonction de l'âge



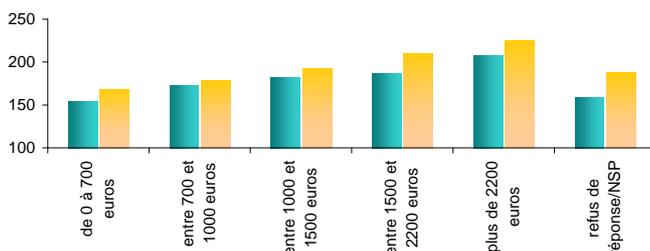
La consommation augmente avec l'âge : 60 % plus forte chez les plus de 55 ans comparée aux moins de 25 ans.

- en fonction du niveau d'éducation



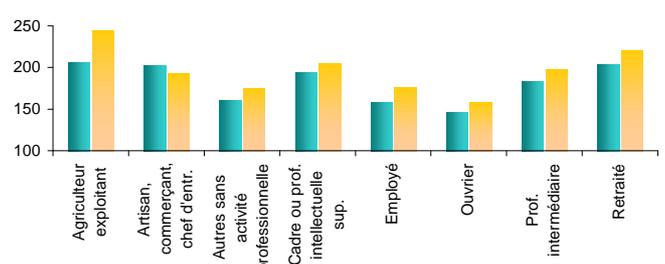
La consommation augmente avec le niveau d'éducation (surtout chez les hommes).

- en fonction des revenus



La consommation est 30 % plus élevée chez les hauts revenus par rapport aux bas revenus.

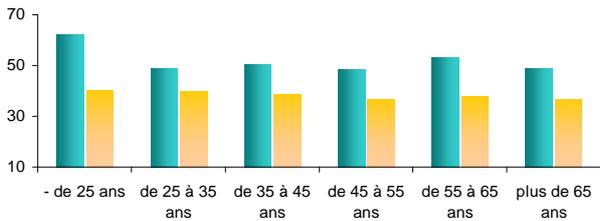
- en fonction de la catégorie socio-professionnelle



La consommation est plus élevée chez les cadres, les agriculteurs, les retraités.

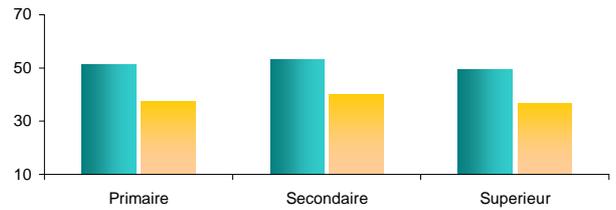
### 2.2.3. Consommation de pommes de terre

- en fonction de l'âge



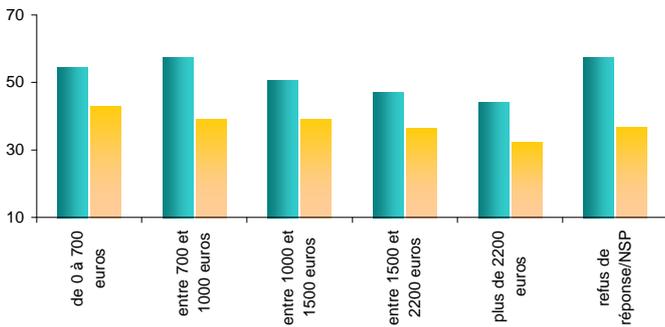
La consommation diminue avec l'âge (surtout chez les hommes).

- en fonction du niveau d'éducation



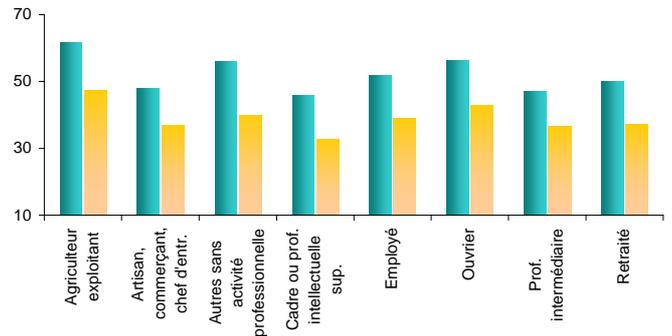
La consommation est moins élevée chez ceux ayant un niveau d'éducation supérieur.

- en fonction des revenus



La consommation diminue quand le niveau de revenus augmente

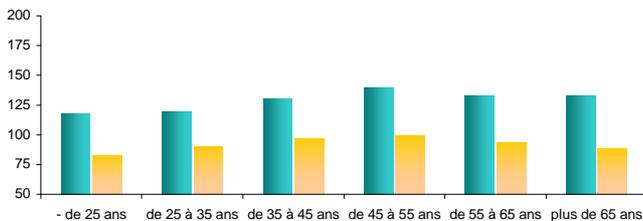
- en fonction de la catégorie socio-professionnelle



La consommation est plus élevée chez les agriculteurs et les ouvriers.

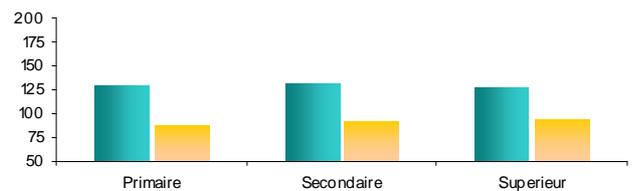
### 2.2.4. Consommation de pain

- en fonction de l'âge



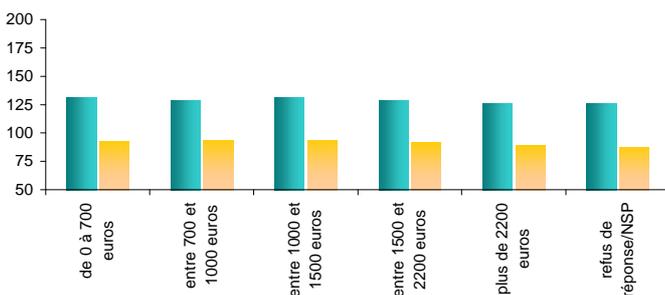
La consommation augmente avec l'âge jusqu'à 55 ans puis diminue.

- en fonction du niveau d'éducation



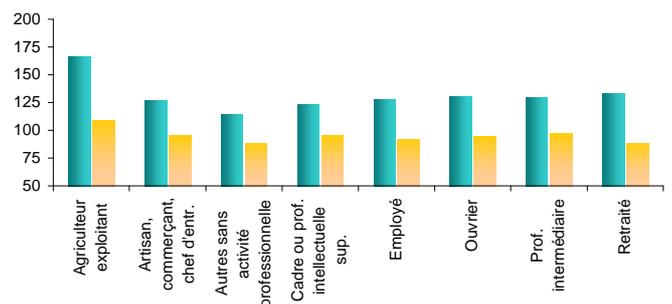
La consommation est moins élevée chez ceux ayant un diplôme de niveau primaire (chez les femmes).

- en fonction des revenus



La consommation diminue légèrement quand le niveau de revenus augmente.

- en fonction de la catégorie socio-professionnelle

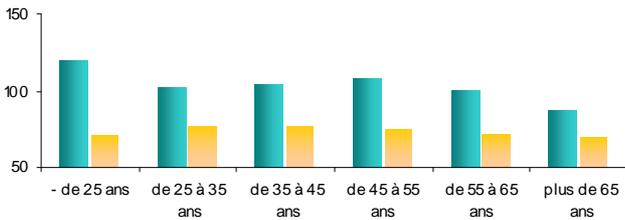


La consommation est plus élevée chez les agriculteurs.



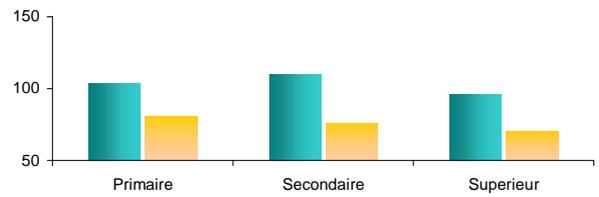
### 2.2.5. Consommation de viandes/volailles

- en fonction de l'âge



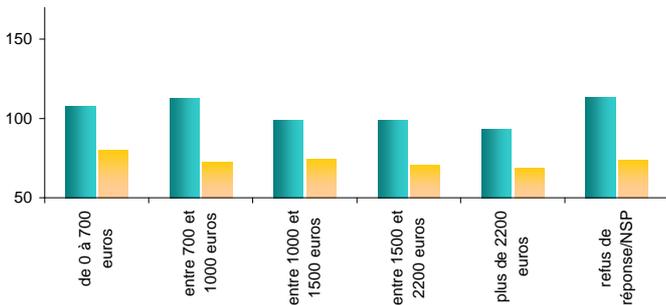
La consommation diminue avec l'âge.

- en fonction du niveau d'éducation



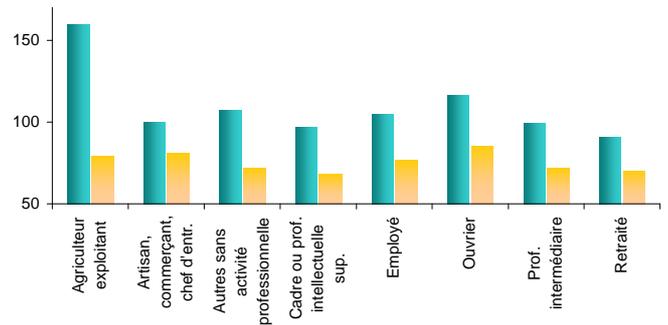
La consommation est moins élevée chez ceux ayant un niveau d'éducation supérieur.

- en fonction des revenus



La consommation diminue quand le niveau de revenus augmente.

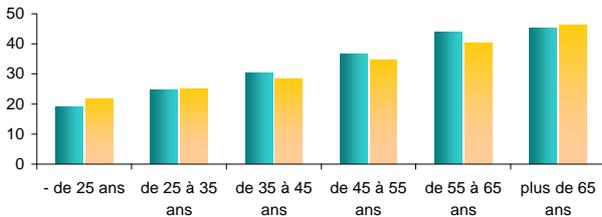
- en fonction de la catégorie socio-professionnelle



La consommation est plus élevée chez les agriculteurs et les ouvriers, plus faible chez les cadres et retraités.

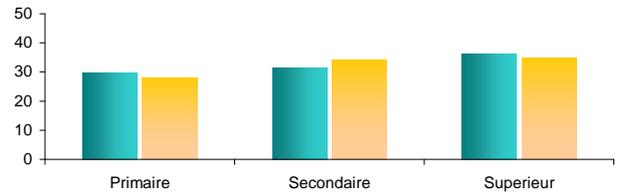
### 2.2.6. Consommation de poissons

- en fonction de l'âge



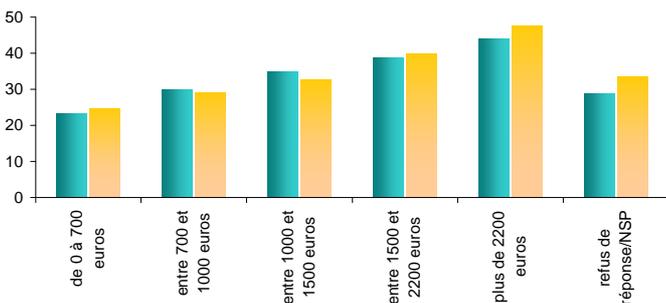
La consommation augmente avec l'âge : elle est 2 fois plus forte chez les plus de 55 ans que chez les moins de 25 ans.

- en fonction du niveau d'éducation



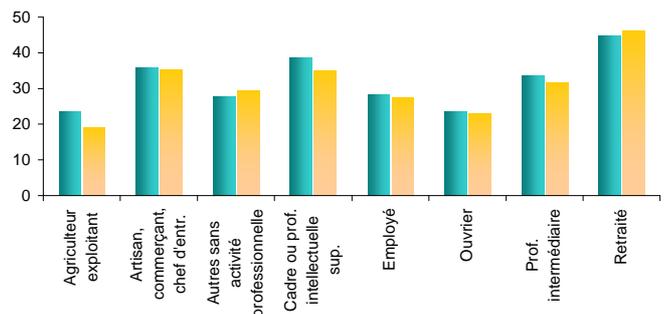
La consommation est plus élevée chez ceux ayant un niveau d'éducation supérieur.

- en fonction des revenus



La consommation est 2 fois plus élevée chez les hauts revenus par rapport aux bas revenus.

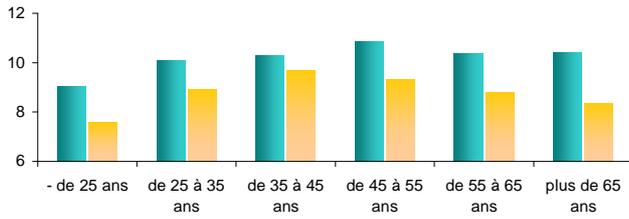
- en fonction de la catégorie socio-professionnelle



La consommation est moins élevée chez les ouvriers et les agriculteurs.

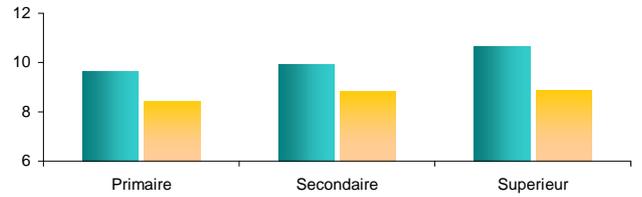
### 2.2.7. Consommation de beurre

- en fonction de l'âge



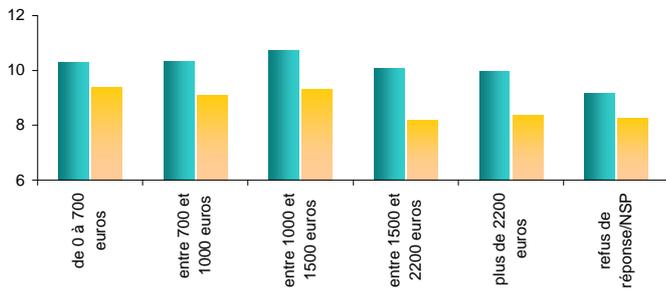
La consommation est moins élevée chez les plus jeunes et les plus âgés.

- en fonction du niveau d'éducation



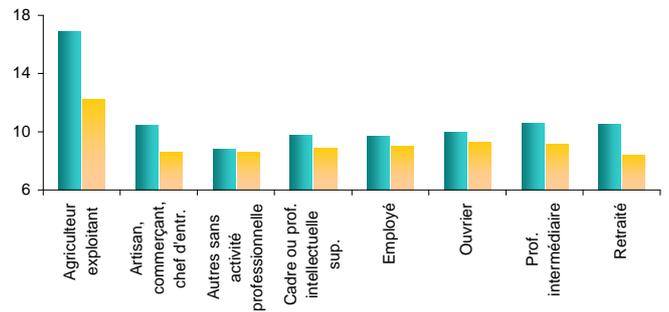
La consommation est un peu plus élevée chez ceux ayant un niveau d'éducation supérieur.

- en fonction des revenus



La consommation est moins élevée chez les plus hauts revenus.

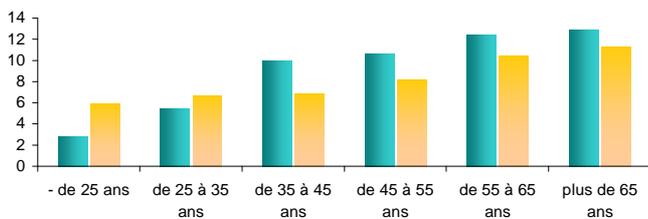
- en fonction de la catégorie socio-professionnelle



La consommation est plus élevée chez les agriculteurs.

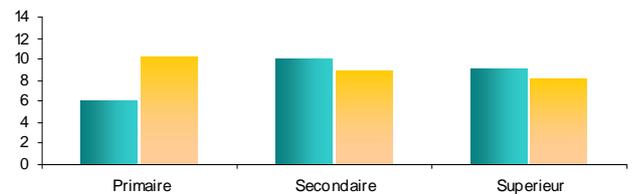
### 2.2.8. Consommation d'huile

- en fonction de l'âge



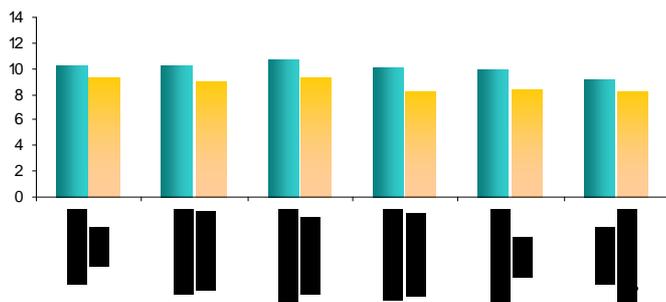
La consommation augmente avec l'âge.

- en fonction du niveau d'éducation



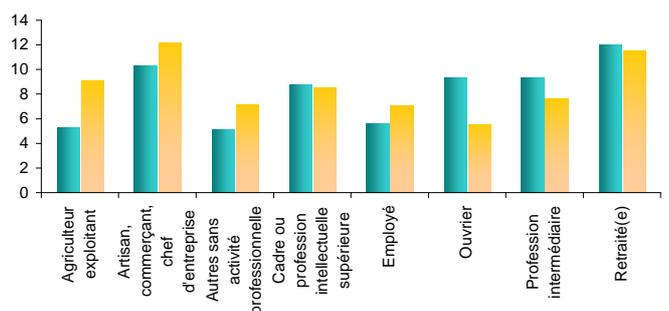
La consommation est moins élevée chez ceux ayant un niveau d'éducation supérieur.

- en fonction des revenus



La consommation diminue quand le niveau de revenus augmente.

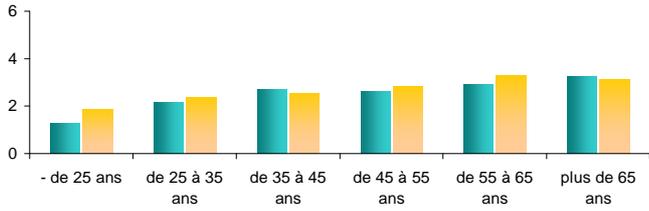
- en fonction de la catégorie socio-professionnelle



La consommation est plus élevée chez les retraités, artisans et chefs d'entreprise.

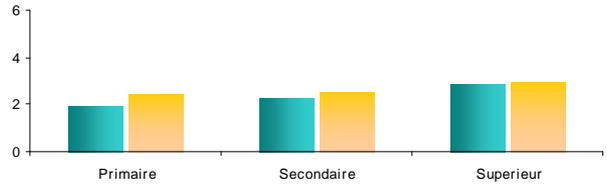
**2.2.9. Consommation d'huile d'olive**

- en fonction de l'âge



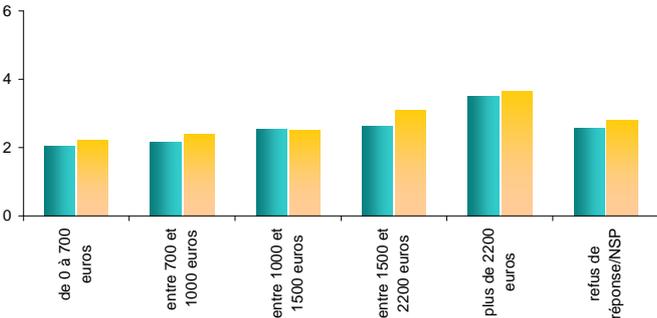
La consommation augmente avec l'âge.

- en fonction du niveau d'éducation



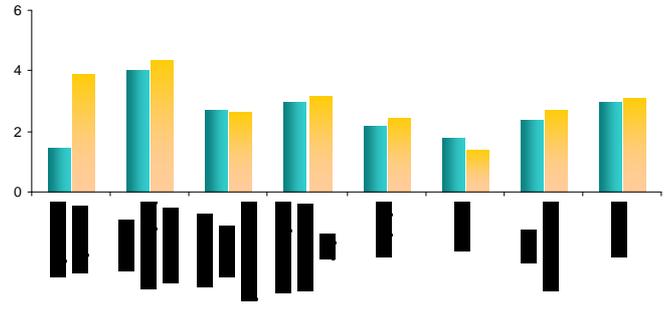
La consommation est plus élevée chez ceux ayant un niveau d'éducation supérieur.

- en fonction des revenus



La consommation augmente avec le niveau de revenus.

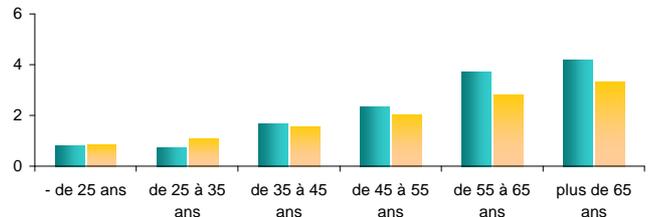
- en fonction de la catégorie socio-professionnelle



La consommation est moins élevée chez les ouvriers.

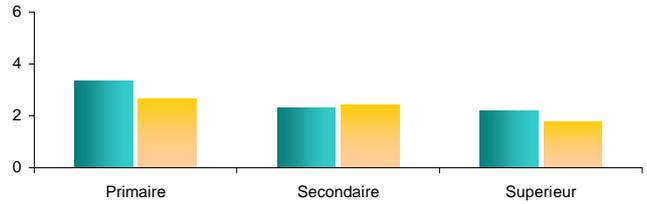
**2.2.10. Consommation de margarine**

- en fonction de l'âge



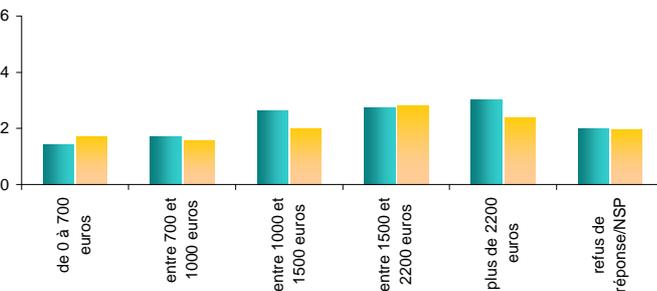
La consommation augmente considérablement avec l'âge.

- en fonction du niveau d'éducation



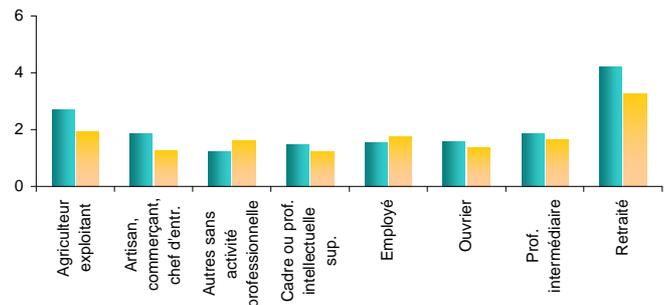
La consommation varie faiblement selon le niveau d'éducation.

- en fonction des revenus



La consommation augmente avec le niveau de revenus.

- en fonction de la catégorie socio-professionnelle

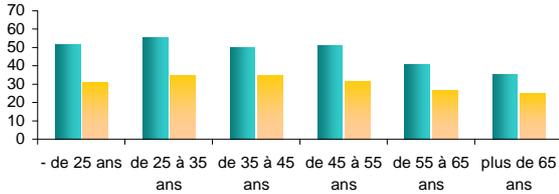


La consommation est plus élevée chez les retraités et les agriculteurs.



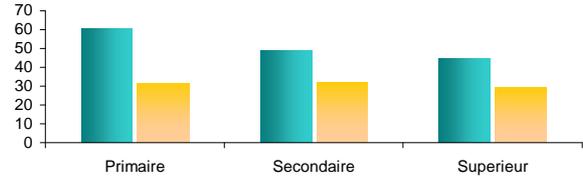
### 2.2.11. Consommation de charcuteries

#### - en fonction de l'âge



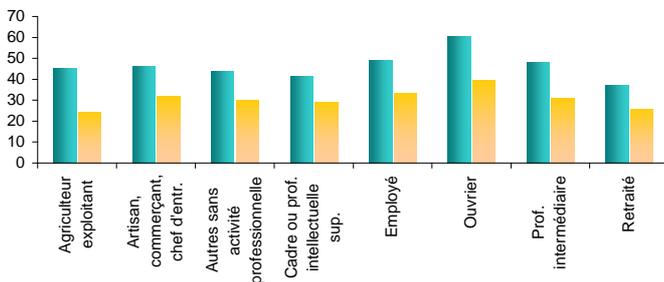
La consommation diminue fortement après 45 ans.

#### - en fonction du niveau d'éducation



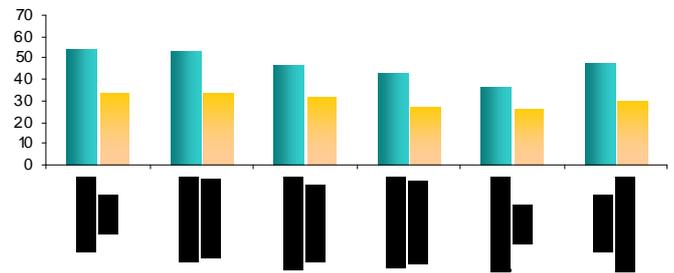
La consommation est moins élevée chez les sujets ayant un niveau d'éducation supérieur.

#### - en fonction des revenus



La consommation diminue chez les plus hauts revenus.

#### - en fonction de la catégorie socio-professionnelle



La consommation est plus élevée chez les ouvriers, plus faibles chez les cadres et les retraités

#### EN RESUME

- La consommation de fruits et légumes est plus élevée chez les femmes ; pour les deux sexes, elle augmente avec l'âge (elle est autour de 70% plus élevée chez les plus de 55 ans par rapport au moins de 25 ans) ; elle est 40% plus élevée chez les cadres et professions intellectuelles supérieures par rapport aux ouvriers et employés ; 25% plus élevée chez les hommes possédant un niveau d'éducation supérieur par rapport à ceux ayant un niveau d'éducation primaire ; 50 % plus élevée chez les plus hauts revenus par rapport aux plus faibles revenus.
- Les consommations de viandes, charcuteries et pommes de terre sont plus élevées chez les hommes que chez les femmes, diminuent avec l'âge, sont plus basses chez les sujets de plus haut niveau d'éducation, de plus haut revenu et chez les cadres et professions intellectuelles par rapport aux ouvriers. A l'inverse, la consommation de poisson est équivalente pour les deux sexes, augmente avec l'âge et est plus élevée chez les cadres, chez les plus diplômés et chez les plus hauts revenus.
- La consommation de pain est plus élevée chez les hommes que chez les femmes, augmente avec l'âge, et ne varie que très peu en fonction du niveau d'éducation, de la catégorie socioprofessionnelle (exceptée une consommation plus élevée chez les agriculteurs) et du niveau de revenus.

## 2.3. Connaissance des repères de consommation alimentaire (recommandations nutritionnelles du PNNS)

La connaissance des repères de consommation a fait l'objet d'un questionnaire spécifique posé aux Nutrinautes 1 mois après leur inclusion.

Le taux de réponse à ce questionnaire atteint 86 %.

**Les questions posées étaient les suivantes :**

- A votre avis, combien de fruits et légumes faut-il consommer par jour, par semaine ou par mois, pour être en bonne santé ?
- A votre avis, combien de produits laitiers (lait, fromage, yaourts) faut-il consommer par jour, par semaine ou par mois, pour être en bonne santé ?
- A votre avis, à quelle fréquence faut-il manger de la viande ou du poisson, des produits de la mer ou des œufs pour être en bonne santé ?
- Et plus particulièrement, à quelle fréquence faut-il manger du poisson pour être en bonne santé ?
- A votre avis, à quelle fréquence faut-il manger des féculents (pain, pâtes, riz, semoule, céréales, pommes de terre, légumes secs) pour être en bonne santé ?

Les réponses devaient être données soit par jour, soit par semaine, soit par mois.

### 2.3.1. Niveau général de connaissance

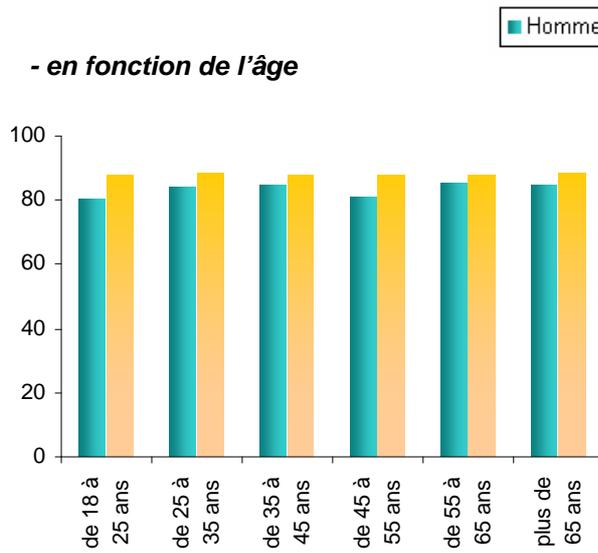
<b>Fruits et légumes</b>	
Réponse incorrecte : moins de 5/jour	14 %
<b>Réponse correcte : 5 ou plus/j</b>	<b>86 %</b>
<b>Poissons</b>	
Réponse incorrecte : moins de 2/sem	15. %
<b>Réponse correcte : 2 ou plus/semaine</b>	<b>85 %</b>
<b>VPO</b>	
Réponse incorrecte : moins de 1/j	25 %
<b>Réponse correcte : entre 1 et 2 /j</b>	<b>74 %</b>
Réponse incorrecte : plus de 2/j	1 %
<b>Produits laitiers</b>	
Réponse incorrecte : moins de 3/j	56 %
<b>Réponse correcte : 3/j</b>	<b>39 %</b>
Réponse incorrecte : plus de 3/j	5 %
<b>Féculents</b>	
Réponse incorrecte : moins de 3/j	76 %
<b>Réponse correcte : 3/j</b>	<b>22 %</b>
Réponse incorrecte : plus de 3/j	2 %

#### EN RESUME

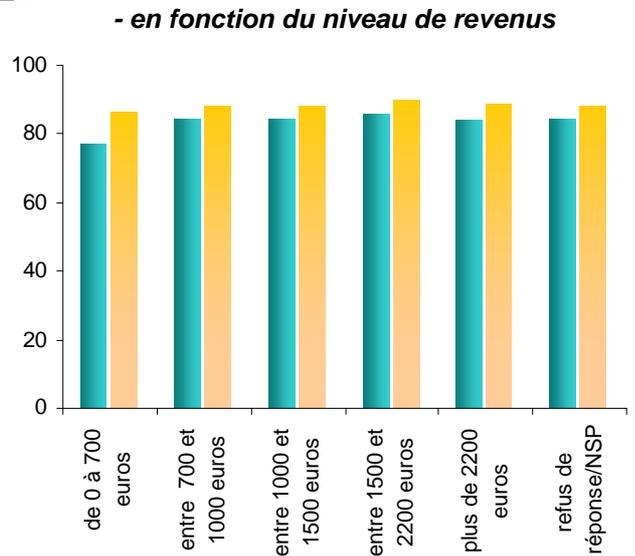
- De manière générale les repères de consommation pour les fruits et légumes (« au moins 5 par jours ») et pour le poisson (« au moins 2 fois par semaines ») sont bien connus par la population, quelque soit le sexe : 85 % connaissent ces repères.
- Le repère de consommation des viandes, poissons et oeufs (« 1 à 2 par jour ») est connu par 75 % de la population. Celui des produits laitiers (« 3 par jour chez les moins de 55 ans et 4 par jour chez les plus de 55 ans») est connu par 39% de la population. Le repère de consommation des féculents (« à chaque repas, soit 3 par jour ») est le repère le moins bien connu : seulement 22 % de la population le connaît.
- Les femmes connaissent mieux les repères de consommation que les hommes.
- Il n'existe pas de variations géographiques dans la connaissance des repères de consommation.

### 2.3.2. Connaissance des repères en fonction de l'âge, du niveau de revenus ou du niveau de diplôme

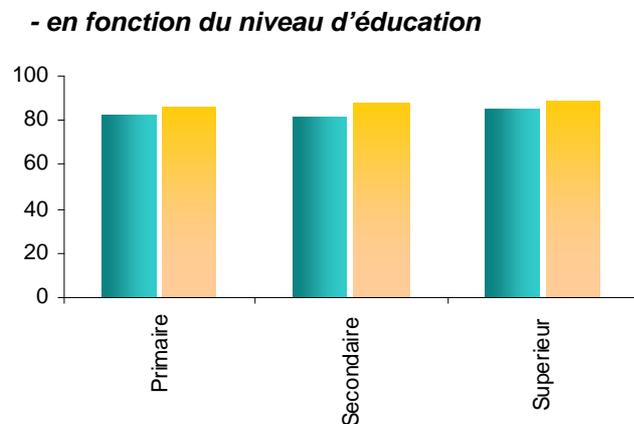
#### 2.3.2.1. Réponse correcte traduisant la connaissance du repère de consommation pour les fruits et légumes (« au moins 5 fruits et légumes par jour »)



Il n'y a pas de différence en fonction de l'âge.

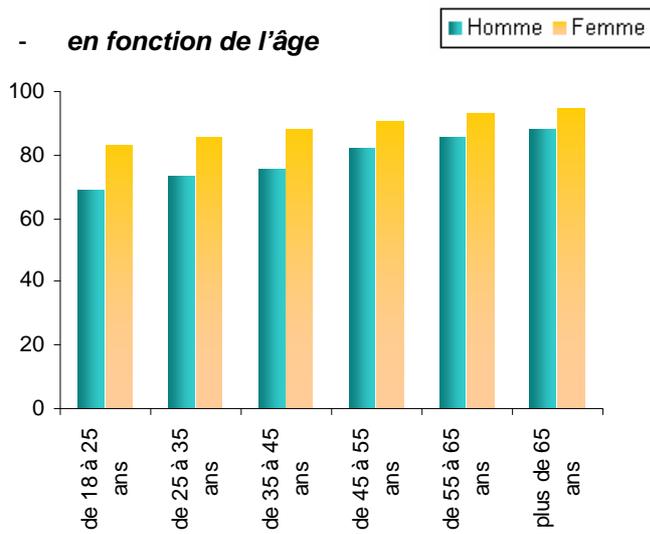


Il y a peu de différence en fonction du niveau de revenu.

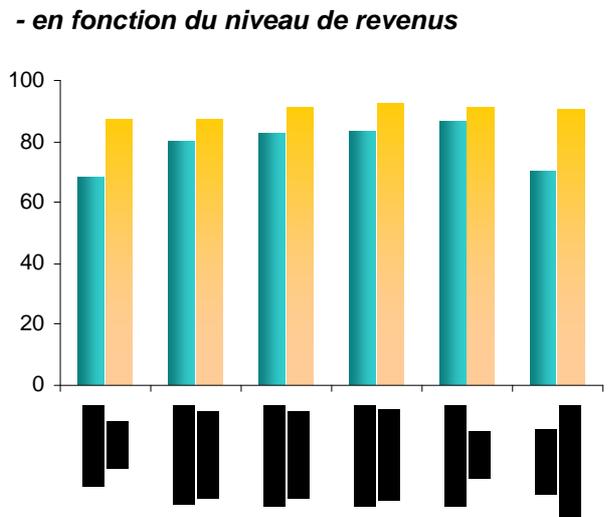


Il n'y a pas de différence en fonction du niveau d'éducation.

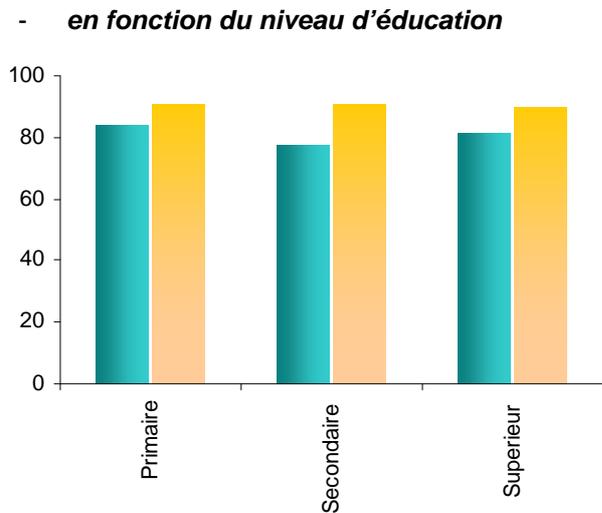
2.3.2.2. Réponse correcte traduisant la connaissance du repère de consommation pour **les poissons** (« au moins 2 fois par semaine »)



La connaissance du repère augmente avec l'âge.

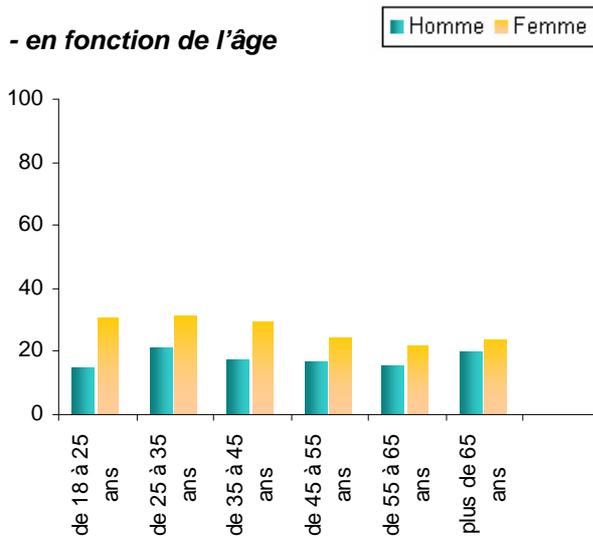


Il y a peu de différence en fonction du niveau de revenu.

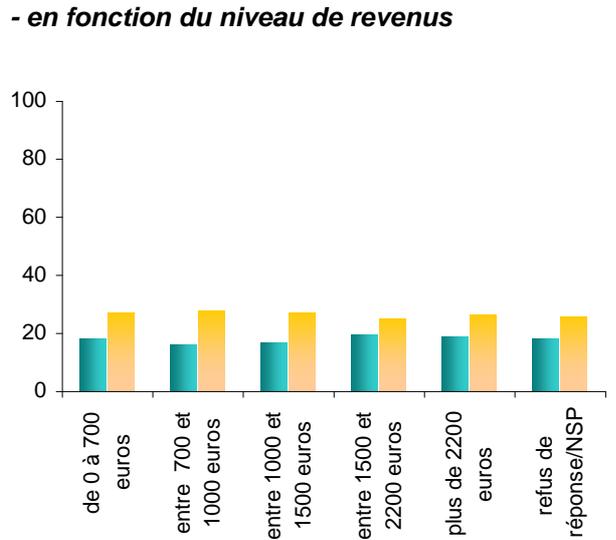


Il n'y a pas de différence en fonction du niveau d'éducation.

2.3.2.3. Réponse correcte traduisant la connaissance du repère de consommation pour **les féculents** (« à chaque repas, soit 3 fois par jour »)

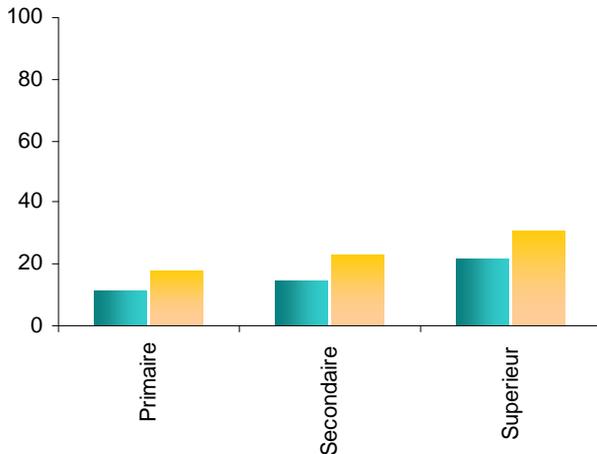


La connaissance du repère diminue avec l'âge (et reste faible chez les hommes jeunes)



Il y a peu de différence en fonction du niveau de revenus.

**- en fonction du niveau d'éducation**



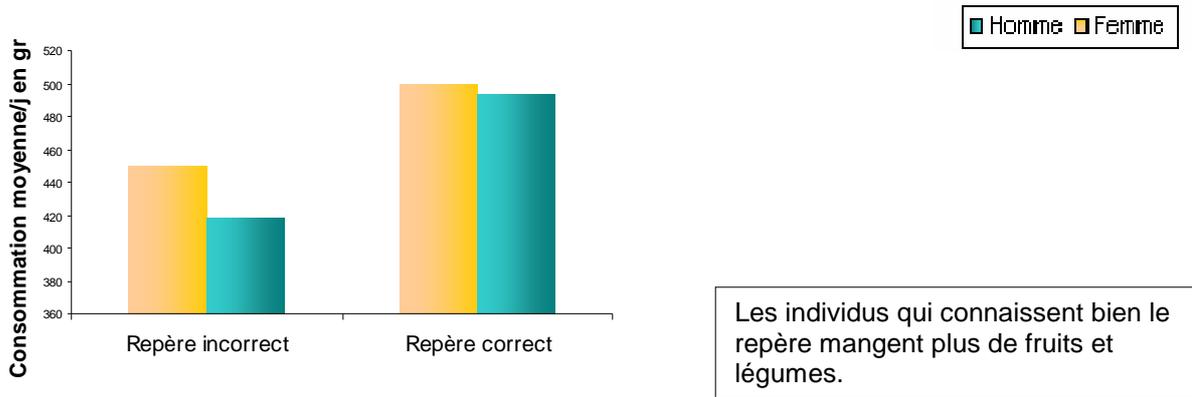
Le repère est moins bien connu chez ceux qui ont un niveau de diplôme primaire.

**EN RESUME**

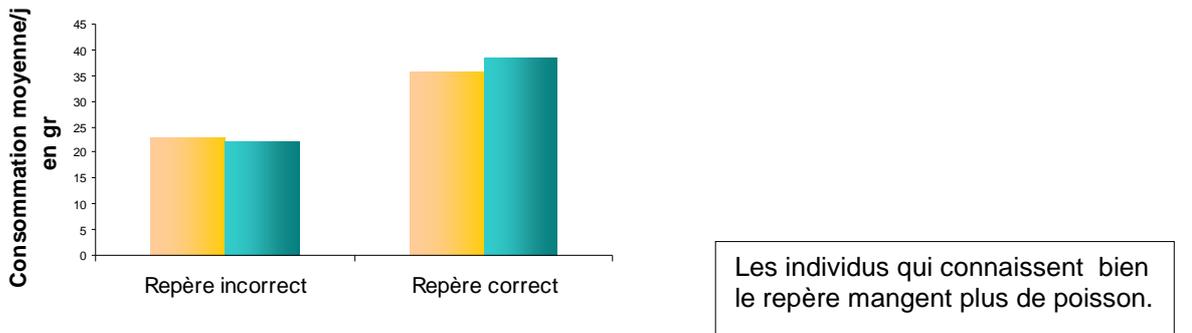
- La connaissance des repères varie peu en fonction de l'âge, de la catégorie socio-professionnelle, du niveau d'éducation ou de la région.
- Seule la connaissance du repère de consommation de poisson est liée à l'âge : le repère est mieux connu chez les individus les plus âgés.
- Quelque soit le sexe, le nombre de personnes connaissant le repère de consommation des féculents augmente avec le niveau d'éducation.

### 2.3.3. Connaissance des repères de consommation et comportement alimentaire réel

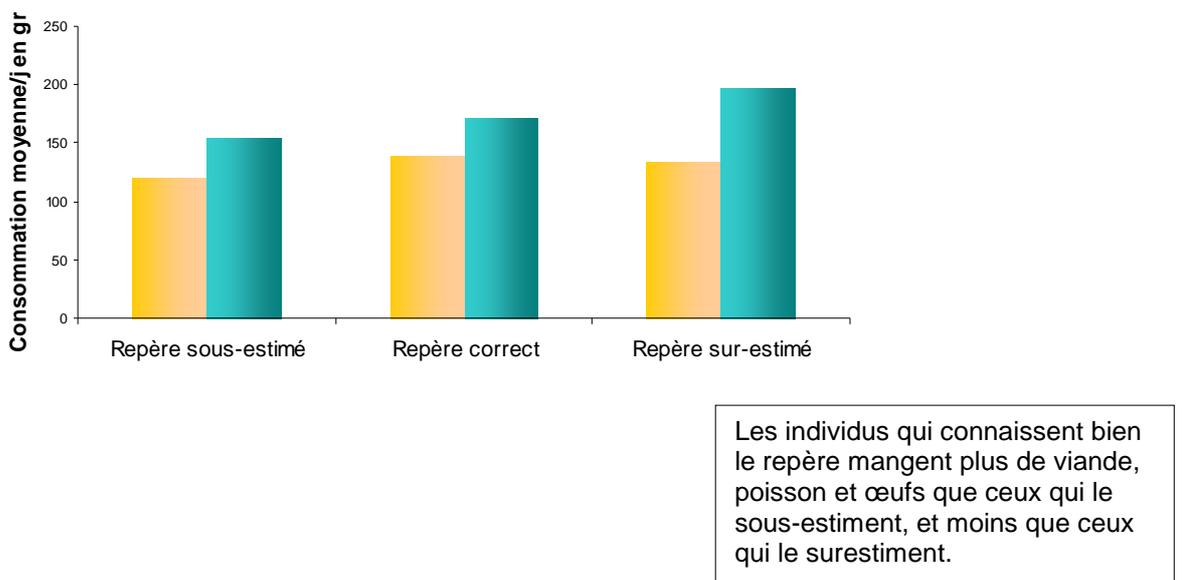
#### 2.3.3.1. Connaissance du repère fruits et légumes (« au moins 5 par jour ») et consommation réelle de fruits et légumes



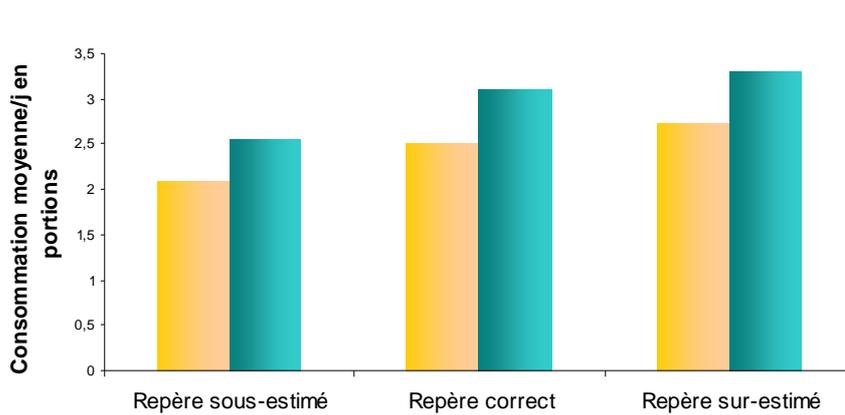
#### 2.3.3.2. Connaissance du repère poisson (« au moins 2 fois par semaine ») et consommation réelle de poisson



#### 2.3.3.3. Connaissance du repère viandes-poissons-œufs (« 1 à 2 fois par jour ») et consommation réelle de viandes-poissons-œufs

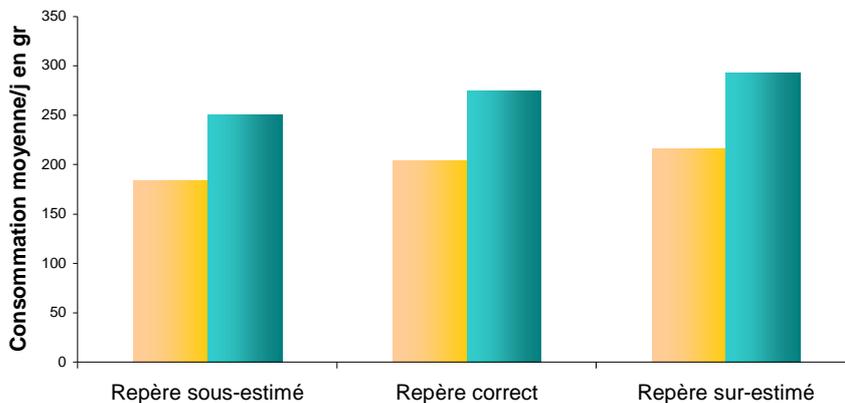


### 2.3.3.4. Connaissance du repère produits laitiers (« 3 par jour » (4 pour les + de 55 ans)) et consommation réelle de produits laitiers



Les individus qui connaissent bien le repère mangent plus de produits laitiers que ceux qui le sous-estiment, et moins que ceux qui le surestiment.

### 2.3.3.5. Connaissance du repère féculents (« à chaque repas » c'est-à-dire 3 fois par jour) et consommation réelle de féculents



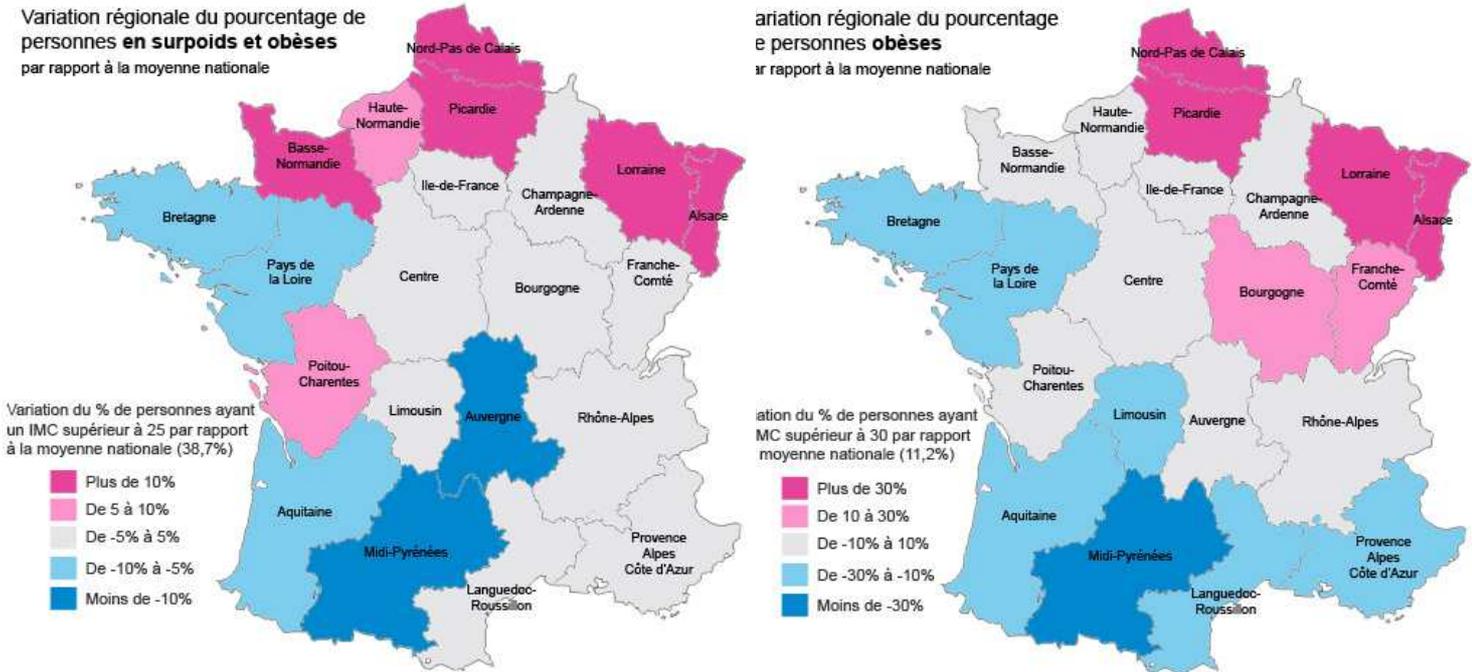
Les individus qui connaissent bien le repère mangent plus de féculents que ceux qui le sous-estiment, et moins que ceux qui le surestiment.

#### EN RESUME

- Les résultats du croisement entre la connaissance des repères et l'alimentation montrent que pour les fruits et légumes et pour le poisson, les personnes connaissant les repères ont des consommations plus élevées que ceux qui ne le connaissent pas. Cette différence est plus importante chez les hommes pour la consommation de fruits et légumes.
- Pour les féculents, les viandes-poissons-oeufs et les produits laitiers, ceux qui connaissent les repères ont des consommations plus élevées que ceux qui ont sous-estimé les repères et ils ont des consommations plus faibles que ceux qui ont surestimé les repères.

## 2.4. Prévalence du surpoids et de l'obésité et facteurs de variation

### 2.4.1. Variations régionales

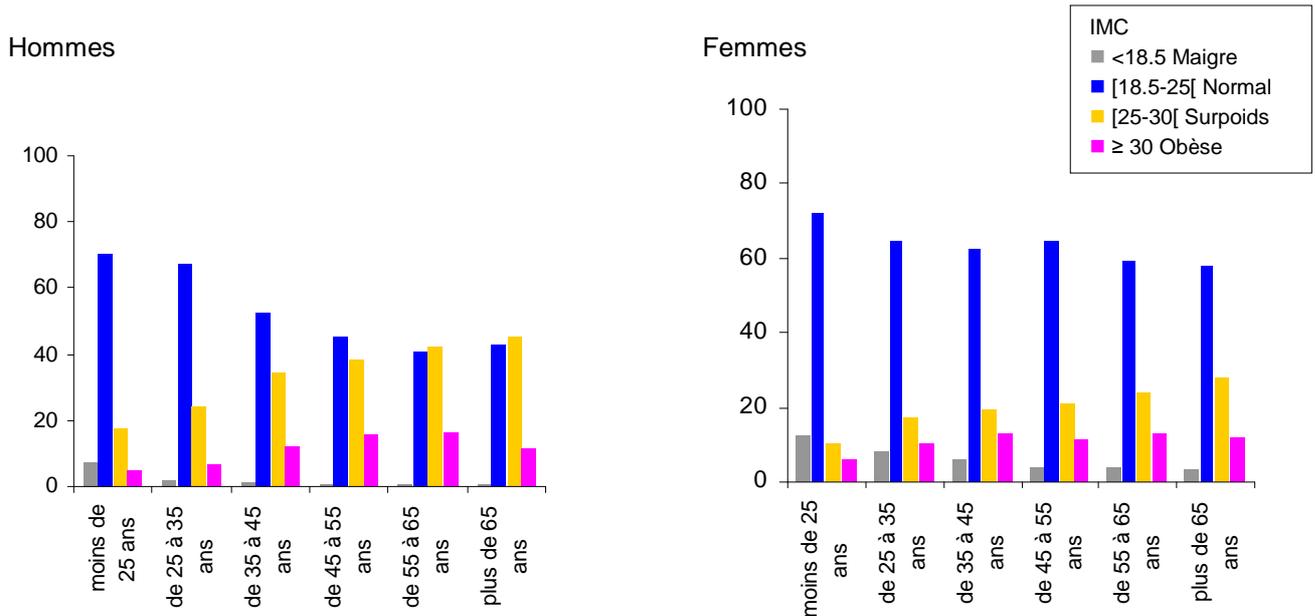


Les régions les plus touchées par l'obésité sont le Nord-Pas de Calais (17,7 %), la Lorraine (16,8 %) et la Picardie (16,5 %).

Les régions les moins touchées sont Midi-Pyrénées (7,1 %), la Bretagne (8,8 %) et PACA (9,5 %).

### 2.4.2. Variations en fonction de caractéristiques socio-démographiques

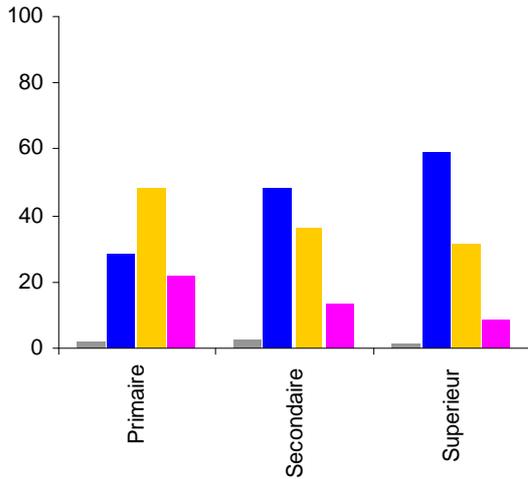
- en fonction de l'âge



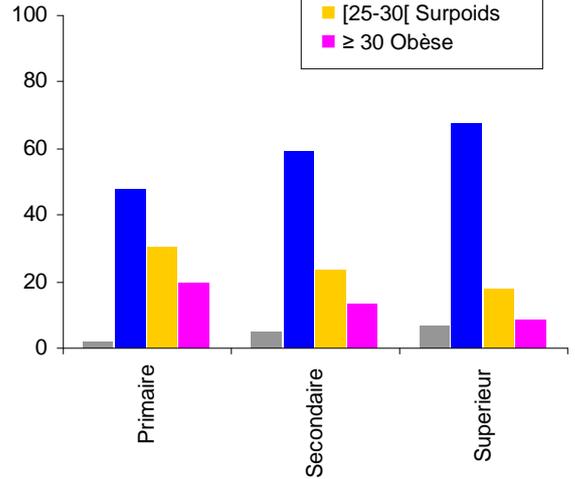
La prévalence du surpoids et de l'obésité augmente avec l'âge (excepté pour l'obésité chez les sujets de plus de 65 ans), à l'inverse de la maigreur qui diminue avec l'âge.

**- en fonction du niveau d'éducation**

Hommes



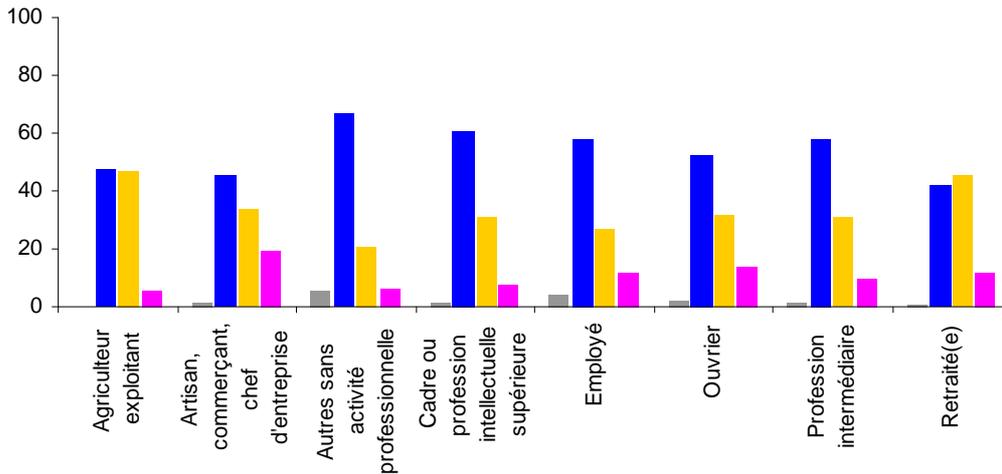
Femmes



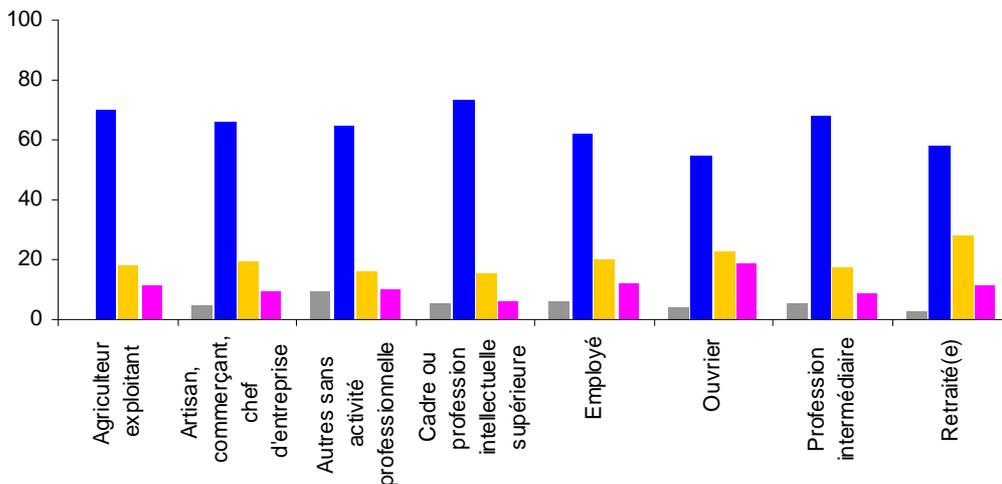
La prévalence du surpoids et de l'obésité diminue avec le niveau de diplôme chez les hommes et les femmes.

**- en fonction de la catégorie socio-professionnelle**

Hommes

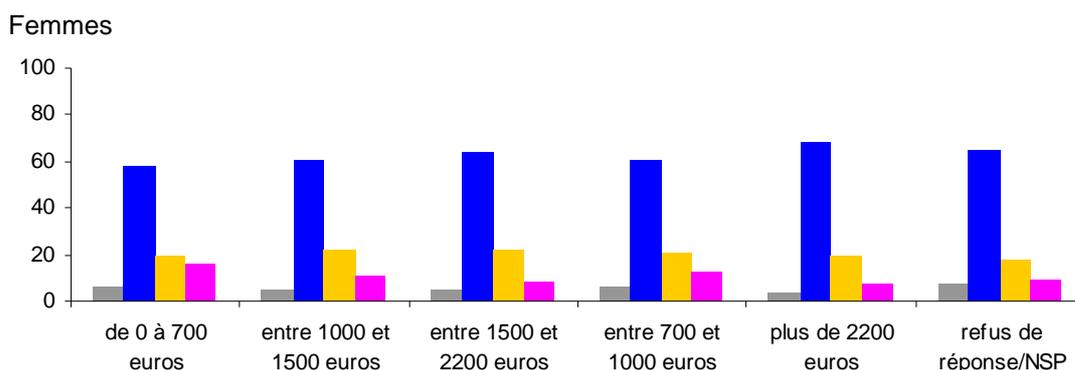
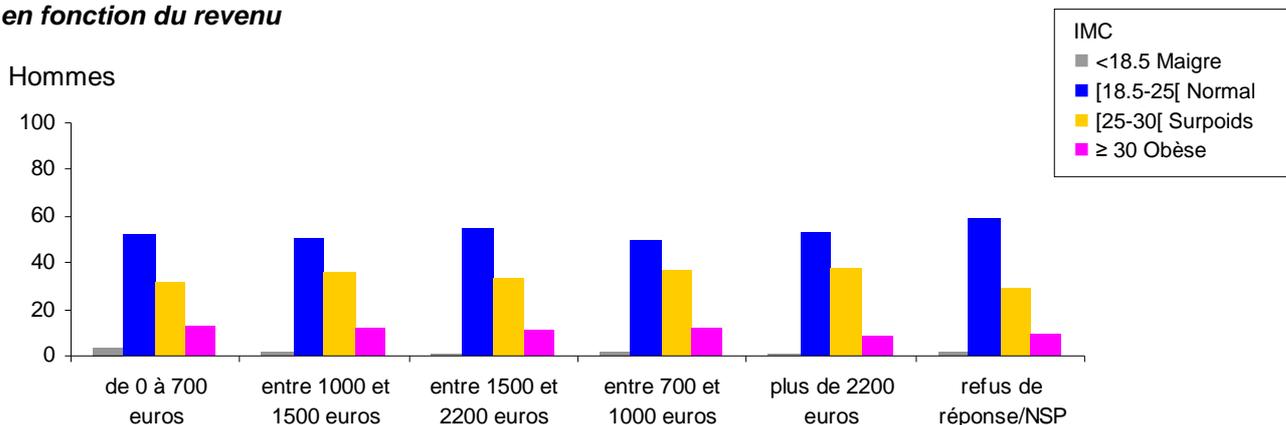


Femmes



La prévalence du surpoids et de l'obésité est moins élevée chez les cadres supérieurs et les agriculteurs.



**- en fonction du revenu**

La prévalence du surpoids et de l'obésité est plus élevée chez les sujets de plus bas revenus.

**EN RESUME**

- La prévalence de l'obésité est de 11 % dans les deux sexes
- La prévalence du surpoids (sans obésité) est de 21 % chez les femmes et de 31 % chez les hommes.
- Le pourcentage de sujets en surpoids et obèses augmente avec l'âge (excepté pour l'obésité chez les sujets de plus de 65 ans) : chez les hommes, on observe 5 % d'obèses chez les moins de 25 ans vs 15 % chez les plus de 45 ans. Chez les femmes, ces chiffres sont respectivement de 6 et 12 %.
- Le pourcentage de sujets en surpoids ou obèses diminue avec l'augmentation du niveau d'éducation: on observe plus de 2 fois plus d'obèses chez les sujets ayant un diplôme de niveau primaire en comparaison aux sujets ayant un diplôme supérieur (chez les hommes 22 % vs 9 % ; chez les femmes : 20 % vs 8 %).
- Chez les hommes, la prévalence d'obésité la plus élevée est observée chez les artisans et commerçants et chez les ouvriers et la plus faible chez les agriculteurs et les cadres et professions intellectuelles supérieures. Pour les femmes, la prévalence d'obésité la plus élevée est observée chez les ouvrières (suivies par les agricultrices et les employées) et la plus basse chez les cadres et professions intellectuelles supérieures.
- La prévalence de l'obésité est nettement plus élevée chez les sujets à bas revenus, notamment chez les femmes (2 fois plus d'obésité chez les femmes de plus bas revenus par rapport aux plus hauts revenus).
- Les régions les plus touchées par l'obésité sont le Nord-Pas de Calais (17,7 %), la Lorraine (16,8 %) et la Picardie (16,5 %). Les régions les moins touchées sont la région Midi-Pyrénées (7,1 %), la Bretagne (8,8 %) et la région PACA (9,5 %).
- La maigreur concerne 5,3 % des femmes et 1,7 % des hommes.

## 2.5. Perception de l'image du corps et désir de maigrir

Dans le kit d'inclusion, des questions sont posées sur le poids et la taille ainsi que sur la perception de l'image du corps :

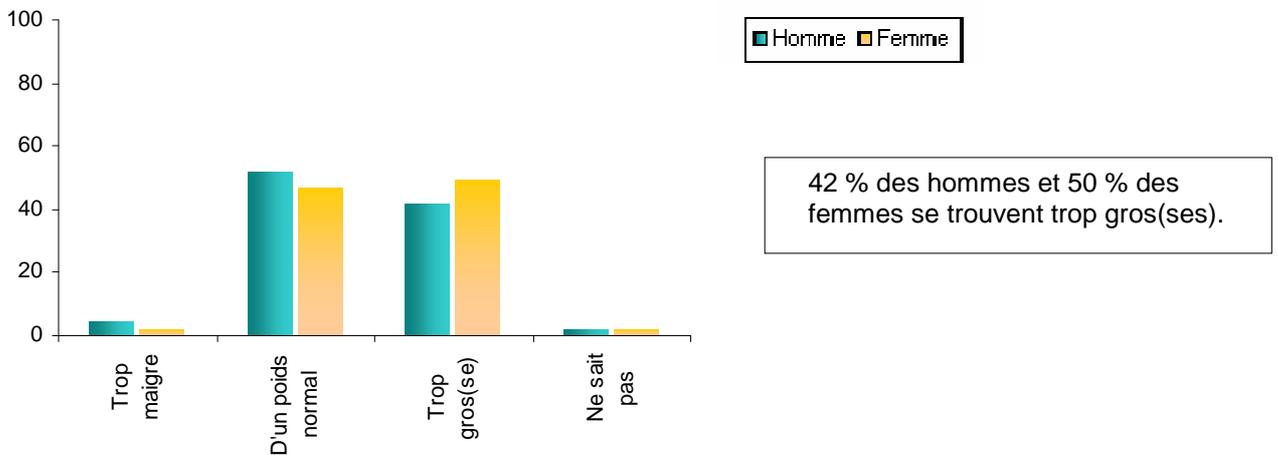
**Actuellement, considérez-vous que vous êtes :**

- D'un poids normal
- Trop gros(se)
- Trop maigre
- Vous ne savez pas

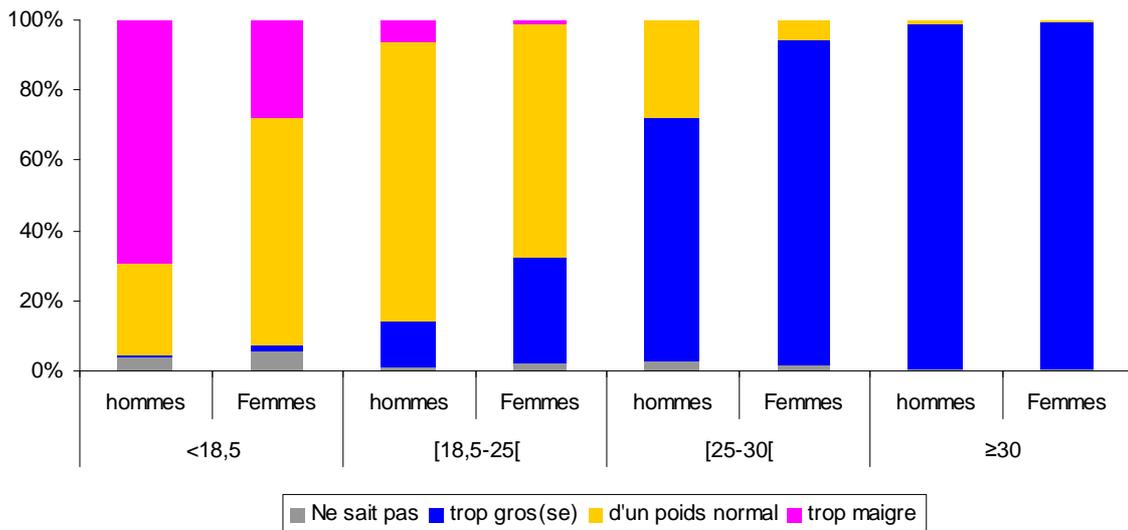
**Souhaitez-vous peser :**

- Plus
- Moins
- Comme maintenant
- Vous ne savez pas

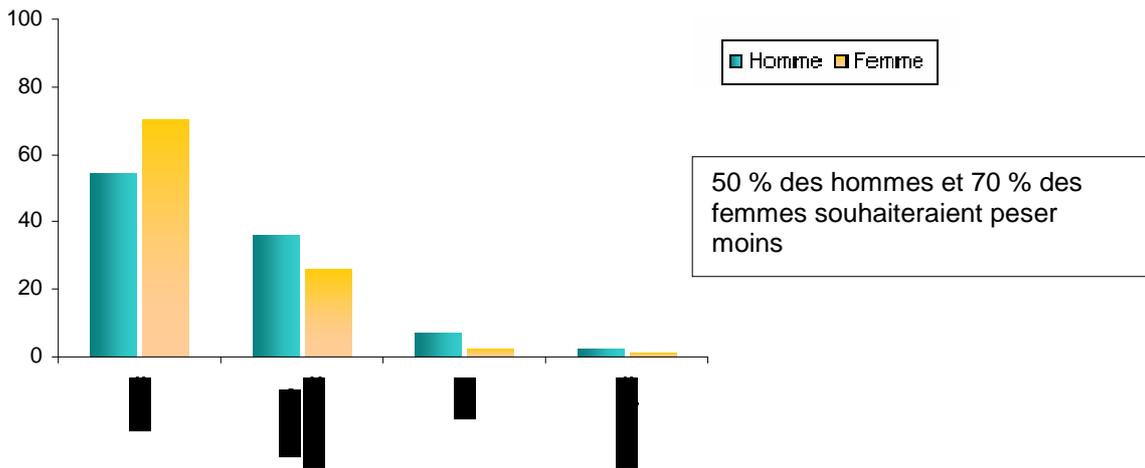
### 2.5.1. Auto-évaluation de la corpulence



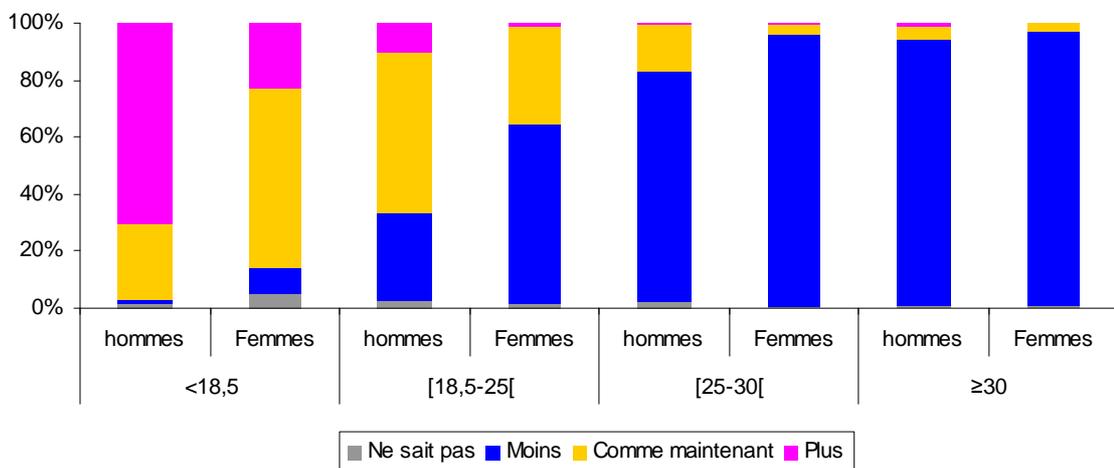
**- Auto-évaluation de la corpulence chez les sujets en fonction de leur corpulence « réelle » (IMC)**



## 2.5.2. Souhait de modification du poids



### - Souhait de modification du poids chez les sujets en fonction de leur corpulence « réelle » (IMC)



#### EN RESUME

- 42 % des hommes et 50 % des femmes se trouvent trop gros (62 % des femmes ayant un niveau d'éducation primaire se trouvent trop grosses, vs 45 % de celles qui ont un niveau d'éducation supérieur).
- 99 % des femmes obèses et 98 % des hommes obèses se trouvent trop gros. Pour les sujets ne présentant qu'un surpoids, 92 % des femmes et 69 % des hommes se trouvent trop gros.
- 55 % des hommes et 70 % des femmes souhaiteraient peser moins (indépendamment des catégories socio-professionnelles).
- 93 % des hommes et 96 % des femmes obèses souhaitent peser moins. Pour ceux ne présentant qu'un surpoids, ils sont respectivement 95 % et 82 % à vouloir perdre du poids.
- 30 % des femmes de poids normal se trouvent trop grosses vs 13 % des hommes.
- 63 % des femmes de poids normal voudraient maigrir contre 30 % des hommes de poids normal.
- 9 % des femmes maigres voudrait peser moins vs 2 % chez les hommes maigres.