



# La Mutualité Socialiste-Solidaris s'engage pour favoriser l'accès de tous à une alimentation de qualité

*Conférence de presse 19/09/2012  
Résultats de l'enquête auprès des affiliés*

UNMS – Service  
Promotion de la Santé

Septembre 2012



La Mutualité Socialiste 

Contexte, méthodologie, échantillon .....	3
Focus 1. Message de santé: notoriété, compréhension, mise en pratique.....	4
Objectifs du focus : .....	4
1.1) Connaissance « spontanée » de la recommandation de santé objet du message.....	4
1.2) Notoriété du message.....	5
1.3) Interprétation du message .....	7
1.4) Mise en pratique du message.....	8
Synthèse du FOCUS 1 et discussion .....	18
Focus 2 : Lieux d'achat et de consommation alimentaire .....	21
Objectifs du focus .....	21
2.1) Grandes et moyennes surfaces (GMS) .....	22
2.2) Hard discount (HD) .....	22
2.3) Commerces de détail (CD) .....	23
2.4) Marché (M) .....	24
2.5) Producteurs locaux (PL) .....	24
2.6) Autoproduction.....	25
Synthèse du FOCUS 2 et discussion .....	26
Focus 3 : Pour les affiliés qu'est-ce qu'une « alimentation équilibrée », qu'est-ce qu'un « repas-plaisirs » ? .....	27
Objectifs du focus .....	27
Synthèse du FOCUS 3 et discussion .....	31
Focus 4 : Image de soi et indice de masse corporelle (IMC).....	32
Objectifs du focus .....	32
Synthèse du FOCUS 4 et discussion .....	43

## Contexte, méthodologie, échantillon

Depuis plusieurs années, la Mutualité Socialiste - Solidaris diffuse auprès de ses affiliés une brochure qui détaille l'ensemble des services qu'elle leur propose et des avantages auxquels ils ont accès. Dans le cadre d'une enquête commandée par le Service Marketing de l'UNMS à Dedicated Research pour en évaluer la notoriété auprès des affiliés, une dizaine de questions en lien avec l'alimentation ont également été posées.

L'enquête sous forme de questionnaire de type semi-ouvert a été menée par téléphone auprès de 1000 affiliés de la Mutualité Socialiste – Solidaris par des enquêteurs professionnels entre le 15 février et le 2 mars 2012.

L'échantillon est constitué de 6 fois 167 personnes de chacune des 6 Mutualités Socialistes – Solidaris de Wallonie. Différents redressements ont été réalisés en fonction du poids réel de chaque fédération, des sexes, des groupes sociaux et des tranches d'âge.

L'échantillon de l'enquête, la population dont il est représentatif et la présente analyse concernent donc les affiliés de la Mutualité Socialiste – Solidaris en Wallonie.

## Focus 1.

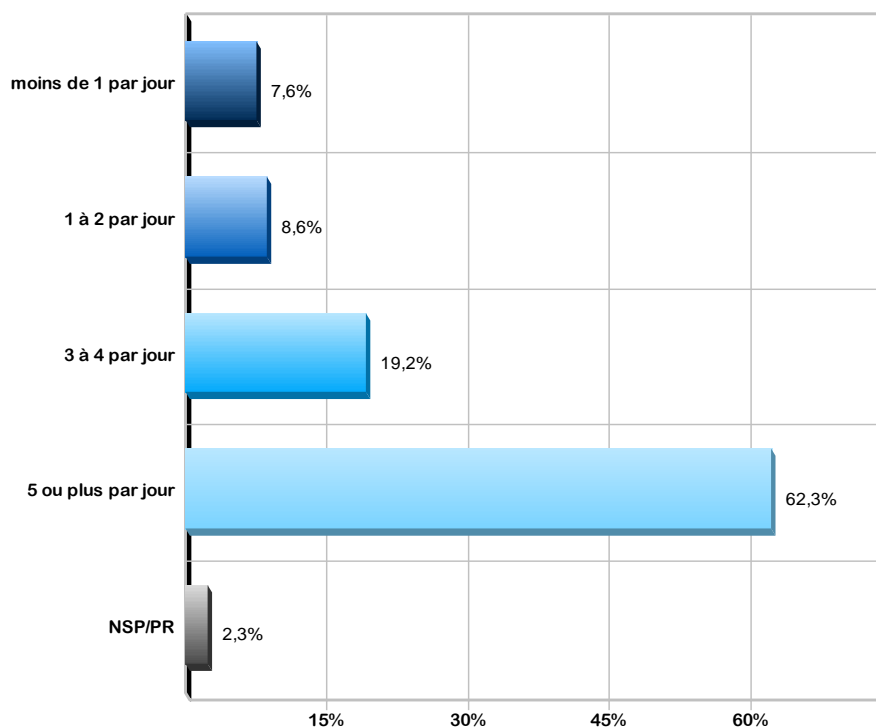
### Message de santé: notoriété, compréhension, mise en pratique

#### Objectifs du focus :

Un des messages de promotion de la santé les plus répandus dans le domaine de l'alimentation est « Pour votre santé, mangez au moins cinq fruits et légumes par jour ». Nous avons voulu sonder auprès de nos affiliés la notoriété de ce message et la manière dont il est compris et appliqué.

#### 1.1) Connaissance « spontanée » de la recommandation de santé objet du message

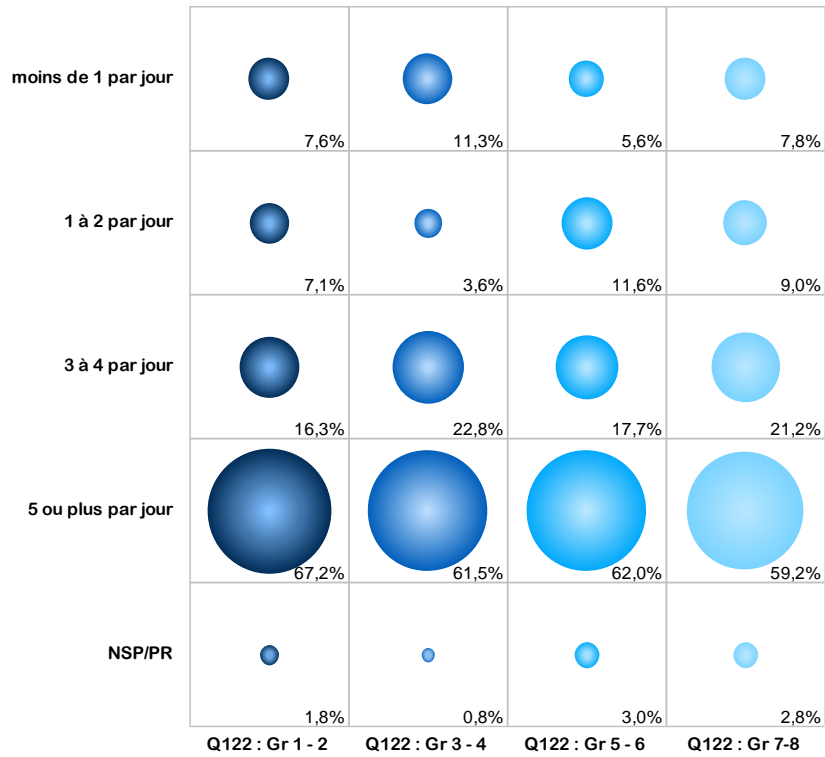
Avant d'énoncer la recommandation, nous avons demandé une réponse spontanée à la question suivante : « **A votre avis, combien de fruits et légumes faut-il consommer par jour pour être en bonne santé ?** » (Q.11e).



#### Commentaires :

62 % donnent spontanément une réponse en adéquation avec la recommandation de santé (« 5 ou plus par jour »).

- Plus de femmes (68 % contre 54 % d'hommes)
- Plus de jeunes (71 % des moins de 26 ans et 70 % des 26-35 ans contre 59 % des plus de 60 ans)

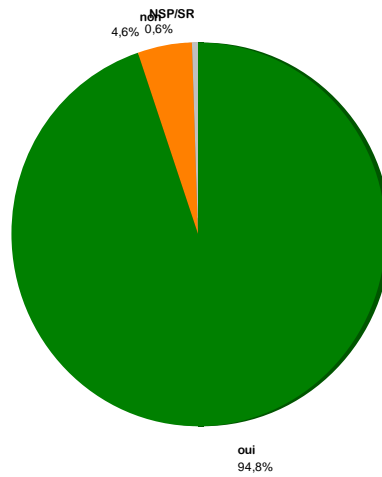


- Un peu plus dans les GS1-2 (67 % contre autour des 60 % dans les autres GS)

### 1.2) Notoriété du message.

La question suivante énonçait alors explicitement le message de santé en question : **Avez-vous déjà entendu ce message : « Pour votre santé, mangez au moins 5 fruits et légumes par jour » ?** (Q.11f.)

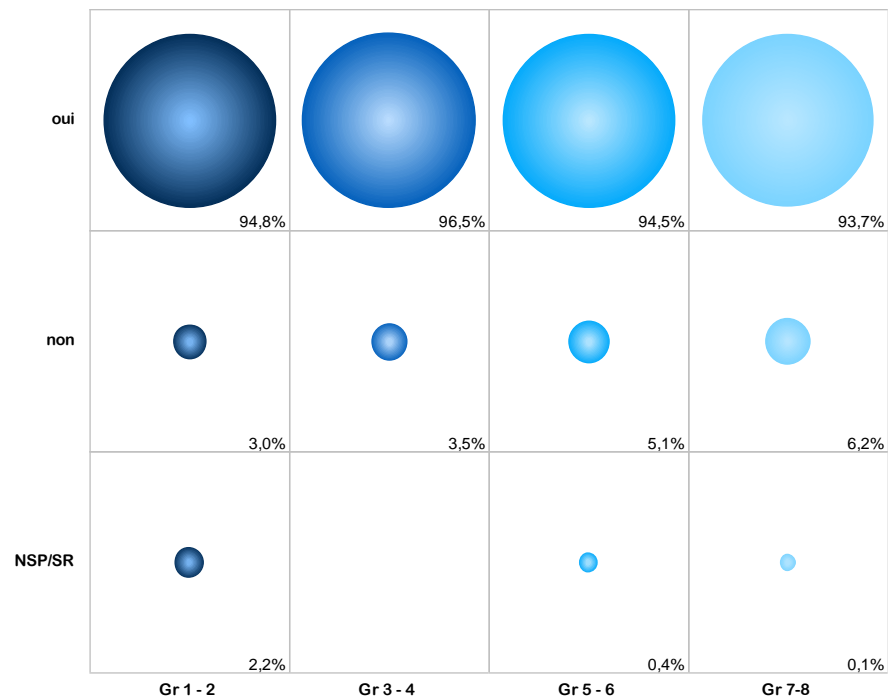
	Effectifs	%
Oui	948	94,8%
Non	46	4,6%
NSP/SR	6	0,6%
Total	1.000	100,0%



### Commentaires

La notoriété passive du message est très élevée puisque 95 % des personnes interrogées disent l'avoir déjà entendu.

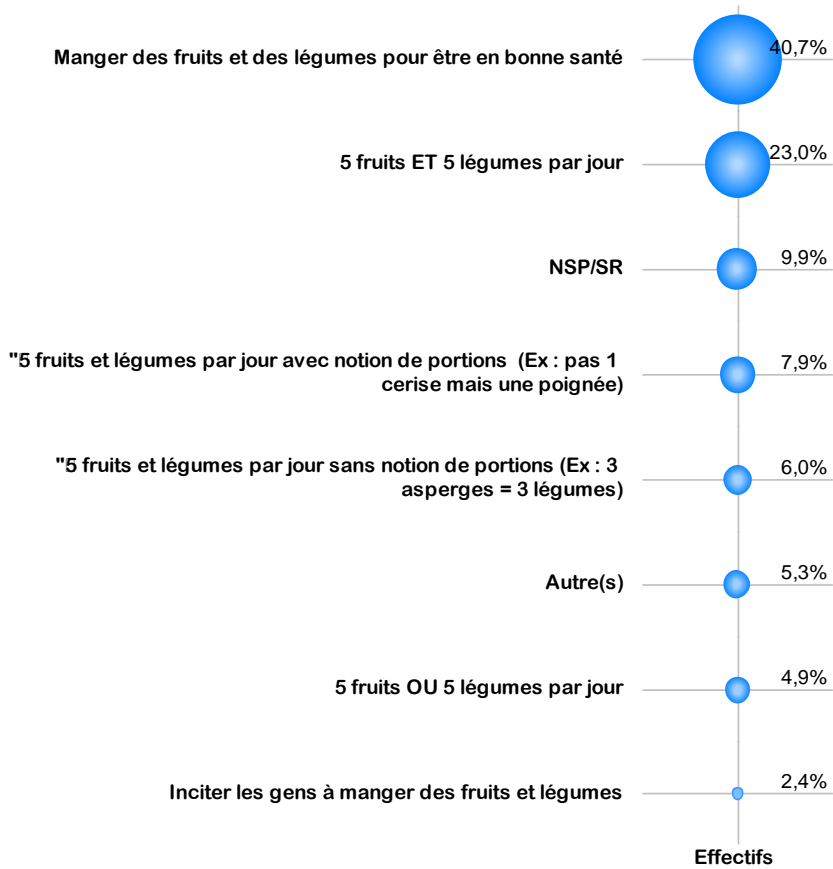
- Un peu moins les hommes (91 %) que les femmes (98 %)
- Particulièrement connu par les jeunes



- Tous les groupes sociaux répondent « oui » à plus de 93 % (même si les GS7-8 (6 %) sont plus de 2 fois plus nombreux que les 1-2 (3 %) à répondre « Non »).

### 1.3) Interprétation du message

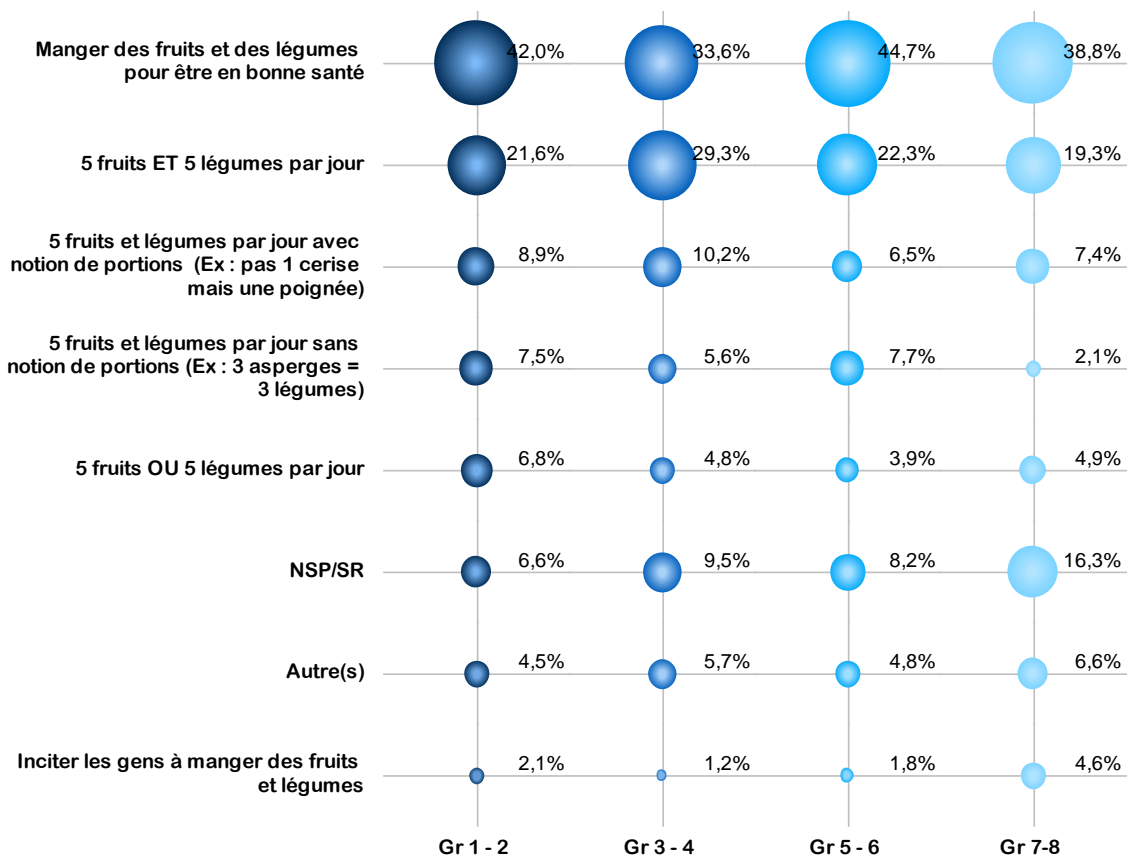
Un chose est d'avoir déjà entendu un message de santé (95 % des affiliés) et d'en énoncer spontanément la teneur (62 %), une autre est de le comprendre et de l'interpréter correctement. C'était l'objet de la question suivante : **Selon vous, que veut dire ce message : « Pour votre santé, mangez au moins 5 fruits et légumes par jour » ?** (Question 11g.)



#### Commentaires

Pas facile d'interpréter la réelle compréhension du message.

- La grande majorité reste vague (« Manger des fruits et des légumes pour être en bonne santé » (41 %) et « Inciter les gens à manger des fruits et légumes » (2 %)), sans commenter la signification du nombre.
- Et 10 % ne répondent pas
- Mais 23 % répondent spontanément « 5 fruits ET 5 légumes par jour ». Ceux-là en tous cas n'ont pas correctement compris le message.
- Et pour 5 %, c'est « 5 fruits OU 5 légumes ».
- Seulement 14 % répondent « 5 fruits et légumes par jour » dont seulement 8 % « avec notions de portions »



- Il n'y a pas à proprement parler de véritable gradient social.
- On observe peu de différences importantes dans les réponses visiblement incorrectes (« 5 fruits ET 5 légumes », « 5 fruits OU 5 légumes »).
- A noter cependant les 16 % des groupes sociaux 7-8 qui ne répondent pas à la question (7 % des GS1-2).

#### 1.4) Mise en pratique du message

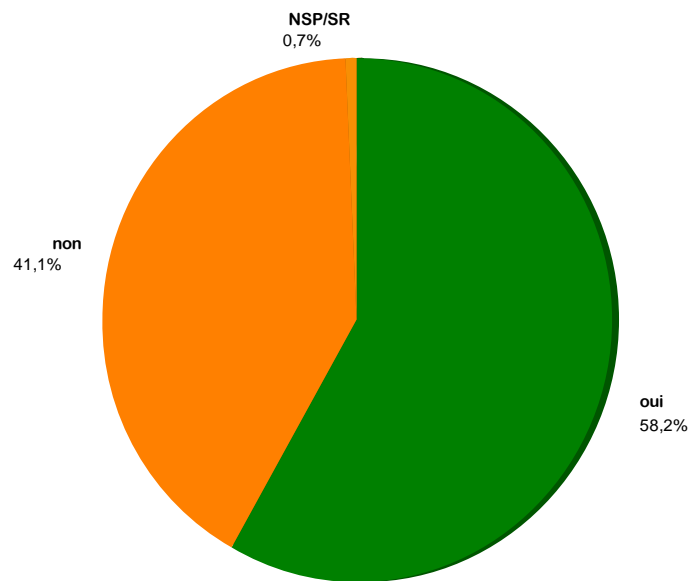
Presque toutes les personnes interrogées connaissent le message, 2/3 en donnent spontanément le contenu, peu semblent en comprendre vraiment le sens... Combien sont-elles à le mettre en pratique ?

Pour préciser la question, nous l'avons scindée en deux parties, la première concernant la consommation de légumes, la deuxième la consommation de fruits. Pour chaque catégorie de végétal, nous nous sommes d'abord intéressés au fait de savoir si les affiliés déclaraient en manger au moins la quantité recommandée. Nous avons ensuite demandé à ceux qui répondaient par la négative pourquoi il en était ainsi. Après la présentation des réponses à ces quatre questions, nous avons croisé les deux questions quantitatives pour reconstituer une réponse globale à la question « Mangez-vous au moins 5 fruits (1 ou 2) et légumes (3 ou 4) par jour ? ».



**Personnellement, mangez-vous chaque jour ou presque 3 à 4 portions de légumes par jour ?** (Question 11h).

	Effectifs	%
Oui	582	58,2%
Non	411	41,1%
NSP/SR	7	0,7%
Total	1.000	100,0%



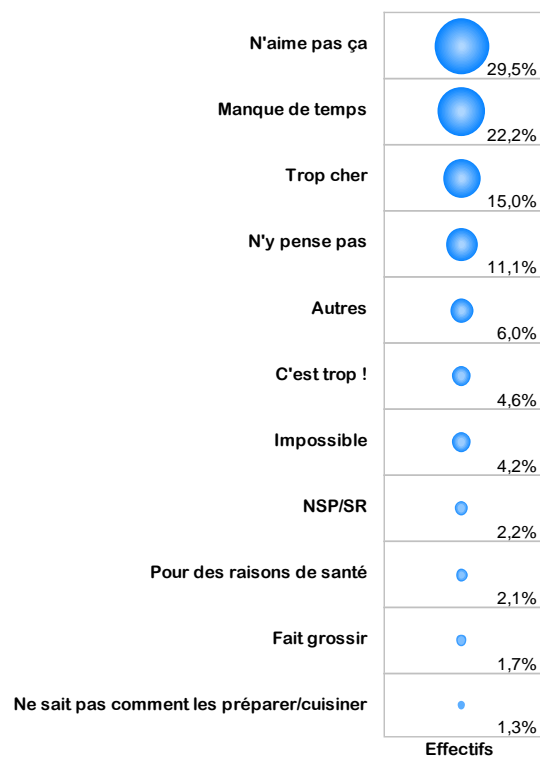
### *Commentaires*

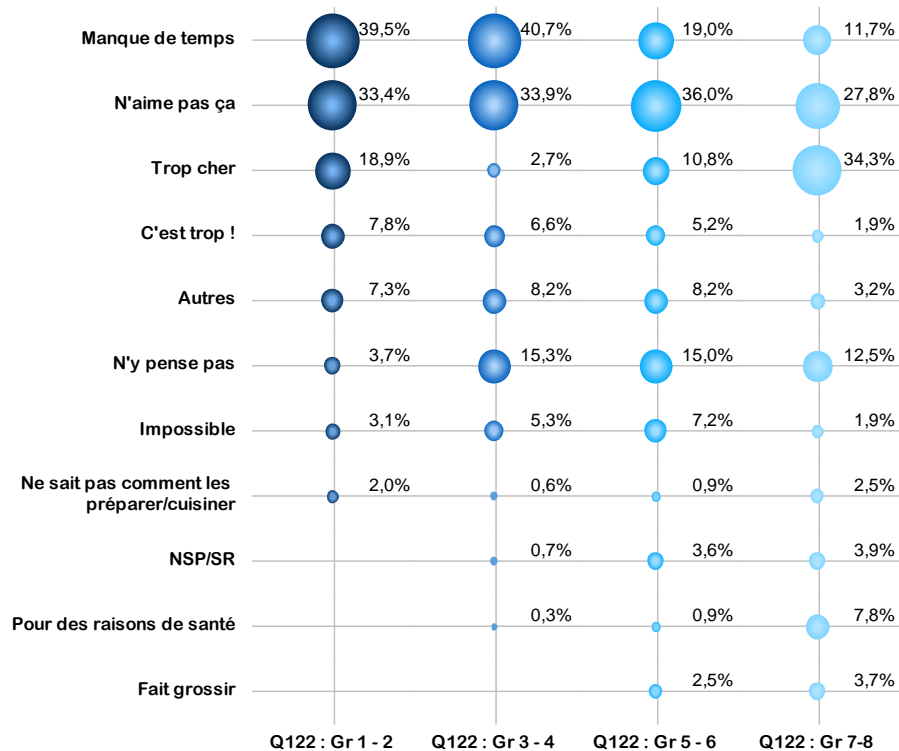
Environ 6 personnes sur 10 déclarent manger une quantité de légumes qui peut correspondre à la recommandation de santé.

- Les moins de 26 ans sont nettement moins nombreux (36 %)
- Les GS7-8 sont un peu moins nombreux (52 %), les diplômés universitaires nettement plus nombreux que les autres (71 %).

**Pourquoi ne mangez-vous pas 3 à 4 portions de légumes par jour ?** (Question 11i)

	Effectifs	%
N'aime pas ça	136	29,5%
Manque de temps	102	22,2%
Trop cher	69	15,0%
N'y pense pas	51	11,1%
Autres	28	6,0%
C'est trop !	21	4,6%
Impossible	20	4,2%
NSP/SR	10	2,2%
Pour des raisons de santé	10	2,1%
Fait grosser	8	1,7%
Ne sait pas comment les préparer/cuisiner	6	1,3%
Total	460	100,0%

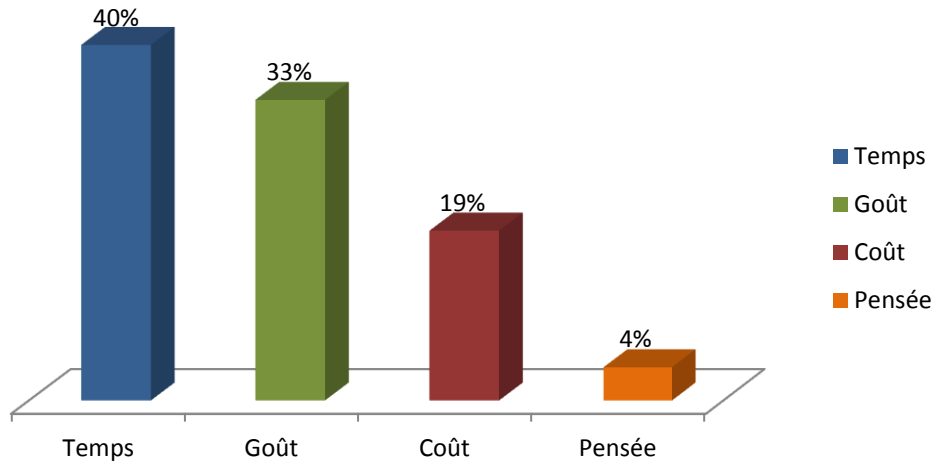




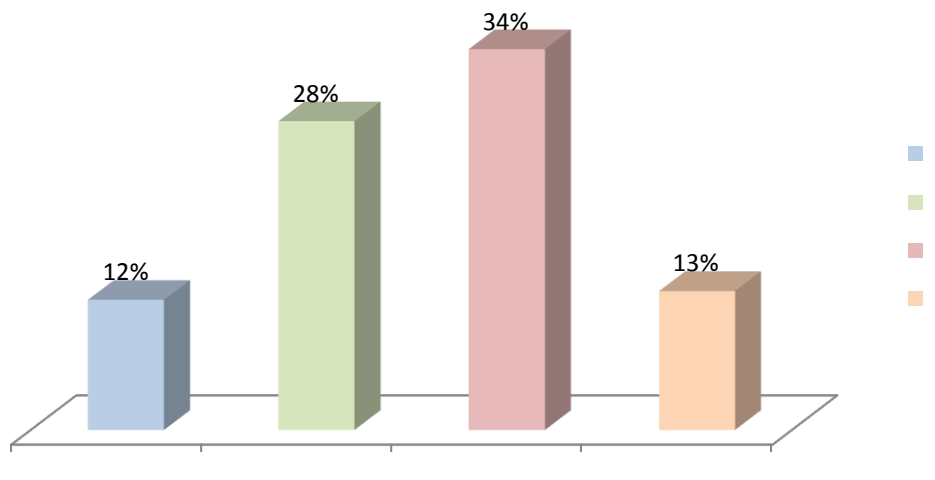
## Commentaires

- 29 % disent que c'est parce qu'ils n'aiment pas
  - o Cette raison se retrouve à des niveaux élevés dans tous les groupes sociaux. 33 % dans les GS1-2, 28 % chez les GS7-8, jusqu'à 36 % chez les GS5-6.
- 22 % évoquent des problèmes de temps
  - o Avec un gradient social très marqué : pas loin de 4 fois plus de GS1-2 et de GS3-4 (autour de 40 %) que de GS7-8 (11 %)
  - o Les 36-45 ans sont surreprésentés (44 %)
- 15 % invoquent des questions financières
  - o Assez logiquement, les GS7-8 sont beaucoup plus nombreux (34 %) que la moyenne à donner des raisons en lien avec l'argent. Par ailleurs, les 19 % de GS1-2 étonnent.
  - o Moins les jeunes que les plus âgés, avec un « pic » pour les 36-45 ans.
- 11 % disent que c'est parce qu'ils n'y pensent pas
  - o Beaucoup moins de GS1-2 (4 %)
  - o Les moins de 26 ans sont surreprésentés.
- Seulement 1 % disent que c'est parce qu'ils ne savent pas comment les cuisiner...

### Pourquoi pas assez de légumes? GS 1-2

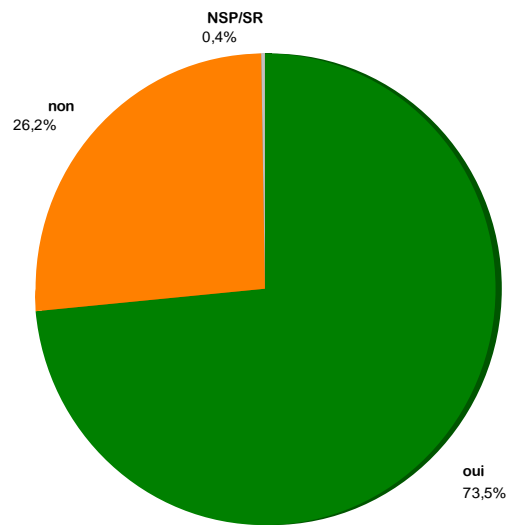


### Pourquoi pas assez de légumes? GS 7-8

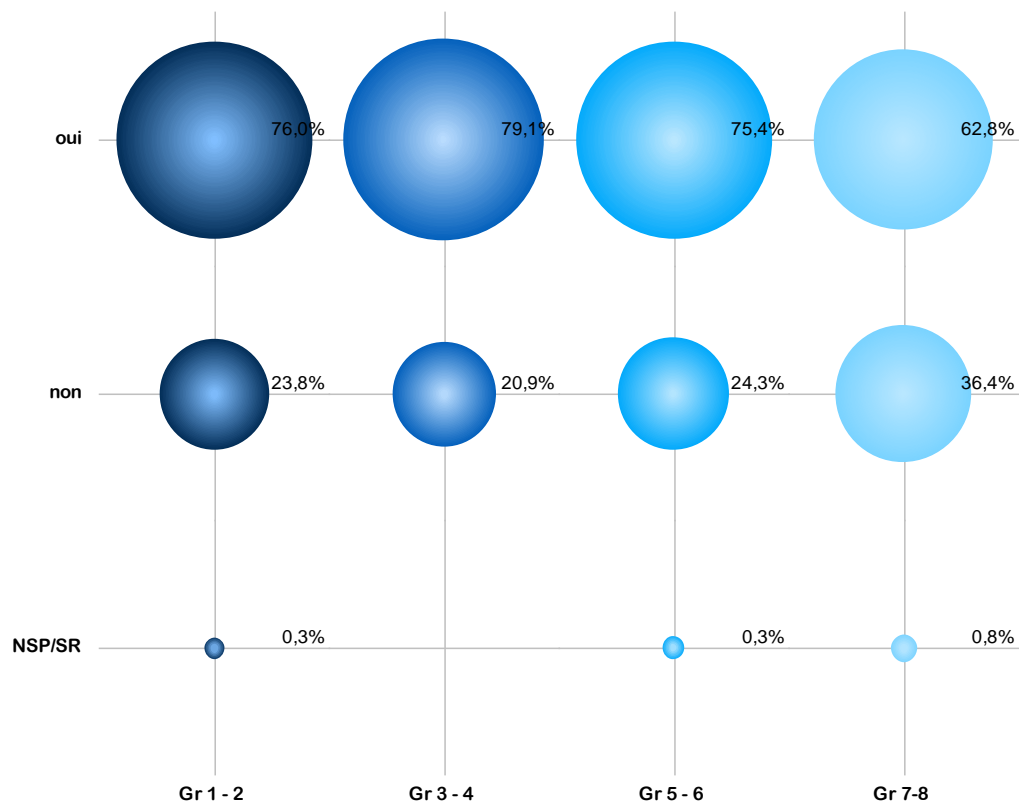


**Personnellement, mangez-vous chaque jour ou presque 1 à 2 fruits ? (Question 11j)**

	Effectifs	%
oui	735	73,5%
non	262	26,2%
NSP/SR	4	0,4%
Total	1.000	100,0%



	Gr 1 - 2		Gr 3 - 4		Gr 5 - 6		Gr 7-8		Total
oui	146	76,0%	158	79,0%	294	75,4%	137	62,8%	735
non	46	24,0%	42	21,0%	95	24,4%	79	36,2%	262
NSP/SR	1	0,5%	0	0,0%	1	0,3%	2	0,9%	4
Total	192	100,0%	200	100,0%	390	100,0%	218	100,0%	1.001

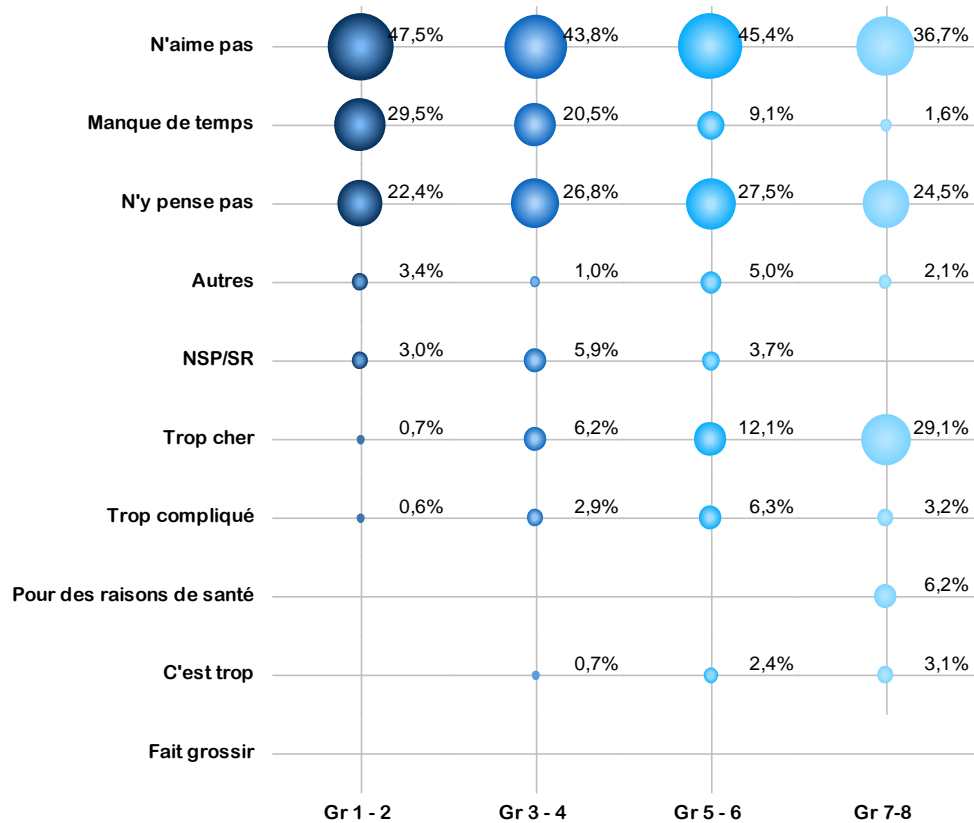


### *Commentaires*

73 % des affiliés disent manger des fruits comme recommandé.

- Les groupes sociaux 7-8 sont moins nombreux (63 %) que les autres GS à manger suffisamment de fruits.

**Pourquoi ne mangez-vous pas chaque jour ou presque 1 à 2 fruits ? (Question 11k)**

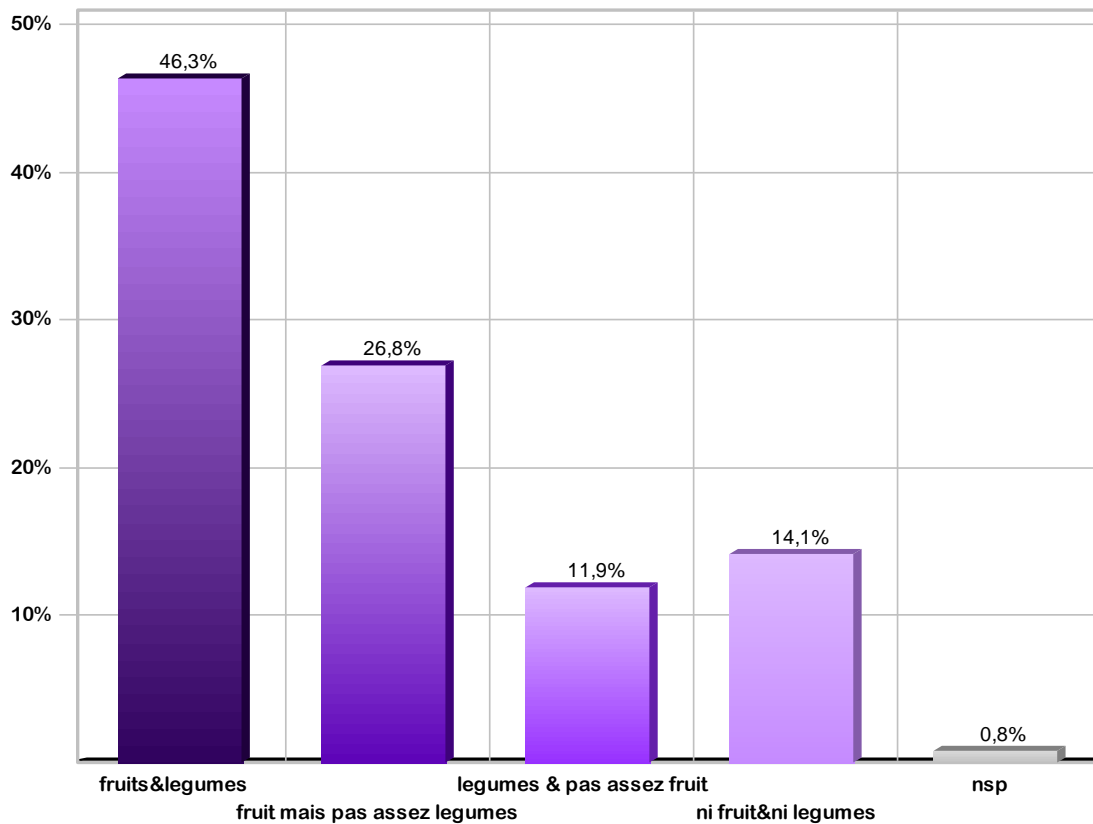


**Commentaires**

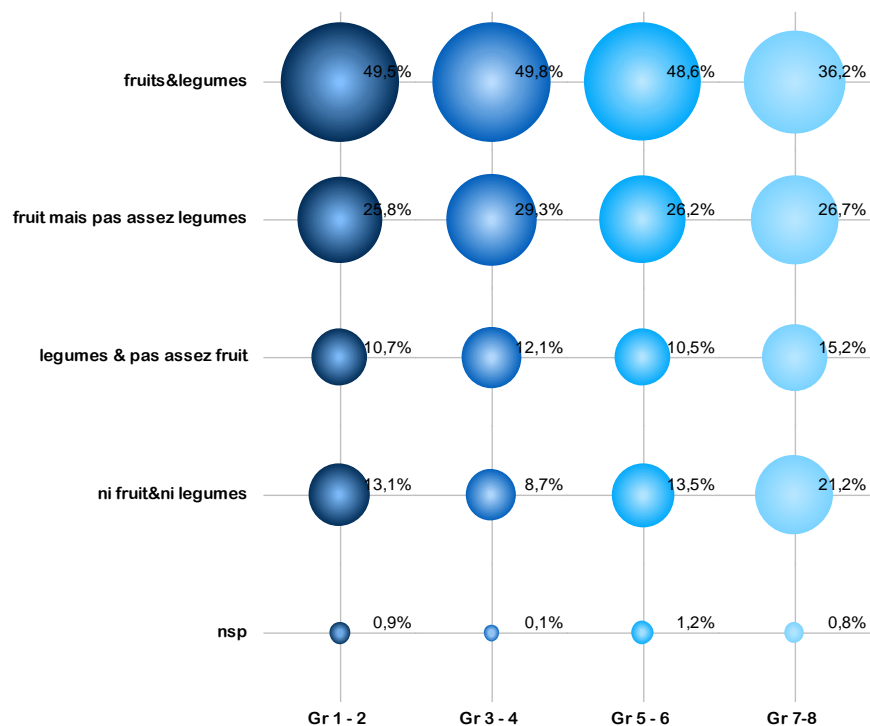
- 43 % des affiliés disent ne pas manger suffisamment de fruits parce qu'ils n'aiment pas
  - o C'est la première raison dans tous les groupes sociaux, frôlant les 50 % chez les GS1-2, 10 % de moins parmi les GS7-8.
  - o Moins de moins de 26 ans et de plus de 60 ans que des autres tranches d'âge.
- Ils sont 26 % à dire que c'est parce qu'ils n'y pensent pas
  - o Cette raison revient dans plus de 22 % des réponses dans tous les groupes sociaux.
- Manque de temps : 12 %
  - o On observe un gradient social évident : 28 % des GS 1-2 jusqu'à 1 % des GS7-8
  - o Nettement plus de 36-45 ans
- Trop cher : 11 %
  - o Ici aussi, mais logiquement en sens inverse par rapport au manque de temps, le gradient social est net, de moins de 1 % des GS1-2 à 29 %.
- Fait grossir : 0 % !
  - o Unanimentement !

**Consommation recommandée de Légumes et fruits** (croisements des réponses aux questions 11 h et j)

	Gr 1 - 2		Gr 3 - 4		Gr 5 - 6		Gr 7-8		Total	
fruits&legumes	95	49,5%	99	49,5%	190	48,7%	79	36,2%	463	46,3%
fruit mais pas assez legumes	49	25,5%	58	29,0%	102	26,2%	58	26,6%	268	26,8%
legumes & pas assez fruit	21	10,9%	24	12,0%	41	10,5%	33	15,1%	119	11,9%
ni fruit&ni legumes	25	13,0%	17	8,5%	53	13,6%	46	21,1%	141	14,1%
nsp	2	1,0%	0	0,0%	5	1,3%	2	0,9%	8	0,8%
Total	192	100,0%	200	100,0%	390	100,0%	218	100,0%	1.000	100,0%







## Commentaires

46 % mangeraient suffisamment de fruits et suffisamment de légumes.

- Les groupes sociaux 7-8 sont nettement moins nombreux (36 %) que des autres (autour des 50).
- Moins de moins de 26 ans (30 %), plus de plus de 60 ans (66 %).

Suffisamment de fruits mais pas assez de légumes : 27 %

- Très peu de différences entre les groupes sociaux.
- Nettement plus de moins de 26 ans (47 %) que des autres âges.

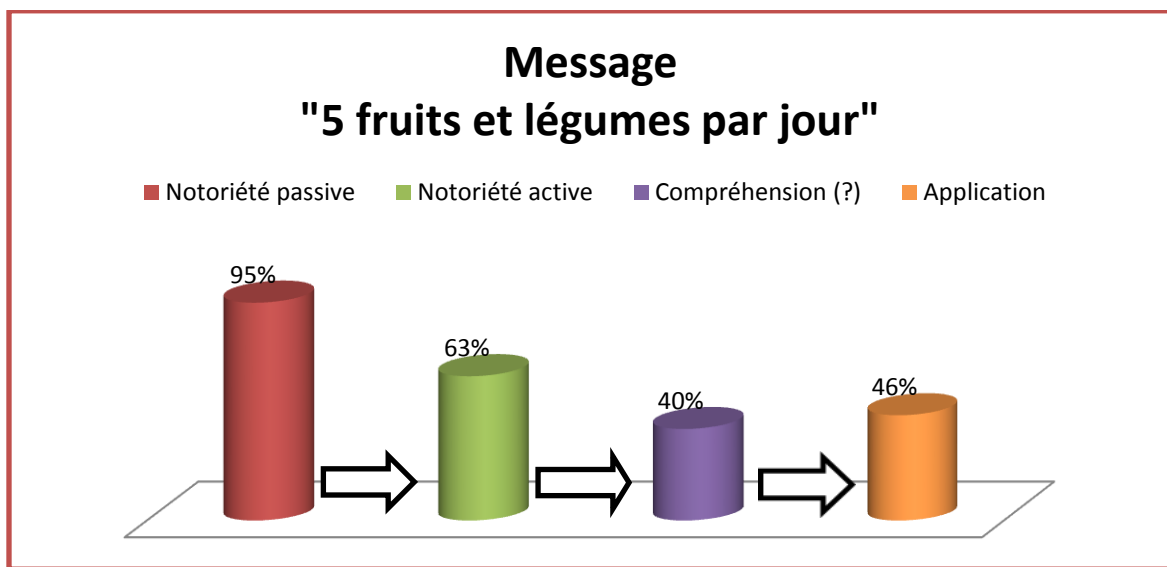
Suffisamment de légumes mais pas assez de fruits : 12 %

- Différences entre les groupes sociaux sans gradient social.

14 % des affiliés mangent trop peu de légumes et trop peu de fruits.

- Les faibles consommateurs de légumes et de fruits sont plus nombreux parmi les groupes sociaux 7-8 (21 %).
- Nettement plus de 36-45 ans (24 %) et nettement moins de plus de 60 ans (4 %).

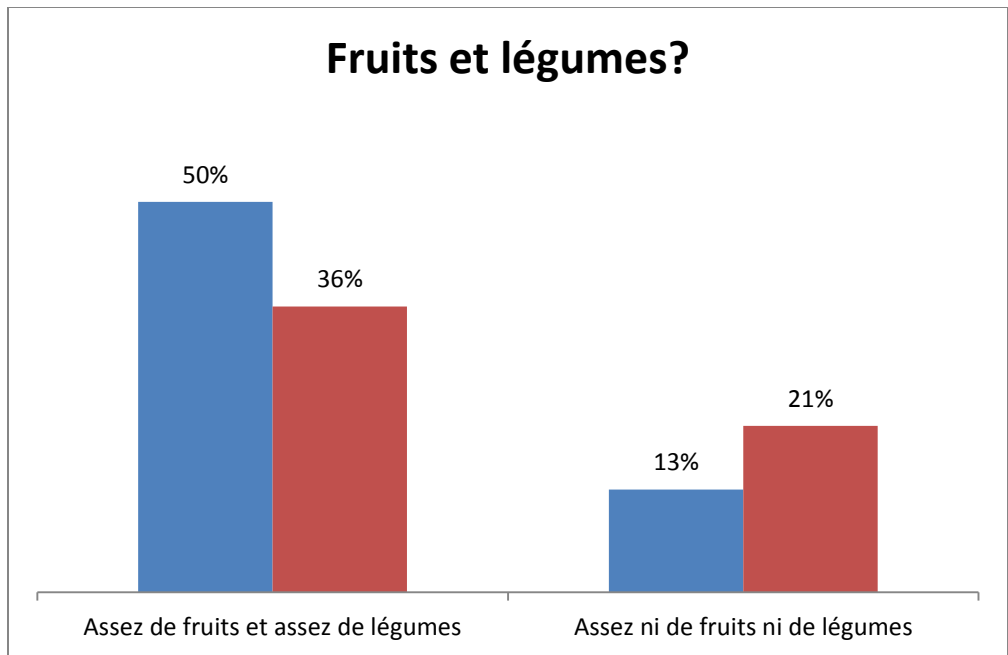
## Synthèse du FOCUS 1 et discussion



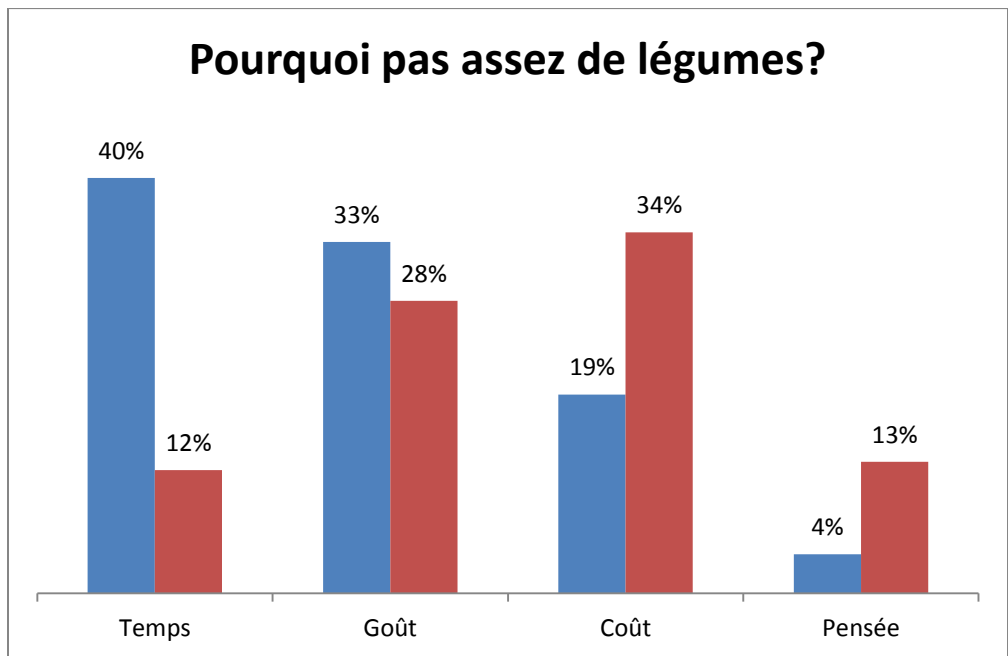
⇒ Si **95 % des affiliés connaissent passivement** le conseil « Pour votre santé, manger au moins 5 fruits et légumes par jour », ils ne sont que **63 % à pouvoir le formuler spontanément** et **moins de la moitié à le comprendre correctement et déclarer le mettre en pratique.**

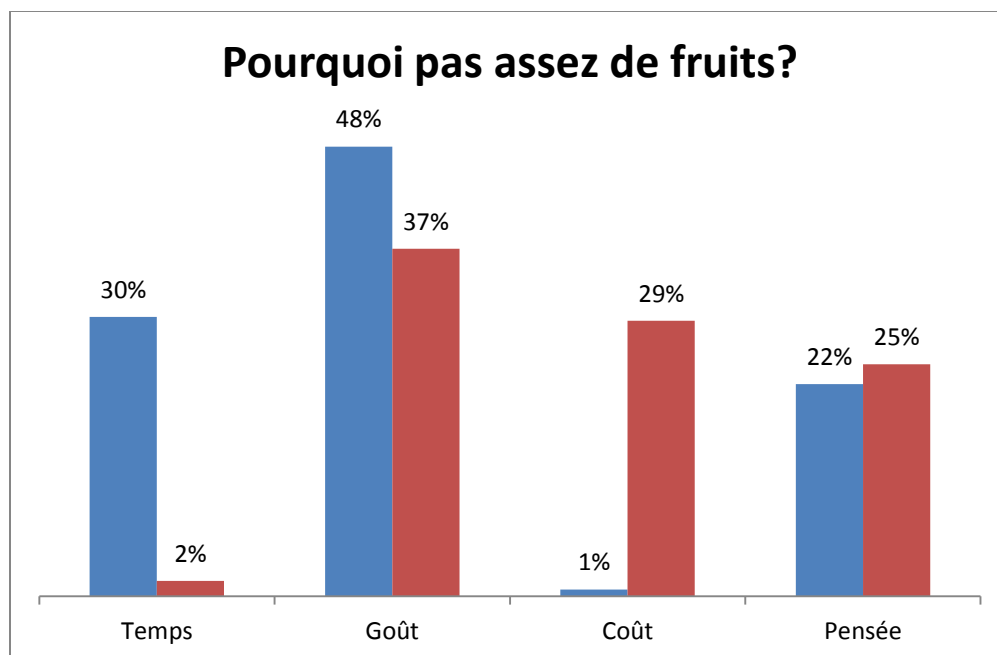
GS 1-2

GS 7-8



⇒ Il existe des différences importantes dans la consommation de fruits et légumes par les différents groupes sociaux. Les groupes sociaux 7-8 sont nettement moins nombreux que les groupes sociaux 1-2 à manger suffisamment de fruits et de légumes et beaucoup plus à ne manger assez ni de fruits ni de légumes.





- ⇒ Une raison revient fréquemment et dans tous les groupes sociaux pour expliquer une faible consommation tant de fruits que de légumes, c'est le problème de goût, le fait de ne pas aimer.
- ⇒ Le fait de ne pas y penser est cité par plus d'un cinquième des affiliés de tous les groupes sociaux pour expliquer leur faible consommation de fruits.
- ⇒ Deux autres raisons sont encore fréquemment avancées, mais avec ici de grandes différences entre les groupes sociaux : ce sont les problèmes de temps, raison majeure pour les groupes sociaux 1-2 et les problèmes financiers, surtout, comme attendu, pour les groupes sociaux 7-8.

## Focus 2 : Lieux d'achat et de consommation alimentaire

### Objectifs du focus

L'accès à une alimentation de qualité est relié de façon complexe avec l'accessibilité géographique, financière et culturelle des lieux de distribution. La question suivante cherchait à connaître quelque peu les habitudes de fréquentation des différents lieux de distribution de nos affiliés wallons. Quelle y est l'importance de la grande distribution, du hard discount, des circuits courts ? Qui fréquente en priorité tel ou tel lieu de distribution alimentaire ? Y a-t-il des différences entre les sexes, les tranches d'âge et les groupes sociaux ?

Nous avons avant tout centré l'analyse sur les lieux de distribution où l'on peut s'approvisionner en produits non transformés. Nous ne détaillerons pas ici les réponses concernant l'HORECA ni la restauration à emporter.

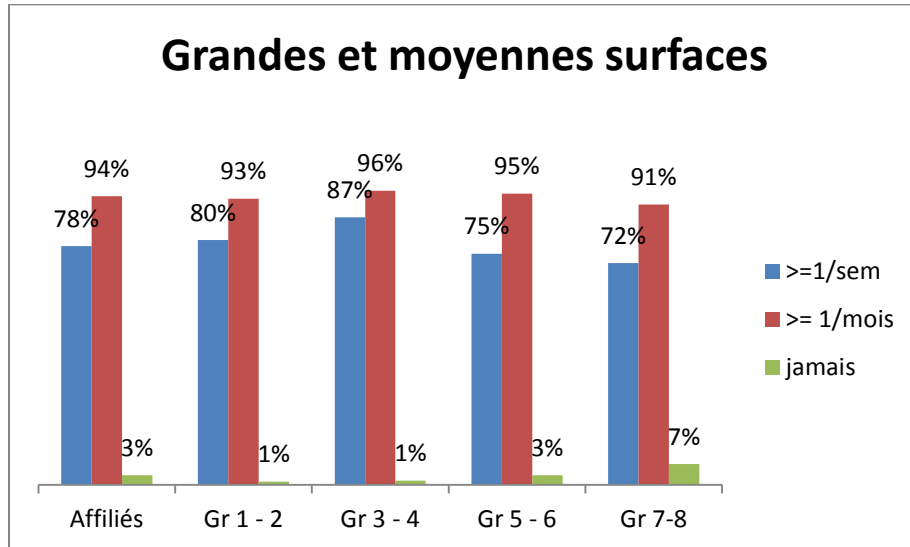
**Je vais vous citer des lieux où vous pouvez acheter ou consommer des aliments. Vous allez me dire si vous les fréquentez plusieurs fois par semaine, une fois par semaine, une fois par mois, moins de 6 fois par an, jamais.** (Question 11a)

Pour faciliter l'analyse, nous avons regroupé les réponses en trois chiffres : « au moins une fois par semaine », « au moins une fois par mois » (englobe les premiers) et « jamais ». Dans l'analyse, nous repreneons essentiellement les données « au moins une fois par semaine » et « jamais », expressions d'une fréquentation très régulière pour les premiers, inexistante pour les seconds.

	>=1/sem	>= 1/mois	jamais
Grandes et moyennes surfaces	77,8%	94,0%	3,2%
Restaurants/café/hôtels	12,3%	43,3%	28,4%
Marché	19,7%	38,1%	33,6%
Hard discount (bas prix)	32,4%	51,8%	35,1%
Petits commerces de détail	34,1%	55,1%	27,8%
Ferme et autres producteurs locaux	8,3%	18,0%	67,8%
Restauration à emporter	8,7%	35,2%	43,4%
Production propre (potager, œufs)	19,8%	28,4%	64,3%

Pour chaque type de lieu d'achat, nous commenterons les résultats globalement et relèverons quand il y a lieu les différences remarquables entre les sexes, les tranches d'âges et surtout les groupes sociaux.

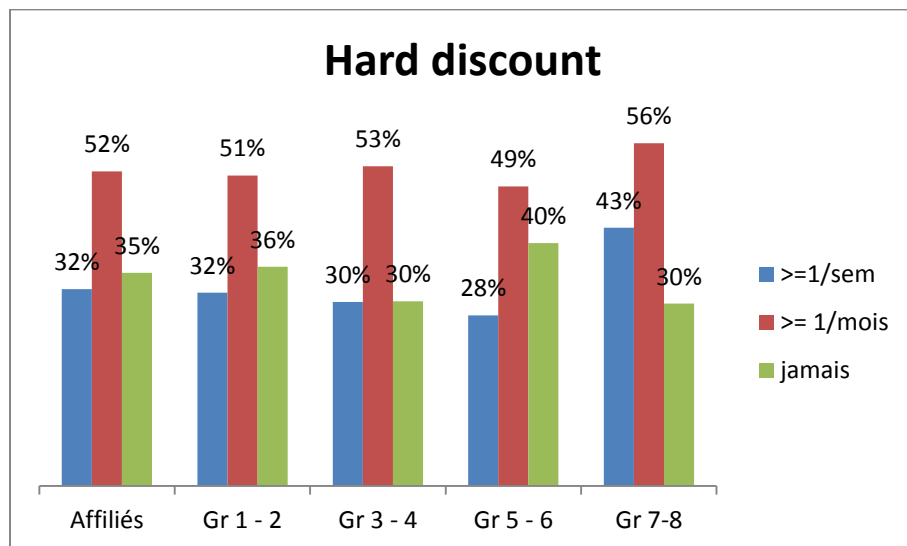
## 2.1) Grandes et moyennes surfaces (GMS)



Les grandes et moyennes surfaces viennent largement devant avec près de 80 % des affiliés qui y vont au moins une fois par semaine (94 % au moins une fois par mois). Seulement 3 % disent ne jamais y aller.

Il y a très peu de différences entre les sexes, les tranches d'âge et les différents groupes sociaux en ce qui concerne la fréquentation des grandes et moyennes surfaces : tout le monde y va régulièrement ! On peut juste relever qu'il y a deux fois plus d'affiliés des groupes sociaux 7-8 qui n'y vont jamais.

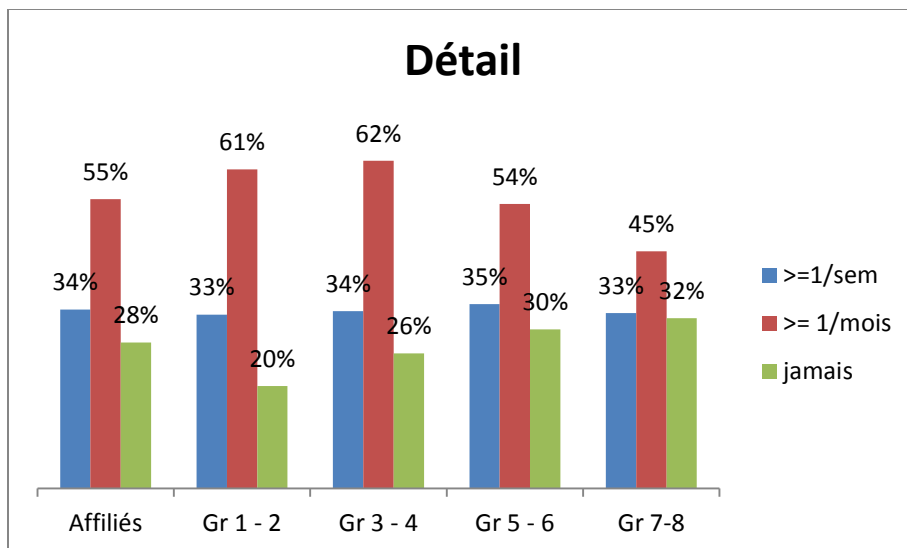
## 2.2) Hard discount (HD)



Alternative à bas prix des GMS, le hard discount est utilisé très régulièrement par un bon 32 % des affiliés (52 % au moins une fois par mois) mais une forte proportion de 35 % déclarent par ailleurs qu'ils n'y vont jamais.

Il y a bien quelques différences entre les tranches d'âge (les plus jeunes – 18 % - et les plus âgés – 22 %) y vont moins régulièrement que les 36-45 ans – 43 %) mais la petite surprise vient des groupes sociaux : tout le monde y va !, les chiffres sont très comparables entre les groupes sociaux. Seule différence un peu marquée, ce qui semble par contre assez logique : les groupes sociaux 7-8 sont plus nombreux à y aller très régulièrement (43 %).

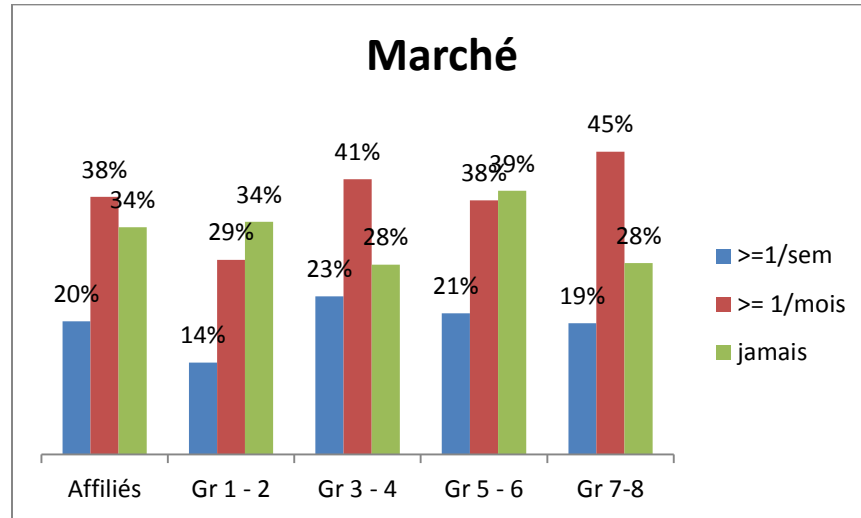
### 2.3) Commerces de détail (CD)



Pour un bon tiers de nos affiliés (34 %), les commerces de détails sont une source très régulière d'approvisionnement, sans différences entre les groupes sociaux, mais entre un quart et un tiers (28 %) n'y vont jamais faire de courses.

Les groupes sociaux 1-2 ne sont que 20 % à n'y aller jamais.

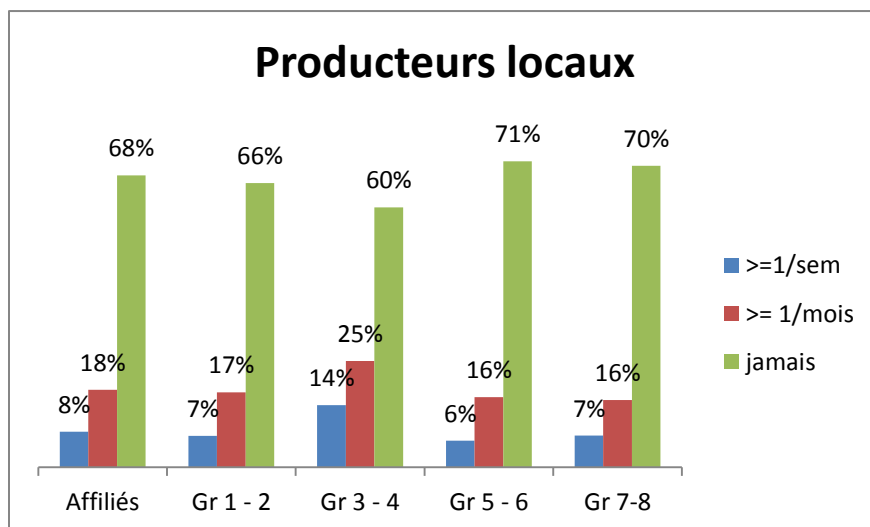
## 2.4) Marché (M)



Autre commerce de proximité qu'un cinquième des affiliés (20 %) disent fréquenter très régulièrement : le marché avec son offre partiellement en circuits courts. Un tiers des affiliés (34 %) ne font jamais de courses alimentaires au marché.

44 % des plus de 60 ans n'y vont jamais. Les groupes sociaux 1-2 y vont moins très fréquemment (14 %).

## 2.5) Producteurs locaux (PL)



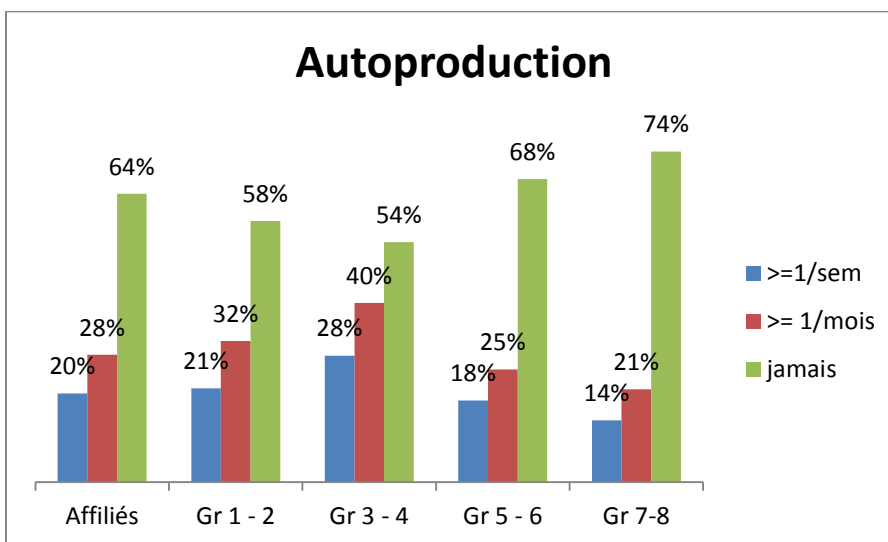
Parent pauvre dans les réponses, ferme et autres producteurs locaux que seuls 8 % des affiliés fréquentent régulièrement alors qu'ils sont presque 70 % à ne jamais y aller.



Les 36-45 ans y vont plus souvent (13 % au moins une fois par semaine).

Au niveau des GS, seule différence marquée : les groupes sociaux 3-4 qui y vont nettement plus souvent (14 % au moins une fois par semaine) que les trois autres très comparables (autour de la moitié). C'est au niveau des diplômes que la différence se marque le plus entre les moins diplômés (5 % y vont très fréquemment, 80 % jamais) et non pas les plus diplômés mais les supérieurs non-universitaires (14 % au moins une fois par semaine et 58 % jamais).

## 2.6) Autoproduction



L'autoproduction, « circuit court » par excellence, occupe une place à part dans les lieux d'approvisionnement en ce qu'elle n'est possible que pour les personnes disposant de l'espace nécessaire, si minime soit-il. Un cinquième des affiliés (20 %) y recourent régulièrement pour leur alimentation, 64 % jamais.

Les plus de 60 ans produisent davantage eux-mêmes (25 % plus d'une fois par semaine), moins les 36-45 ans (14 %).

Ce sont les groupes sociaux 3-4 qui sont les plus auto-producteurs, puis les 1-2, les 7-8 venant nettement plus bas. Différence marquée aussi entre les moins et plus diplômés.

## Synthèse du FOCUS 2 et discussion

- ⇒ Comme on s’y attendait, les grandes et moyennes surfaces constituent les lieux d’achats alimentaires largement majoritaires pour l’ensemble des affiliés, tous groupes sociaux confondus. Dans le cadre d’un programme de promotion de la santé via l’alimentation, il serait important de chercher à agir sur tous les leviers possibles pour améliorer la qualité de l’offre alimentaire en grandes et moyennes surfaces (variété de l’offre, alternatives saines, collaboration avec des producteurs locaux, informations des clients, réglementations,...).
- ⇒ C’est le cas également pour le hard discount (dont la fréquentation augmente probablement en période de crise, particulièrement pour les publics touchés par la précarité) et pour les commerces de détail.
- ⇒ En terme de proximité, le marché est fréquenté au moins une fois par semaine par un cinquième des affiliés, il constitue un endroit intéressant à investir pour augmenter la qualité de l’offre alimentaire.
- ⇒ L’achat direct auprès des producteurs reste marginal pour la plupart des affiliés. Il faudrait préciser dans quelle mesure ce type d’offre et les autres formes de circuits courts favorisent la qualité de l’alimentation et son accessibilité et envisager les moyens à mettre en œuvre pour faire croître la part de marché de ces formes de production et de distribution, de manière réaliste et progressive, économiquement viable et socialement acceptable.
- ⇒ L’autoproduction est peu accessible aux publics des groupes sociaux 7-8. La formule des potagers collectifs pourrait être intéressante à ce niveau.

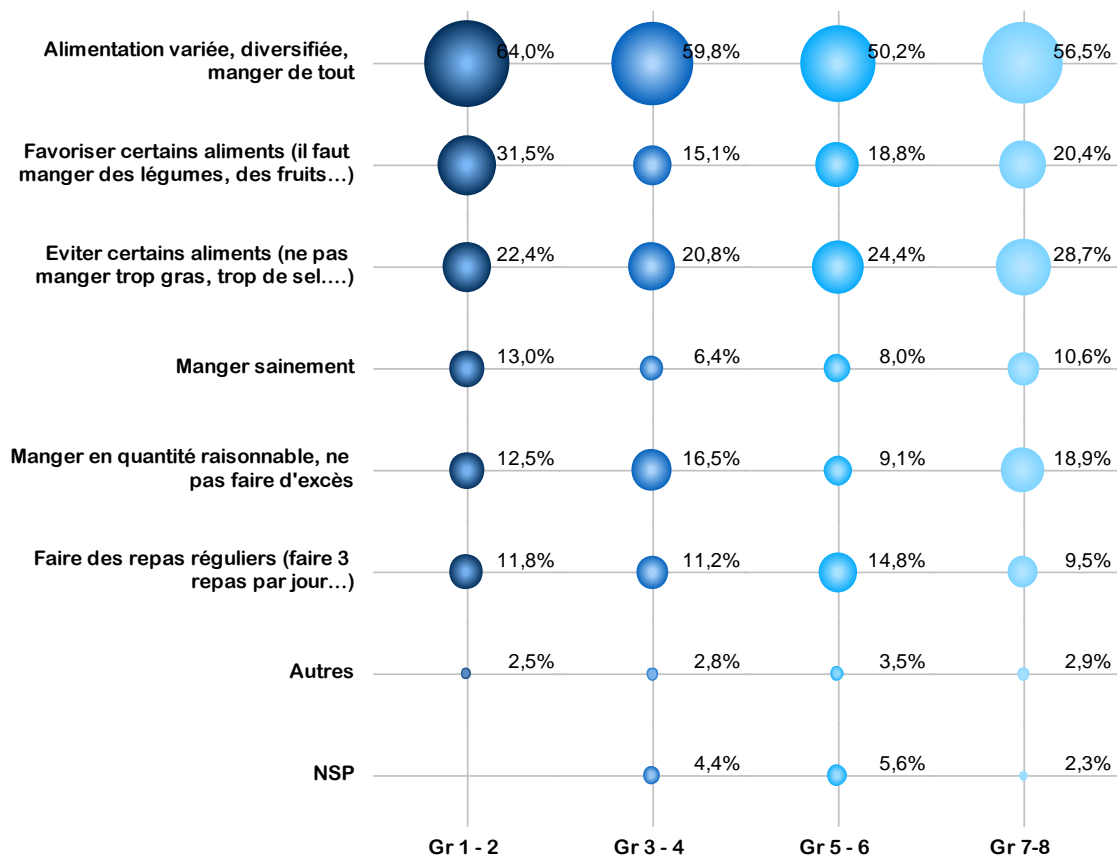
### Focus 3 : Pour les affiliés qu'est-ce qu'une « alimentation équilibrée », qu'est-ce qu'un « repas-plaisirs » ?

#### Objectifs du focus

Les approches nutritionnelle et diététique tendent à mettre en opposition le « bon pour la santé » et le « bon pour le plaisir », avec pour conséquences la contamination des représentations que se font les publics de comment « bien » manger et les rapports ambigus qu'ils développent avec la nourriture. Il règne comme une impression que tout ce qui est bon au goût ne pourrait être que néfaste à la santé et que tout ce qui est recommandé pour la santé ne pourrait être que désagréable pour les sens. On peut même se demander si la recommandation médicale de « manger au moins 5 fruits et légumes par jour pour être en bonne santé » n'a pas pour effet pervers de faire passer fruits et surtout légumes dans la catégorie des aliments à manger non pas pour le plaisir, mais par obligation... Deux questions posées aux affiliés exploraient plus largement les notions d'alimentation équilibrée – donc « santé » - et de « repas-plaisirs ».

#### **Pour vous, qu'est qu'une alimentation équilibrée ? (Question 11)**

	Gr 1 - 2		Gr 3 - 4		Gr 5 - 6		Gr 7-8		Total	
Alimentation variée, diversifiée, manger de tout	123	64,1%	120	60,0%	196	50,3%	123	56,4%	562	56,2%
Favoriser certains aliments ("Il faut...")	60	31,3%	30	15,0%	73	18,7%	45	20,6%	208	20,8%
Eviter certains aliments ("Ne pas..., pas trop...")	43	22,4%	42	21,0%	95	24,4%	63	28,9%	242	24,2%
Manger sainement	25	13,0%	13	6,5%	31	7,9%	23	10,6%	92	9,2%
Manger en quantité raisonnable, ne pas faire d'excès	24	12,5%	33	16,5%	35	9,0%	41	18,8%	134	13,4%
Faire des repas réguliers (faire 3 repas par jour...)	23	12,0%	22	11,0%	58	14,9%	21	9,6%	124	12,4%
Autres	5	2,6%	6	3,0%	13	3,3%	6	2,8%	30	3,0%
NSP	0	0,0%	9	4,5%	22	5,6%	5	2,3%	36	3,6%



Alimentation variée, diversifiée, manger de tout : 56 %

Réponses plus fréquentes parmi les groupes sociaux 1-2 (64 %), moins parmi les 5-6 (50 %).

Favoriser certains aliments (il faut manger...) : 21 %

Pas de véritable gradient social, mais nettement plus souvent avancé parmi les groupes sociaux 1-2 (31 %).

Eviter certains aliments (pas trop gras, trop de sel...) : 24 %

Un peu plus de groupes sociaux 7-8 que des autres (29 %).

Manger sainement : 9 %

Différences en sens divers entre les groupes sociaux.

Manger en quantités raisonnables, sans excès : 13 %

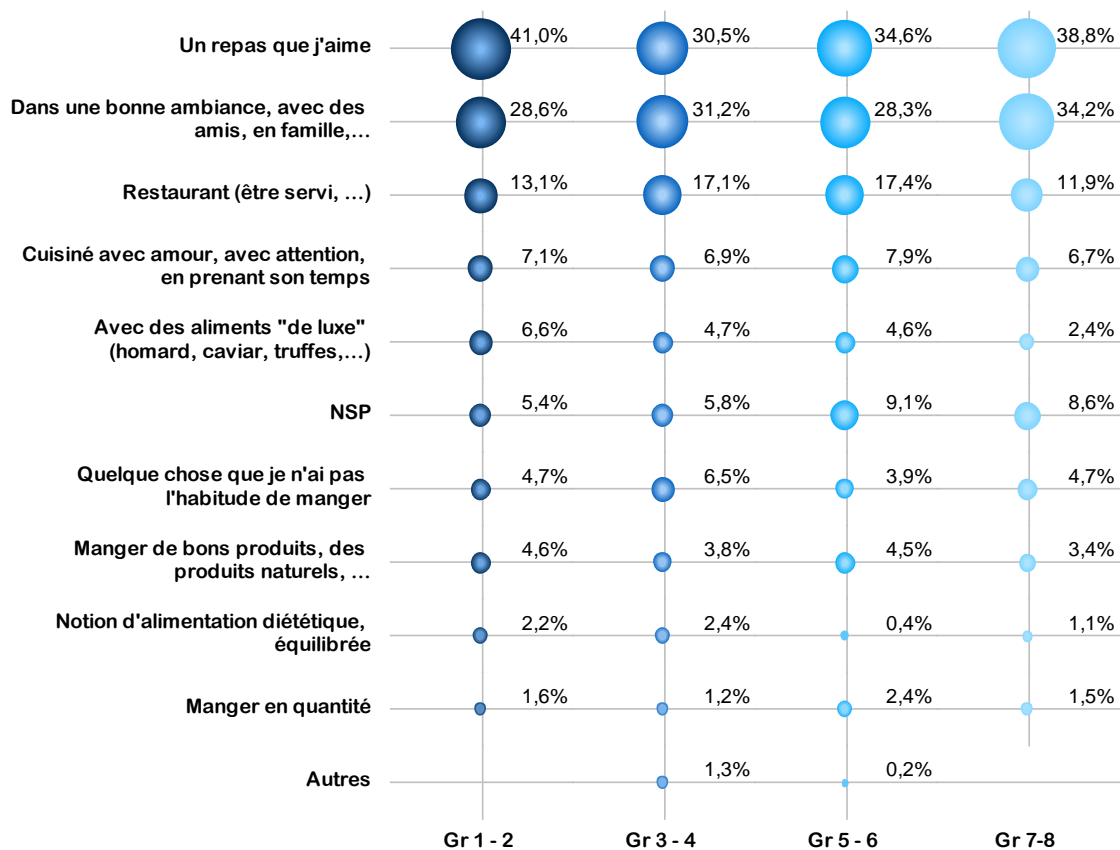
Les groupes sociaux 7-8 sont les plus nombreux à parler de quantités raisonnables (19 %), les 5-6 étant les moins nombreux (9 %).

Faire des repas réguliers : 12 %

Pas de gradient social régulier.

**Pour vous, qu'est-ce qu'un « repas-plaisirs » ? (Question 11m)**

	Gr 1 - 2		Gr 3 - 4		Gr 5 - 6		Gr 7-8		Total	
Un repas que j'aime	79	41,1%	61	30,7%	135	34,6%	85	39,0%	359	35,9%
Dans une bonne ambiance, avec des amis, en famille,...	55	28,6%	62	31,2%	110	28,2%	75	34,4%	302	30,2%
Restaurant (être servi, ...)	25	13,0%	34	17,1%	68	17,4%	26	11,9%	153	15,3%
Cuisiné avec amour, avec attention, en prenant son temps	14	7,3%	14	7,0%	31	7,9%	15	6,9%	73	7,3%
Avec des aliments "de luxe" (homard, caviar, truffes,...)	13	6,8%	9	4,5%	18	4,6%	5	2,3%	45	4,5%
Quelque chose que je n'ai pas l'habitude de manger	9	4,7%	13	6,5%	15	3,8%	10	4,6%	47	4,7%
Manger de bons produits, des produits naturels, ...	9	4,7%	8	4,0%	17	4,4%	7	3,2%	41	4,1%
Notion d'alimentation diététique, équilibrée	4	2,1%	5	2,5%	2	0,5%	2	0,9%	13	1,3%
Manger en quantité	3	1,6%	2	1,0%	9	2,3%	3	1,4%	18	1,8%
Autres	0	0,0%	3	1,5%	1	0,3%		0,0%	3	0,3%
NSP	10	5,2%	12	6,0%	36	9,2%	19	8,7%	76	7,6%
Total	192		199		390		218		999	



Un repas que j'aime : 36 %

36 % des affiliés interrogés parlent tout simplement de la nature appréciée des aliments qui font du repas un plaisir, citant l'un ou l'autre aliment ou restant dans les généralités.

Différences entre groupes sociaux, mais pas de gradient social. C'est de loin la première qualité avancée par les groupes sociaux 1-2... suivis de près par les 7-8.

Dans une bonne ambiance, avec des amis, en famille, ... : 30 %

- L'ambiance est sensiblement importante dans les mêmes proportions pour tous les groupes sociaux !

Au restaurant (être servi...) : 15 %

- Pas de gradient social.

Cuisiné avec amour : 7 %

- Peu de différences entre groupes sociaux.

Quelque chose que je n'ai pas l'habitude de manger : 5 %

- Pas de différences évidentes entre les groupes sociaux.

Avec des aliments « de luxe » : 4 %

- Plus souvent proposés par les groupes sociaux 1-2 (7 %) que par les 7-8 (2 %).

Manger de bons produits, des produits naturels,... : 4 %

- Peu de différences.

Manger en quantité : 2 %

- Aucune différence notable avec ces petits effectifs qui lient plaisirs et quantité.

Notion d'alimentation diététique, équilibrée : 1 %

- Petits effectifs.

### Synthèse du FOCUS 3 et discussion

- ⇒ Il y a peu de différence entre les groupes sociaux quant à leur conception d'une alimentation équilibrée. Plus de la moitié mettent en avant le fait de « manger de tout », un cinquième d'aliments à favoriser, un quart d'aliments à éviter.
- ⇒ Le « repas-plaisirs » est pour une grande majorité lié à la nature des aliments qui le composent (36 %), « l'ambiance » venant tout juste derrière dans tous les groupes sociaux.

## Focus 4 : Image de soi et indice de masse corporelle (IMC)

### Objectifs du focus

L'indice de masse corporelle est un indicateur de corpulence largement utilisé. Il est calculé en faisant le ratio du poids en kilos par la taille en mètre au carré et qualifié en fonction du résultat : « insuffisant » (IMC inférieur à 18,5), « normal » (de 18,5 à 25), « surpoids » (de 25 à 30), « obésité 1 » (de 30 à 35) et « obésité 2 » (ou « morbide ») (au-delà de 35).

Avec les trois questions suivantes (poids, taille et image de soi), nous voulions d'une part voir comment les affiliés interrogés se sentaient au niveau de leur corpulence, d'autre part avoir une idée de leur IMC et enfin avoir une idée du niveau de correspondance entre leur IMC calculée et l'image qu'ils ont d'eux-mêmes.

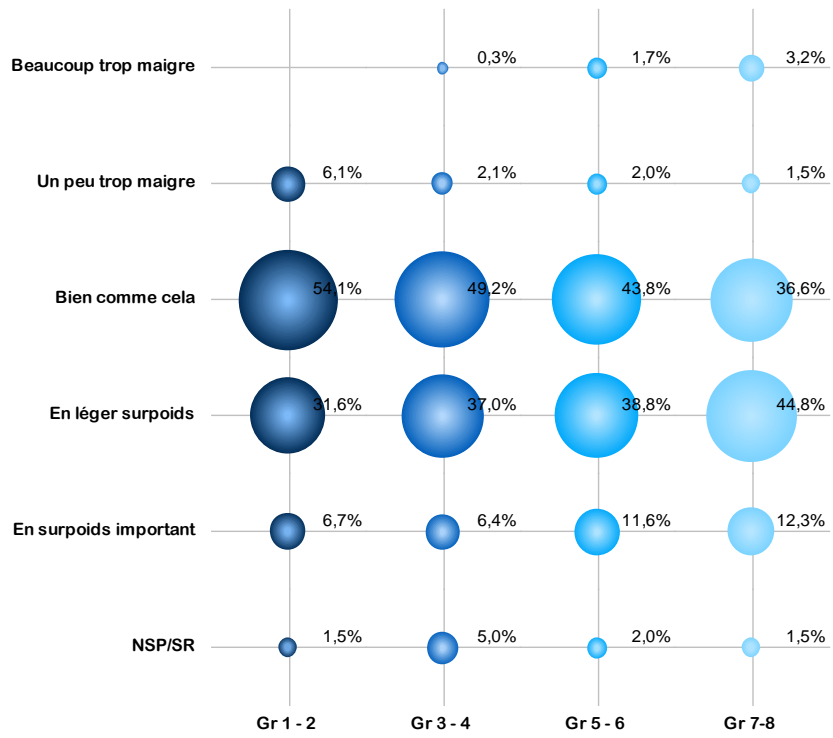
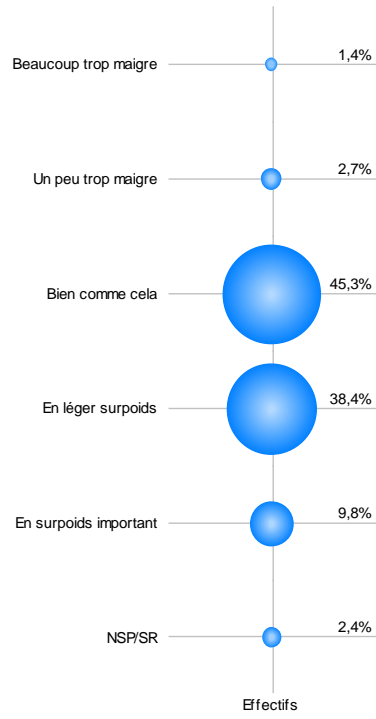
Insistons sur le fait que l'IMC est ici calculé à partir des données de poids et de taille déclarées et non pas mesurées.

A noter également que l'enquêteur posait ces trois questions en fin de questionnaire et en disant explicitement aux gens « ... vous n'êtes pas obligés de répondre. » On voit dans les tableaux que si seulement 2 % s'abstiennent à la question concernant la manière dont ils se trouvent, ils sont plus de 14 % à ne pas donner leur taille et leur poids. C'est le score le plus élevé de non réponses de tout le questionnaire, ce qui n'est évidemment pas anodin. Nous ferons quelques commentaires plus loin à ce propos.



**Vous trouvez-vous...** (Question 12j)

	Gr 1 - 2		Gr 3 - 4		Gr 5 - 6		Gr 7-8		Total	
Beaucoup trop maigre	0	0,0%	1	0,5%	7	1,8%	7	3,2%	14	1,4%
Un peu trop maigre	12	6,3%	4	2,0%	8	2,1%	3	1,4%	27	2,7%
Bien comme cela	104	54,2%	98	49,0%	171	43,8%	80	36,7%	453	45,3%
En léger surpoids	61	31,8%	74	37,0%	151	38,7%	98	45,0%	384	38,4%
En surpoids important	13	6,8%	13	6,5%	45	11,5%	27	12,4%	98	9,8%
NSP/SR	3	1,6%	10	5,0%	8	2,1%	3	1,4%	24	2,4%
Total	192	100,0%	200	100,0%	390	100,0%	218	100,0%	1.000	100,0%



Beaucoup trop maigre : 1 %

Petits effectifs. Tendance à un gradient social de 0 % des groupes sociaux 1-2 à 3 % des GS7-8

Un peu trop maigre : 3 %

Tendance à un gradient social passant de 6 % des groupes sociaux 1-2 à 1 % des 7-8

Bien comme cela : 45 %

Davantage d'hommes (50 %) que de femmes (41 %) se trouvent « bien comme cela ».

Au niveau des groupes sociaux, il existe un gradient social marqué allant de 54 % des groupes sociaux 1-2 à seulement 37 % des 7-8.

En léger surpoids : 38 %

On constate un gradient social allant de 32 % des groupes sociaux 1-2 à 45 % des 7-8.

En surpoids important : 10 %

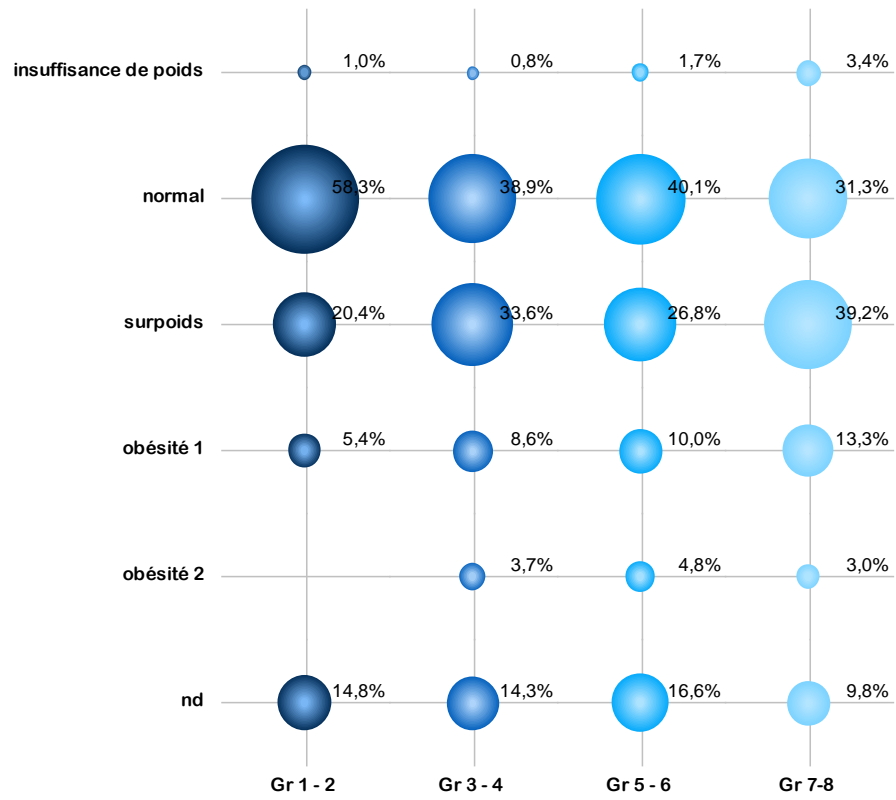
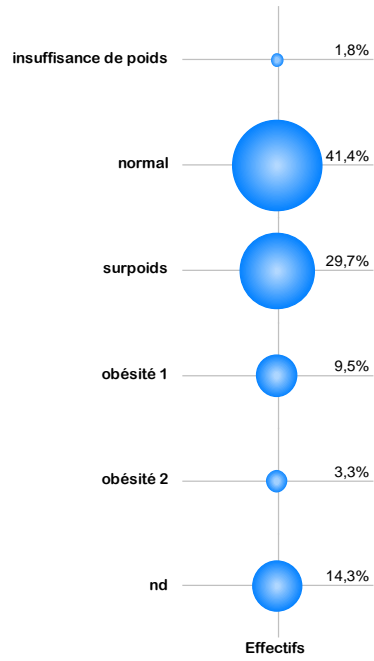
Sorte de « gradient des âges », de 4 % des moins de 26 ans à 16 % des plus de 60 ans.

Moins de groupes sociaux 1-2 et 3-4 (7 %) que des autres (12 %).

**Quel est votre poids ? Quelle est votre taille ? (Questions 12h et 12i). Calcul de l'IMC à partir des réponses.**

IMC

	Gr 1 - 2		Gr 3 - 4		Gr 5 - 6		Gr 7-8		Total	
insuffisance de poids	2	1,0%	2	1,0%	7	1,8%	7	3,2%	18	1,8%
normal	112	58,3%	78	39,0%	156	40,0%	68	31,2%	414	41,4%
surpoids	39	20,3%	67	33,5%	105	26,9%	86	39,4%	297	29,7%
obésité 1	10	5,2%	17	8,5%	39	10,0%	29	13,3%	95	9,5%
obésité 2	0	0,0%	7	3,5%	19	4,9%	7	3,2%	33	3,3%
nd	28	14,6%	29	14,5%	65	16,7%	21	9,6%	143	14,3%
Total	192	100,0%	200	100,0%	390	100,0%	218	100,0%	1.000	100,0%



### Non défini : 14 %.

Comme nous l'avons dit plus haut, c'est beaucoup et il faut en tenir compte dans l'analyse. Rappelons qu'ils n'étaient que 2 % à ne pas répondre à la question de l'image qu'ils ont d'eux-mêmes. Pourquoi les gens ne répondent-ils pas ? On peut imaginer que c'est parce qu'ils sont « trop gros » (majorité ?) ou « trop maigres » (petite minorité ?) ou en tout cas qu'ils pensent l'être. Peut-être les personnes interrogées trouvent-elles ces questions à propos de leur taille et leur poids trop intrusives, ce qui constitue également une sorte d'indicateur de « sensibilité » du sujet. On peut supposer que les IMC calculés à partir des réponses données par ceux qui ont bien voulu répondre et correspondant à des excès de poids (surpoids, obésité 1, obésité 2) sont en nombre inférieur à la réalité et ce d'autant plus que les non définis sont nombreux dans les catégories correspondantes. Il y a donc probablement plus de surpoids et d'obésités 1 et 2 parmi les affiliés que ce que le tableau montre.

A noter qu'il y a nettement plus de femmes (18 %) que d'hommes (10 %) qui ne donnent pas leur taille et leur poids, les plus de 60 ans et les moins de 26 ans sont surreprésentés (20 %), les groupes sociaux 7-8 sont moins nombreux (10 %) que les autres.

### Insuffisance de poids : 2 %

### Normal : 42 %

Tendance à la diminution avec l'âge, de 47 % des moins de 26 ans (et même 52 % des 26-35 ans) à 28 % seulement des plus de 60 ans.

Net gradient social avec un IMC normal chez pratiquement 2 fois plus de personnes des groupes sociaux 1-2 (58 %) que des GS7-8 (31 %) ! Le même gradient se retrouve au niveau des diplômes : à un « extrême », seulement 29 % des personnes sans diplôme ou diplômées du primaire ont un IMC « normal », à l'autre, les universitaires avec 56 % !

### Surpoids : 30 %

Nettement plus d'hommes (35 %) que de femmes (24 %).

Le surpoids semble également avoir tendance à progresser avec l'âge, de 26 % des moins de 26 ans à 35 % des plus de 60 ans.

Ici encore, il y a des différences marquées entre les groupes sociaux : près de deux fois moins de 1-2 (20 %) que de 7-8 (39 %).

Idem pour les diplômes : 2 X plus de « chances » de surpoids chez les personnes sans diplôme (39 %) et chez les diplômés du secondaire général, technique ou artistique inférieur (40 %) que chez les personnes avec diplôme supérieur non universitaire (20 %) ou universitaire (21 %).

### Obésité 1 : 10 %

Même si les effectifs sont relativement limités, on observe

- une tendance à l'augmentation avec l'âge, de 5 % avant 26 ans jusqu'à 12 % chez les 46-60 ans, mais avec redescende à 9 % après 60 ans.
- Un gradient social qui fait passer de 5 % des groupes sociaux 1-2 à 13 % des 7-8.

### Obésité 2 : 3 %

Même si ici les effectifs sont encore plus limités, l'enquête montre certaines tendances :

- Nette augmentation avec l'âge puisque l'on passe de 0 % avant 26 ans à 6 % chez les plus de 60 ans.
- Au niveau des groupes sociaux, on a 0 % chez les 1-2 et entre 3 et 5 chez les autres GS.
- 1 % seulement chez les universitaires, 9 % chez les diplômés du secondaire professionnel inférieur et 6 % chez les personnes sans diplôme ou diplômées du primaire.

### Croisements entre l'IMC et l'image corporelle

Quelle est la correspondance entre l'image que les affiliés ont de leur corpulence et l'IMC calculé à partir de ce qu'ils nous donnent comme poids et comme taille ?

Nous n'utiliserons pas les résultats de groupes aux effectifs trop petits.

Chez les groupes sociaux 1-2

		insuffisance de poids	normal	surpoids	obésité 1	obésité 2	nd	
		2	111	38	10	0	29	190
Beaucoup trop maigre	0	0	0	0	0	0	0	0
Un peu trop maigre	11	1	10	0	0	0	0	11
Bien comme cela	104	1	81	12	1	0	9	104
En léger surpoids	60	0	19	20	8	0	13	60
En surpoids important	12	0	1	5	1	0	5	12
NSP/SR	3	0	0	1	0	0	2	3
	190	2	111	38	10	0	29	190

		insuffisance de poids	normal	surpoids	obésité 1	obésité 2	nd
Beaucoup trop maigre	0%	0%	0%	0%	0%		0%
Un peu trop maigre	6%	50%	9%	0%	0%		0%
Bien comme cela	55%	50%	73%	32%	10%		31%
En léger surpoids	32%	0%	17%	53%	80%		45%
En surpoids important	6%	0%	1%	13%	10%		17%
NSP/SR	2%	0%	0%	3%	0%		7%

Dans les groupes sociaux 1-2,

- Parmi les personnes dont l'IMC est dans les normes (111),
  - o 9 % (10) se trouvent « un peu trop maigres »
  - o 73 % (81) se sentent « bien comme cela »
  - o 17 % (19) se trouvent « en léger surpoids »
- Parmi les personnes en surpoids (38),
  - o 32 % (12) se sentent « bien comme cela »
  - o 53 % (20) se trouvent « en léger surpoids »
  - o Et 13 % (5) « en surpoids important »
- Parmi les personnes avec obésité 1 (10),
  - o 10 % (1 !) se sentent « bien comme cela »
  - o 80 % (8) se trouvent « en léger surpoids »
  - o Et 10 % (1 !) « en surpoids important »

	insuffisance de poids	normal	surpoids	obésité 1	obésité 2	nd
Beaucoup trop maigre						
Un peu trop maigre	9%	91%	0%	0%	0%	0%
Bien comme cela	1%	78%	12%	1%	0%	9%
En léger surpoids	0%	32%	33%	13%	0%	22%
En surpoids important	0%	8%	42%	8%	0%	42%
NSP/SR	0%	0%	33%	0%	0%	67%

Toujours dans les groupes sociaux 1-2,

- Parmi les personnes qui se trouvent « un peu trop maigres » (11),
  - o 9 % (1) sont en effet en insuffisance de poids
  - o 91 % (10) ont un IMC normal
- Parmi celles qui se trouvent « bien comme cela » (104),
  - o 78 % (81) ont en effet un IMC dans la norme
  - o 12 % (12) sont en surpoids
  - o 1 % (1) présentent une obésité 1
  - o 9 % (9) ne donnent pas leur poids et taille
- Parmi les personnes qui estiment avoir un « léger surpoids » (60),
  - o 32 % (19) ont en réalité un IMC dans la norme
  - o 33 % (20) sont en effet en surpoids
  - o 13 % (8) présentent une obésité 1
  - o Et 22 % (13) ne répondent pas aux questions concernant poids et taille
- Parmi les affiliés qui s'estiment « en surpoids important » (12),
  - o 8 % (1 !) ont un IMC dans la norme
  - o 42 % (5) sont en surpoids
  - o 8 % (1 !) ont en effet une obésité 1
  - o 42 % (5) ne répondent pas aux questions poids et taille



Chez les groupes sociaux 7-8

	Total	insuffisance de poids	normal	surpoids	obésité 1	obésité 2	nd	
		8	68	85	30	7	21	219
Beaucoup trop maigre	7	4	3	0	0	0	0	7
Un peu trop maigre	3	1	1	1	0	0	0	3
Bien comme cela	81	3	42	21	6	3	6	81
En léger surpoids	98	0	22	55	10	0	11	98
En surpoids important	27	0	0	7	14	4	2	27
NSP/SR	3	0	0	1	0	0	2	3
	219	8	68	85	30	7	21	

		insuffisance de poids	normal	surpoids	obésité 1	obésité 2	nd
Beaucoup trop maigre	3%	50%	4%	0%	0%	0%	0%
Un peu trop maigre	1%	13%	1%	1%	0%	0%	0%
Bien comme cela	37%	38%	62%	25%	20%	43%	29%
En léger surpoids	45%	0%	32%	65%	33%	0%	52%
En surpoids important	12%	0%	0%	8%	47%	57%	10%
NSP/SR	1%	0%	0%	1%	0%	0%	10%

Dans les groupes sociaux 7-8,

- Parmi les personnes dont l'IMC est dans les normes (68),
  - o 4 % (3) se trouvent « beaucoup trop maigres »
  - o 1 % (1 !) se trouvent « un peu trop maigres »
  - o 62 % (42) se sentent « bien comme cela »
  - o 32 % (22) se trouvent « en léger surpoids »
- Parmi les personnes en surpoids (85),
  - o 25 % (21) se sentent « bien comme cela »
  - o 65 % (55) se trouvent « en léger surpoids »
  - o Et 8 % (7) « en surpoids important »
- Parmi les personnes avec obésité 1 (30),
  - o 20 % (6) se sentent « bien comme cela »
  - o 33 % (10) se trouvent « en léger surpoids »
  - o Et 47 % (14) « en surpoids important »

	insuffisance de poids	normal	surpoids	obésité 1	obésité 2	nd
Beaucoup trop maigre	57%	43%	0%	0%	0%	0%
Un peu trop maigre	33%	33%	33%	0%	0%	0%
Bien comme cela	4%	52%	26%	7%	4%	7%
En léger surpoids	0%	22%	56%	10%	0%	11%
En surpoids important	0%	0%	26%	52%	15%	7%
NSP/SR	0%	0%	33%	0%	0%	67%

Toujours dans les groupes sociaux 7-8,

- Parmi les personnes qui se trouvent « un peu trop maigres (3),
  - o 33 % (1 !) sont en effet en insuffisance de poids
  - o 33 % (1 !) ont un IMC normal
  - o 33 % (1 !) sont en surpoids
- Parmi celles qui se trouvent « bien comme cela » (81),
  - o 4 % (3) sont en insuffisance pondérale
  - o 52 % (42) ont en effet un IMC dans la norme
  - o 26 % (21) sont en surpoids
  - o 7 % (6) présentent une obésité 1
  - o 4 % (3) présentent une obésité 2
  - o 7 % (6) ne donnent pas leur poids et taille
- Parmi les personnes qui estiment avoir un « léger surpoids » (98),
  - o 22 % (22) ont en réalité un IMC dans la norme
  - o 56 % (55) sont en effet en surpoids
  - o 10 % (10) présentent une obésité 1
  - o Et 11 % (11) ne répondent pas aux questions concernant poids et taille
- Parmi les affiliés qui s'estiment « en surpoids important » (27),
  - o Aucun n'a un IMC dans la norme
  - o 26 % (7) sont en surpoids
  - o 52 % (14) ont une obésité 1
  - o 15 % (4) une obésité 2
  - o 7 % (2) ne répondent pas aux questions concernant leur poids et taille

## Synthèse du FOCUS 4 et discussion

- ⇒ **Point de vue corpulence, 45 % des affiliés interrogés se trouvent « bien comme cela », 41 % des répondants ont un IMC dans les limites de la normals, 30 % sont en surpoids, 13 % présentent une obésité 1 ou 2, 14 % ne donnent pas leur poids et leur taille.**
- ⇒ **54 % des groupes sociaux 1-2 sont satisfaits de leur corpulence contre 37 % des GS7-8. Les différences se marquent aussi nettement quant à l'IMC : 58 % « normal » parmi les groupes sociaux 1-2 contre 31 % chez les GS7-6, 2 fois plus de surpoids (39 % versus 20 %) et 3 fois plus d'obésité (16 % versus 5 %) dans les GS7-8 que 1-2.**
- ⇒ **Mais les groupes sociaux 7-8 sont moins nombreux (10 %) que les autres (autour de 15 %) à ne pas donner leur poids et leur taille.**
- ⇒ **Le croisement « image de soi X IMC » est délicat à interpréter quant aux différences entre les groupes sociaux. Il semble néanmoins d'une part que les groupes sociaux 7-8 se jugent « plus sévèrement » que les GS1-2 alors qu'ils ont un IMC normal : ils ne sont alors que 62 % à se trouver « bien comme cela » contre 73 % des GS1-2 .Ils sont quasi 2 fois plus à se trouver « en léger surpoids (32 % versus 17 %). D'autre part, ils s'estiment plus souvent « bien comme cela » alors qu'ils sont en surpoids (26 % des GS7-8 contre 12 % des 1-2) ou obèses (11 % contre 1%).**