

# L'évolution des consommations alimentaires sous l'angle nutritionnel dans les années 2000-2010

**D'**un point de vue nutritionnel, l'évolution des consommations alimentaires peut être interprétée par la comparaison des consommations alimentaires observées en population aux recommandations alimentaires issues du Programme national nutrition santé (PNNS). Ces recommandations ne sont généralement pas atteintes : consommation insuffisante de fruits et légumes, féculents et produits laitiers [48], recommandations de réduire la consommation de sel, de sucres et de matières grasses. L'évaluation des consommations est compliquée par l'évolution des consommations alimentaires sur une longue période. Celle-ci est marquée par l'augmentation de la consommation de produits transformés en substitution des aliments bruts ou peu transformés. Cette tendance est liée à la baisse sur le long terme du temps passé à préparer les repas. Elle apparaît comme une tendance lourde car elle est portée par des phénomènes générationnels, les générations récentes consommant davantage de produits transformés que les générations plus anciennes [43]. Cette évolution rend l'étude nutritionnelle des tendances de consommation assez difficile car il n'est pas toujours possible de disposer de nomenclatures comparables compte tenu de l'innovation permanente dans le secteur des aliments transformés. Cependant, le regroupement en très larges catégories d'aliments permet d'identifier et d'interpréter des évolutions.

## Les évolutions des consommations alimentaires : plus de fruits, moins de produits sucrés (hors boissons sucrées), moins de viandes rouges et de produits laitiers, moins de boissons alcoolisées

La répétition à huit années d'intervalles, en 1999

et 2007, de l'étude individuelle et nationale sur les consommations alimentaires [30] a permis d'identifier plusieurs évolutions des habitudes alimentaires malgré une assez grande permanence de celles-ci quand on les observe à un niveau très agrégé (tableau 1). Par exemple, la consommation de féculents chez les adultes de 18 ans et plus était globalement stable dans la période, alors que la consommation de pâtes et riz augmentait (+14,3 %) et la consommation de pain, biscottes et produits de panification diminuait (-7,4 %).

L'évolution de la consommation de boissons sucrées n'avait pas pu être évaluée en raison d'améliorations méthodologiques. D'autres sources avaient montré qu'elle était plutôt en augmentation dans la période [14]. En revanche, la consommation des autres aliments sucrés était plutôt en décroissance, sauf celle du chocolat, des glaces et desserts glacés. La consommation des produits laitiers était plutôt en baisse (-11,8 % chez les adultes), ce qui était dû en particulier à la diminution de consommation du lait et des fromages, compensée en partie seulement par l'augmentation de la consommation de yaourts et produits laitiers frais. Les aliments carnés étaient aussi en érosion, surtout les viandes rouges et les œufs et dérivés. L'augmentation de la consommation de fruits et légumes (+10,3 %) était due essentiellement à la hausse des fruits et des compotes, alors que les légumes étaient stables (tableau 1).

Comme indiqué plus haut, certains produits transformés étaient difficilement décomposables en ingrédients, comme les pizzas ou les crêpes, et ils ont été conservés tels quels. Parmi ces produits composés, les plats à base de légumes comme la moussaka ou les légumes farcis étaient en nette augmentation chez les

**Jean-Luc Volatier**  
**Carine Dubuisson**  
**Ariane Dufour**  
**Sabrina Havard**

Direction de l'évaluation du risque, Agence nationale de sécurité sanitaire, de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses)

**Lionel Lafay**  
Département Observation, Veille Évaluation, Institut national du cancer  
**Sandrine Lioret**  
Inserm U1018  
**Mathilde Touvier**  
Inserm U1153

tableau 1

### Évolution des consommations alimentaires individuelles des 18-79 ans entre 1999 et 2007 (études INCA1 et INCA2)

	Hommes	Femmes	Ensemble
Féculents	-4,0 % *	-4,8 % *	-2,5 % ns
Aliments sucrés hors boissons	-13,5 % ***	-8,8 % **	-10,9 % ***
Produits laitiers	-6,1 % ns	-16,1 % ***	-11,8 % ***
Viandes, poissons, œufs	-6,5 % ***	-9,1 % ***	-6,2 % ***
Fruits et légumes	+6,3 % *	+14,1 % ***	+10,3 % ***

ns non significatif, \* p < 0,05, \*\* p < 0,01, \*\*\* p < 0,001.

Les références entre crochets renvoient à la Bibliographie générale p. 48.



## La nutrition : des constats aux politiques

adultes (+ 28,9 %). Par conséquent, la consommation de légumes en tant qu'ingrédients a pu être sous-estimée dans cette étude d'évolution.

Pour les enfants et adolescents, les évolutions de consommation alimentaire étaient assez semblables à celles des adultes : diminution des consommations de produits laitiers, du pain, des produits sucrés hors boissons et des viandes rouges. La consommation de compotes était en augmentation et celle des légumes et des produits de la mer était stable [30].

Ces évolutions générales étaient concordantes avec d'autres sources d'information, en particulier les données de consommation apparente publiées par l'Insee, c'est-à-dire de bilan entre production et importation d'un côté, exportation de l'autre [27]. Le Baromètre nutrition adultes de l'Inpes a montré également des évolutions très cohérentes : que les pourcentages de petits consommateurs de fruits et de petits consommateurs de légumes ont diminué entre 2002 et 2008, alors qu'ils étaient restés stables entre 1996 et 2002, ce qui confirme l'augmentation de la consommation de fruits et légumes sur la période. Les taux de consommations de féculents ont plutôt baissé, ceux des produits laitiers sont restés globalement stables sur la période, le taux de consommation de produits sucrés hors boissons a diminué alors que celui des boissons sucrées a augmenté [14].

### Les évolutions d'apports nutritionnels : moins de sel, plus de calcium, stabilité des lipides, glucides et protides chez les adultes et baisse des apports énergétiques chez les 3-14 ans

En raison de compensations entre apports en macronutriments en provenance des différents aliments, les

apports énergétiques et les apports en glucides, lipides et protéines sont assez stables dans les années 2000 (tableau 2). On observe cependant pour les adultes de 18 ans et plus une augmentation des apports en glucides simples (+5,9 % entre 1999 et 2007) compensée par une baisse des apports en glucides complexes (-5,3 %). Les apports en fibres et en lipides sont en légère hausse (respectivement +2,7 % et +2,6 %) et les apports en calcium ont augmenté (+8,7 %) malgré la baisse de consommation des produits laitiers en g/j. Chez les enfants de 3 à 14 ans, la baisse des apports énergétiques de -7,5 % entraîne la baisse d'apports de nombreux nutriments, sauf le calcium qui reste stable. Chez les adolescents de 15 à 17 ans, on n'observe pas de tendance significative dans les apports nutritionnels.

Une étude spécifique sur les apports en sel, menée avec un échantillon non exhaustif d'aliments, montre une baisse des apports sur la période 2003-2011 de 14,5 % pour les adultes et de 13,6 % pour les enfants et adolescents [1]. Même si cette étude est marquée par une certaine incertitude en raison du suivi d'un ensemble de seulement 48 aliments appartenant à différents groupes vecteurs de sel tels que le pain, les fromages, les soupes, les charcuteries, les autres produits céréaliers, les pizzas et quiches et les plats composés, on peut conclure à une baisse significative des apports en sel dans la période.

### Depuis 2007, les informations partiellement disponibles vont dans le sens d'une poursuite des tendances observées dans les années 2000 mais elles restent à confirmer

Depuis les études INCA2 et ENNS en 2007, plusieurs études ont apporté un éclairage partiel sur l'évolution

tableau 2

#### Évolution des apports nutritionnels des adultes de 18-79 ans entre 1999 et 2007 (études INCA1 et INCA2)

	Hommes	Femmes	Ensemble
Énergie totale <sup>a</sup>	-0,4 % ns	+0,3 % ns	+1,3 % ns
Énergie protides	-1,1 % ns	-4,4 % ***	-2,6 % ***
Énergie glucides	-0,1 % ns	+0,1 % ns	0,0 % ns
Énergie lipides	+0,6 % ns	+1,9 % **	+1,1 % *
Protides	-1,3 % ns	-3,5 % ***	-0,9 % ns
Glucides disponibles	-0,4 % ns	+0,6 % ns	+1,3 % ns
Amidon	-6,8 % ***	-7,2 % ***	-5,3 % ***
Glucides simples	+4,9 % *	+5,8 % **	+5,9 % ***
Fibres	-2,5 % ns	+6,7 % **	+2,7 % *
Lipides	+0,4 % ns	+2,7 % *	+2,6 % **
Calcium	+8,9 % ***	+7,1 % ***	+8,7 % ***

ns non significatif, \* p < 0,05, \*\* p < 0,01, \*\*\* p < 0,001.

a. protides, glucides, lipides, alcool, polyols, acides organiques.

des consommations alimentaires en France, principalement sous l'angle économique.

La Comptabilité nationale apporte des données d'évolution des consommations en indice de volume qui intègrent les améliorations qualitatives de l'offre et ne peuvent donc pas être aisément interprétées d'un point de vue nutritionnel.

Les études Kantar Worldpanel ont apporté régulièrement des données sur les achats des ménages mais ne font pas l'objet d'une publication systématique. Dans le domaine des fruits et légumes, les publications annuelles de FranceAgrimer montrent une certaine stabilité des achats de fruits et légumes frais entre 2007 et 2013 avec des fluctuations d'une année sur l'autre selon les conditions climatiques et l'offre disponible [19]. Cependant, cette analyse ne prend pas en compte les consommations de fruits et légumes transformés comme les compotes, les jus de fruits, les conserves et les surgelés. Dans les années passées, la consommation de ces groupes d'aliments avait été globalement plus dynamique que celle des fruits et légumes frais.

Dans le domaine des viandes, le service statistique du ministère en charge de l'agriculture a publié en décembre 2013 une étude montrant une baisse des consommations de viande de porc et de bœuf compensée par une augmentation des consommations de volailles sur la période 2007-2012 [3]. Cette étude est confortée par les résultats de l'étude individuelle CCAF 2010 du Crédoc qui montre également une baisse des consommations individuelles de viandes rouges entre 2007 et 2010 [26].

Pour les produits laitiers, on observe sur la période 2009-2012 une stabilité de la consommation globale (achats des ménages Kantar Worldpanel + restauration hors domicile Gira) avec une relative diminution des consommations de beurre (-4 %) et de lait (-2 %) compensée par une augmentation des consommations de crème fraîche (+8 %) et de fromage blanc (+7 %) et dans une moindre mesure des fromages (+4 %) [6]. Par rapport aux évolutions constatées entre les études INCA1 et INCA2, on observe une inflexion avec l'arrêt de la progression de l'ultrafrais laitier (yaourts, fro-

mages blancs, desserts lactés) et l'arrêt de la baisse de consommation des fromages.

### Conclusion

En raison de l'augmentation tendancielle sur une longue période de la consommation de produits transformés et la diminution de la consommation de produits bruts ou peu transformés, il n'est pas aisé d'identifier des évolutions de consommation alimentaire qui fassent sens d'un point de vue nutritionnel. Néanmoins, il a été possible de mettre en évidence une certaine amélioration moyenne de la qualité nutritionnelle de notre alimentation dans les années 2000, notamment l'augmentation de la consommation de fruits et la baisse d'apports en sel, avec cependant des points d'attention au sujet des boissons sucrées ou des produits transformés gras. Il n'est pas possible, en toute rigueur, d'attribuer les améliorations constatées à la politique nutritionnelle qui a été lancée à la même époque, sauf peut-être pour la diminution des apports sodés qui s'explique en grande partie par les diminutions de concentration en sel de certains aliments courants comme les soupes et les céréales de petit-déjeuner. Ces évolutions plutôt favorables sont tempérées par le constat d'inégalités nutritionnelles, en particulier pour la consommation de boissons sucrées et pour l'insuffisante consommation de fruits et légumes [2].

Au début des années 2010, il n'est pas possible de dire si ces tendances se sont maintenues ou si elles se sont infléchies. Cependant, quelques signaux tels que la poursuite de la baisse de la consommation des viandes rouges vont dans le sens d'un maintien des tendances constatées dans les années 2000. On peut s'attendre également à une poursuite de la baisse des apports en sel, compte tenu des diminutions de teneurs en sel dans les aliments constatées entre 2007 et 2011, des contenus des chartes PNNS et des accords collectifs du Programme national de l'alimentation (PNA). Il appartiendra au volet nutritionnel de l'étude Esteban lancée en 2014 par l'InVS de mesurer des évolutions par rapport à l'étude ENNS 2007 ; l'étude INCA3 lancée simultanément en 2014 ayant modifié significativement sa méthodologie par rapport à l'étude INCA2 pour suivre les recommandations européennes. †