

Consommations alimentaires en Languedoc-Roussillon

Les pratiques et consommations alimentaires ont connu au cours des dernières décennies des mutations profondes, concomitantes des évolutions des habitudes de vie et des technologies. L'alimentation a gagné en diversité et en complexité et le fait le plus marquant aura été le développement des plats préparés et de la restauration rapide. Au quotidien, notre alimentation est dépendante de multiples facteurs eux-mêmes largement dépendants de la génération et de la catégorie socio-professionnelle. L'acte alimentaire est soumis à des contraintes économiques, organisationnelles, voire sanitaires mais comporte toujours une dimension de plaisir et de relation sociale. Selon la période de l'année, le jour de la semaine, l'heure, le contexte et la commensalité, la composition de nos repas, la préparation des aliments et la façon de les consommer varient considérablement.



Les boissons alcoolisées occupent une place à part dans l'alimentation, et particulièrement en tant que déterminant sanitaire, par la gravité des conséquences de leur consommation. À l'instar des autres aliments, cette consommation a fortement évolué au cours des dernières décennies, qu'il s'agisse des quantités consommées, du type de boissons ou de leur qualité. Si les alcools restent ancrés dans nos modes de vie, la pression culturelle et sociétale a évolué devant la prise de conscience du risque, de sorte que la modération, voire l'abstinence sont socialement largement acceptées. Cependant, les consommations à risque demeurent à un niveau très préoccupant, tout en ayant changé dans leur nature : en regard d'une diminution de la consommation régulière, s'installent au premier plan des conduites d'alcoolisation aiguës dont les déterminismes culturels, géographiques et sociaux ne sont plus les mêmes. Compte tenu du délai d'installation des pathologies spécifiquement liées à l'alcool, la seule prise en compte des indicateurs de morbidité et mortalité ne fournit qu'une observation rétrospective et décalée des comportements.

Pour orienter et évaluer les politiques de prévention, une connaissance fine des pratiques alimentaires est particulièrement intéressante, y compris au plan régional. En effet, bien qu'une tendance à la standardisation se soit affirmée ces dernières années, les évolutions des modes d'alimentation n'ont pas gommé une dimension traditionnelle liée aux cultures et, de ce fait, génératrice de disparités entre pays et, à l'intérieur des pays. À partir du relevé de l'alimentation de la veille, ce document décrit de façon détaillée, par type d'aliment, les comportements alimentaires des habitants du Languedoc-Roussillon en analysant les différences d'ordre socio-économique ou générationnel ainsi que les écarts avec la moyenne nationale. Les résultats sont confrontés aux repères du Programme national nutrition santé (PNNS) de façon à situer la région en matière de comportements alimentaires. Un sous-chapitre particulier est consacré aux boissons alcoolisées. Dans les limites des informations recueillies, qui ne permettent pas d'évaluer la chronicité ni la répétition des comportements, des indications sont apportées quant au dépassement des seuils de consommation préconisés.

Introduction	1	Produits gras et salés	10
Fruits et légumes	2	Produits sucrés	13
Féculents	4	Boissons alcoolisées	16
Produits laitiers	6	Plats préparés et produits « bio »	21
Viande-Poisson-Œufs	8	Méthodologie	23
Connaissances et suivi des repères PNNS	9	Synthèse	24

→ Fruits et légumes

→ Repères PNNS et indicateurs

Le Programme national nutrition santé recommande de manger au moins 5 fruits et légumes par jour :

- à chaque repas et en cas de petits creux,
- crus, cuits, nature ou préparés,
- frais, surgelés ou en conserve.

Dans le PNNS 2001-2005, un « petit consommateur de fruits » est défini comme consommant quotidiennement moins d'une portion et demie de fruits, et un « petit consommateur de légumes », comme consommant quotidiennement moins de deux portions de légumes.

Dans le Baromètre santé nutrition, la consommation est mesurée en termes de prise et non de portion (cf. méthodologie spécifique - p. 23). Aussi, sont considérés comme petits consommateurs de fruits les individus ayant consommé des fruits une fois ou moins la veille de l'enquête. La même définition s'applique aux petits consommateurs de légumes.

Les soupes de légumes sont incluses dans le groupe des fruits et légumes. Par contre, les jus de fruits ont été exclus dans la mesure où le rappel des 24 heures ne permettait pas de distinguer les jus « sans sucre ajouté ». Dans les recommandations PNNS, un verre (pour les adultes) et un demi verre (pour les enfants) de jus sans sucre ajouté peut constituer un des cinq fruits et légumes par jour.

Les habitants en région, plus nombreux que l'ensemble des Français à consommer au moins 5 fois des fruits et légumes

En Languedoc-Roussillon, les habitants ont consommé des fruits et des légumes en moyenne 2,9 fois la veille de l'enquête (2,7 fois au niveau national). Un tiers en a consommé une ou deux fois et 41,1 % trois ou quatre fois. Ils sont 16,7 % à déclarer en avoir consommé au moins cinq fois la veille, comme le recommande le PNNS. Cette proportion est plus élevée en région qu'en France métropolitaine (12,2 %). Les personnes ayant déclaré n'avoir mangé aucun fruit et aucun légume sont peu nombreuses en Languedoc-Roussillon (4,6 % vs 6,9 % au niveau national).

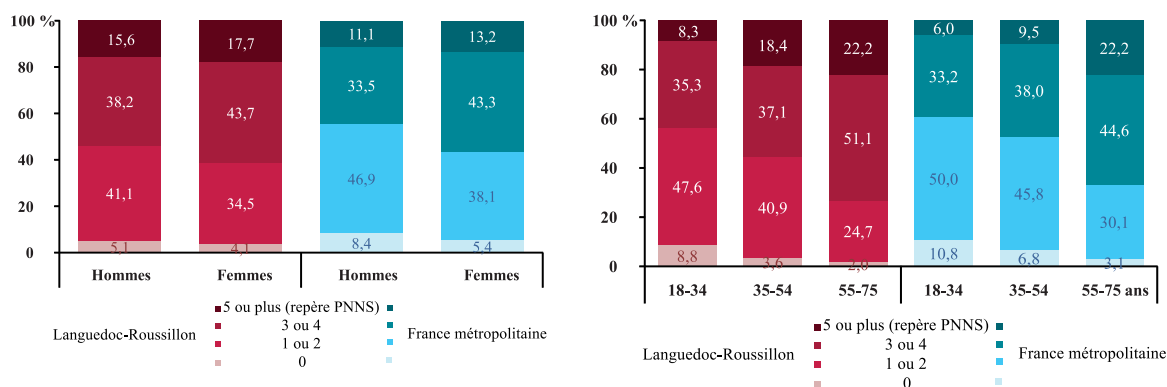
La proportion de personnes en région ayant atteint le repère PNNS relatif à la consommation de fruits et légumes varie suivant l'âge, le sexe et la situation professionnelle : 22,2 % des 55-75 ans ont une consommation de fruits et légumes conforme aux

repères contre 8,3 % des 18-34 ans (Figure 1). Chez les femmes, 17,7 % l'ont également atteint contre 15,6 % des hommes. En revanche, les personnes au chômage ont une consommation de fruits et légumes très éloignée des repères (3,5 % contre 17,0 % des personnes en activité).

Une meilleure atteinte du repère PNNS relatif à la consommation des fruits et légumes chez ceux connaissant bien ce repère

Comme au niveau national, la proportion de personnes qui a suivi le repère PNNS relatif à la consommation de fruits et légumes et résidant en Languedoc-Roussillon est plus importante chez les personnes qui connaissent bien ce repère. Ainsi, 17,0 % des personnes ayant bien intégré ce repère ont déclaré avoir mangé au moins cinq fruits et légumes la veille de l'interview contre 13,8 % chez ceux qui ne le connaissent pas.

Figure 1 : Consommations de fruits et légumes la veille de l'enquête selon le sexe et l'âge



Source : Baromètre Santé nutrition 2008 - ORS Languedoc-Roussillon, Inpes - Exploitation : ORS L-R

Différence significative entre la région et la France métropolitaine. Différence entre les classes d'âge extrêmes en Languedoc-Roussillon et entre les 3 classes d'âge en France métropolitaine. Différence selon le sexe.

2

→ Aide méthodologique à la lecture des graphiques

Chaque figure présente les résultats en Languedoc-Roussillon et en France métropolitaine. Ils sont redressés sur l'âge, le sexe, le diplôme et la taille d'agglomération¹, ce qui permet d'être représentatif de la population régionale et de France métropolitaine. Sous chaque figure, une phrase indique dans un bandeau rouge si des différences significatives sont observées entre les niveaux régional et national, et ce, en tenant compte des différences de structure qui peuvent subsister entre les deux populations (ajustement sur le sexe, l'âge, le niveau de diplôme, la situation professionnelle, la structure du foyer et le fait d'habiter une zone rurale ou non - cf. méthodologie p.25). Ceci peut expliquer que certains résultats semblent différents entre la région et la France métropolitaine, contrairement à ce qui est mentionné sous le graphique. De plus, s'il s'agit de variables croisées (selon le sexe, l'âge...), une phrase indique si des différences significatives sont observées pour ce croisement, toutes choses égales par ailleurs. Si aucune zone géographique n'est mentionnée, les différences sont observées en région comme en France métropolitaine. Dans le cas contraire, les différences sont observées uniquement dans la zone spécifiée.

¹ Pour le Languedoc-Roussillon, le redressement a été réalisé à partir du bilan démographique de 2006 (sexe et âge) et des données de l'enquête Emploi 2007 (diplôme et taille d'agglomération) et pour la France à partir de l'enquête Emploi 2007.

Plus des deux tiers des habitants du Languedoc-Roussillon ont déclaré avoir mangé au plus une fois des fruits la veille de l'enquête...

Près d'un tiers (32,3 %) des habitants en région déclare n'avoir mangé aucun fruit la veille de l'enquête, 35,8 % une fois, 23,5 % deux et 8,5 % trois fois ou plus.

La proportion de personnes ayant déclaré manger au plus une fois des fruits (68,0 %), désignées ici comme « petits consommateurs » de fruits est proche de celle du niveau national (71,8 %).

En Languedoc-Roussillon, la proportion de « petits consommateurs » de fruits varie en fonction de l'âge et de la situation professionnelle. Elle décroît quand l'âge augmente passant ainsi de 78,9 % chez les 18-34 ans à 57,2 % chez les 55-75 ans (Figure 2). De plus, les personnes au chômage sont plus nombreuses à être des « petits consommateurs » de fruits que celles occupant un emploi (87,2 % contre 68,9 %). Enfin, une proportion élevée de « petits consommateurs » de fruits est également associée à des niveaux de revenus dits intermédiaires² (70,1 % contre 64,4 % chez les niveaux de revenus les plus élevés c'est-à-dire supérieur ou égal à 1 500 €).

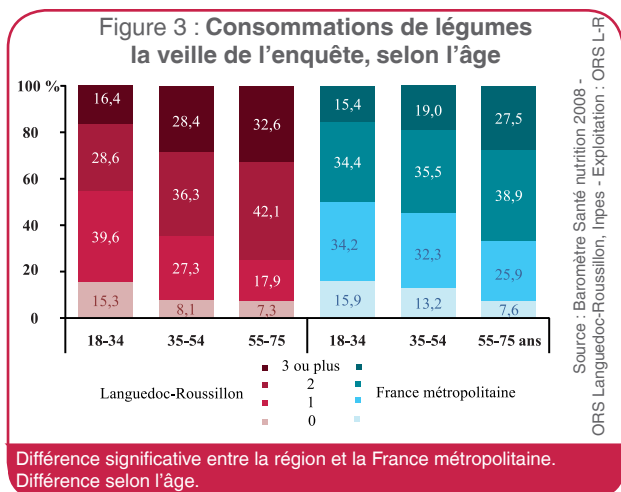
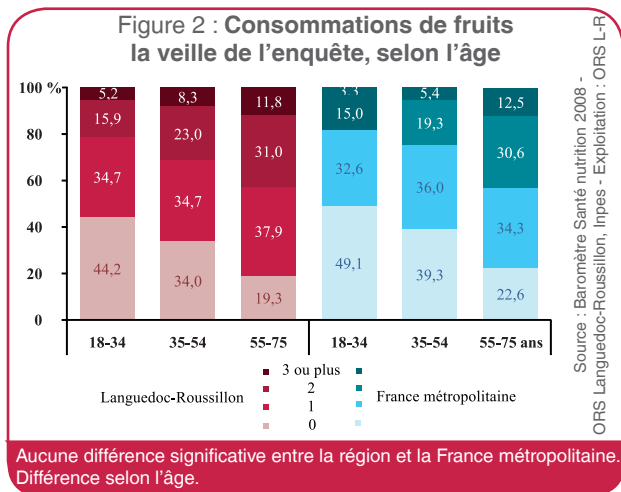
...et plus d'un tiers des habitants considérés comme des petits consommateurs de légumes

Près d'une personne sur dix (9,9 %) déclare en région, n'avoir mangé aucun légume la veille de l'enquête, 27,9 % ont déclaré en avoir consommé une fois, 35,9 % deux et 26,3 % trois fois ou plus.

La proportion de personnes ayant déclaré manger au plus une fois des légumes, désignées ici comme « petits consommateurs de légumes » est plus faible en région qu'au niveau national (37,8 % contre 43,4 %).

En Languedoc-Roussillon, la proportion de petits consommateurs de légumes est plus importante chez les personnes plus jeunes et chez les hommes. En effet, plus de la moitié des personnes de 18 à 34 ans déclare avoir mangé au plus une fois des légumes la veille de l'enquête contre un quart des 55-75 ans (Figure 3). De plus, la proportion de « petits consommateurs de légumes » est de 40,4 % pour les hommes contre 35,4 % pour les femmes. Cette proportion est également plus importante chez les personnes au chômage : 59,4 % contre 42,8 % pour celles qui occupent un emploi.

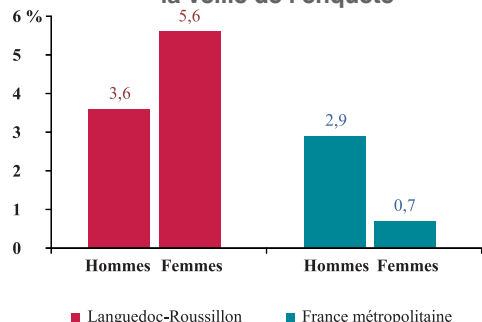
Enfin, une proportion élevée de « petits consommateurs » de légumes est également associée à des niveaux de revenus bas (46,6 % des niveaux de revenu inférieur à 900 € contre 32,2 % chez les niveaux de revenu les plus élevés).



→ Évolution 2002/2008

Comme au niveau national, la proportion de personnes de 18-75 ans interrogées en Languedoc-Roussillon ayant consommé au moins 5 fois des fruits et légumes la veille de l'enquête, a augmenté en 2008 de 4,6 points. L'augmentation est plus importante chez les femmes (+5,6 points). L'évolution de la part de petits consommateurs de légumes a diminué en 2008 (- 5,1 points) et celle de la part de petits consommateurs de fruits est restée stable.

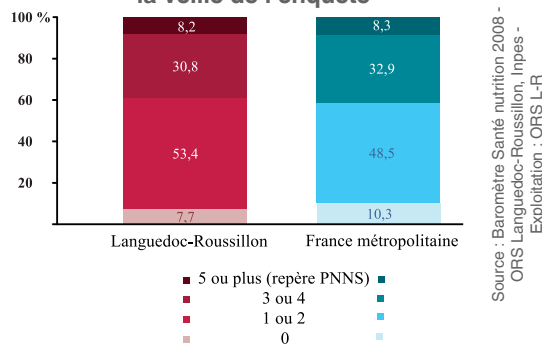
Évolution de la consommation d'au moins 5 fois des fruits et légumes la veille de l'enquête



→ Zoom 12 - 17 ans

En moyenne, les adolescents de la région consomment des fruits ou des légumes 2,3 fois par jour. La moitié des adolescents (53,4 %) déclare en avoir mangé une ou deux fois, près d'un tiers (30,8 %) trois ou quatre fois et seulement 8,2 % au moins cinq fois.

Consommation de fruits et légumes la veille de l'enquête



² Revenus mensuels par unité de consommation compris entre 900 et 1 499 €.

→ Féculents

→ Repères PNNS et indicateurs

Le Programme national nutrition santé recommande de manger des féculents à chaque repas et selon l'appétit et de :

- favoriser les aliments céréaliers complets ou le pain bis,
- privilégier la variété.

Le groupe des féculents intègre : le pain, les céréales (de type pâtes, riz, blé, semoule), les céréales prêtes à consommer (appelées parfois « céréales du petit-déjeuner »), les pommes de terre et les légumes secs.

Le nombre de prises de féculents au sein d'un repas n'étant pas limité dans la formulation de ce repère, il a été considéré qu'il correspondait à la consommation de féculents au moins trois fois par jour.

Plus des deux tiers ont suivi le repère PNNS relatif à la consommation de féculents

En Languedoc-Roussillon, les habitants ont consommé en moyenne 3,2 portions de féculents la veille de l'enquête (autant au niveau national). Très peu de personnes (1,2 %) déclarent n'avoir mangé aucun féculent la veille. Près de trois personnes sur dix (29,8 %) déclarent en avoir mangé une ou deux fois. Plus des deux tiers (68,9 %) déclarent avoir consommé trois fois ou plus des féculents. Cette proportion varie en fonction de l'âge, du genre et de la structure familiale : 59,7 % des 18-34 ans ont déclaré en avoir mangé au moins trois fois ou plus contre 69,3 % des 35-54 ans et 76,8 % des 55-75 ans (Figure 4). Les hommes sont 72,2 % à avoir une consommation conforme aux repères contre 65,9 % chez les femmes (Figure 4). Enfin, les personnes vivant dans un foyer avec enfant (74,6 %) ou sans enfant (70,5 %) sont plus nombreuses à avoir atteint ce niveau de consommation que les personnes qui vivent seules (59,2 %).

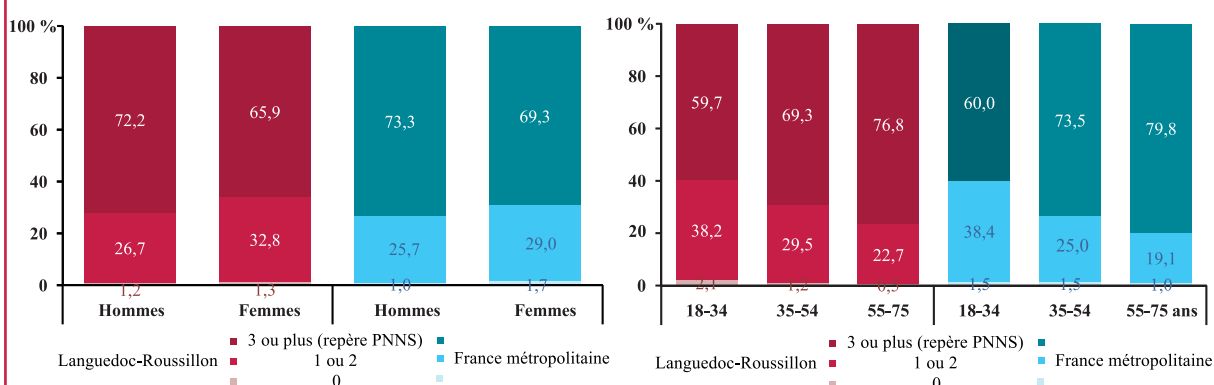
En revanche, alors que l'on n'observe pas cette tendance au niveau national, la proportion de personnes consommant au moins 3 féculents par jour varie significativement en fonction du niveau de revenu. Elle est moins élevée chez les niveaux faibles de revenu (63,7 %) que chez les niveaux élevés (73,3 %).

Un quart des habitants de la région n'a pas mangé de féculents (hors pain) la veille de l'enquête

Les habitants du Languedoc-Roussillon sont 21,4 % à n'avoir mangé ni féculents du type pâtes, riz, blé, semoule, ni pomme de terre, ni légumes secs, la veille de l'enquête. À l'inverse, ils sont 44,8 % à en avoir mangé une fois, 29,9 % deux fois et 3,9 % trois fois ou plus.

Les plus jeunes sont plus nombreux à déclarer en avoir consommé au moins une fois que les plus âgés (84,7 % chez les 18-34 ans contre 75,7 % chez les 55-75 ans).

Figure 4 : Consommations de féculents la veille de l'enquête selon le sexe et l'âge



Source : Baromètre Santé nutrition 2008 - ORS Languedoc-Roussillon, Inpes - Exploitation : ORS L-R

Aucune différence significative entre la région et la France métropolitaine. Différence selon l'âge pour les modalités « 1 ou 2 » et « 3 ou plus ».

Une consommation plus importante de pain blanc en Languedoc-Roussillon qu'en France

En Languedoc-Roussillon, le pain est consommé en moyenne 2,0 fois la veille de l'enquête. 8,6 % des habitants déclarent ne pas avoir mangé de pain la veille de l'enquête. Un sur cinq a déclaré en avoir pris une fois, quatre sur dix deux fois et 31,3 % trois fois ou plus.

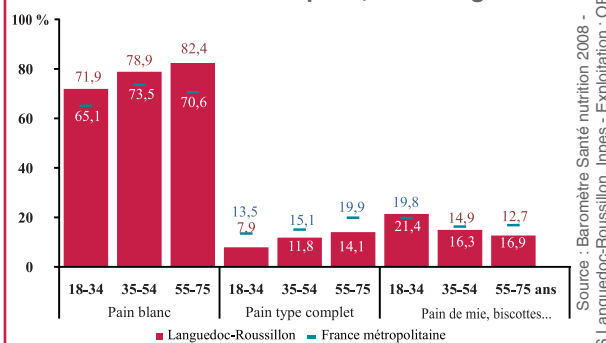
Le pain blanc est de loin celui qui est le plus consommé : 73,3 % des habitants du Languedoc-Roussillon déclarent en avoir mangé au moins une fois la veille. Ce type de pain est davantage consommé en région que par les Français (70,1 %). Comme au niveau national, la consommation de pain de type complet dépend du niveau de revenu des habitants en région : les personnes aux niveaux de revenus les plus élevés consomment plus souvent ce type de pain qui est plus favorable pour la santé que celles aux revenus les plus bas (19,9 % contre 11,7 %).

Une consommation de légumes secs plus importante en Languedoc-Roussillon qu'en France

La consommation de légumes secs est appréhendée pendant les quinze derniers jours précédant l'enquête. Les habitants du Languedoc-Roussillon sont 24,2 % à déclarer ne pas avoir mangé de légumes secs sur cette période. Ils sont 18,9 % à en avoir consommé une fois durant ces quinze jours, 26,3 % une fois par semaine et 30,6 % au moins deux fois par semaine. Les personnes âgées de 55-75 ans, sont plus nombreuses à déclarer en avoir mangé au moins une fois dans les 15 jours précédant l'enquête que les plus jeunes (77,7 % des 55-75 ans contre 76,5 % des 18-34 ans). D'autre part, 77,8 % des personnes ayant un emploi ont déclaré en avoir consommé au moins une fois contre 64,4 % de celles étant au chômage ou 59,3 % de celles considérées comme « autres inactifs » (hors retraités et étudiants). Les personnes vivant dans un foyer avec enfant (hors famille monoparentale) sont également plus nombreuses à l'avoir déclaré que les personnes vivant seules (80,2 % contre 68,2 %).

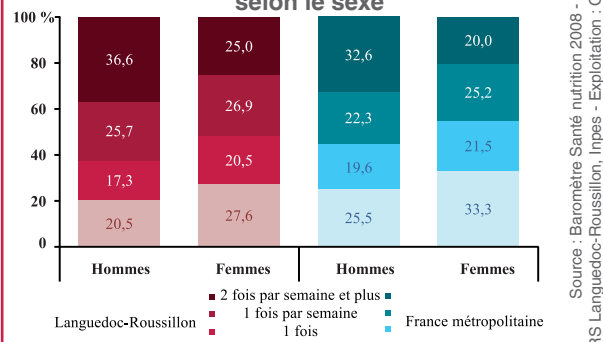
Des différences sont constatées avec le niveau national : les habitants du Languedoc-Roussillon sont plus nombreux à déclarer consommer ce type de produits.

Figure 5 : Type de pain consommé la veille de l'enquête, selon l'âge



Différence significative entre la région et la France métropolitaine pour le pain blanc. Différence selon l'âge en France métropolitaine uniquement.

Figure 6 : Consommations de légumes secs durant les 15 jours précédant l'enquête, selon le sexe

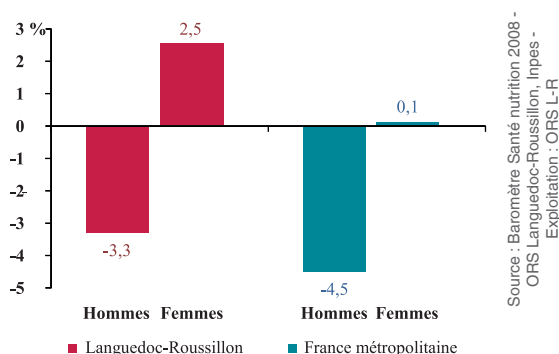


Différence significative entre la région et la France métropolitaine. Différence selon le genre en France métropolitaine uniquement.

→ Évolution 2002/2008

En Languedoc-Roussillon, la proportion des 18-75 ans du Languedoc-Roussillon, ayant consommé des féculents au moins trois fois la veille de l'enquête est restée stable entre 2002 et 2008. Cette tendance n'est pas constatée au niveau national qui observe plutôt une diminution de -2,1 points entre 2002 et 2008.

Évolution de la consommation de féculents au moins 3 fois la veille de l'enquête

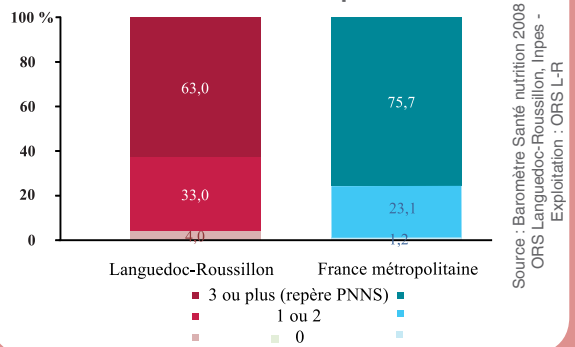


→ Zoom 12 - 17 ans

Près des deux tiers des jeunes ont une consommation de féculents conforme aux repères

En Languedoc-Roussillon, un tiers des jeunes déclarent avoir mangé une ou deux fois des féculents la veille de l'enquête. Et près des deux tiers en ont consommé trois fois ou plus. Ils sont 4,0 % à déclarer n'avoir mangé aucun féculent la veille de l'interview, proportion plus importante que celle observée chez les adultes.

Consommation de féculents la veille de l'enquête



→ Produits laitiers

→ Repères PNNS et indicateurs

Le Programme national nutrition santé recommande de manger 3 produits laitiers par jour, et jusqu'à 4 pour les enfants, les adolescents et les séniors (12-17 ans et 55 ans et plus) et de :

- privilégier la variété,
- privilégier les fromages les plus riches en calcium, les moins gras et les moins salés.

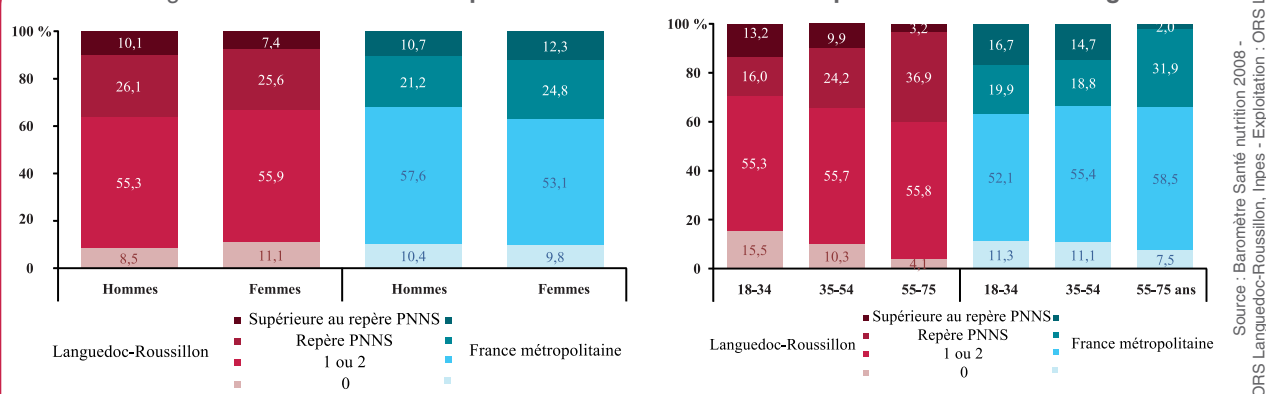
Le groupe des produits laitiers inclut les boissons lactées, les yaourts, les petits suisses, le fromage blanc et les fromages. Les glaces et les desserts lactés ne figurent pas dans ce groupe. Ils sont uniquement comptabilisés dans les produits sucrés dans la mesure où il est considéré que c'est leur caractéristique nutritionnelle dominante.

Une consommation de produits laitiers moindre chez les plus jeunes

En Languedoc-Roussillon, les habitants ont consommé du lait et des produits laitiers³ (hors desserts lactés et glaces) en moyenne 2,0 fois la veille de l'enquête. Un habitant sur dix déclare n'en avoir mangé aucun. Plus de la moitié (55,6 %) déclare en avoir pris une ou deux fois. Ils sont un quart à avoir déclaré une consommation de produits laitiers la veille conforme aux repères PNNS et 8,7 % à en avoir consommé davantage. Les habitants de la région sont aussi nombreux que l'ensemble des Français à suivre ce repère (23,0 % en France métropolitaine).

Comme au niveau national, en Languedoc-Roussillon, la proportion de personnes qui atteint ce repère est plus importante chez les plus âgés : les seniors sont les moins éloignés de ce repère : ils sont 36,9 % pour les 55-75 ans contre 16,0 % pour les 18-34 ans (Figure 7). En revanche, les autres inactifs (hors retraités et étudiants) sont plus éloignés de ce repère que les personnes occupant un emploi : 18,5 % contre 25,6 %.

Figure 7 : Consommation de produits laitiers la veille de l'enquête selon le sexe et l'âge

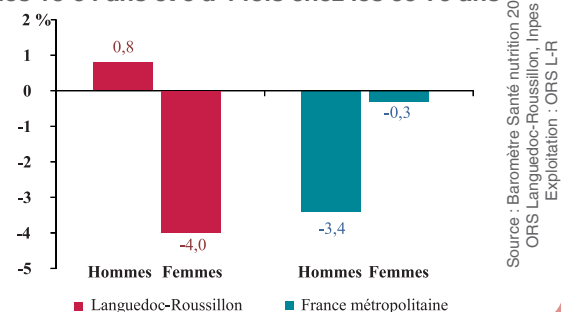


Aucune différence significative entre la région et la France métropolitaine. Différence entre les classes d'âge extrême. Aucune différence significative selon le genre.

→ Évolution 2002/2008

Afin de rester conforme au choix d'analyse de la précédente enquête, les produits laitiers incluent ici les desserts lactés et les glaces. En Languedoc-Roussillon, la proportion des 18-75 ans, ayant consommé la veille de l'enquête, des produits laitiers conformément aux recommandations est restée stable entre 2002 et 2008. Cette tendance n'est pas constatée au niveau national qui observe plutôt une diminution de -1,8 points entre 2002 et 2008.

Évolution de la consommation de produits laitiers 3 fois la veille de l'enquête chez les 18-54 ans et 3 à 4 fois chez les 55-75 ans

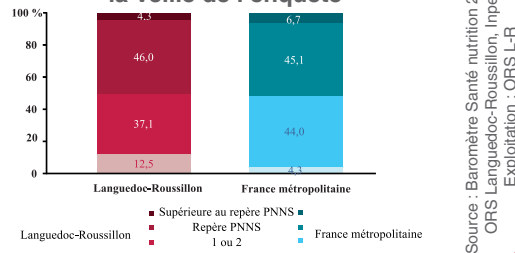


→ Zoom 12 - 17 ans

Un peu moins de la moitié des jeunes a suivi le repère PNNS relatif à la consommation de produits laitiers

La moitié (49,6 %) des jeunes de la région Languedoc-Roussillon a consommé moins de produits laitiers que ce qui est préconisé par le PNNS. Ils sont notamment 12,5 % à en avoir mangé aucun la veille de l'enquête. Ils sont un peu moins de la moitié (46,0 %) à avoir suivi ce repère, et donc mangé trois ou quatre produits laitiers la veille de l'enquête, proportion comparable à celle observée au niveau national. Enfin, 4,3 % en ont pris au moins cinq. Au niveau national, ce repère est mieux suivi par les garçons (51,3 %) que par les filles (38,8 %).

Consommation de produits laitiers la veille de l'enquête



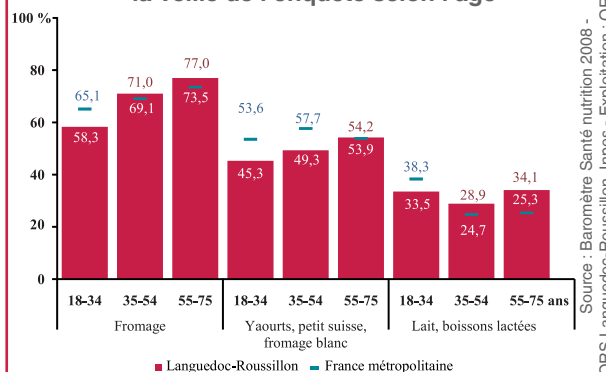
³ Lorsque est prise en compte la consommation de desserts lactés et de glaces dans le décompte des produits laitiers, 8,1 % des habitants du Languedoc-Roussillon déclarent n'avoir mangé aucun produit laitier la veille de l'enquête, 52,3 % un ou deux, 28,2 % ont suivi le repère PNNS et 11,4 % l'ont dépassé.

Les seniors consomment plus de fromage, de yaourts, petits suisses ou fromage blanc

En Languedoc-Roussillon, près de sept habitants sur dix (69,2 %) déclarent avoir mangé du fromage (y compris le fromage sur une pizza, une quiche etc..) la veille de l'enquête, proportion comparable à celle observée au niveau national. Celle-ci est plus importante chez les seniors : 77,0 % des 55-75 ans (Figure 8). Les hommes en consomment davantage (72,3 % contre 66,2 % des femmes). En revanche, les personnes vivant seules en consomment moins souvent que les personnes vivant dans un foyer avec ou sans enfant (64,6 % contre 71,1 %). Parmi les habitants du Languedoc-Roussillon ayant déclaré avoir consommé au moins une fois un yaourt, petit suisse ou fromage blanc la veille de l'enquête, ils sont 44,7 % à avoir mangé au moins un yaourt, 6,7 % un fromage blanc ou 0,8 % un petit suisse. Les habitants de la région sont moins nombreux que l'ensemble des Français (49,7 % contre 55,3 %), à déclarer avoir consommé au moins une fois un yaourt, petit suisse ou fromage blanc.

Ce type de produits est davantage consommé par les personnes plus âgées et les femmes. Plus de la moitié (54,2 %) des 55-75 ans ont mangé au moins un yaourt, petit suisse ou fromage blanc contre 45,3 % des 18-34 ans (Figure 8). Cette proportion est de 56,8 % pour les femmes contre 42,1 % pour les hommes. La consommation de ce type de produits laitiers est plus fréquente le week-end (52,9 % contre 43,3 % des autres jours de la semaine). Près d'un tiers des habitants de la

Figure 8 : Type de produits laitiers consommés la veille de l'enquête selon l'âge



Pour le groupe « yaourts, petit suisse, fromage blanc » uniquement, différence significative entre la région et la France métropolitaine. Différence entre les classes d'âge extrêmes.

région (31,9 %) déclare avoir pris du lait (ou boissons lactées) la veille de l'enquête, proportion comparable à celle observée au niveau national. Cette proportion est plus importante pour les personnes ayant un revenu intermédiaire que pour celles ayant un revenu élevé (33,8 % contre 26,1 %).

Les produits laitiers se classent en 3 catégories :

- Le lait : cru, frais, pasteurisé, stérilisé, en poudre...
- Les fromages : si nombreux qu'il y en a pour tous les goûts...
- Les yaourts, les fromages blancs et les laits fermentés. Cette catégorie n'inclut pas les crèmes desserts, qui sont des produits plus ou moins gras et sucrés.

Une majorité des personnes qui respectent le repère PNNS relatif à la consommation de produits laitiers a consommé divers types de produits laitiers

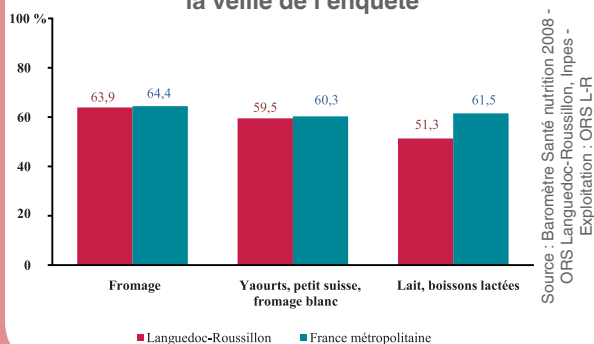
Parmi ceux ayant respecté le repère PNNS relatif à la consommation de produits laitiers la veille de l'enquête, ils sont 88,0 % à avoir consommé au moins deux types⁴ de produits laitiers différents. Ils sont ainsi un peu moins de deux tiers (62,5 %) à avoir mangé deux types de produits différents et

un quart (25,5 %) à avoir mangé les trois « grands types » de produits laitiers.

Aucune différence significative avec le niveau national n'est mise en évidence.

→ Zoom 12 - 17 ans

Type de produits laitiers consommés la veille de l'enquête



Les jeunes plus nombreux à consommer du lait ou des boissons lactées que leurs aînés

Un peu moins des deux tiers des jeunes du Languedoc-Roussillon ont déclaré avoir mangé du fromage la veille de l'enquête, 59,5 % des yaourts, petits suisses ou fromages blancs et 51,3 % du lait ou boisson lactée. Les jeunes de la région sont plus nombreux que leurs aînés à consommer du lait ou des boissons lactées.

⁴ Les produits laitiers sont classés en trois grands types : le lait, les fromages et les yaourts, fromages blancs et laits fermentés.

→ Viande-Poisson-Œufs

→ Repères PNNS et indicateurs

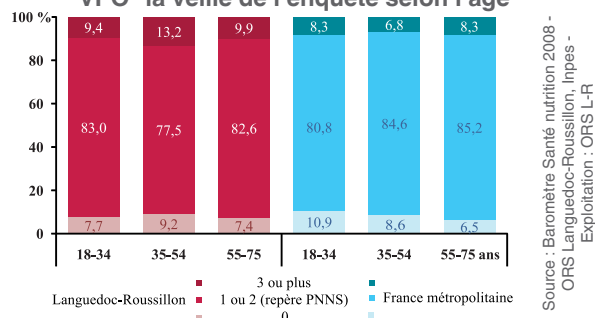
Le Programme national nutrition santé recommande de manger 1 à 2 fois par jour un aliment du groupe viande, poisson, œufs (VPO) :

- en quantité inférieure à l'accompagnement,
- pour la viandes privilégier la variété des espèces et les morceaux les moins gras.

Le PNNS recommande également de manger au moins 2 fois par semaine du poisson.

Le groupe d'aliments viande, poisson, œufs inclut le jambon blanc et les fruits de mer. Par contre, les charcuteries ne figurent pas dans ce groupe dans la mesure où il s'agit de produits riches en graisse et en sel.

Figure 9 : Consommations d'aliments du groupe VPO* la veille de l'enquête selon l'âge



* Viande, poisson, œufs

Aucune différence significative entre la région et la France métropolitaine. Différence entre les deux premières classes d'âge en France métropolitaine uniquement.

Huit habitants sur dix atteignent les repères du PNNS concernant la consommation d'aliments du groupe Viande-poisson-œufs (VPO)

Les habitants du Languedoc-Roussillon consomment en moyenne 1,6 fois des aliments du groupe VPO par jour. Ils sont 80,8 % à avoir mangé une ou deux fois des aliments du groupe VPO la veille de l'enquête, conformément aux repères du PNNS. Ils sont 8,2 % à n'en avoir mangé aucun et 11,0 % à en avoir consommé trois fois ou plus.

Les personnes vivant seules moins nombreuses à manger de la viande

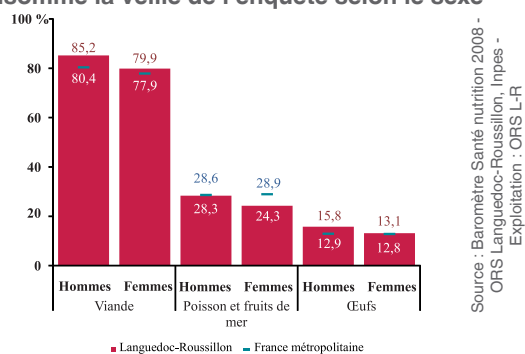
Plus des trois quarts des habitants du Languedoc-Roussillon (77,9 %) déclarent avoir mangé de la viande la veille de l'enquête, un tiers du poisson ou des fruits de mer et 15,7 % des œufs. Ces proportions ne diffèrent pas significativement de celles observées au niveau national.

En Languedoc-Roussillon, la consommation de viande est plus importante chez les personnes résidant dans des villes de 2 000 habitants ou plus que celles vivant en zones rurales (79,7 % contre 72,1 %). Les familles (adultes seuls ou adultes avec enfants) sont plus nombreuses à déclarer en avoir consommé la veille de l'enquête (respectivement 78,8 % et 78,9 %) que les personnes vivant seules (71,7 %).

La fréquence de consommation de poisson ou de fruits de mer est plus élevée chez les personnes ayant un niveau de diplôme supérieur au baccalauréat que celles ayant un niveau inférieur (40,2 % contre 31,6 %). Les personnes ayant un revenu élevé en consomment plus souvent que celles ayant un revenu faible (35,5 % contre 27,0 %).

Enfin, les étudiants sont moins nombreux que les personnes occupant un emploi à déclarer avoir mangé des œufs la veille de l'enquête (6,4 % contre 16,0 %).

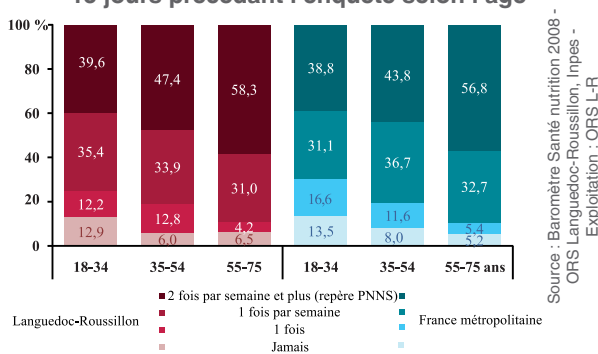
Figure 10 : Type d'aliments du groupe VPO* consommé la veille de l'enquête selon le sexe



* Viande, poisson, œufs

Aucune différence significative entre la région et la France métropolitaine. Pour la viande, différence selon le sexe en France métropolitaine uniquement.

Figure 11 : Consommation de poisson durant les 15 jours précédant l'enquête selon l'âge

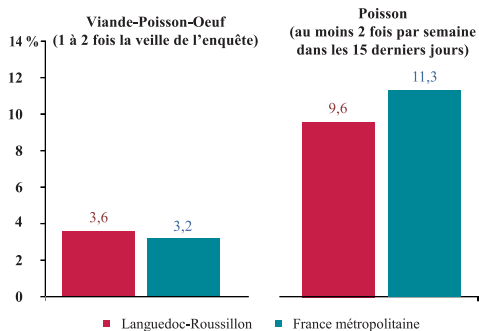


Aucune différence significative entre la région et la France métropolitaine. Différence selon l'âge.

→ Évolution 2002/2008

Comme au niveau national, en Languedoc-Roussillon, la proportion d'habitants âgés de 18-75 ans ayant consommé, la veille de l'enquête, une à deux fois un aliment du groupe « VPO » a augmenté en 2008 de 3,6 points et tout particulièrement chez les femmes (+6,6 points). La même tendance est constatée pour la part des personnes ayant déclaré consommer du poisson au moins 2 fois par semaine. En 2008, celle-ci a augmenté en région de 9,6 points et tout particulièrement chez les femmes (+11,5 points).

Évolution de la consommation de VPO et de poisson

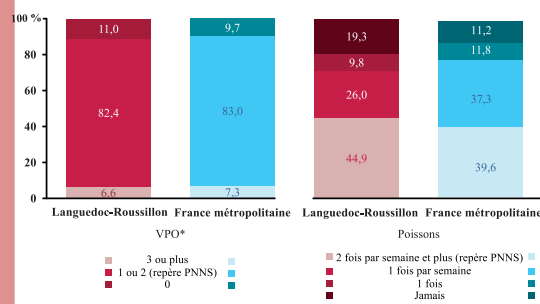


Source : Baromètre Santé nutrition 2008 - Languedoc-Roussillon, Inpes - Exploitation : ORS L-R

→ Zoom 12 - 17 ans

En Languedoc-Roussillon, 82,4 % des adolescents ont une consommation d'aliment du groupe VPO la veille de l'enquête, conforme aux repères du PNNS. Ils sont 6,6 % à ne pas en avoir mangé et 11,0 % à en avoir mangé plus que ce qui est préconisé dans le PNNS. La consommation de poisson au moins deux fois par semaine est pratiquée seulement par un adolescent sur cinq (19,3 %) et 44,9 % déclarent ne pas en avoir mangé durant les 15 derniers jours.

Consommations d'aliments du groupe VPO* la veille de l'enquête et de poisson parmi les 15 jours précédant l'interview



* Viande, poisson, œufs

Source : Baromètre Santé nutrition 2008 - Languedoc-Roussillon, Inpes - Exploitation : ORS L-R

→ Connaissances et suivi des repères PNNS

Certains repères moins bien connus⁵ que d'autres

En Languedoc-Roussillon, la plupart des habitants connaissent les repères « poisson » (77,3 %), « VPO » (58,6 %) et « fruits et légumes » (55,6 %), ainsi que le repère « activité physique » (63,0 %). Ils sont seulement 26,8 % à connaître le repère « produits laitiers » et 7,6 % le repère « féculents ».

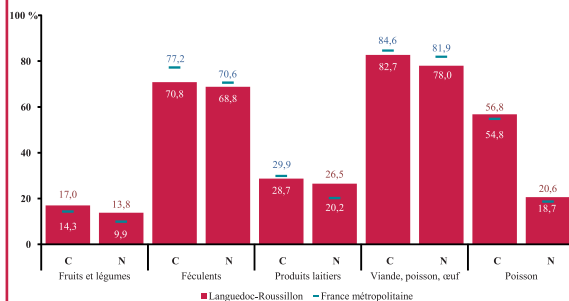
Si ces pourcentages suivent pour la plupart ceux du niveau national les habitants en Languedoc-Roussillon apparaissent moins bien connaître les repères « VPO » et « féculents » que l'ensemble des Français (respectivement 63,4 % et 9,8%).

Un meilleur suivi des repères PNNS quand ceux-ci sont connus

En Languedoc-Roussillon, plus de la moitié des habitants (56,8 %) qui connaissent le repère PNNS relatif à la consommation de poisson a bien suivi ce repère durant les quinze jours précédant l'enquête. Cette proportion est beaucoup plus faible parmi les personnes qui ne connaissent pas ce repère. Il y a ainsi moins d'un habitant de la région sur cinq (20,6 %) qui déclare avoir mangé du poisson dans cette sous-population (Figure 12).

Le même constat est observé pour le suivi du repère PNNS relatif à la consommation de fruits et légumes : les personnes qui connaissent ce repère sont plus nombreuses à avoir consommé au moins 5 fois des fruits et légumes (17,0 %) que ceux qui ne le connaissent pas (13,8 %) (Figure 12). Contrairement au niveau national, aucune différence significative de consommation n'a pu être mise en évidence selon la connaissance des repères relatifs à la consommation de féculents, de produits laitiers et d'aliments du groupe VPO.

Figure 12 : Respect des repères PNNS la veille de l'enquête selon la connaissance de ces repères



Aucune différence significative entre la région et la France métropolitaine. En France métropolitaine, différence significative pour l'ensemble des repères PNNS. En région, différence significative pour les « fruits et légumes » et le « poisson ».

Source : Baromètre Santé nutrition 2008 - Languedoc-Roussillon, Inpes - Exploitation : ORS L-R

⁵ La connaissance des repères de consommation du PNNS a été évaluée à partir des questions : « À votre avis, à quelle fréquence faut-il manger [des fruits et légumes], [des féculents],[des produits laitiers], [de la viande ou du poisson, des produits de la mer ou des œufs] pour être en bonne santé ? » et « Et plus particulièrement, à quelle fréquence faut-il manger du poisson pour être en bonne santé ? ». Seule la moitié de l'échantillon est analysée concernant la connaissance des repères de fruits et légumes et de produits laitiers. Pour plus d'information, se reporter à la fiche thématique « Perceptions et connaissances nutritionnelles ».

→ Produits gras et salés

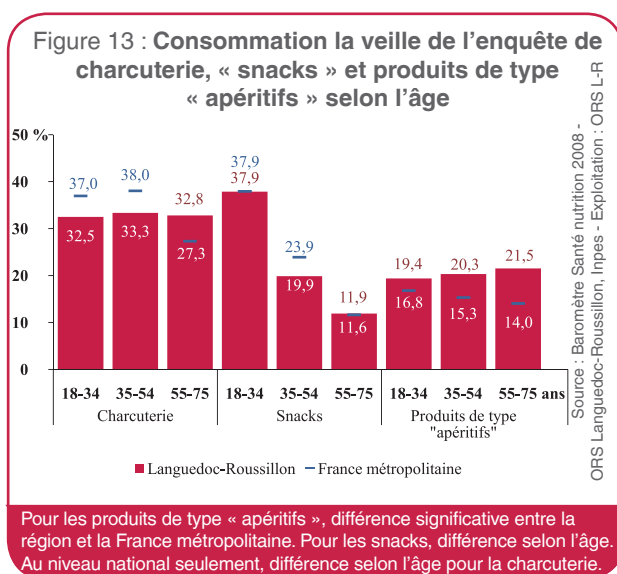
→ Repères PNNS et indicateurs

Le Programme national nutrition santé recommande de limiter la consommation de matières grasses et de sel :

- privilégier les matières grasses végétales (huiles d'olive, de colza...), favoriser la variété, limiter les graisses d'origine animale (beurre, crème...),
- préférer le sel iodé, ne pas resaler avant de goûter, réduire l'ajout de sel dans les eaux de cuisson, limiter les fromages et les charcuteries les plus salés et les produits apéritifs salés.

La consommation de produits gras et salés est appréhendée à partir de la consommation la veille de l'enquête de charcuterie, de snacks et de produits type « apéritifs ». Sont inclus dans le groupe « snacks » les préparations pâtisseries salées, les quiches, tartes et cakes salées, pizzas, les préparations frites, les nems, samossas, bricks, croquettes de poisson, nuggets de volaille, les préparations fourrées, les crêpes salées, burritos, spécialités vapeur chinoises, et les sandwiches (y compris hamburgers, croque-monsieur, hot dogs). Les matières grasses n'étant pas quantifiables dans le cadre du rappel de 24 heures utilisé dans l'enquête, elles sont appréhendées par le biais de question sur l'utilisation habituelle lors de la cuisson des aliments et sur l'habitude de poser certaines d'entre elles sur la table.

Un tiers des habitants en Languedoc-Roussillon déclare avoir consommé au moins une fois de la charcuterie la veille de l'enquête



En Languedoc-Roussillon, un tiers des habitants (32,9 %) déclare avoir mangé au moins une fois de la charcuterie la veille de l'enquête. Cette consommation de charcuterie varie suivant le genre et la structure familiale. Ainsi, les plus nombreux à déclarer manger de la charcuterie sont les hommes (41,1 % contre 25,3 % chez les femmes). Les foyers sans enfant (36,8 %) ou les familles monoparentales (41,8 %) sont plus nombreux à avoir déclaré en avoir mangé au moins une fois que les personnes vivant seules (27,2 %).

La consommation de snacks varie suivant l'âge

En Languedoc-Roussillon, presque un quart (22,6 %) des habitants déclare avoir mangé au moins une fois un snack la veille de l'enquête. Cette consommation décroît quand l'âge augmente : elle passe de 37,9 % chez les 18-34 ans à 11,9 % chez les 55-75 ans (Figure 13).

Une consommation plus importante de produits type apéritifs en Languedoc-Roussillon

Les habitants du Languedoc-Roussillon sont plus nombreux à déclarer avoir consommé des produits de type apéritifs la veille de l'enquête (20,4 % contre 15,4 % au niveau national) (Figure 13). Les personnes qui ont été interrogées sur leur consommation du weekend sont plus nombreuses à en avoir consommé que celles qui ont été interrogées sur leur consommation de semaine (27,3 % contre 17,1 %).

Le sel et l'huile d'olive, les deux premiers aliments posés habituellement sur la table des repas en Languedoc-Roussillon

En Languedoc-Roussillon, 58,7 % des habitants déclarent mettre habituellement le sel sur leur table. Vient ensuite l'huile d'olive présente de manière habituelle sur la table des habitants de la région (31,1 %) puis la vinaigrette (26,5 %). Les hommes citent plus souvent l'huile d'olive (37,9 % contre 24,8 % des femmes) et le sel (60,3 % contre 57,3 % des femmes). Ces trois aliments, huile d'olive, sel et vinaigrette, sont plus souvent mis sur la table lors des repas en région qu'au niveau national (Figure 14). D'autres produits se retrouvent sur la table des habitants de la région : 13,4 % des habitants déclarent mettre habituellement de la mayonnaise sur la table, 12,6 % du ketchup et 9,5 % du beurre.

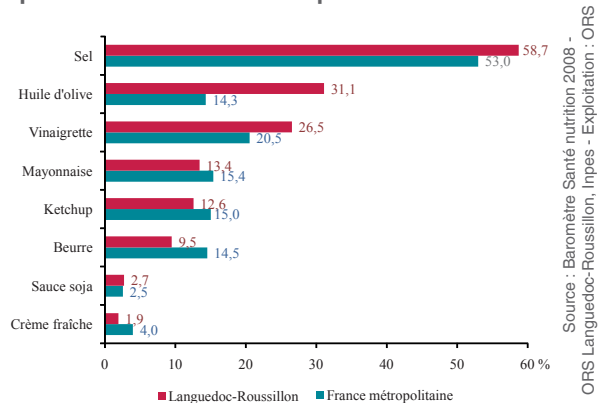
Les jeunes et les personnes vivant avec des enfants sont plus nombreux à déclarer la présence de mayonnaise et de ketchup sur la table lors des repas

La présence de la mayonnaise ou du ketchup est plus importante chez les jeunes : respectivement 19,8 % et 18,0 % des 18-34 ans contre 5,2 % et 2,0 % des 55-75 ans. De plus, les personnes vivant avec des enfants (familles monoparentales ou foyers avec enfant) sont plus nombreuses à déclarer la présence de la mayonnaise que les personnes vivant seules (respectivement 19,3 % et 19,5 % contre 4,9 %) (Figure 15). La présence de la mayonnaise est également plus importante chez les personnes ayant un revenu faible (19,0 % contre 9,0 % des personnes ayant un revenu élevé). En revanche, celle-ci est moins présente sur la table lors des repas pour les personnes ayant un diplôme supérieur au baccalauréat (10,2 % contre 14,8 % des personnes ayant un diplôme inférieur). Les femmes sont moins nombreuses à déclarer la présence de la mayonnaise sur la table lors des repas que les hommes (12,0 % contre 15,0 %). Concernant la présence sur la table lors des repas du ketchup, ce sont les personnes vivant seules qui déclarent moins souvent cette pratique que les autres foyers (Figure 15). Cette pratique est plus importante pour les personnes ayant un revenu faible (21,0 % ou ayant un revenu intermédiaire (11,5 %) que pour les personnes ayant un revenu élevé (6,3 %).

Une utilisation de l'huile de tournesol pour la cuisson des aliments plus fréquente en région qu'en France

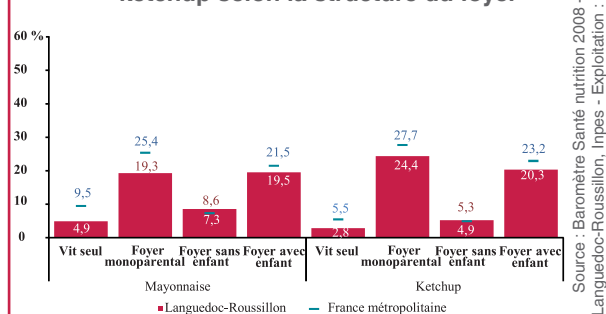
Le type de matière grasse le plus utilisé pour la cuisson des aliments en Languedoc-Roussillon est l'huile d'olive ou de tournesol (23,8 % pour chacune d'entre elles), suivis ensuite par le beurre ordinaire (9,5 %) et un mélange de matières grasses (8,8 %). Les habitudes des habitants de la région quant au type de matière grasse utilisé pour la cuisson des aliments diffèrent légèrement de celles de l'ensemble des Français : l'huile de tournesol est le deuxième type de matière grasse cité pour la cuisson des aliments en Languedoc-Roussillon contre le beurre ordinaire en France métropolitaine (Figure 16).

Figure 14 : Assaisonnement habituellement présent sur la table aux repas du midi ou du soir



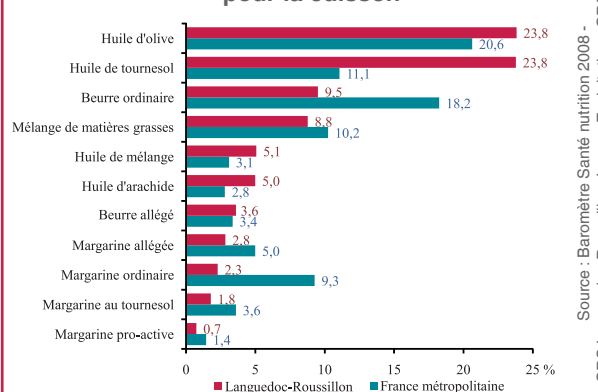
Pour le sel, le beurre, la vinaigrette, la crème fraîche, et l'huile d'olive, différence significative entre la région et la France métropolitaine.

Figure 15 : Présence habituelle sur la table aux repas du midi ou du soir de mayonnaise et de ketchup selon la structure du foyer



Aucune différence significative entre la région et la France métropolitaine. Différence selon la structure du foyer.

Figure 16 : Principales matières grasses utilisées pour la cuisson



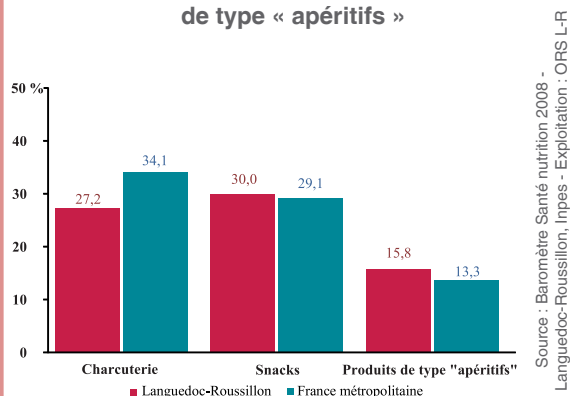
Différence significative entre la région et la France métropolitaine pour les principales matières grasses excepté pour l'huile d'olive, mélange de matières grasses, beurre allégé et margarine pro-active.

→ Zoom 12 - 17 ans

Trois jeunes sur 10 ont déclaré consommer au moins une fois un snack la veille

En Languedoc-Roussillon, 27,2 % des jeunes déclarent avoir mangé au moins une fois de la charcuterie la veille de l'enquête, proportion moins élevée que celles des adultes. Par contre, ils sont plus nombreux à déclarer avoir mangé au moins une fois un snack la veille de l'enquête (30,0 % contre 22,6 % pour les 18-75 ans). Enfin, ils sont 15,8 % à déclarer avoir consommé des produits de type apéritifs la veille de l'enquête.

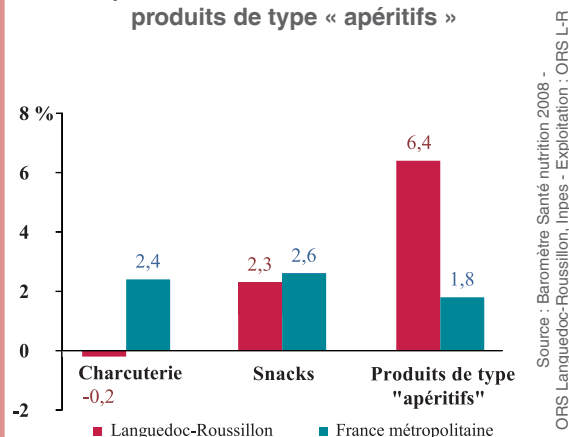
Consommation la veille de l'enquête de charcuterie, « snack » et produits de type « apéritifs »



→ Évolution 2002/2008

La proportion d'habitants du Languedoc-Roussillon âgées de 18 à 75 ans ayant déclaré avoir consommé au moins une fois la veille de la charcuterie est restée stable entre 2002 et 2008. En revanche, la part de personnes ayant consommé de produits de type « apéritifs » au moins une fois a augmenté de 6,4 points et ceci pour les deux sexes. Cette augmentation est plus marquée chez les femmes (+9,0 points) que chez les hommes (+3,7 points). Enfin, la proportion de personnes ayant consommé des produits de type « snacks » est restée stable en région entre 2002 et 2008. Au niveau national, celle-ci a augmenté de 2,6 points en 2008.

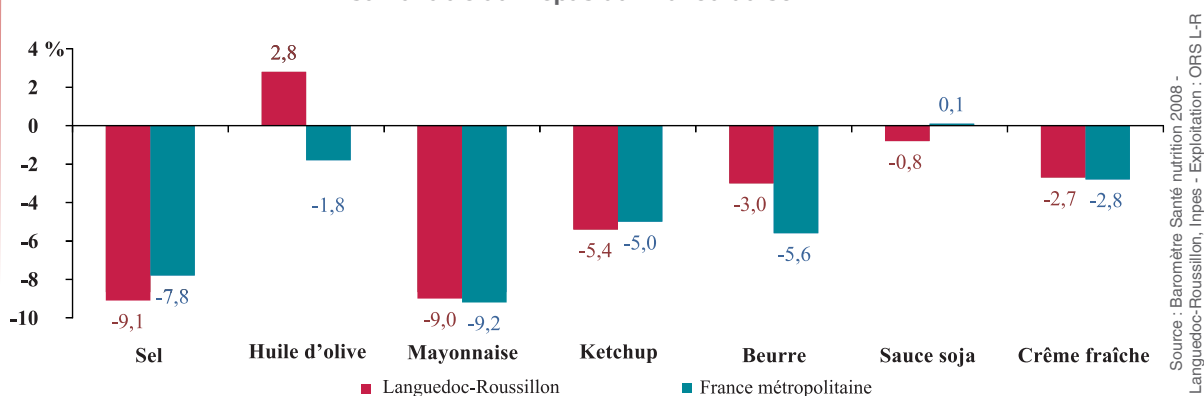
Évolution de la consommation la veille de l'enquête de la charcuterie, « snacks » et produits de type « apéritifs »



→ Évolution 2002/2008

En Languedoc-Roussillon comme au niveau national, la fréquence de consommation de vin rouge a diminué entre 2002 et 2008 de 6,8 points. En revanche, à la différence du niveau national, la consommation d'alcool fort est restée stable entre 2002 et 2008 tandis que celles de la bière et des vins rosés ou blancs ont augmenté en région (respectivement +3,3 points pour chacun de ces deux types).

Évolution de la consommation de l'assaisonnement habituellement présent sur la table aux repas du midi ou du soir



→ Produits sucrés

→ Repères PNNS et indicateurs

Le Programme national nutrition santé recommande de **limiter la consommation de produits sucrés** et de faire attention :

- aux boissons sucrées,
- aux aliments gras et sucrés à la fois (pâtisseries, crèmes desserts, chocolat, glaces...).

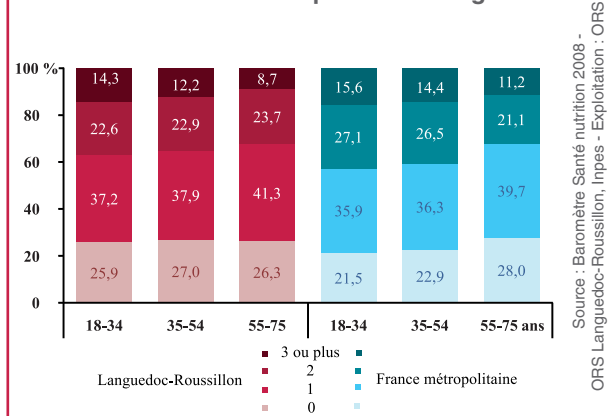
Les aliments sucrés considérés ici, incluent les confiseries, le sucre de table, le chocolat, la confiture, les viennoiseries, les biscuits, les pâtisseries, les desserts lactés, les desserts de type poire Belle Hélène, profiteroles ou mousse au chocolat, les glaces et les sorbets. Dans le rappel des 24 heures, les produits allégés en sucre n'ont pas été distingués des autres. Les boissons sucrées regroupent les sirops, les sodas, la limonade, l'orangeade et le coca.

Trois quarts des habitants du Languedoc-Roussillon ont mangé au moins une fois des produits sucrés la veille de l'enquête

En Languedoc-Roussillon, plus d'un quart des habitants (26,4 %) déclare n'avoir mangé aucun produit sucré la veille de l'enquête. Ils sont 38,8 % à en avoir mangé une fois, 23,1 % deux fois et 11,7 % trois fois ou plus. Cette consommation de produits sucrés varie suivant le niveau de diplôme et la structure familiale. Les plus nombreux à déclarer manger des produits sucrés sont les personnes qui ont un diplôme supérieur au baccalauréat (81,0 % contre 72,2 % des personnes de niveau de diplôme inférieur au baccalauréat). Les personnes seules sont moins nombreuses à en avoir mangé (67,8 %) que les personnes vivant dans un foyer avec d'autres personnes sans enfant (71,5 %) ou avec enfants (79,4 %).

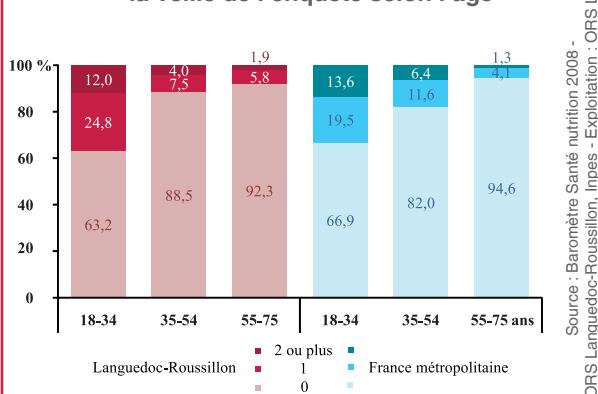
En Languedoc-Roussillon, la consommation de produits sucrés passe de 68,9 % des personnes ayant un revenu faible à 74,0 % de celles ayant un revenu intermédiaire puis à 80,5 % de celles ayant un revenu élevé.

Figure 17 : Consommation de produits sucrés la veille de l'enquête selon l'âge



Aucune différence significative entre la région et la France métropolitaine. Différence entre les classes d'âge extrêmes en France uniquement.

Figure 18 : Consommation de boissons sucrées la veille de l'enquête selon l'âge



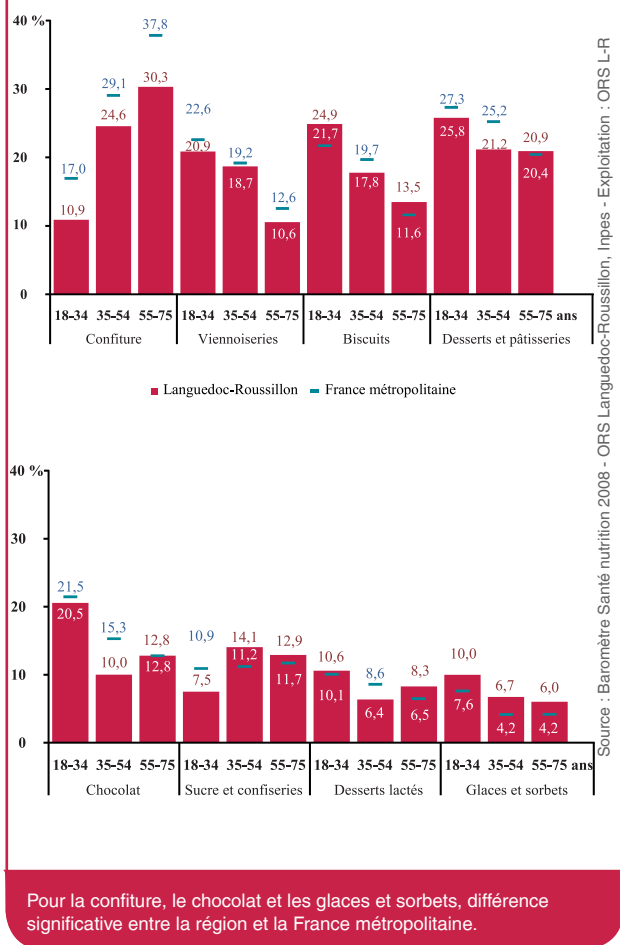
Aucune différence significative entre la région et la France métropolitaine. Différence significative selon l'âge.

Plus de huit habitants sur dix ont déclaré ne pas avoir consommé des boissons sucrées la veille de l'enquête

En Languedoc-Roussillon, plus de huit habitants sur dix (82,3 %) déclarent ne pas avoir bu de boissons sucrées la veille de l'enquête. Ils sont 12,0 % à déclarer en avoir pris une fois et 5,7 % deux fois ou plus.

Comme au niveau national, la proportion de personnes ayant bu au moins une fois des boissons sucrées en région décroît avec l'âge (de 36,8 % pour les 18-34 ans à 7,7 % pour les 55-75 ans) (Figure 18). Au niveau national, la consommation de boissons sucrées est plus importante pour les hommes et est moindre chez les plus diplômés. Ceci n'est pas retrouvé en Languedoc-Roussillon.

Figure 19 : Type de produits sucrés la veille de l'interview selon l'âge



Pour la confiture, le chocolat et les glaces et sorbets, différence significative entre la région et la France métropolitaine.

Une consommation de glaces et sorbets plus importante en région qu'en France alors que celle de confiture ou de chocolat est moindre

Les produits sucrés les plus consommés par les habitants du Languedoc-Roussillon la veille de l'enquête sont la confiture (22,4 %), les desserts et pâtisseries (22,4 %), les biscuits (18,5 %), les viennoiseries (16,7 %) et le chocolat (14,6 %). Viennent ensuite le sucre et les confiseries (11,8 %), les desserts lactés (8,2 %) et enfin les glaces et les sorbets (7,5 %). La consommation de confiture et de chocolat est moins importante en Languedoc-Roussillon qu'en France (respectivement 28,0 % et 16,4 % au niveau national). En revanche, les habitants du Languedoc-Roussillon sont plus nombreux à déclarer avoir consommé des glaces et des sorbets la veille que l'ensemble des Français (5,2 % au niveau national).

Le type de produits sucrés varie suivant l'âge...

La consommation de confitures croît avec l'âge (10,9 % des 18-34 ans, 24,6 % des 35-54 ans, 30,3 % des 55-75 ans). À l'inverse, la consommation de viennoiseries ou de biscuits est plus importante chez les personnes plus jeunes : respectivement 20,9 % et 24,9 % des 18-34 ans contre 10,6 % et 13,5 % pour les 55-75 ans. Les plus jeunes sont également plus nombreux à avoir déclaré manger au moins une fois un produit sucré du type « desserts et pâtisseries » ou « glaces, sorbets ». Enfin, la consommation de sucre et confiseries est moins importante chez les plus jeunes (7,5 % des 18-34 ans) qu'aux âges intermédiaires (14,1 % des 35-54 ans) (Figure 19). En revanche, la consommation de chocolat ou de desserts lactés ne varie pas en fonction de l'âge.

...le niveau de diplôme...

Les personnes ayant un niveau de diplôme inférieur au baccalauréat sont moins nombreuses à déclarer avoir consommé de la confiture, du chocolat et du sucre et confiseries (respectivement 23,1 %, 12,3 % et 9,8 %) que celles qui ont un niveau de diplôme supérieur au baccalauréat (28,4 %, 22,1 % et 18,9 %).

...et le moment de la semaine...

Les personnes interrogées sur leur consommation du week-end déclarent consommer davantage de desserts et pâtisseries que celles interrogées sur leur consommation de la semaine (30,8 % contre 18,4 %). Aucune différence suivant le moment de la semaine n'est constatée pour les autres types de produits sucrés.

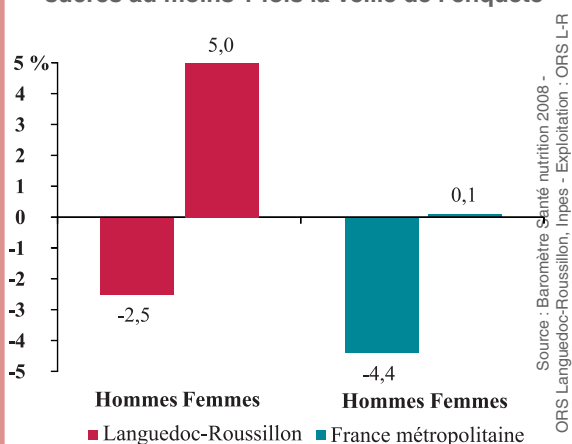
...mais peu selon le genre

Mise à part une consommation de viennoiserie plus importante pour les hommes (12,2 %) que pour les femmes (9,5 %), aucune différence significative n'est constatée suivant le genre pour les différents types de produits sucrés évoqués ici.

→ Évolution 2002/2008

À la différence du niveau national, la proportion d'habitants du Languedoc-Roussillon âgés de 18 à 75 ans ayant consommé au moins une fois des produits sucrés la veille de l'enquête est restée stable entre 2002 et 2008.

Évolution de la consommation de produits sucrés au moins 1 fois la veille de l'enquête



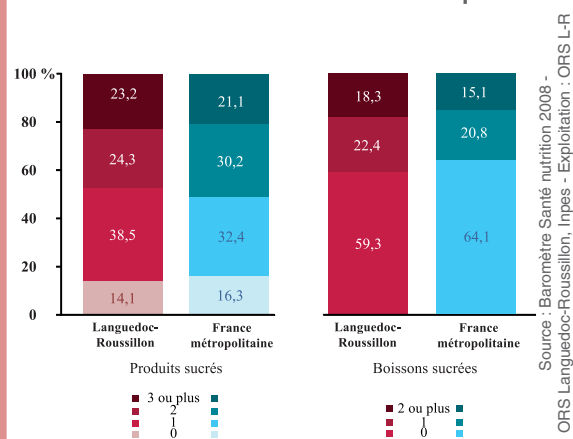
→ Zoom 12 - 17 ans

Les jeunes plus nombreux que leurs aînés à consommer des boissons sucrées

En Languedoc-Roussillon, 85,9 % des jeunes ont déclaré avoir consommé au moins une fois un produit sucré la veille de l'enquête. Ils sont près d'un quart à déclarer en avoir consommé trois fois ou plus, proportion plus élevée que celle constatée pour les 18-75 ans.

Les jeunes de la région sont également plus nombreux à déclarer avoir bu au moins une fois une boisson sucrée la veille de l'enquête que leurs aînés (40,7 % contre 17,7 %).

Consommation de produits sucrés et de boissons sucrées la veille de l'enquête



→ Boissons alcoolisées

→ Repères PNNS et indicateurs

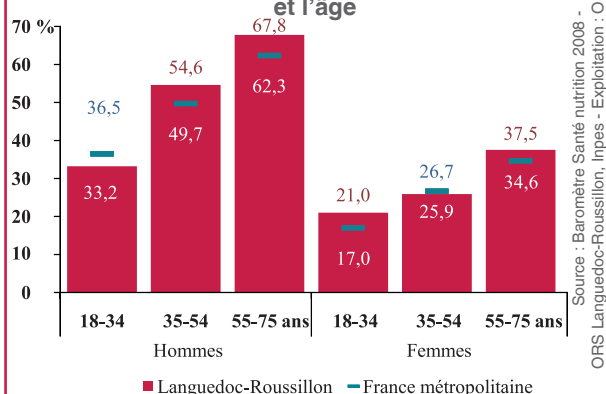
Le Programme national nutrition santé reprend les seuils journaliers moyens de consommation d'alcool à ne pas dépasser définis par l'Organisation mondiale de la santé et recommande une consommation limitée à 3 verres chez les hommes, 2 verres chez les femmes, et la non consommation pour les femmes enceintes ou qui allaitent.

Le respect de ce repère est mesuré par un indicateur, construit à partir du nombre total de verres bus la veille de l'enquête, précisant la situation de la personne, à savoir une non consommation, une consommation dans les limites recommandées ou une consommation supérieure aux limites recommandées. Cependant, il est à noter que la contenance des verres n'est pas demandée à l'enquêté et que le niveau de consommation, qui vise à approcher la consommation « excessive », ne concerne que celle de la veille de l'enquête et ne prend par conséquent pas en compte sa régularité.

Un autre indicateur permet d'approcher le « binge drinking », c'est-à-dire la consommation de boissons alcoolisées de 5 verres ou plus en une seule occasion. Il est construit à partir du nombre de verres d'alcool bus à chaque moment de la journée, à savoir le matin, au cours de la matinée, le midi (apéritif + déjeuner), l'après-midi, le soir (apéritif + dîner), avant le coucher.

Enfin, sont analysés les types de boissons consommées, regroupées en 5 catégories : les alcools forts (> 30°), les vins rouges, les vins blancs ou rosés, les bières et enfin les autres alcools (champagnes, mousseux, kirs, vins doux ou cuits, cocktails mais aussi le cidre et d'autres alcools compris entre 15° et 30°).

Figure 20 : Consommateurs de boissons alcoolisées la veille de l'enquête selon le sexe et l'âge



Différence significative entre la région et la France métropolitaine.
Différence selon le sexe et l'âge.

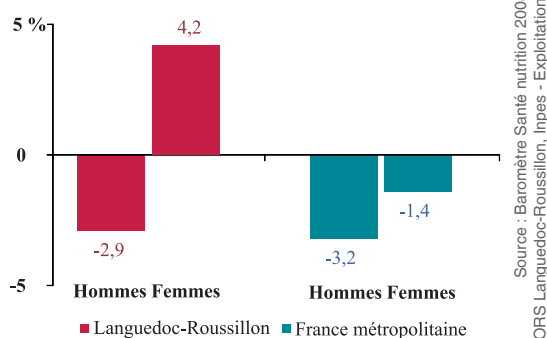
Les habitants du Languedoc-Roussillon, plus nombreux à consommer au moins une boisson alcoolisée la veille de l'enquête

En Languedoc-Roussillon, près de 4 habitants sur 10 (39,9 %) ont déclaré avoir bu au moins une boisson alcoolisée la veille de l'enquête. Cette proportion est plus élevée en région qu'en France métropolitaine (37,5 %). Les buveurs de boissons alcoolisées ont bu en moyenne 2,6 verres.

Comme au niveau national, les hommes sont deux fois plus nombreux à avoir consommé des boissons alcoolisées que les femmes (52,5 % contre 28,3 %). Ils en consomment en moyenne 2,9 verres contre 2,1 chez les femmes. Cette consommation augmente avec l'âge, chez les hommes comme chez les femmes. Elle passe ainsi chez les hommes, de 33,2 % des 18-34 ans à 67,8 % chez les 55-75 ans et chez les femmes, de 21,0 % des 18-34 ans à 37,5 % chez les 55-75 ans (Figure 20).

→ Évolution 2002/2008

Évolution de la consommation de boissons alcoolisées au moins une fois la veille de l'enquête



Comme au niveau national, la proportion d'habitants du Languedoc-Roussillon âgés de 18 à 75 ans ayant consommé au moins une fois des boissons alcoolisées la veille de l'enquête est restée stable entre 2002 et 2008.

Davantage de consommateurs de boissons alcoolisées le week-end...

Le fait de consommer des boissons alcoolisées est une pratique plus fréquente le week-end (y compris le vendredi). En effet, en Languedoc-Roussillon, 45,0 % déclarent en avoir bu contre 35,1 % lorsqu'il s'agit d'un jour de la semaine. Ceci est observé chez les hommes comme chez les femmes avec un écart plus prononcé chez les femmes : 6,7 points pour les hommes et 14,0 points pour les femmes (Figure 21). Les proportions de consommateurs de boissons alcoolisées sont plus importantes le samedi soir et le dimanche midi. De plus, les quantités consommées sont également plus élevées le week-end (2,9 verres en moyenne) que la semaine (2,4 verres). En Languedoc-Roussillon, la proportion de personnes ayant déclaré avoir bu au moins une boisson alcoolisée le week-end est plus élevée chez les personnes âgées entre 35 et 54 ans (46,1 %) que chez les plus jeunes (34,5 %).

...lors du déjeuner, de l'apéritif précédant le dîner et le dîner...

Les principaux moments de la journée où sont consommés des boissons alcoolisées sont le dîner (19,2 %), le déjeuner (18,8 %) et l'apéritif précédant le dîner (14,6 %). Vient ensuite l'apéritif précédant le déjeuner (9,8 %) (Figure 22). La consommation de boissons alcoolisées en dehors de ces moments est faible.

La consommation d'alcool lors du déjeuner et du dîner est plus importante en région qu'au niveau national (Figure 22).

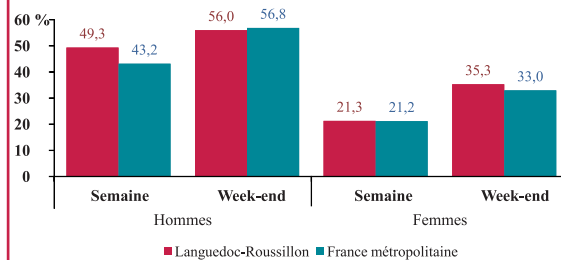
Les consommations sont globalement plus importantes le week-end, hormis l'« avant coucher » qui n'est pas significativement supérieur à la semaine en région.

...et une pratique plus fréquente au restaurant, chez des amis ou de la famille

Le fait de consommer des boissons alcoolisées est lié à l'environnement des repas et plus particulièrement à ce qui caractérise la sociabilité. Déjeuner chez des amis, dans la famille ou au restaurant, au café, à l'hôtel est plus propice à la consommation qu'ailleurs. En outre, il est plus fréquent d'en consommer à son domicile que sur le lieu de travail ou au restaurant d'entreprise. Ainsi, parmi les personnes ayant consommé à midi au moins une fois des boissons alcoolisées, 45,1 % ont déjeuné chez des amis ou de la famille, 41,0 % dans un restaurant, un café ou un hôtel, et 24,1 % à domicile (Figure 23).

L'entourage au moment du déjeuner influe sur la consommation de boissons alcoolisées. Les personnes qui déjeunent avec des amis, de la famille ou avec des personnes vivant habituellement au foyer ont plus fréquemment bu de l'alcool à midi la veille de l'enquête. En Languedoc-Roussillon, ils sont 40,9 % déjeunant avec des amis ou de la famille à en avoir consommé à midi et 29,1 % déjeunant avec des personnes du foyer. Quant à ceux déjeunant avec d'autres personnes, seuls ou avec leurs collègues de travail, ils sont respectivement 3,6 %, 14,3 % et 11,7 % à en avoir bu.

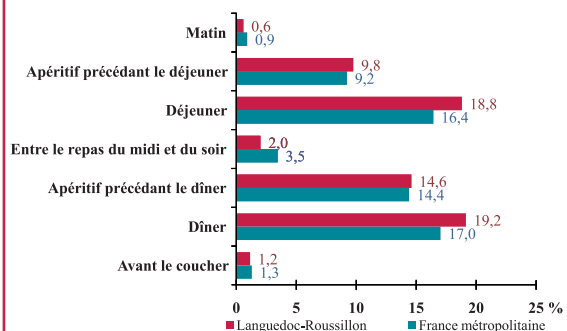
Figure 21 : Consommateurs de boissons alcoolisées la veille de l'enquête selon le moment de la semaine et le sexe



Source : Baromètre Santé nutrition 2008 - ORS Languedoc-Roussillon, Inpes - Exploitation : ORS L-R

Différence significative entre la région et la France métropolitaine. Différence selon le sexe et le moment de la semaine (week-end ou hors week-end).

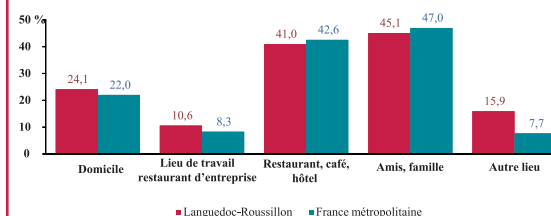
Figure 22 : Consommateurs de boissons alcoolisées la veille de l'enquête selon le moment de la journée



Source : Baromètre Santé nutrition 2008 - ORS Languedoc-Roussillon, Inpes - Exploitation : ORS L-R

Différence significative entre la région et la France métropolitaine pour les deux repas principaux.

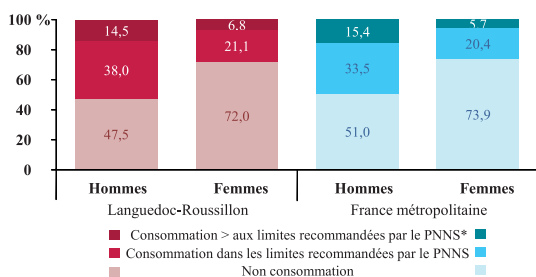
Figure 23 : Consommateurs de boissons alcoolisées à midi la veille de l'enquête selon le lieu du déjeuner



Source : Baromètre Santé nutrition 2008 - ORS Languedoc-Roussillon, Inpes - Exploitation : ORS L-R

Aucune différence significative entre la région et la France métropolitaine. Différence significative au « restaurant, café, hôtel » et « chez les amis ou la famille ».

Figure 24 : Consommation de boissons alcoolisées la veille de l'enquête selon le sexe



Source : Baromètre Santé nutrition 2008 - ORS Languedoc-Roussillon, Inpes - Exploitation : ORS L-R

* 3 verres chez les hommes, 2 verres chez les femmes et 0 chez les femmes enceintes ou allaitantes

Aucune différence significative entre la région et la France métropolitaine. Différence significative selon le sexe.

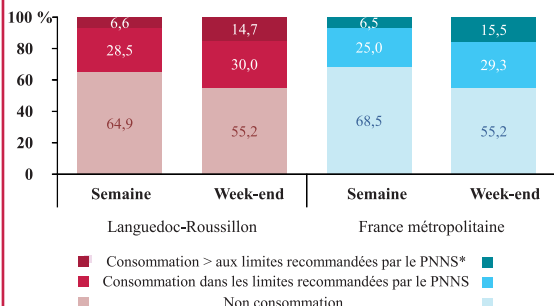
Les limites recommandées par le PNNS dépassées par plus d'un habitant sur dix en Languedoc-Roussillon

Comme au niveau national, 10,5 % des habitants du Languedoc-Roussillon ont eu la veille de l'enquête une consommation dite « excessive » dans le sens où elle est supérieure aux limites recommandées par l'Organisation mondiale de la santé et reprises par le PNNS. Ces limites varient selon le sexe : elles sont de 3 verres chez les hommes, de 2 verres chez les femmes et de 0 chez les femmes enceintes ou allaitantes. En Languedoc-Roussillon comme au niveau national, les hommes boivent plus « avec excès » que les femmes. En effet, 14,5 % des hommes ont bu 4 verres ou plus d'alcool la veille de l'enquête contre 6,8 % des femmes qui ont bu 3 verres ou plus (Figure 24).

Des limites dépassées deux fois plus souvent le week-end que la semaine

Dépasser les seuils recommandés est une pratique plus fréquente le week-end (y compris le vendredi) que la semaine. En Languedoc-Roussillon, elle concerne 14,7 % des personnes interrogées sur leur consommation du week-end contre 6,6 % de ceux interrogés sur celle de la semaine (Figure 25). Les consommateurs de boissons alcoolisées ont une plus grande probabilité de boire « avec excès » que de façon « modérée » la veille de l'enquête lorsqu'il s'agit d'un week-end. Le week-end est non seulement propice à la consommation de boissons alcoolisées en général mais aussi à celle qualifiée d'« excessive ».

Figure 25 : Consommations de boissons alcoolisées la veille de l'enquête selon le moment de la semaine



Source : Baromètre Santé nutrition 2008 - ORS Languedoc-Roussillon, Inpes - Exploitation : ORS L-R

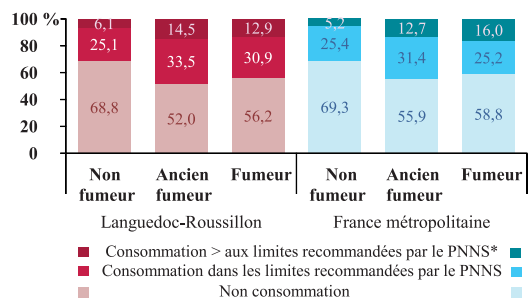
* 3 verres chez les hommes, 2 verres chez les femmes et 0 chez les femmes enceintes ou allaitantes

Aucune différence significative entre la région et le reste de la France. Différence significative selon le moment de la semaine.

Des fumeurs ou anciens fumeurs plus enclins à dépasser les limites recommandées par le PNNS

Consommer des boissons alcoolisées la veille de l'enquête est lié au fait d'être fumeur ou ancien fumeur. En Languedoc-Roussillon, les fumeurs et anciens fumeurs se distinguent des non fumeurs sur le fait de boire « avec excès » plus fréquemment. Ainsi, 14,5 % des fumeurs et 12,9 % des anciens fumeurs ont dépassé les limites recommandées contre 6,1 % de ceux qui n'ont jamais fumé (Figure 26). Par ailleurs, 2,8 % des personnes interrogées en Languedoc-Roussillon (2,5 % au niveau national) ont dépassé la veille de l'enquête le seuil de *binge-drinking* fixé à 5 verres ou plus d'alcool en une même occasion. Ils représentent 7,1 % des consommateurs de boissons alcoolisées en région (6,8 % des consommateurs français au niveau national).

Figure 26 : Consommation de boissons alcoolisées la veille de l'enquête selon le statut tabagique



Source : Baromètre Santé nutrition 2008 - ORS Languedoc-Roussillon, Inpes - Exploitation : ORS L-R

* 3 verres chez les hommes, 2 verres chez les femmes et 0 chez les femmes enceintes ou allaitantes

Aucune différence significative entre la région et la France métropolitaine. Différence significative selon le statut tabagique.

Davantage de consommateurs de vin en région, notamment du vin rouge

En Languedoc-Roussillon, le vin rouge est la boisson alcoolisée la plus consommée avec 51,5 % des consommateurs, suivis des alcools forts (teneur en alcool supérieure à 30°) avec 27,6 % des buveurs. Les vins blancs ou rosés sont consommés par 23,4 % des buveurs. La proportion de consommateurs de vin est plus élevée en région qu'au niveau national. Ceci est sans doute lié, d'une part à une production locale importante

de vins et, d'autre part, à des habitudes alimentaires et culturelles méditerranéennes.

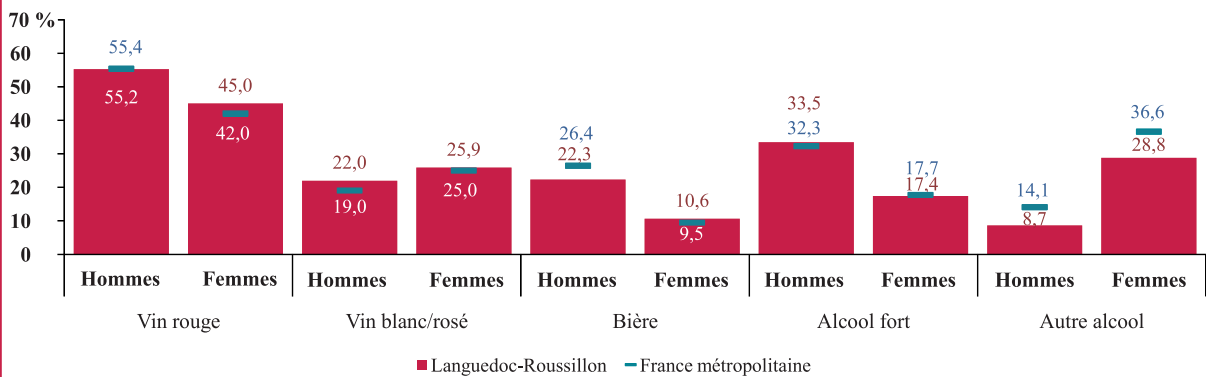
La bière concerne 18,0 % des consommateurs d'alcool en région et les autres types d'alcool 16,1 %. Cette dernière catégorie regroupe les alcools tels que les champagnes, mousseux, kirs, vins doux ou cuits, cocktails mais aussi le cidre et d'autres alcools compris entre 15 et 30°.

La consommation de vin rouge, d'alcool fort ou de bière plus masculines et celle d'autres alcools plus féminine

Comme au niveau national, le type d'alcool diffère selon le genre en Languedoc-Roussillon. Les hommes vont consommer davantage de vin rouge (55,2 % contre 45,0 %) mais aussi d'alcool fort (33,5 % contre 17,4 %) ou de la bière (22,3 % contre 10,6 %) (Figure 27). Les femmes préfèrent les autres

types d'alcool : elles sont 28,8 % en Languedoc-Roussillon à en boire contre 8,7 % chez les hommes. Quant au vin blanc ou rosé, sa consommation ne varie pas selon le sexe en Languedoc-Roussillon.

Figure 27 : Boissons alcoolisées consommées la veille de l'enquête selon le sexe parmi les consommateurs



Source : Baromètre Santé nutrition 2008 - ORS Languedoc-Roussillon, Inpes - Exploitation : ORS L-R

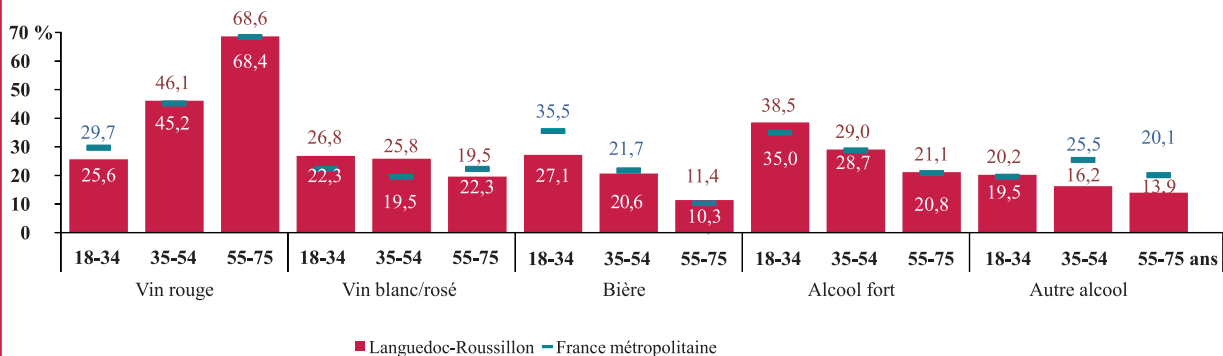
Différence significative entre la région et la France métropolitaine et notamment chez les femmes pour les vins. Différence significative selon le sexe pour chaque type de boissons alcoolisées à l'exception du vin blanc/rosé en région.

Des consommations de vin rouge plus fréquentes chez les 35 ans ou plus

En Languedoc-Roussillon, l'âge a un effet seulement sur la consommation de vin rouge. Celle-ci augmente

significativement avec l'âge passant de 25,6 % chez les 18-34 ans à 68,6 % chez les 55-75 ans (Figure 28).

Figure 28 : Boissons alcoolisées consommées la veille de l'enquête selon l'âge parmi les consommateurs



Source : Baromètre Santé nutrition 2008 - ORS Languedoc-Roussillon, Inpes - Exploitation : ORS L-R

Différence significative chez les 35-54 ans pour le vin entre la région et la France métropolitaine. Différence significative selon l'âge pour le vin rouge en région comme en France. Pour cette dernière, différence significative chez les 55-74 ans pour la bière et le vin blanc/rosé.

Les vins blancs/rosés, les autres types d'alcool et la bière davantage consommés le weekend

Le week-end a un effet sur le type de boissons alcoolisées bues. En Languedoc-Roussillon, celles qui sont plus fréquentes le week-end sont les vins blanc/rosé, les autres alcools ou la bière : respectivement 27,8 %, 23,3 % et 20,0 % contre 18,0 %, 7,2 % et 15,7 % en semaine.

En région seulement, la consommation d'alcool fort ne diffère pas le week-end de celle de la semaine.

Des boissons alcoolisées consommées différemment selon certains critères socio-démographiques

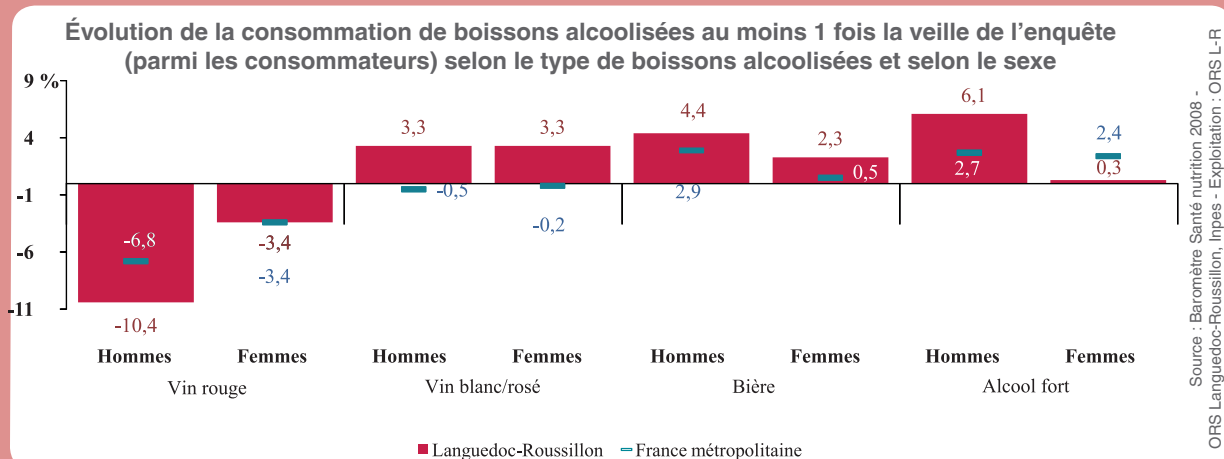
En Languedoc-Roussillon, le vin rouge est davantage cité par les personnes ayant le baccalauréat ou un diplôme supérieur au baccalauréat et par les retraités. En effet, 53,4 % des buveurs ayant le baccalauréat ou plus ont déclaré avoir consommé du vin rouge la veille de l'enquête contre 49,6 % de ceux ayant un niveau de diplôme inférieur au baccalauréat. Les buveurs retraités sont 70,0 % à l'avoir cité contre 44,8 % chez les personnes ayant un emploi.

Quant au vin blanc ou rosé, sa consommation est plus fréquente lorsque le diplôme est supérieur au baccalauréat (32,2 %) que celui inférieur (23,4 %).

Au niveau national, tous les types de boissons alcoolisées sont globalement cités par les personnes ayant un diplôme supérieur au baccalauréat que celles ayant un diplôme inférieur.

→ Évolution 2002/2008

En Languedoc-Roussillon comme au niveau national, la fréquence de consommation de vin rouge a diminué entre 2002 et 2008 de 6,8 points. En revanche, à la différence du niveau national, la consommation d'alcool fort est restée stable entre 2002 et 2008 tandis que celles de la bière et des vins rosés ou blancs ont augmenté en région (respectivement +3,3 points pour chacun de ces deux types).



→ Plats préparés et produits « bio »

Une consommation de plats tout prêts plus importante parmi les jeunes et les hommes

Un peu plus de la moitié des habitants du Languedoc-Roussillon (52,1 %) déclarent avoir mangé au moins une fois des plats tout prêts durant les quinze jours précédant l'enquête, dont 2,4 % qui déclarent en avoir mangé tous les jours. Les habitants de la région sont moins nombreux à déclarer avoir mangé au moins une fois des plats tout prêts durant les quinze jours précédant l'enquête que l'ensemble des Français (57,9 %). Comme au niveau national, en région, la consommation de plats tout prêts décroît quand l'âge augmente et est plus importante chez les hommes. Ainsi les habitants de la région de 18-34 ans sont 69,0 % à déclarer avoir mangé au moins une fois des plats tout prêts contre 54,5 % pour les 35-54 ans et 33,8 % pour les 55-75 ans. Les hommes sont 57,3 % à déclarer en avoir mangé contre 47,2 % pour les femmes.

En revanche, en Languedoc-Roussillon, les retraités et les personnes vivant dans un foyer sans enfant sont moins nombreux à déclarer en avoir mangé. Les retraités sont ainsi 31,8 % contre 59,1 % des personnes occupant un emploi. Et enfin, ce sont 42,5 % des personnes vivant dans un foyer sans enfant contre 48,9 % des personnes vivant seules.

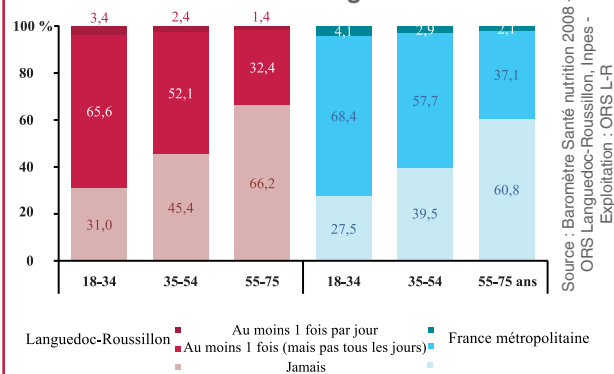
Une consommation de produits « bio » plus importante en région

En Languedoc-Roussillon, six habitants sur dix (60,5 %) ont déclaré n'avoir mangé aucun produit issu de l'agriculture biologique durant les quinze jours précédant l'enquête. Ils sont 15,1 % à déclarer en avoir mangé tous les jours et un quart (24,3 %) au moins une fois durant les quinze jours (mais pas tous les jours). Les habitants de la région sont plus nombreux à déclarer manger au moins une fois des produits « bio » durant les quinze jours précédant l'enquête que l'ensemble des Français (39,5 % contre 35,8 %).

Les produits « bio » davantage consommés par les plus diplômés et les personnes âgées

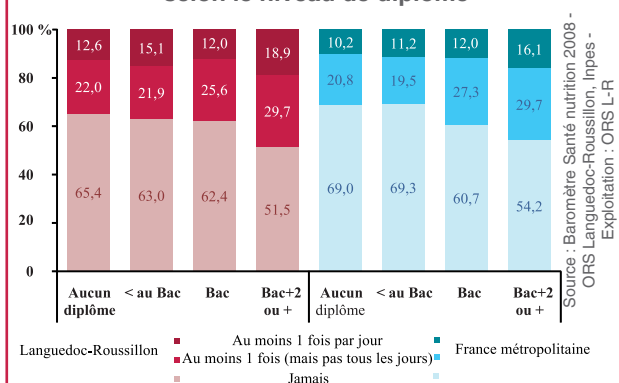
Comme au niveau national, la consommation de produits issus de l'agriculture biologique en région croît avec l'âge et est plus importante chez les personnes ayant un niveau de diplôme supérieur au baccalauréat. Ainsi les habitants de la région de 18-34 ans sont 29,7 % à déclarer avoir mangé au moins une fois des produits « bio » durant les quinze jours précédant l'enquête contre 42,8 % pour les 35-54 ans et 44,3 % pour les 55-75 ans. Les plus diplômés (baccalauréat ou supérieur au baccalauréat) sont 48,5 % à déclarer en avoir mangé contre 37,0 % pour les personnes ayant un niveau de diplôme inférieur au baccalauréat.

Figure 29 : Consommation de plats tout prêts durant les 15 jours précédant l'enquête selon l'âge



Différence significative entre la région et la France métropolitaine.
Différence selon l'âge.

Figure 30 : Consommation de produits « bio » durant les 15 jours précédant l'enquête selon le niveau de diplôme

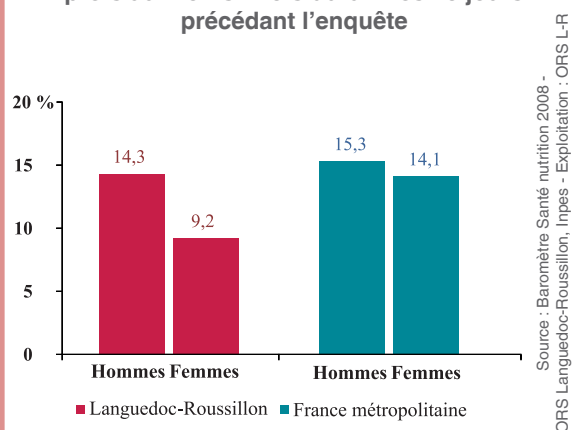


Différence significative entre la région et la France métropolitaine.
Différence entre « Bac+2 ou + » et « < au Bac ».

→ Évolution 2002/2008

Comme au niveau national, la proportion d'habitants du Languedoc-Roussillon âgés de 18 à 75 ans déclarant avoir consommé un plat tout prêt au moins une fois durant les 15 jours précédant l'enquête a augmenté entre 2002 et 2008 de 11,6 points. Cette tendance est observée aussi bien chez les hommes que chez les femmes mais avec une augmentation plus importante chez les hommes (+14,3 points contre 9,2 points).

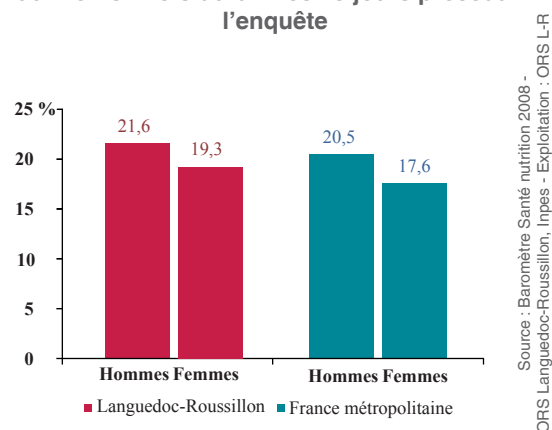
Évolution de la consommation de plats tous prêts au moins 1 fois durant les 15 jours précédant l'enquête



→ Évolution 2002/2008

Comme au niveau national, la proportion d'habitants du Languedoc-Roussillon âgés de 18 à 75 ans déclarant avoir consommé des produits issus de l'agriculture biologique au moins une fois durant les 15 jours précédant l'enquête a considérablement augmenté entre 2002 et 2008 (de 20,4 points). Cette tendance est observée aussi bien chez les hommes que chez les femmes avec une augmentation plus accentuée chez les hommes (+21,6 points contre +19,3 points).

Évolution de la consommation de produits bio au moins 1 fois durant les 15 jours précédant l'enquête



→ Méthodologie

→ Méthodologie générale¹

En 2008, l'Inpes a reconduit le Baromètre santé nutrition. Il s'agit d'une enquête téléphonique consacrée aux relations entre la nutrition et la santé qui est réalisée au niveau national. De plus, huit régions ont participé à ce baromètre par le biais de sur-échantillons régionaux, en particulier la Languedoc-Roussillon. Le questionnaire et la méthodologie employés dans la région sont les mêmes que ceux mis en œuvre au niveau de l'enquête nationale. Seule la période d'enquête varie : du 11 février au 19 mai 2008 au niveau national et du 26 mars au 24 juin 2008 en région. L'analyse porte sur les personnes contactées sur téléphone fixe. En Languedoc-Roussillon, le sur-échantillon est composé de 1 204 répondants auxquels s'ajoute la fraction régionale de l'échantillon national qui regroupe 124 personnes.

L'analyse présentée dans ce document porte sur les 12-75 ans, mais, compte-tenu de la faiblesse des effectifs des 12-17 ans (n = 90), seules des analyses descriptives sont présentées sous forme d'encadrés pour ces derniers.

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

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

→ Méthodologie spécifique

La consommation alimentaire a principalement été mesurée par un rappel des 24 heures semi-quantitatif. Les personnes interrogées ont déclaré l'ensemble des aliments consommés la veille de l'enquête, sans néanmoins donner d'information sur les quantités précises intégrées. Ainsi, dans cette enquête, ce sont les prises alimentaires qui sont mesurées. La consommation de deux aliments d'un même groupe d'aliments dans un plat constitue une seule prise, même si le plat en contient plusieurs. Par exemple, deux légumes différents en accompagnement d'une viande constituent ainsi une seule prise. Pour les boissons alcoolisées, le nombre de verres consommés était demandé mais pas leur contenance. De manière secondaire, la fréquence de consommation a été mesurée à partir d'un rappel des 15 derniers jours (pour un nombre limité de type d'aliments). La consommation de certains types d'aliments peut varier suivant la période de l'année. Aussi, pour ces aliments, les tests de comparaison réalisés ont également été ajustés sur la période pendant laquelle a été réalisé l'interview.

→ Références bibliographiques

- [1] Ministère de l'Emploi et de la Solidarité, Ministère délégué à la Santé. Programme national nutrition-santé 2001-2005. Paris : Ministère de l'Emploi et de la Solidarité, 2001 : 29 p.
- [2] Baudier F. Rotily M., Le Bihan G., Janvrin M-P., Michaud C., Baromètre santé nutrition 1996. Vanves : CFES, coll. Baromètres santé, 1997 : 180 p.
- [3] Guilbert P., Perrin-Escalon H., dir. Baromètre santé nutrition 2002. Saint-Denis : Inpes, coll. Baromètres santé, 2004 : 259 p.
- [4] Ministère de la Santé, Ministère de l'Agriculture, Assurance maladie, Inpes, Afssa, InVS. La santé vient en mangeant : le guide alimentaire pour tous. Saint-Denis : Inpes, 2002 : 127 p.
- [5] Lioret S., Dubuisson C., Gautier A., Perrin-Escalon H., Guilbert p., Volatier J.L., Delamaire C. Comparaison de deux enquêtes nationales de consommation alimentaire auprès des adolescents et des adultes - Baromètre santé nutrition (2002) et Inca (1998-99) : éléments de méthode et résultats. Maisons-Alfort : Afssa ; Saint-Denis : Inpes, juin 2004 : 67 p.



⇒ Principales caractéristiques de la population étudiée

	%* dans l'échantillon régional, n=1 238	%** dans l'échantillon national n=3137
Sexe		
homme	48,2	49,0
femme	51,8	51,0
Âge		
18-25 ans	13,8	14,0
26-34 ans	15,4	16,5
35-44 ans	19,4	20,3
45-54 ans	19,3	19,5
55-64 ans	17,5	17,2
65-75 ans	14,6	12,4
Niveau de diplôme		
aucun diplôme	19,2	17,2
inférieur au Bac	40,0	41,2
bac	18,2	18,1
bac+2 ou plus	22,5	23,4
Situation professionnelle		
actifs occupés	53,3	60,2
élèves, étudiants	8,0	8,0
chômeurs	7,1	4,5
retraités	23,9	20,2
autres inactifs	7,7	7,2
Revenus par unité de consommation		
<900 €	26,1	23,0
900-1 499 €	32,6	30,8
≥ 1 500 €	28,8	37,5
manquant	12,4	8,8
Structure du foyer		
personnes seules	13,8	11,8
foyer monoparental***	6,5	6,0
foyer sans enfant***	37,2	34,7
foyer avec enfant***	42,5	47,5
Zones de résidence		
< 2 000 habitants	23,9	25,7
2 000 habitants ou plus	76,1	74,3

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

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

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

→ Synthèse

Depuis 2002, la consommation alimentaire selon les repères du PNNS a évolué en Languedoc-Roussillon de manière positive pour un certain nombre d'aliments :

- la consommation de fruits et légumes a augmenté, et ceci plus qu'au niveau national ;
- les consommations de féculents et de produits laitiers sont restées stables alors qu'elles ont diminué en France ;
- la consommation des aliments du groupe « viande poisson œufs » a augmenté mais particulièrement celle de poisson, comme au niveau national.

Les assaisonnements (sel, mayonnaise, ketchup, beurre, etc.) sont moins présents de manière habituelle sur la table des habitants de la région, comme au niveau national.

Concernant les produits gras et salés, la consommation de charcuterie est restée stable alors qu'elle a augmenté en France mais celle de snacks ou de produits apéritifs a augmenté partout. La consommation de produits sucrés est restée stable dans la région alors qu'elle a diminué au niveau national.

Enfin, la consommation de plats tout prêts et de produits issus de l'agriculture biologique a beaucoup augmenté.

La consommation de boissons alcoolisées est restée stable, comme au niveau national, diminuant pour le vin rouge – même si la consommation de cette boisson alcoolisée reste la plus élevée – mais augmentant pour les autres boissons alcoolisées.

Ces évolutions, globalement plutôt bénéfiques, ne doivent pas cacher que les repères de consommation ne sont pas atteints pour une bonne partie de la population, en particulier en ce qui concerne les fruits et légumes et le poisson, ce qui reste surprenant pour une région méditerranéenne. Ce sont surtout les jeunes et les hommes qui sont le plus éloignés des repères de consommation pour tous les groupes d'aliments, mais également les populations à faibles revenus et au chômage (cf. fiche « nutrition, revenus et insécurité alimentaire »).

Les interventions mises en œuvre et soutenues dans la région depuis une dizaine d'années semblent porter leurs fruits mais les efforts doivent être maintenus, en particulier auprès des publics les plus éloignés de pratiques alimentaires favorables à la santé. Il faudra veiller à rendre possible l'atteinte de ces repères de consommation et à continuer de promouvoir une alimentation alliant plaisir, saveurs, équilibre, variété et convivialité !

→ Les fiches thématiques du Baromètre santé nutrition

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

Ce document a été réalisé par : Inca Ruiz (ORS L-R), Geneviève Le Bihan (Cres LR), Michelle Holdsworth (IRD) et Sylvia Maille (Drass LR) et mis en page par Jacqueline Belen, sous la direction de Bernard Ledésert (ORS L-R)

Il a été enrichi par les contributions de :

Pierrick Bernard (Faculté des sciences du sport), Nicolas Bricas (Cirad), Anne-Sophie Dormont (GRSP LR), Martine Padilla (IAMM), Jean-Paul Romarin (Drass LR) et Béatrice Rougy (Conseil régional LR).

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

Le recueil des données du sur-échantillon et l'analyse ont été financés par le Groupement régional de santé publique du Languedoc-Roussillon et par le Conseil régional du Languedoc-Roussillon.

Observatoire régional de la santé du Languedoc-Roussillon
Parc Euromédecine 209 rue des Apothicaires 34196 Montpellier cedex 5