

A thick black L-shaped frame surrounds the text. It starts at the top left, goes right, then down, then right again, and finally down to the bottom right corner.

REGARD SOCIOLOGIQUE SUR L'ALIMENTATION

Agathe Zuddas

Laboratoire CeRIES, Université Charles de Gaulle Lille 3

Plan de la présentation

Généralités sur l'alimentation en France

Regard sur les pratiques alimentaires des personnes âgées

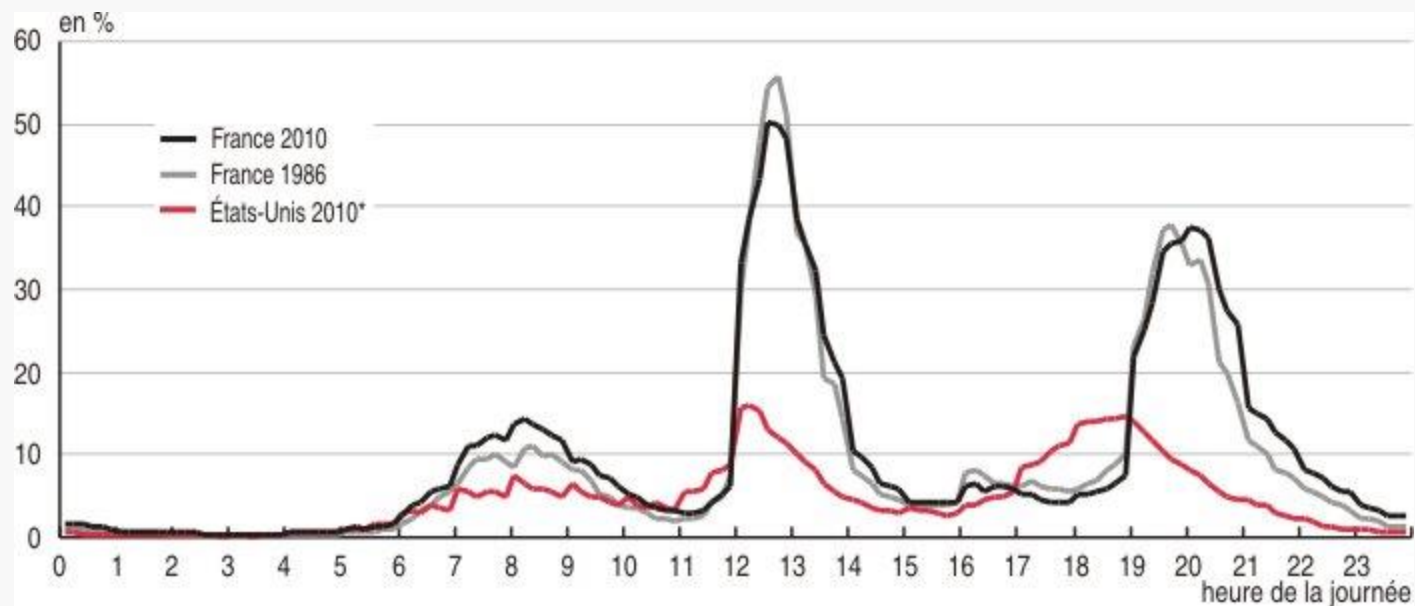
The image features two thick black L-shaped brackets. One is positioned in the top-left corner, and the other is in the bottom-right corner. They are oriented towards each other, framing the central text.

GÉNÉRALITÉS SUR L'ALIMENTATION EN FRANCE

Les repas des français

- 15,5% des dépenses des ménages (hors restauration et alcool), dont 70% dépensé en grandes surfaces (INSEE *Budget des familles 2006*)
- 2h20 (repas) + 1h10 (cuisine, vaisselle, courses) par jour (INSEE *Enquête emploi du temps 2010*)
- Enquête INCA 2 (2006-2007) :
 - plus de 80 % des ménages prennent leur dîner à domicile.
 - 75 % des dîners sont pris en famille
- Majoritairement les français prennent 3 repas par jour

Les heures des repas des français



Les repas hors domicile

Au travail, à l'école, à l'université, à la maison de retraite

- *à la cantine*
- *au restaurant d'entreprise*
- *au restaurant de la maison de retraite*
- *à emporter*

(en moyenne 5 repas par semaine)

Alimentation et stratification sociale

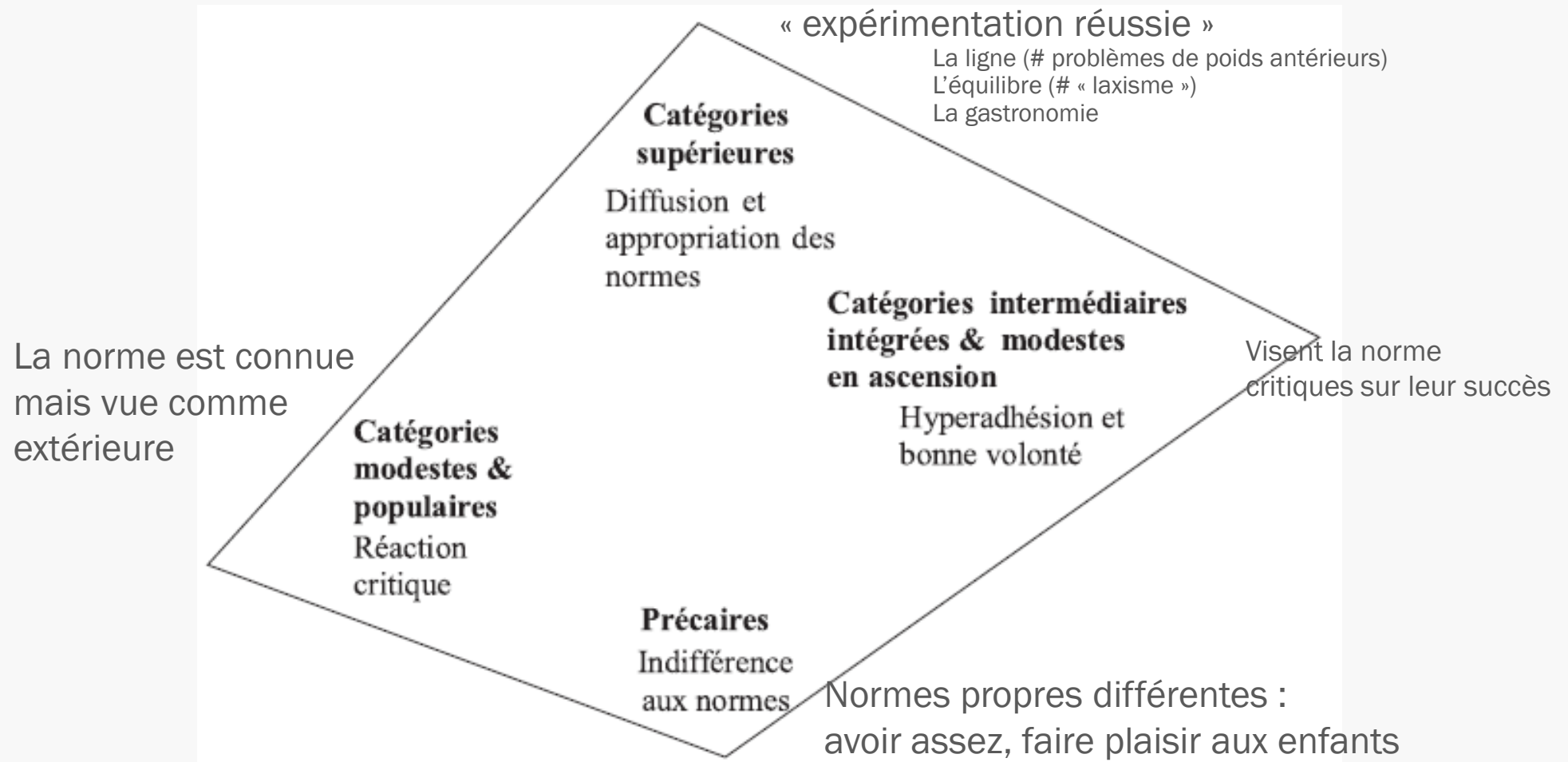
- L'alimentation est en partie déterminée par la position sociale (revenu, diplôme, origine sociale)
- Mais aussi une façon de manifester son identité sociale (genre, région, ...)

Les 1001 façons de se nourrir

Quelques raisons de se nourrir de telle ou telle façon :

- *L'accès géographique*
- *L'offre disponible chez ses commerçants*
- *Les traditions nationales, régionales, locales, familiales*
- *Le prix des aliments*
- *Les compétences culinaires*
- *La santé et le rapport aux normes de santé et aux soignants*
- *Les propriétés qu'on prête aux aliments (par exemple les « antioxydants »)*
- *La valeur symbolique des aliments (nourrissant, prestige, ...)*

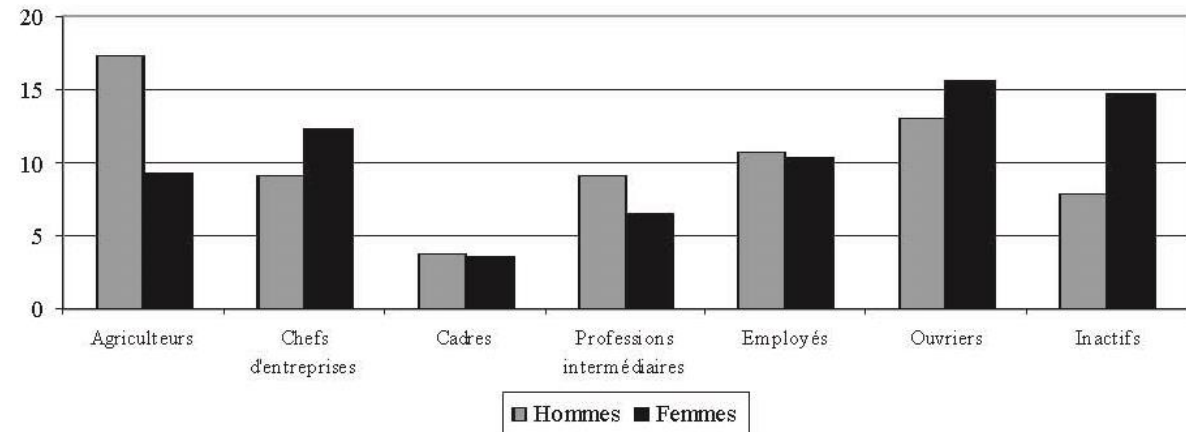
Quatre formes de réception des normes d'alimentation et de corpulence



De fortes inégalités dans la probabilité d'être obèse

- Obésité 14,5% en France
- Plus d'obèses dans les milieux populaires, surtout chez les femmes
- Clivage entre classes populaires urbaines (femmes obèses) et rurales (hommes obèses)

5 - Taux d'obésité en fonction de la catégorie socio-professionnelle, France 2001



-Source : Régnier, 2005

Le souci de soi en situation de précarité

Quand les contraintes de revenus sont très importantes, le rapport à la norme dominante est très distancié.

Par exemple :

- *Quand on est sdf, le problème n'est pas de manger 5 fruits et légumes mais de trouver un repas*
- *Quand on a peu d'argent, on veut surtout faire plaisir à ses proches et notamment ses enfants, pas forcément manger de manière diététique (arbitrage)*

The image features two thick black L-shaped brackets. One is positioned in the top-left corner, and the other is in the bottom-right corner, framing the central text.

REGARD SUR LES PRATIQUES
ALIMENTAIRES
DES PERSONNES ÂGÉES

1. L'alimentation et la structure sociale des consommations
2. L'importance de la commensalité
3. La socialisation alimentaire : une typologie de styles de consommation alimentaire

Les générations de personnes âgées

Des enquêtes qui portent sur les 60 ans et +
(nés avant 1950)

- *Génération Robot-électrique (1937-1946)*
- *Génération Réfrigérateur (1927-1936)*
- *Génération Rationnement (1917-1926)*
- *Génération Privations (1907-1916)*

(hors baby-boomer) (modèle du CREDOC)

Méthodologie

Deux types de données :

- *Quantitatif : enquêtes statistiques en population représentative 60 ans et + menés au sein du laboratoire ALISS ou dans différents projets de recherche*
- *Qualitatif : enquête par entretiens à domicile (80 configurations : couple, personne seule) et dans des institutions (30 configurations)*

Le poids des déterminants sociaux sur la diversité alimentaire et sur le contenu des paniers

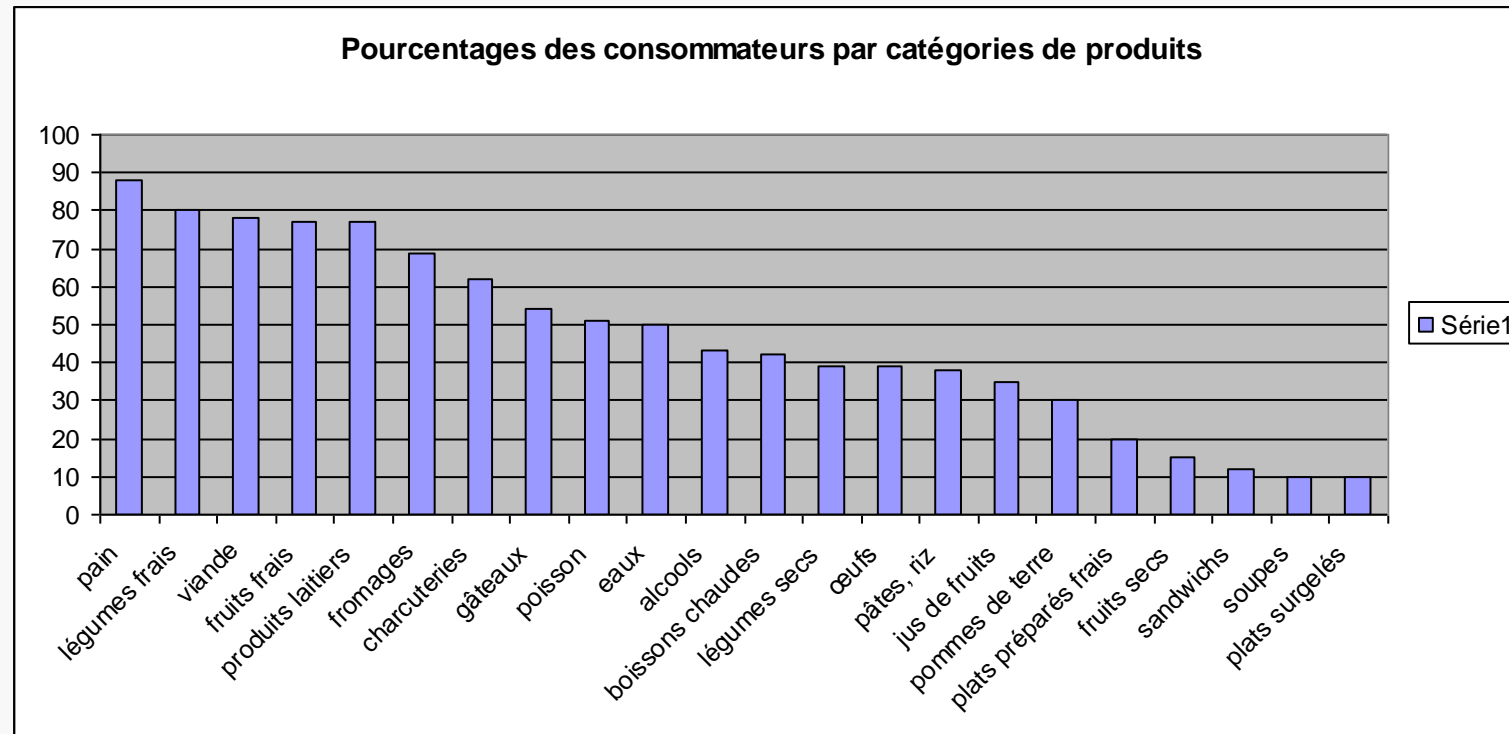
« Dis moi ce que tu manges, je te dirai qui tu es »

l'alimentation est un support identitaire

« Dis moi qui tu es, je te dirai ce que tu manges »

L'alimentation est un marqueur social

1^{er} déterminant : la génération



Enquête HealthSense, INRA-CORELA / CREDOC - 2003

1^{er} déterminant : la génération

Plusieurs constats :

Les produits **les plus consommés** sont **les produits frais**

Une attention particulière portée à la fraîcheur des aliments car la fraîcheur est associée à la qualité gustative.

Les produits frais les plus consommés (entre 80 et 60%) :

- *Pain (88%)*
- *Légumes frais (80%)*
- *Viande (78%)*
- *Fruits frais (77%)*
- *Produits laitiers (77%)*
- *Fromages (69%)*
- *Charcuterie (62%)*
- *Poissons (51%)*

1^{er} déterminant : la génération

A l'opposé

**les produits les plus faiblement
consommés sont les produits
élaborés**

Les produits élaborés industriellement
sont moins consommés :

- *Plats préparés (20%)*
- *Sandwiches (12%)*
- *Plats surgelés (10%)*

1^{er} déterminant : la génération

Tendance qui se confirme sur deux enquêtes à 10 ans d'intervalle (2002-2012)

MAIS : qu'en sera-t-il pour les générations baby-boomer ?

2^{ème} déterminant : la région d'habitation

De fortes disparités régionales

Nord : pain, charcuterie

Est : produits laitiers, charcuterie, oeufs

Ouest : soupe, poissons, produits de la mer

Sud: pâtes, légumes, fruits, huiles

3^{ème} déterminant : la PCS (Professions et catégorie socioprofessionnelles)

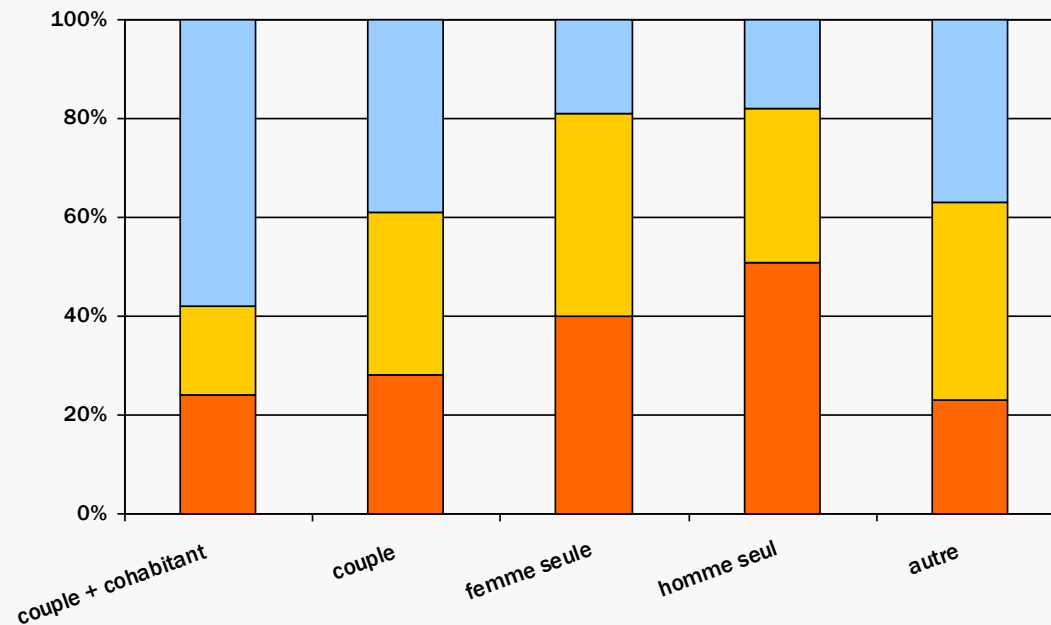
Consommation alimentaire
en fonction de la profession en cours de vie active

	Cadres supérieurs	Professions intermédiaires	Employés	Ouvriers	Agriculteurs commerçants
Diversité ≤ 10	26%	32%	27%	39%	37%
10 < diversité < 14	34%	32%	44%	33%	34%
Diversité > 14	39%	37%	29%	28%	28%

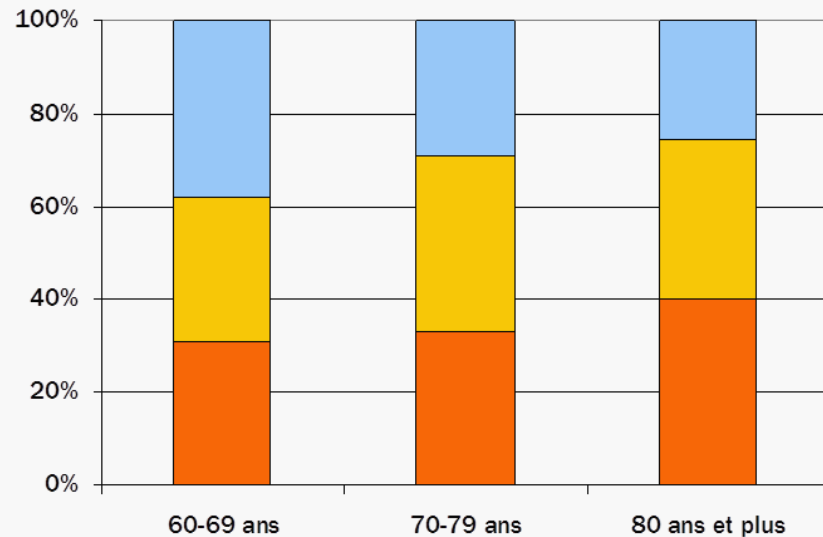
N=4000
Enquête INRA/CREDOC

4^{ème} déterminant : le sexe

5^{ème} déterminant : la structure du ménage



6^{ème} déterminant : l'avancée en âge



La monotonie alimentaire augmente avec l'âge et l'isolement

■ Faible diversité (moins de 10 produits différents)

■ Moyenne diversité (entre 10 et 14 produits)

■ Forte diversité (plus de 14 produits différents)

Trois profils statistiques de consommateurs :

Les « **gros mangeurs** » achètent de nombreux produits en quantité, diversité, nombreuses courses alimentaires. Davantage présent dans les classes moyennes ou chez les plus jeunes (60-69 ans), et davantage en couple.

Les « **mangeurs moyens** » achètent moins de produits, moins de diversité, généralement cohabitent avec un enfant ou âgés de 70 à 79 ans et davantage chez les employés.

Les « **petits mangeurs** » ont une alimentation peu variée et peu diversifiée, mangent la même chose (pain, légumes frais, pommes de terre, fromage), vont peu en courses, se rencontrent en zone rural ou péri-urbaine, plus âgés (80 et plus), vivent plus souvent seul.

La commensalité des personnes âgées

Les rythmes et les heures des repas des générations avant 1950

La commensalité

	Nombre de repas / jour					
	1	2	3	4	Total	N
jusqu'à 29 ans	6.60	28.50	55.67	9.23	100.00	379
30 à 39 ans	4.08	25.34	63.61	6.97	100.00	588
40 à 49 ans	4.36	28.11	62.04	5.49	100.00	619
50 à 59 ans	4.49	25.85	64.45	5.21	100.00	557
60 ans et plus	2.39	17.03	75.60	4.99	100.00	922
Total	4.01	23.88	66.07	6.04	100.00	3,065

1^{er} constat

Les 60 ans et plus :
classe d'âge se rapprochant le plus de la norme des trois repas par jour (petit-déjeuner, déjeuner, dîner, déclarés comme tel)

Enquête Alisirs – INSERM / INRA 2009-2011

La commensalité

2^{ème} constat :

La norme se maintient, même avec l'avancée en âge

Age	Nombre de repas / jour				Total	N
	1	2	3	4		
60 à 69	3.70	15.95	76.07	4.27	100.00	351
70 à 79	1.00	16.39	77.26	5.35	100.00	299
80 et +	1.27	13.29	75.32	10.13	100.00	158
total	2.23	15.59	76.36	5.82	100.00	808

Enquête Alisirs – INSERM / INRA 2009-2011

La commensalité

Age	Régulier	non régulier		N
jusqu'à 29 ans	56.77	43.23	100.00	384
30 à 39 ans	69.88	30.12	100.00	591
40 à 49 ans	74.47	25.53	100.00	615
50 à 59 ans	69.18	30.82	100.00	558
60 ans et plus	83.60	16.40	100.00	927
Total	73.17	26.83	100.00	3,075

3^{ème} constat :

Les 60 ans et plus :
classe d'âge
mangeant le plus à
des heures régulières

Enquête Alisirs – INSERM / INRA 2009-2011

La commensalité

4^{ème} constat :

La régularité se maintient même avec l'avancée en âge

(Age)	régulier	non régulier	Total	N
60 à 69	83.48	16.52	100.00	351
70 à 79	85.67	14.33	100.00	300
80 et +	86.71	13.29	100.00	158
Total	84.92	15.08	100.00	809

Enquête Alisirs – INSERM / INRA 2009-2011

La commensalité des personnes âgées

Le repas est un rituel d'intégration sociale fort au quotidien chez les retraités

Le repas structure fortement les activités quotidiennes, l'organisation de la journée

La sociabilité alimentaire est très importante pour les retraités

La socialisation alimentaire

Une typologie de styles de consommation alimentaire

Peut-on dégager, au-delà des tendances générales, des profils ou **style de consommation alimentaire** propres à des groupes sociaux (groupes domestiques)?

Les styles de consommation alimentaire

Cela implique :

- de repérer des habitudes communes à des groupes (observation fine des pratiques)
- de comprendre comment des groupes domestiques construisent des habitudes communes

Trois indicateurs clé pour construire une typologie :

- *Les pratiques alimentaires au quotidien*
- *Le souci de soi alimentaire*
- *Les pratiques de sociabilité, d'hospitalité*

Les styles de consommation alimentaire

Méthodologie :

Enquête qualitative (80 configurations domestiques distinctes : région, PCS, structure domestique - couple/seul, âge) par entretien et observations au domicile = **ouvrir la boîte noire domestique**

Type 1. Le style « désintéressé »

Rapport à l'alimentation : **désintéressé** pour l'alimentation, alimentation caractérisée par la **monotonie** (répétition dans les produits achetés, les plats), préférence pour des **plats préparés**, peu de produits frais (excepté pain, viande, voire poisson), **aucune préparation culinaire** (préférence pour la rapidité), irrégularité dans les heures des prises de repas, fréquence hétérogène (deux, trois repas par jour) ; repas extérieurs fréquents

Rapport à la santé : **désintéressé** pour les questions de santé (se réfère au médecin)

Sociabilité / commensalité : **peu d'invitations** à manger à domicile, **sociabilité extradomestique forte**, plutôt investis dans des activités diverses (association, loisirs), aucun intérêt pour la santé, sociabilité extrafamiliale importante

Profil : Caractéristique des **personnes vivant seules**, notamment les **hommes**.
Fort recours à des intervenants extérieurs.

Type 2. Le style « solitaire »

Sociabilité / commensalité : proche des désintéressés mais s'en distinguent car sociabilité faible, voire nulle. Ils fréquentent surtout des enfants mais rarement (éloignement géographique, conflits)

Rapport à l'alimentation : Alimentation **monotone**, cuisine davantage que les désintéressés, sont attentifs à consommer des **produits frais** pour légumes et viande/ poisson mais le combine avec des **produits et plats préparés**. Dans ce type on rencontre aussi des personnes qui mangent peu, ne cuisinent presque plus (caractéristique des certaines femmes seules)

Rapport à la santé : désintéret

Profil : **Hommes et femmes seules, toute PCS confondus.**

Type 3. Le style « gourmand »

Rapport à l'alimentation : **alimentation importante, longue préparation** (ils « cuisinent »), **plats copieux** à base de **produits frais**, mais **peu variés**, principalement à base de **viande, charcuterie, pommes de terre (pâtes, etc.)**, vin. Le **facteur régional** c'est-à-dire les plats régionaux est important. **L'abondance** est de mise car l'alimentation est vécue sur le registre du plaisir. Trois repas par jour à des heures régulières.

Rapport à la santé : Ils sont **peu attentifs** aux questions de santé. Et lorsqu'il y a un régime : **stratégie de contournement** des normes

Sociabilité / commensalité : **Forte sociabilité**, notamment **familiale** (invitations fréquentes) car importance de la commensalité. Fort attachement au groupe familial.

Profil: **Plutôt milieu populaire** : ouvrier et indépendants (agriculteurs, artisans), en milieu rural, périurbain et quartier populaire de ville.

Type 4. Le style « cuisinier »

Rapport à l'alimentation : alimentation occupe une place importante comme pour le type 3 mais elle est davantage marquée par la **diversité alimentaire** : fraîcheur des produits et **diversité dans les plats préparés** sont de mise, recherche de nouvelles recettes.

Rapport à la santé : pas spécialement attentifs aux questions de santé autour de l'alimentation.

Sociabilité / commensalité **Forte sociabilité** notamment **amicale**

Profil: **Couples principalement**, voire certaines femmes seules.
Employés/classes moyennes et supérieures

Type 5. Le style « nutritionniste »

Rapport à l'alimentation : Ce qui est **au cœur de leur alimentation**, c'est la **santé**. Ici, l'alimentation est synonyme de bonne santé. **Adhésion aux recommandations diététiques et nutritionnelles**. Ce sont elles qui **orientent les choix alimentaires** : produits frais, peu de produits transformés, **longue préparation alimentaire** (ils « cuisinent »), prises en compte des messages et des recommandations nutritionnelles puisées à droite et à gauche (famille, médecin, magazines, TV, etc.) dans le choix de produits, dans les façons de cuisiner.

Sociabilité / commensalité : Sociabilité plus ou moins importance mais ne joue pas en soi.

Profil : **Couples ou femmes seules**. Se rencontre en fait dans **tous les milieux sociaux** mais s'inscrit dans des **parcours de vie** différents : place accordée à la santé depuis toujours, effet d'un événement biographique violent (maladie, etc.).

Les enjeux au fil du vieillissement

Le poids de facteurs évènementiels dans la transformation des habitudes alimentaires

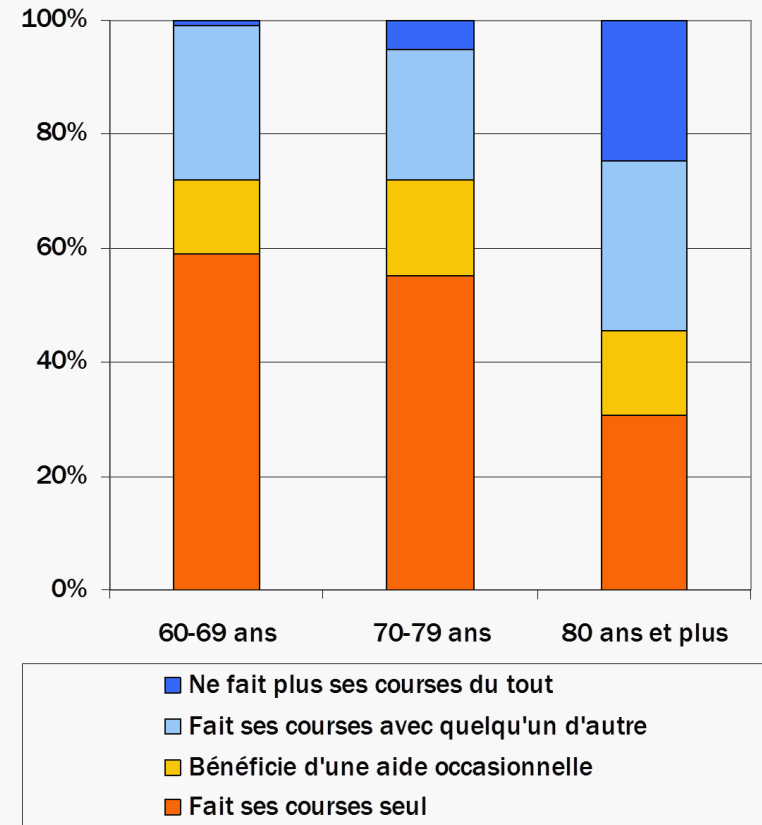
Les événements ayant un impact sur l'alimentation : le passage à la retraite, le veuvage, un déménagement, un séjour en institution hospitalière, l'entrée en institution ou en habitat intermédiaire, ...

L'exemple du veuvage : le cas des veuves et de la réappropriation d'habitudes alimentaires antérieures au mariage

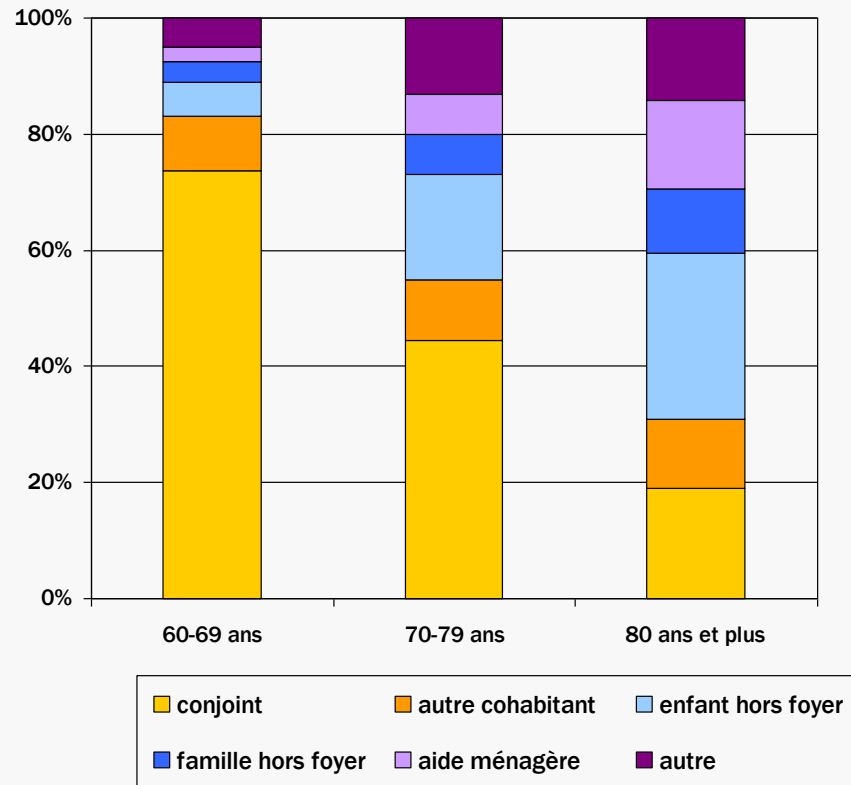
Les enjeux autour de la dépendance culinaire

Les enjeux au fil du vieillissement

Avec l'avancée en âge, la responsabilité des courses alimentaires évolue vers une plus grande délégation...



Les enjeux au fil du vieillissement

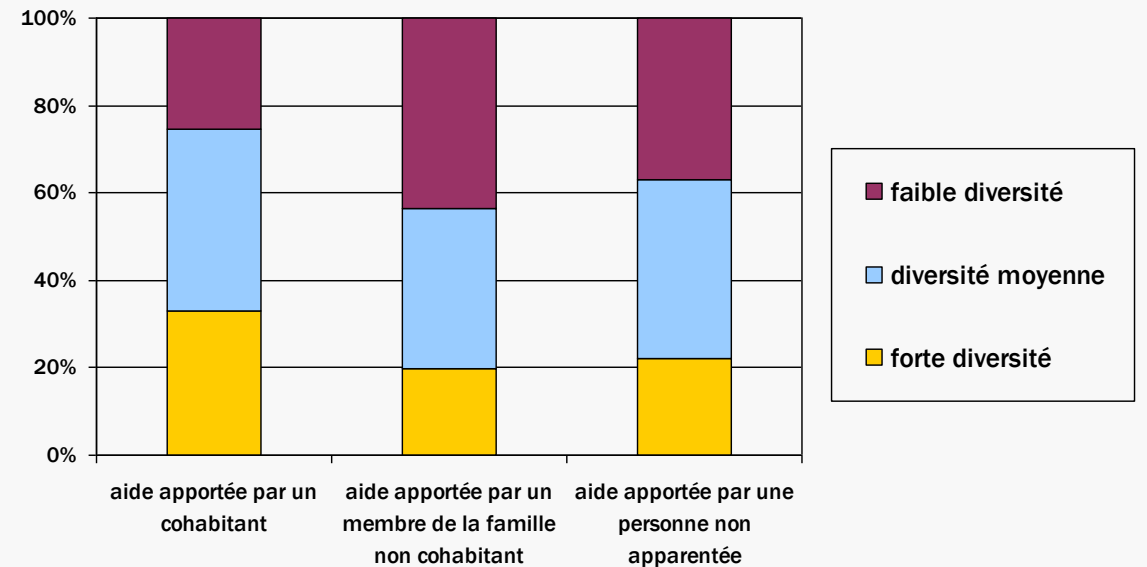


... délégation, qui s'exerce de plus en plus hors du cadre du ménage et de la famille, pour être confiée à des aides professionnelles

Les enjeux au fil du vieillissement

La délégation des achats alimentaires hors du cadre du ménage réduit la diversité des achats

Les formes de la prise en charge de la dépendance culinaire influe sur les comportements alimentaires



The image features two large, thick black L-shaped brackets. One is positioned on the left side, with its vertical bar extending downwards and its horizontal bar extending to the right. The other is on the right side, with its vertical bar extending upwards and its horizontal bar extending to the left. These brackets frame the central text.

MERCI DE VOTRE
ATTENTION

agathezuddas@gmail.com