

Les profils des consommateurs bio en France : résultats de l'étude de la cohorte NutriNet Santé

Profiles of organic Food consumers in a large sample of French adults : results from the NutriNet-Santé cohort study

Auteurs : Kesse Guyot Emmanuelle, Péneau Sandrine, Méjean Caroline, Szabo de Edelenyi Fabien, Galan Pierre, Hercberg Serge et Lairon Denis

Source : PLoS ONE

Date de publication : Octobre 2013

Méthodologie

Cette étude menée par Emmanuelle Kesse-Guyot sur la cohorte Nutrinet-Santé (54 311 adultes français) porte sur la caractérisation des consommateurs bio. Elle évalue la fréquence de consommation de 18 produits bio chez les membres de la cohorte. C'est la première étude française caractérisant les consommateurs bio.

Cette étude effectue des analyses par clusters pour identifier les comportements associés à la consommation de produits bio. Elle permet d'observer les caractéristiques sociodémographiques, les pratiques de consommation et de mesurer les apports nutritionnels au sein des différents clusters.

Résumé

La cohorte Nutrinet-Santé a été réparti en 5 clusters :

- 3 clusters de non-consommateurs bio (« pas intéressés », « refusent », « trop coûteux »)
- un cluster de petits consommateurs de produits bio
- un cluster de gros consommateurs de produits bio

L'étude montre que les consommateurs réguliers de produits bio ont un niveau d'éducation plus élevé et sont physiquement plus actifs que les membres des autres clusters. Les consommateurs bio semblent également avoir un régime plus végétal et consommer moins de sucre, de boissons alcoolisées, de lait et de produits animaux transformés. Leurs apports nutritionnels sont plus proches des recommandations nutritionnelles comparés aux clusters qui ne consomment pas du tout de bio.

Toute chose égale par ailleurs le régime bio est associé à une forte diminution des risques de surpoids (-36 % chez les hommes et -42 % chez les femmes), et d'obésité (-62 % et -48 %).

Principaux enseignements

Les consommateurs bio (les gros consommateurs) se distinguent nettement des non-consommateurs de produits bio (« ce qui évitent ») avec une consommation plus élevée de produits végétaux et une consommation moins élevée de produits animaux.

- 56g de plus par jour de légumes soit +31%
- 40 g de plus par jour de fruits soit +22%
- 6 g de plus de fruits secs soit +327%
- 6 g de plus de légumineuses soit +172%
- 36 g de plus de céréales complètes soit +377%
- 21 g de viande en moins soit -36%
- 8 g de volaille en moins soit -27%
- 14 g de charcuterie en moins soit -33%

Alimentation et Santé

- 2 g en plus d'œuf soit +14%
- 40 g de lait en moins soit -40%
- Mais 5 g de fromage en plus soit +13%

Du fait de leur profil alimentaire (moins d'acides gras saturés, plus de minéraux et vitamines, plus de fibres- +6g/j), **les consommateurs bio ont un régime plus sain et plus proche des recommandations nutritionnelles**. Ainsi le score m-PNNS-GS passe de 7,6 à 8,4. Le mPPNS-GS montre la compatibilité avec les recommandations du PNNS et est noté sur une échelle de 0 à 13,5.

Référence

KESSE-GUYOT, Emmanuelle, PENEAU, Sandrine, MEJEAN, Caroline, et al. Profiles of organic food consumers in a large sample of French adults: results from the Nutrinet-Sante cohort study. PloS one, 2013, vol. 8, no 10, p. e76998.

Lien vers l'article : doi.org/10.1371/journal.pone.0076998