

LES REPRÉSENTATIONS ET ATTITUDES DES FRANÇAIS FACE AUX GOÛTS SUCRÉS

Résultats de la première étude qualitative menée
par l'Observatoire des Comportements & Goûts Sucrés

ENJEUX & MÉTHODE

Pourquoi un observatoire sur les comportements et goûts sucrés ?



ÉLARGIR LA VISION DES GOÛTS SUCRÉS POUR MIEUX LES COMPRENDRE

Beaucoup de travaux documentent
le « **comment** » et « **à quelle fréquence** »
on consomme des produits sucrés,
mais moins souvent le « **pourquoi** » :

- **Quels processus motivationnels**, quelles interactions entre facteurs individuels, sociaux, contextuels, raisonnés et impulsifs, aboutissent à cette décision comportementale ?

Un changement de focale, pour une observation au plus proche de la vie des individus, prenant en compte cette diversité des goûts sucrés, telle est la raison d'être de l'Observatoire.

UNE PREMIÈRE APPROCHE QUALITATIVE



L'Observatoire des Comportements & Goûts Sucrés a souhaité réaliser une première étude pour explorer les champs suivants :

- **Représentations** : Quelles attitudes, perceptions et représentations des goûts sucrés sont spontanément observées chez les individus ?
- **Place des goûts sucrés** : Quelles sont leurs fonctions dans la vie quotidienne ? Quelles sont leurs interactions avec le comportement alimentaire des Français ?

3 FOCUS GROUPES



3h
d'échanges
et d'ateliers*



24
participants

LILLE 1
18-30 ans
ouvriers/employés,
sans enfants

LILLE 2
30 ans et +
professions
intermédiaires

PARIS
30 ans et +
professions
intermédiaires

*Afin de s'affranchir des biais sémantiques et étudier les représentations sans les influencer, les individus étaient invités à s'exprimer sur leurs habitudes alimentaires au sens large, et les goûts sucrés n'étaient, dès le début, pas directement nommés dans les questions posées.

RÉSULTATS DE L'ÉTUDE

Principaux enseignements issus des focus groupes

1 DES CODES FORTS SOCIALEMENT PARTAGÉS AUTOUR DE L'ALIMENTATION

La journée alimentaire reste structurée autour de **repas à des moments définis** et de rendez-vous **qui ponctuent les semaines** (ex : brunchs, soirée pizza...).

Le **'manger ensemble'** à la française est toujours bien ancré dans les pratiques...

" On prend le temps de dîner à table. Le moment du repas c'est le moment où l'on se retrouve. Il y a beaucoup d'échanges, des sourires, des rires pendant le repas. "

...avec de **nouvelles formes de commensalité** qui s'esquissent chez les plus jeunes.

" Hier soir [...] chez moi, face à une série, avec ma copine en vocal... "



2 DES GOÛTS PEU MIS EN MOTS

Peu de mots évoquant spontanément les goûts, les saveurs, les sensations provoquées par les aliments.

Hypothèses :

Inconvenance sociale à évoquer ces sensations en focus groupe ? Manque de vocabulaire sur les sensations gustatives ?

Et les goûts sucrés ?

Ce sont **les goûts les plus évoqués**, et les seuls **utilisés par les participants pour définir une catégorie d'aliments** :

" J'ai réuni tout ce qui me fait penser au goût sucré... "

3 TROIS FAÇONS D'ARTICULER LES DIMENSIONS DE PLAISIR



LES " HEALTHY À TOUT PRIX "

À Paris, ceux qui se forcent à dompter leur plaisir pour manger sainement.

— L'alimentation est pour eux une préoccupation, qui s'articule autour d'une opposition plaisir et santé très marquée.

— Nutritionnalisation de leur alimentation : *" Index glycémique "*
" Jeûne intermittent "

— Conversion forcée des goûts : *" J'ai appris à aimer "*



LES " GOURMANDS TOURMENTÉS "

Les jeunes actifs lillois, ceux qui font passer le plaisir avant, mais culpabilisent.

— Un attrait plus prononcé pour des goûts gras et/ou sucrés.

— Mais persistance de jugements nutritionnels négatifs : *" c'est tout ce que j'aimerais bien éviter "*



LES " GOURMETS ASSUMÉS "

Les Lillois plus âgés, ceux qui se font plaisir dans un cadre structuré.

— Groupe le plus prolixe en matière de verbatims gourmands et sucrés.

— Un rapport au plaisir moins culpabilisé, avec un discours nutritionnel présent, mais non dominant : *" Il faut savoir se faire plaisir sans abuser "*

— Évocation de l'importance du partage, de la cuisine, du temps passé à manger ensemble.

Hypothèse :

Dans un cadre raisonné, les rituels alimentaires permettraient de légitimer le plaisir : *" Avec ma fille, le soir pendant le film on mange un morceau de chocolat, avec des grosses noisettes. "*

PERSPECTIVES

Vers une étude quantitative

UNE PROCHAINE ÉTUDE

- Pour **confirmer/préciser** les tendances observées et **aller plus loin** dans leur compréhension.
- Avec un objectif de **représentativité** et de **vision à plus large échelle**.

Typologies de mangeurs, quelle réalité à plus large échelle ?

Fin de repas sucrée, un rôle structurant dans les comportements alimentaires ?

Ancrage social et familial, un déterminant de la relation au plaisir alimentaire ?

Rituels alimentaires, un impact sur les représentations ?

À PROPOS

L'Observatoire des Comportements & Goûts Sucrés

- est porté par **Cultures Sucre**, l'association qui regroupe les planteurs de betterave sucrière et les fabricants de sucre français.
- est piloté par **Laurent Aron**, Sémiologue spécialiste de la sensorialité, Chercheur associé Université Paris-Cité, Chaire Homo Creativus / Planète Culinaire, et **Aymery Constant**, Psychologue de la santé et maître de conférence à l'EHESP.
- a réalisé cette première étude qualitative avec **Pascale Hébel**, directrice associée chez C-ways, spécialiste des consommations alimentaires, et **Emmanuelle Lefranc**, sociologue rattachée au Laboratoire d'Anthropologie Critique Interdisciplinaire (LACI).

Pour aller plus loin :

- Replay du Workshop SFN/CULTURES SUCRE - "Représentations et attitudes des Français face aux goûts sucrés" : <https://sf-nutrition.fr/workshop-de-la-sfn/>
- Article de présentation de l'Observatoire : <https://www.cultures-sucre.com/actualites/l-observatoire-des-comportements-et-gouts-sucres-explore-nos-relations-subtiles-avec-les-saveurs-sucrees/>

