Observatoire
COMPORTEMENTS & GOÛTS SUCRÉS

QUELS PROCESSUS MOTIVATIONNELS DERRIÈRE LES HABITUDES ALIMENTAIRES SUCRÉES ?

Année 2 : résultats de la nouvelle étude quantitative

L'Observatoire des Comportements et Goûts Sucrés

a été lancé en 2022 avec pour enjeux de mener des **travaux de recherche originaux** afin d'élargir la façon d'**aborder** et de **comprendre** les goûts sucrés.

Les études conduites par l'Observatoire font appel à des compétences pluridisciplinaires : **sociologie, psychologie, nutrition, éducation au goût…**

NOS AXES DE RECHERCHE :

LA DIVERSITÉ

des perceptions et des représentations associées aux goûts sucrés

LEURS FONCTIONS

dans la vie quotidienne, les occasions sociales, les traditions…

LEURS INTERACTIONS

avec les comportements alimentaires des Français

EN 2023 : UNE ÉTUDE QUALITATIVE EXPLORATOIRE

pour faire émerger un large éventail de **perceptions, d'attitudes et de représentations** vis-à-vis des goûts sucrés, et poser les bases de la prochaine étude.

EN 2024 : UNE ÉTUDE QUANTITATIVE

pour caractériser les **forces à l'œuvre derrière les habitudes alimentaires** liées aux goûts sucrés.

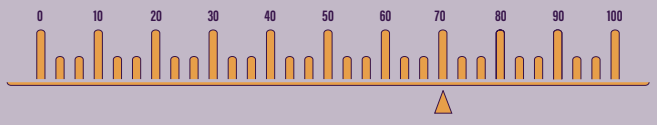
METHODOLOGIE
de l'étude quantitative

Une étude qui croise les habitudes alimentaires et les perceptions des goûts sucrés des Français

QUESTIONNAIRE* EN 2 PARTIES :

1 **étude des habitudes et des préférences alimentaires :** données socio-démographiques, régimes alimentaires, habitudes de consommation.

2 **caractérisation des perceptions associées à 9 photos d'aliments, représentatifs de la variété des goûts sucrés, notés de 0 à 100 :** fréquence de consommation, évitement, émotions, intensité perçue des goûts sucrés.



**Enquête en ligne de 1500 personnes, France métropolitaine, 18 ans et plus, échantillon représentatif de la population française.*

RÉSULTATS CLEFS

1

Beaucoup de Français ont un rapport ritualisé à leurs consommations sucrées

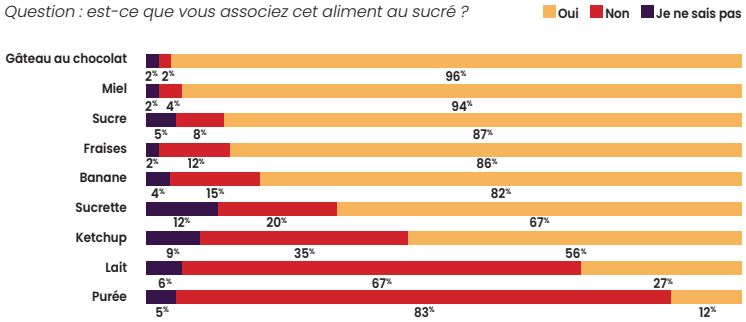
- **Petit déjeuner :** 2/3 des Français prennent tous les jours un petit-déjeuner, majoritairement à tendance sucré.*
- **Dessert :** 16 % des Français terminent systématiquement leur repas par un dessert sucré (gâteau, yaourt, fruit…), 34 % le font souvent.
- **Pâtisserie :** 58 % des Français font de la pâtisserie au moins 1 fois par mois.

*Sondage Odoxa, 2023.

2

Côté perception, le sucre n'est pas l'aliment le plus représentatif du goût sucré

Gâteau au chocolat et **miel** sont davantage associés au sucré que le sucre lui-même.



3

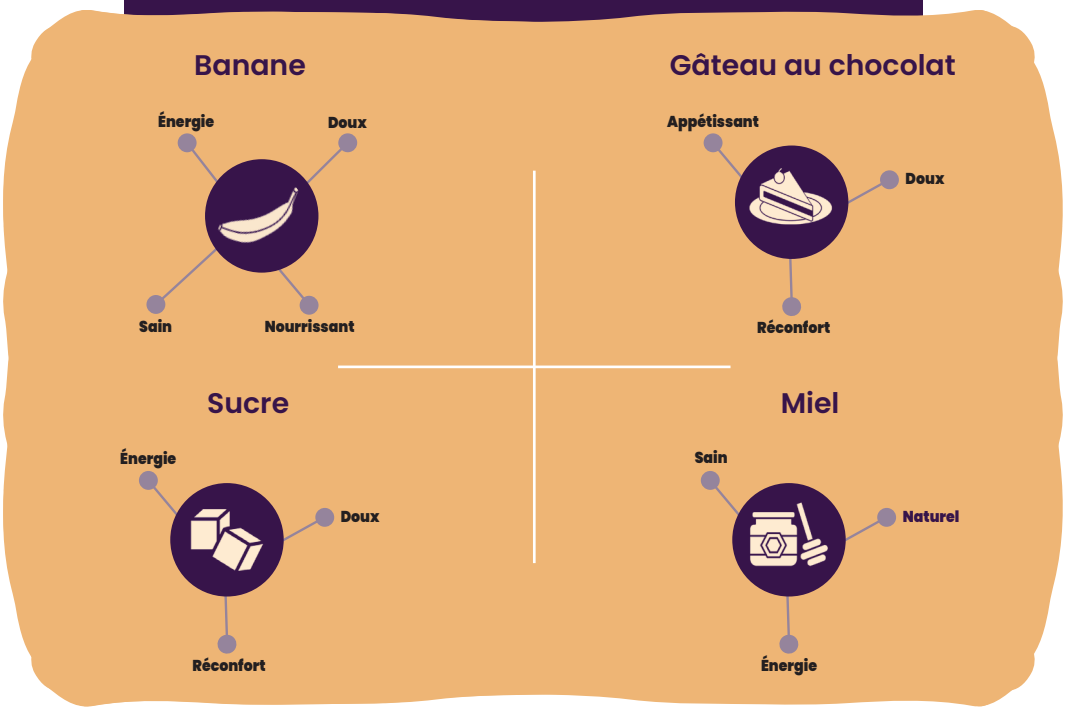
Les représentations des goûts sucrés sont complexes

➜ **Des aliments caractérisés par des combinaisons d'attributs qui leurs sont propres et qui reflètent la diversité des attentes des individus envers les goûts sucrés**

Contrairement à l'hypothèse émise au début de l'étude, les caractéristiques associées à l'intensité des goûts sucrés sont d'abord définies par des aliments, et non par les termes eux-mêmes (sain, nourrissant, appétissant,…).

Exemple : les participants ont une perception différente du caractère « doux » dans la banane et dans le gâteau au chocolat, et ne les associent pas entre eux.

Caractéristiques associées à l'intensité des goûts sucrés



➜ **Une perception qui varie dans la population : en fonction de données socio-démographiques et de certaines habitudes alimentaires**

Deux groupes ont un rapport plus diversifié aux goûts sucrés,

ils ritualisent davantage leur alimentation (petits déjeuners et desserts plus réguliers)

LES DIVERSIFIÉS 34%

- **Plutôt des femmes** en couple avec enfants
- Consommation d'une **plus large diversité de produits sucrés** (banane, gâteau, sucre…)
- **Une diversification des prises alimentaires aux goûts sucrés :** dessert, petit-déjeuner, pratique de la pâtisserie…
- **Se reconnaissent dans tous les attributs associés aux goûts sucrés :** fonctionnels, émotionnels, structurels…

LES ÉQUILIBRÉS 30%

- **Plutôt des hommes** aisés et diplômés
- **Préférence pour les saveurs sucrées**; mais une consommation plus modérée
- **Petit-déjeuners réguliers**
- **Se reconnaissent dans tous les attributs associés aux goûts sucrés** centrés sur les aspects fonctionnels et émotionnels

Deux autres groupes associent moins d'attributs et ont une relation distanciée aux goûts sucrés,

ils ont des pratiques alimentaires moins structurées

LES NUTRITIONNELS 13%

- **Plutôt des hommes âgés (65 ans et +),** aisés, en couple sans enfants
- Préférence marquée pour les **saveurs salées**
- **Peu de desserts** ou de pratique de la pâtisserie
- **Une approche plus nutritionnelle de l'alimentation**, et un rapport assez distancié aux goûts sucrés, sans affect

LES DÉTACHÉS 23%

- **Plutôt des jeunes,** précaires, sans situation professionnelle installée
- **Peu d'affinité avec les moments de consommation propices aux goûts sucrés :** petit-déjeuner et desserts sautés régulièrement, pas de pratique de la pâtisserie…
- **Les produits sucrés ne tiennent pas une place particulière dans leur quotidien**
- Ne se reconnaissent pas dans les attributs associés aux goûts sucrés

À noter : l'étude montre que ces représentations **ne dépendent ni du statut pondéral** des individus, **ni de leur lieu de vie** (région, urbanisation…), **ni du régime alimentaire suivi** (restriction alimentaire, régime pour prise de poids, végétarisme ou véganisme).

CONCLUSIONS ET PERSPECTIVES

- **Une mise en évidence de la diversité** des perceptions associées aux goûts sucrés
- **Une méthodologie scientifique originale** pour décrire cette diversité
- **Des résultats intéressants** dans les applications en santé publique, ou dans la prise en charge des patients en consultation, proposant une autre manière de percevoir le rapport de la population aux goûts sucrés
- **Une exploration à poursuivre** pour mieux comprendre le **rôle des goûts sucrés** dans les habitudes alimentaires

L'OBSERVATOIRE EST PILOTÉ PAR UN BINÔME D'EXPERTS :

Laurent Aron
Sémiologue, enseignant en Sciences du goût et chercheur associé à l'Université Paris-Cité.

Aymery Constant
Psychologue de la santé et chercheur à l'Institut NuMeCan, INRAE 1341, INSERM 1317, Université de Rennes.

Cette étude quantitative a été réalisée avec Pascale Hébel

Directrice associée chez C-ways, spécialiste des consommations alimentaires.

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.

S'appuyant sur son expertise et sur une **veille scientifique internationale,** Cultures Sucre apporte aux **professionnels de santé** une information référencée sur les sucres et leur place dans l'alimentation, ainsi que des **outils pratiques** pour les aider à accompagner leurs patients sur ces sujets.

Observatoire COMPORTEMENTS & GOÛTS SUCRÉS