Connaissances nutritionnelles des Européens

10 septembre 2009

L'EUFIC (Conseil Européen de l'Information sur l'Alimentation) présente les résultats de son étude européenne sur le comportement des consommateurs à l'achat, leur compréhension et l'utilisation de l'information nutritionnelle indiquée sur les étiquettes alimentaires, et leurs connaissances en nutrition. Plus de 11 600 personnes ont été interrogées dans les magasins de six pays européens (Allemagne, France, Hongrie, Royaume-Uni, Suède et Pologne) et plus de 5 700 ont répondu au questionnaire qui leur avait été adressé à domicile.

L'un des résultats de cette étude montre que **le niveau de connaissance nutritionnelle des consommateurs est relativement bon**. Plus de 95% des personnes interrogées savent en effet que les experts en santé recommandent de manger beaucoup de fruits et de légumes, mais la majorité d'entre elles ignorent que cette recommandation s'applique aussi aux féculents (pain, riz, pâtes et pommes de terre). De nombreux consommateurs ont également tendance à exagérer l'importance de la teneur en lipides, en sucre et en sel de certains aliments et pensent qu'ils doivent être proscrits de leur alimentation plutôt que consommés avec modération. Cette réaction est particulièrement prononcée au Royaume-Uni.

Les consommateurs européens maîtrisent assez bien la notion de calories. La plupart des personnes interrogées connaissent la valeur calorique approximative des aliments et savent que les hommes et les femmes ont des besoins caloriques différents. Cependant, les consommateurs ont tendance à sous-estimer les besoins et les dépenses caloriques d'un adulte moyen, tout en surestimant les besoins des enfants. Cette idée fausse pourrait amener les consommateurs à donner plus de calories à leurs enfants que nécessaire.

Un **indice** a été élaboré pour évaluer le **niveau général des connaissances nutritionnelles** des participants des six pays où l'étude a été menée. Cet indice tient compte des recommandations d'experts sur les groupes d'aliments et les apports nutritionnels, ainsi que de la teneur en nutriments et en calories de certaines denrées alimentaires. Selon cet indice, ce sont les consommateurs britanniques qui ont le niveau de connaissances le plus élevé et **les consommateurs français** et polonais **le plus faible**.

Enfin, il convient de noter que si la plupart des personnes interrogées peuvent interpréter les informations nutritionnelles si on les y invite, **rares sont celles qui les recherchent** spontanément lorsqu'elles font leurs achats : moins d'un tiers des consommateurs affirme avoir recherché des
informations nutritionnelles sur les emballages.

Le site

L'étude