



HAL
open science

Littérature et Choix Alimentaires : Influence de la Précarité et de la Pratique Culinaire

Rodalyn Apple Ariola, Romane Vandroux, Anthony Piermattéo

► To cite this version:

Rodalyn Apple Ariola, Romane Vandroux, Anthony Piermattéo. Littérature et Choix Alimentaires : Influence de la Précarité et de la Pratique Culinaire. 2e édition Rencontres sciences-société “ Pour des solidarités alimentaires ”, Sep 2024, Montpellier, France. hal-04715075

HAL Id: hal-04715075

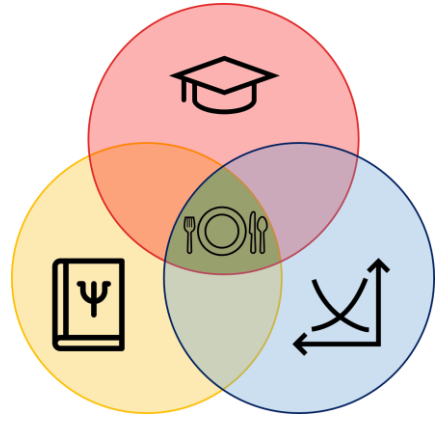
<https://hal.science/hal-04715075v1>

Submitted on 30 Sep 2024

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Littératie et Choix Alimentaires : Influence de la Précarité et de la Pratique Culinaire



Rodalyn Apple Ariola^{1,2}, Romane Vandroux¹, Anthony Piermatteo^{1,3}

1. Anthropo-Lab, ETHICS EA 7446, Université Catholique de Lille

2. ESPOL - European School of Political and Social Sciences, Université Catholique de Lille

3. PSyCOS (Processus Sociaux et Cognitifs dans les Organisations et la Santé), ETHICS EA 7446, Université Catholique de Lille

Contexte

Une alimentation saine est cruciale pour prévenir des maladies cardiovasculaires ou du diabète. Pourtant, malgré les efforts pour encourager de meilleures habitudes alimentaires, les taux de ces maladies continuent d'augmenter, notamment dans les pays à revenu faible et intermédiaire (Chen et al., 2024).

Notre étude se penche sur l'impact des facteurs liés à la précarité et de la littératie alimentaire (*i.e. les connaissances et compétences nécessaires pour faire des choix alimentaires éclairés*) sur les comportements alimentaires.

En montrant comment une meilleure littératie alimentaire peut encourager des choix plus sains, cette recherche ouvre la voie à des interventions de santé publique plus efficaces.

Objectifs

- **Explorer les représentations sociales de l'alimentation saine et malsaine**
Les représentations sociales : croyances et connaissances partagées par un groupe pour comprendre et organiser la réalité quotidienne. Elles guident nos perceptions et comportements.
- **Examiner l'influence des facteurs socio-démographiques :**
Analyser comment les variables socio-démographiques affectent les choix alimentaires et les niveaux de littératie alimentaire.
- **Analyser l'impact de la littératie alimentaire sur les choix alimentaires**

Participants

Caractérisation des participants :

- Sur 120 participants ayant complété le questionnaire, 62% étaient des hommes, 32% des femmes, et 6% se considéraient comme « autre ». L'âge moyen était de 28,5 ans, et 67,5% avaient un diplôme d'enseignement supérieur.
- Concernant le logement, 33% vivaient seuls, 18% avec un partenaire, et 19% avec leurs parents.
- La majorité (59,2%) étaient étudiants, provenant principalement d'Europe (47%) et d'Asie de l'Est/Sud-Est (33%).
- Les participants de notre étude affichent une moyenne de précarité de 28,88 sur l'échelle EPICES, avec environ 50 % ayant un score au-dessus du seuil de vulnérabilité sociale (30), indiquant des difficultés significatives pour beaucoup.

Méthode

Présentation du questionnaire :

- **Données socio-démographiques :** sexe, âge, logement, étudiants, situation de précarité (score EPICES)
- **Représentations sociales** (Abric, 2003) : Alimentation saine et malsaine, bonne et mauvaise santé
- **Littératie alimentaire :** « Tool development for food literacy » (Begley et al, 2018) => **Score unique**
- **Choix alimentaires :** « Food Choice Values Scale » (Lylerly & Reeve, 2015) => mise en évidence de **quatre dimensions** (vs sept dimensions théoriques) :

1. Food Accessibility and Convenience (α = 0.833) :

« À quel point il est facile d'accéder à la nourriture, en termes de disponibilité dans les magasins et de coût, ainsi que la facilité de sa préparation et de sa consommation. »

2. Health and Well-Being Impact (α = 0.813) :

« Comment la nourriture est perçue pour aider à maintenir ou perdre du poids, et sa capacité à provoquer des émotions positives ou à réduire des émotions négatives. »

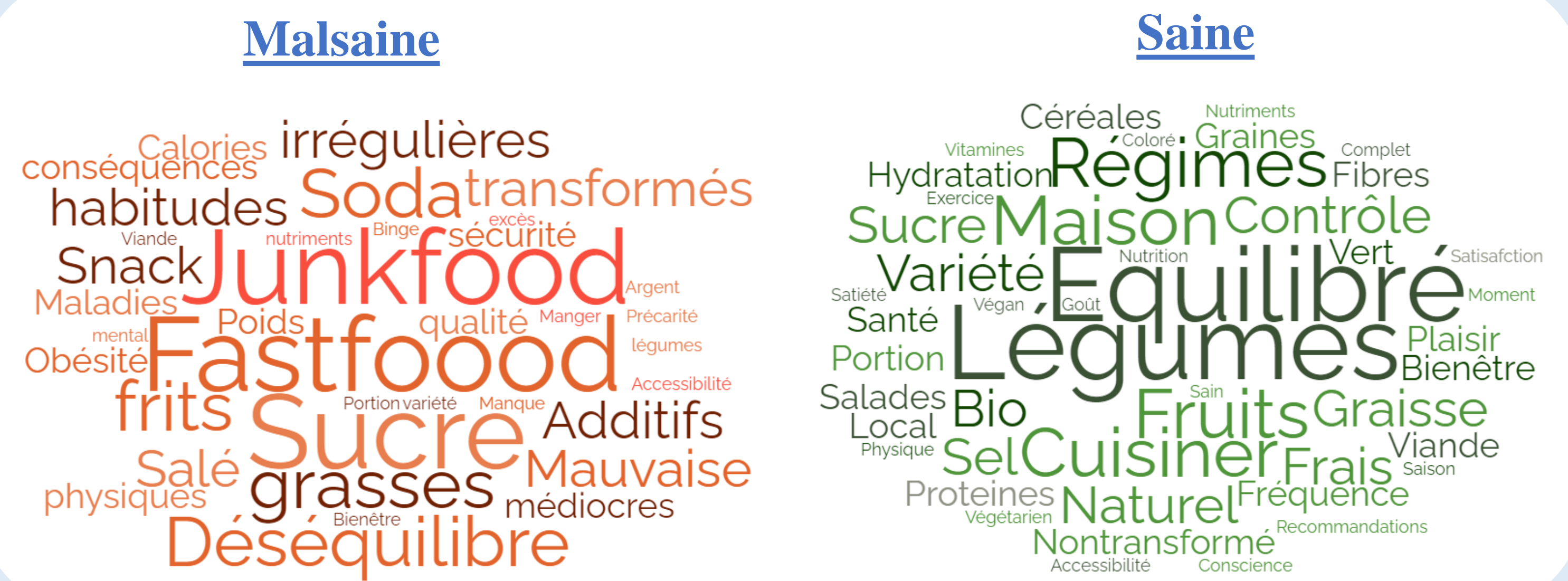
3. Food Quality and Safety (α = 0.829) :

"Le degré auquel les aliments contiennent des ingrédients naturels, des vitamines et des nutriments, ont un impact environnemental faible, et sont préparés de manière à garantir leur sécurité."

4. Sensory Appeal (α = 0.632) :

"Degré d'agrément des aliments pour les sens - apparence, goût et odeur"

Les représentations sociales de l'alimentation :



Les aliments malsains sont associés à des aspects négatifs comme les produits transformés, gras, sucrés et salés, et leurs effets néfastes sur la santé. En revanche, une alimentation saine se concentre sur les produits frais, l'équilibre nutritionnel, et la préparation maison.

L'influence des facteurs socio-démographiques sur les choix alimentaires

1. Contraintes des personnes précaires : Les personnes en situation de précarité ont davantage tendance à choisir leurs aliments en fonction de leur accessibilité, de leur prix, et de la facilité de préparation / de consommation.

Ces choix peuvent être influencés par des contraintes telles que le manque de temps, d'équipement, et manque de motivation dû à l'isolement social.

2. Absence de lien entre précarité et littératie alimentaire : Il n'y a pas de lien significatif entre précarité et littératie alimentaire.

Cela indique que les programmes de littératie alimentaire doivent aller au-delà du simple statut socio-économique. En effet, les personnes précaires connaissent souvent les principes d'une alimentation saine, mais rencontrent des difficultés d'accès aux aliments sains.

3. Impact de la préparation culinaire : Une plus grande fréquence de préparation culinaire est associée à une meilleure littératie alimentaire et à une réduction de la dépendance aux aliments pratiques.

Cependant, chez les personnes précaires, les contraintes comme le manque de temps, d'équipement, et l'isolement social peuvent limiter leur fréquence de préparation culinaire, ce qui pourrait entraver le développement de leur littératie alimentaire.

4. Littératie Alimentaire et Vulnérabilité des Personnes Précaires : Une meilleure littératie alimentaire améliore les choix en matière de santé, en influençant la perception des aliments pour leur impact sur la santé, le poids, le bien-être émotionnel, ainsi que leur qualité nutritionnelle et environnementale.

Cependant, bien que la fréquence de préparation culinaire ne diffère pas significativement chez les personnes précaires, elles pourraient être plus vulnérables à des choix moins sains en raison des obstacles supplémentaires qu'elles rencontrent. Cela souligne la nécessité d'une éducation nutritionnelle adaptée qui prend en compte ces défis spécifiques

Perspectives

Théoriques

Évaluation de la littératie alimentaire (Perry et al., 2017).

Liens entre représentations sociales et littératie alimentaire (Lo Monaco & Bonetto, 2019)

Pratiques

- **Adapter les programmes de littératie alimentaire :** Les initiatives devraient aller au-delà du simple statut socio-économique pour inclure des stratégies adaptées aux contraintes spécifiques des personnes précaires.
- **Promouvoir l'accès aux ressources de cuisine :** Faciliter l'accès à l'équipement de cuisine et aux ressources pourrait aider à augmenter la fréquence de préparation culinaire chez les personnes précaires.
- **Éducation nutritionnelle ciblée :** Développer des programmes d'éducation nutritionnelle qui prennent en compte les défis uniques rencontrés par les personnes en situation de précarité pourrait améliorer leur bien-être alimentaire.
- **Rechercher des solutions intégrées :** Explorer des approches intégrées qui combinent soutien à la littératie alimentaire et aide pratique pour surmonter les obstacles à la préparation des repas.



Variables	Littératie alimentaire	Dimension « Food Accessibility and Convenience »	Dimension « Health and Well-Being Impact »	Dimension « Food Quality and Safety »	Dimension « Sensory Appeal »
Education	t = -0.611	t = -2.142*	t = -1.288	t = 0.480	t = 1.062
Précarité (EPICES)	t = -1.466	t = 2.496*	t = 1.448	t = 1.188	t = -0.195
Type de logement	t = 0.256	t = -0.934	t = -0.902	t = -0.763	t = 0.806
Mode d'habitation	t = -0.270	t = -0.098	t = -0.237	t = 0.692	t = 0.711
Fréquence de cuisine	t = 4.530***	t = -2.266*	t = -0.726	t = -0.903	t = -1.360
Littératie alimentaire	-	t = 0.038	t = 2.649**	t = 4.30***	t = 1.271