



AGENCE FRANÇAISE
DE SÉCURITÉ SANITAIRE
DES ALIMENTS

Résultats de l'étude INCA 2 : Évolution des apports en énergie et macronutriments depuis INCA 1

Mathilde TOUVIER, Ariane DUFOUR

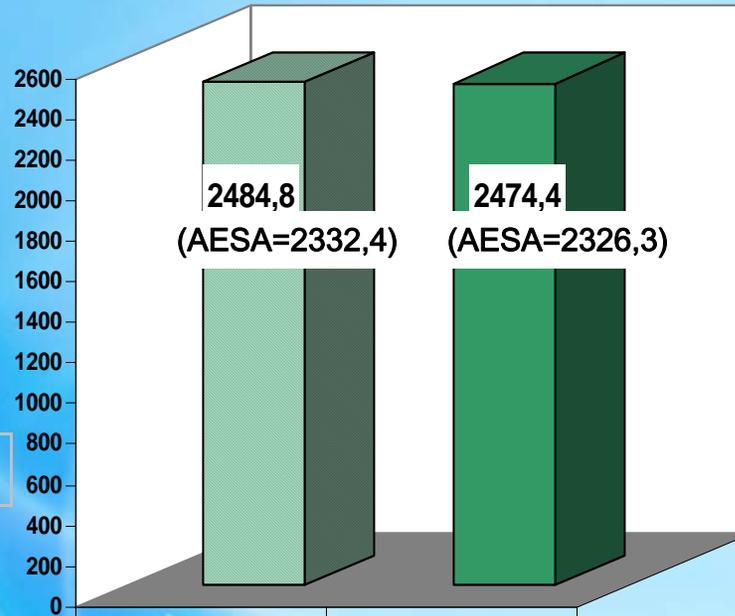
Afssa / DERNS / PASER / Observatoire des consommations alimentaires

Les apports nutritionnels chez les adultes



Apport énergétique total et contribution des macronutriments à l'AESA - Hommes adultes

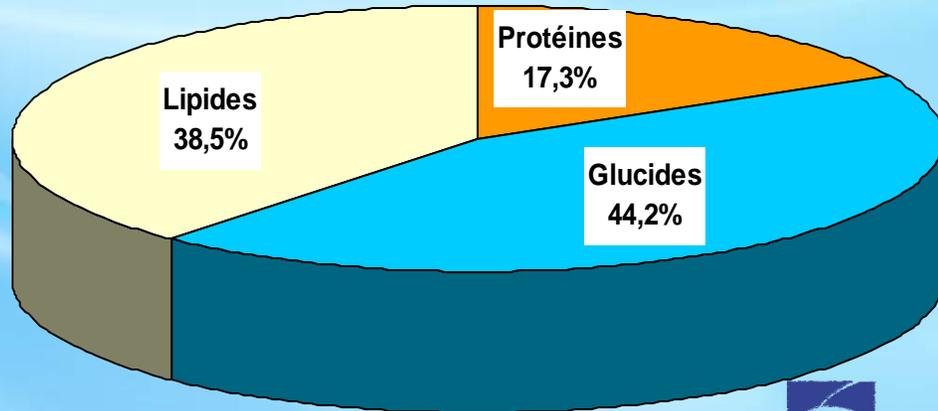
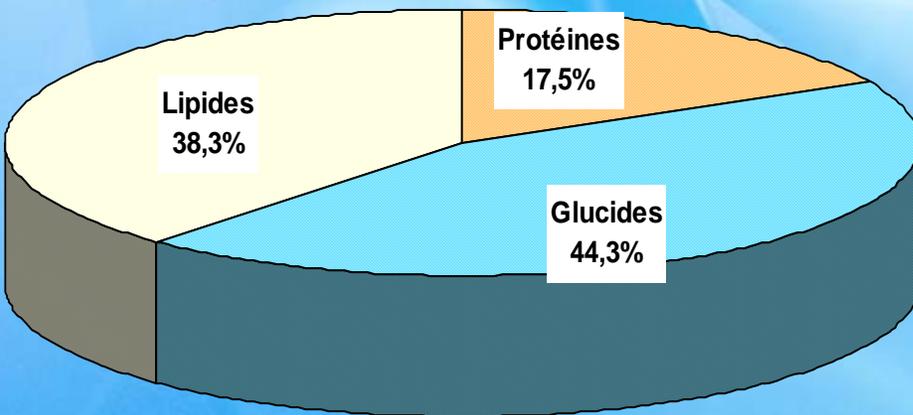
Énergie totale (kcal/j)



Recommandations :
H (70kg) : 2200-2700 kcal/j
 (selon âge et act. physique)

INCA1 1998-1999

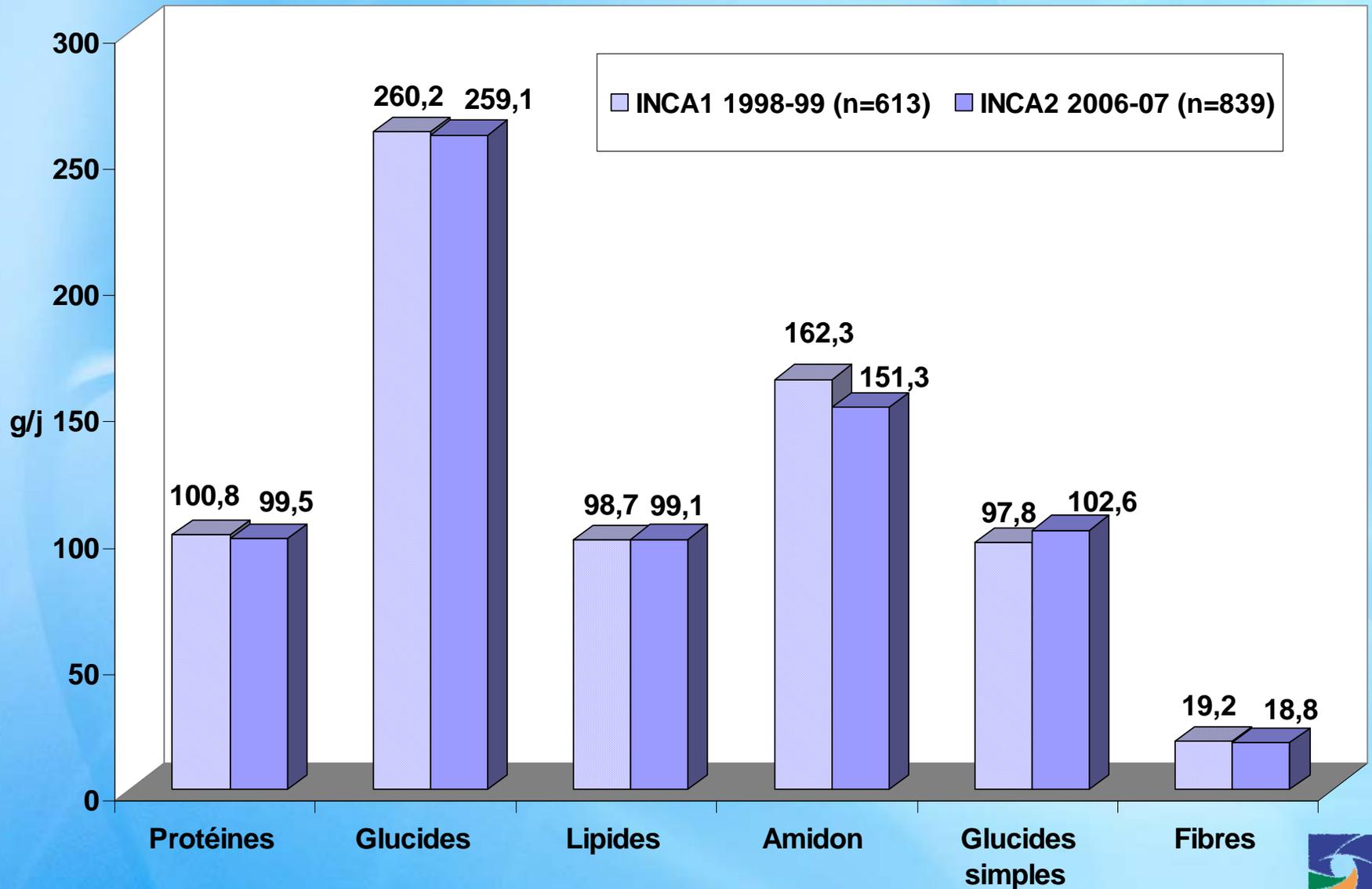
INCA2 2006-2007



Recommandations : Lipides : 30-35%, Protéines : 11-15%, Glucides : 50-55%

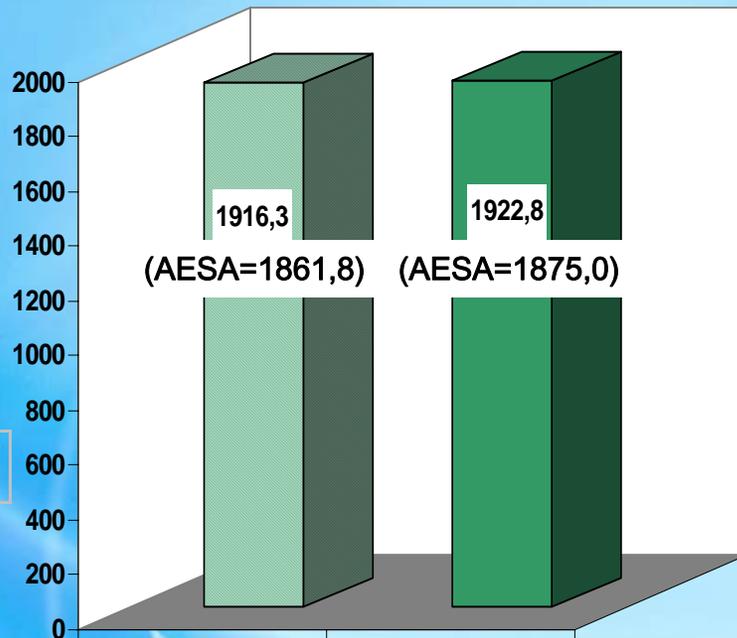


Évolution des apports nutritionnels - Hommes adultes



Apport énergétique total et contribution des macronutriments à l'AESA - Femmes adultes

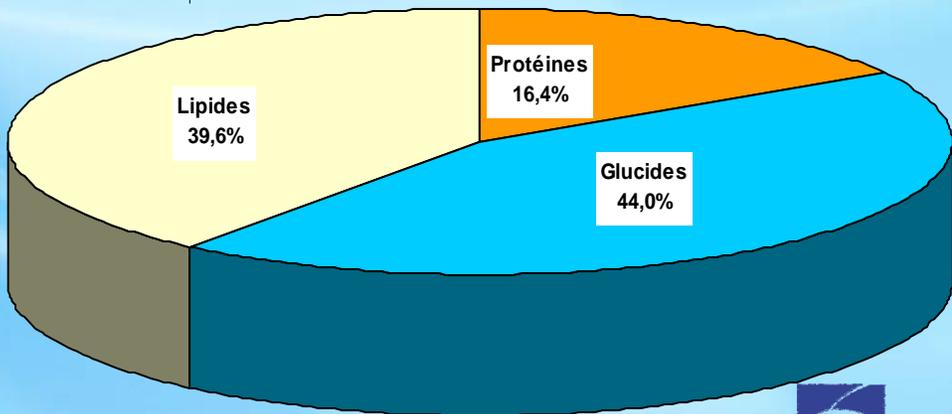
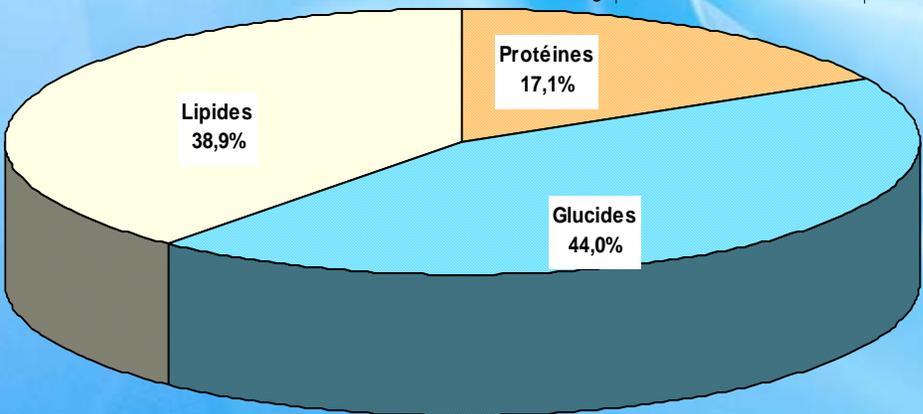
Énergie totale (kcal/j)



Recommandations :
F (60kg) : 1800-2200 kcal/j
 (selon âge et act. physique)

INCA1 1998-1999

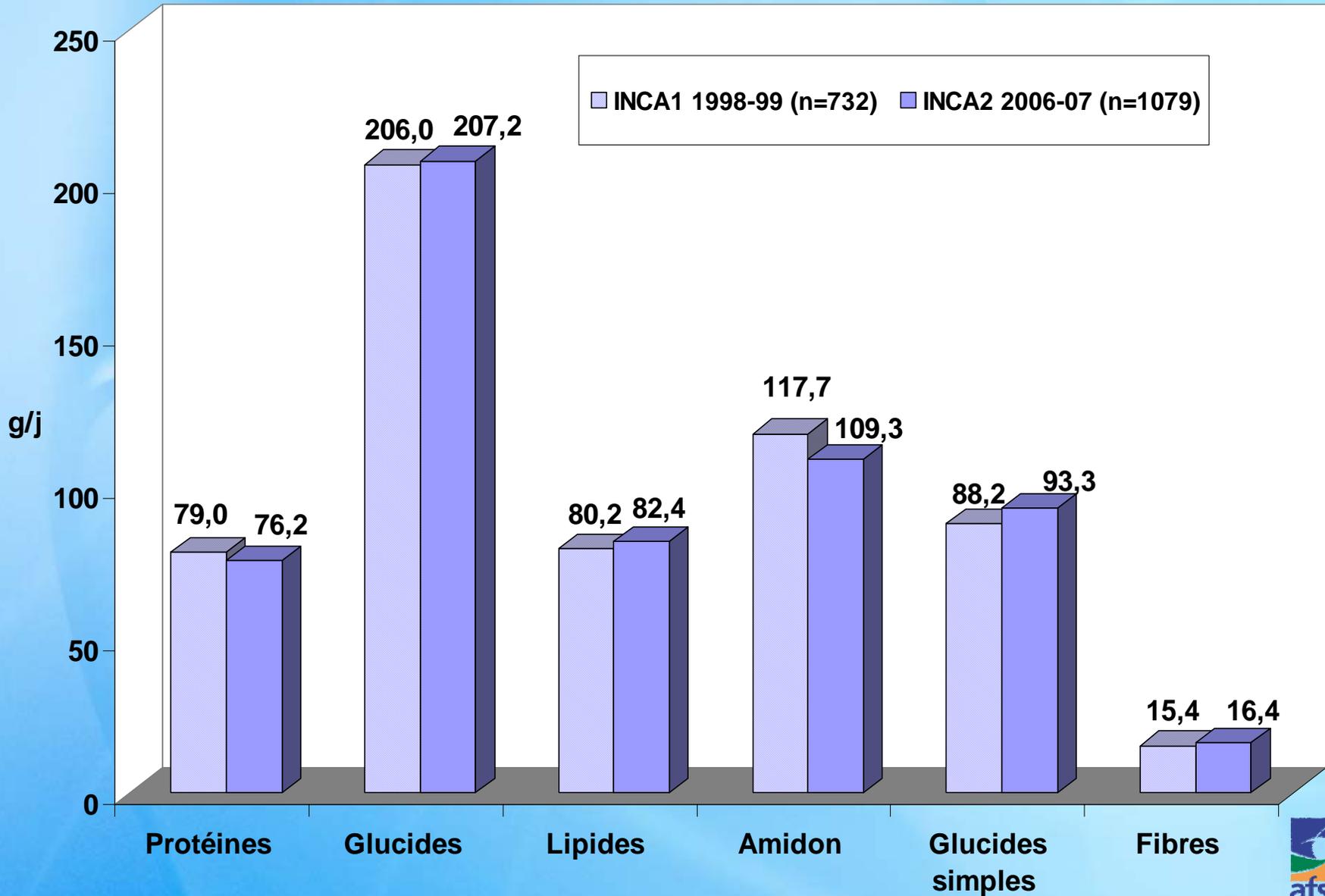
INCA2 2006-2007



Recommandations : Lipides : 30-35%, Protéines : 11-15%, Glucides : 50-55%



Évolution des apports nutritionnels - Femmes adultes



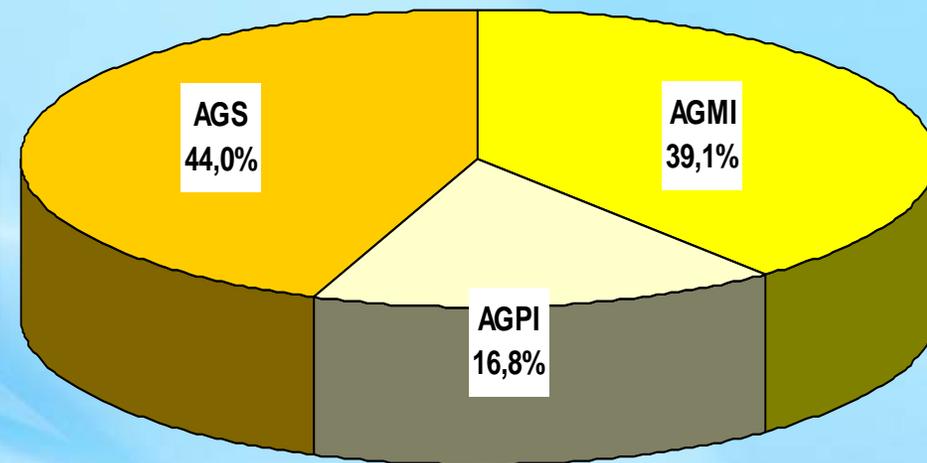
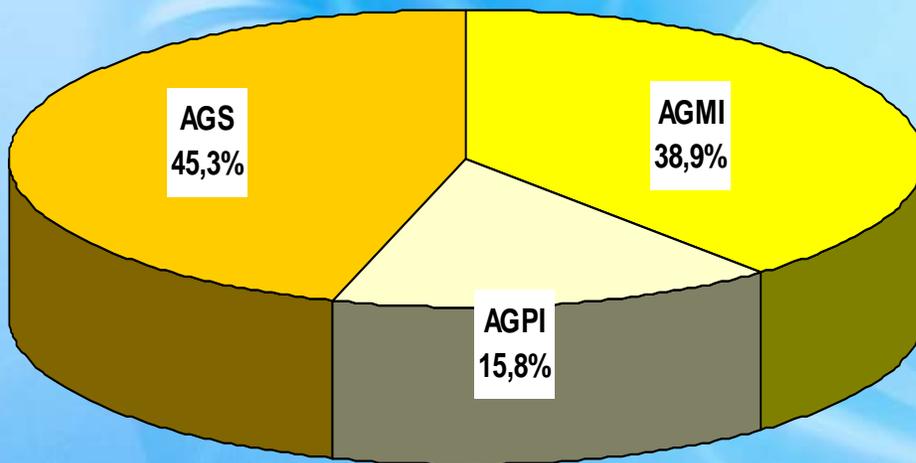
Tendances générales :

- **Stabilité globale des apports en énergie, protéines, glucides et lipides →**
Des consommations alimentaires variables peuvent conduire à des apports nutritionnels similaires (phénomènes de compensation, substitution).
- **Légère diminution du % d'énergie apportée par les protéines chez les femmes,** liée à la baisse de la consommation de viande, produits laitiers et pain.
- **Diminution de l'apport en amidon chez les hommes et les femmes,** liée notamment à la baisse de la consommation de pain/panification sèche (principal contributeur aux apports en amidon) et pommes de terre (second contributeur), non compensée par l'augmentation des consommations de pâtes et riz.
- **Légère augmentation de l'apport en glucides simples chez les hommes et les femmes,** liée notamment à l'augmentation des consommations de boissons sucrées, de fruits (H et F) et de compotes/fruits cuits (F).

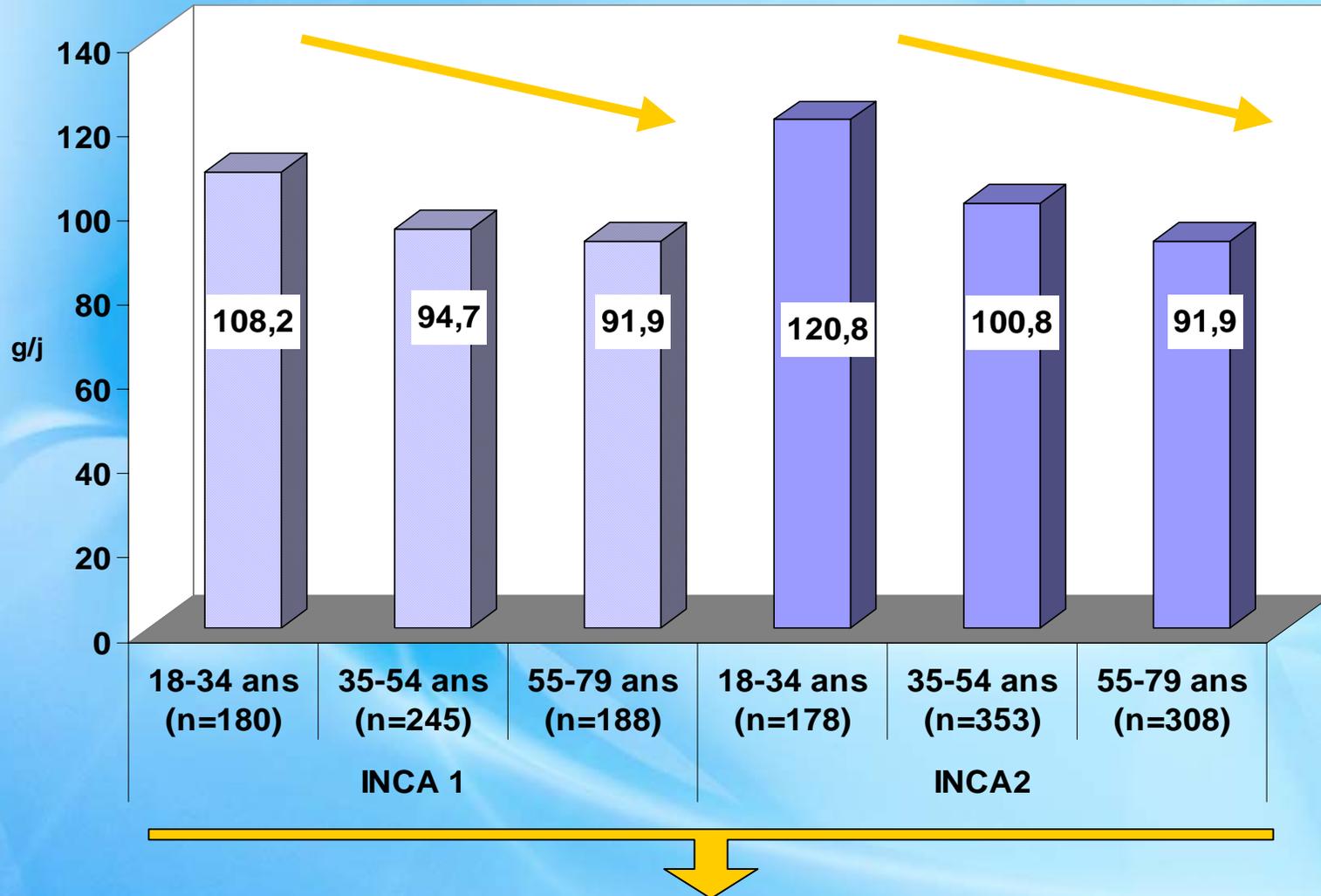
Répartition des apports en acides gras dans l'étude INCA2

Hommes (n=839)

Femmes (n=1079)

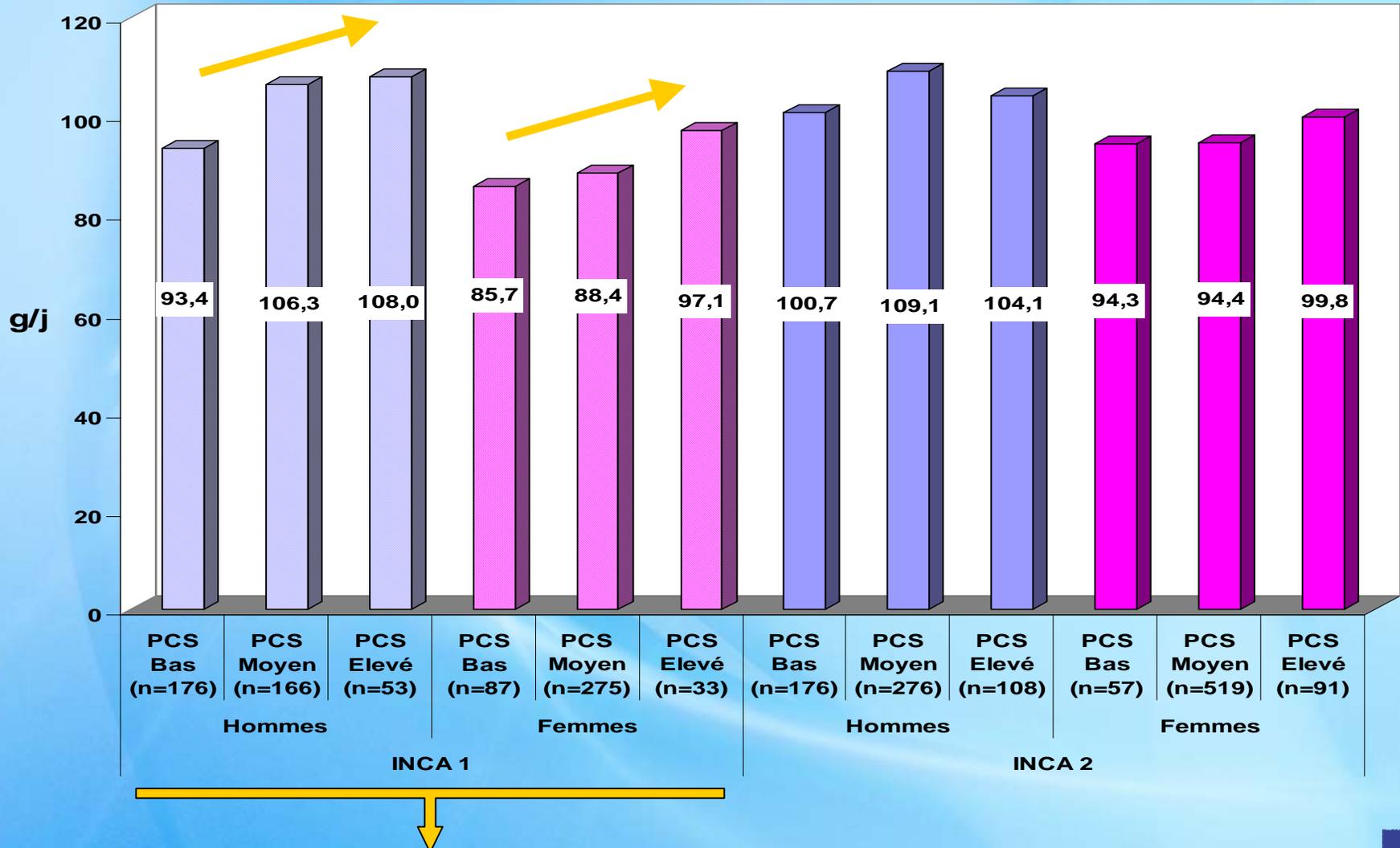


Diminution des glucides simples avec l'âge chez les hommes



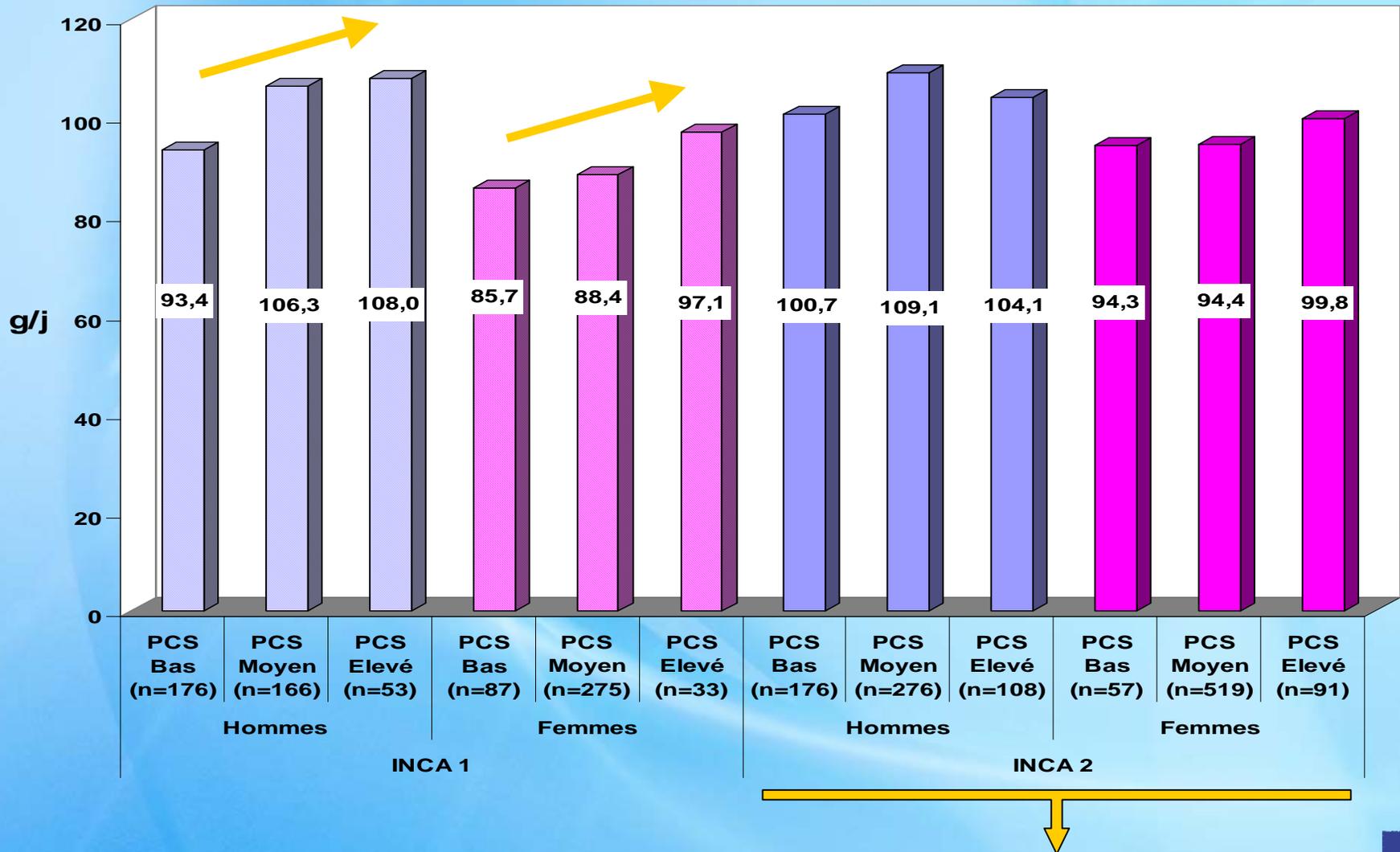
Plus forte consommation d'aliments sucrés et de boissons sucrées chez les jeunes

Augmentation des glucides simples avec la PCS dans INCA1, moins marquée dans INCA2



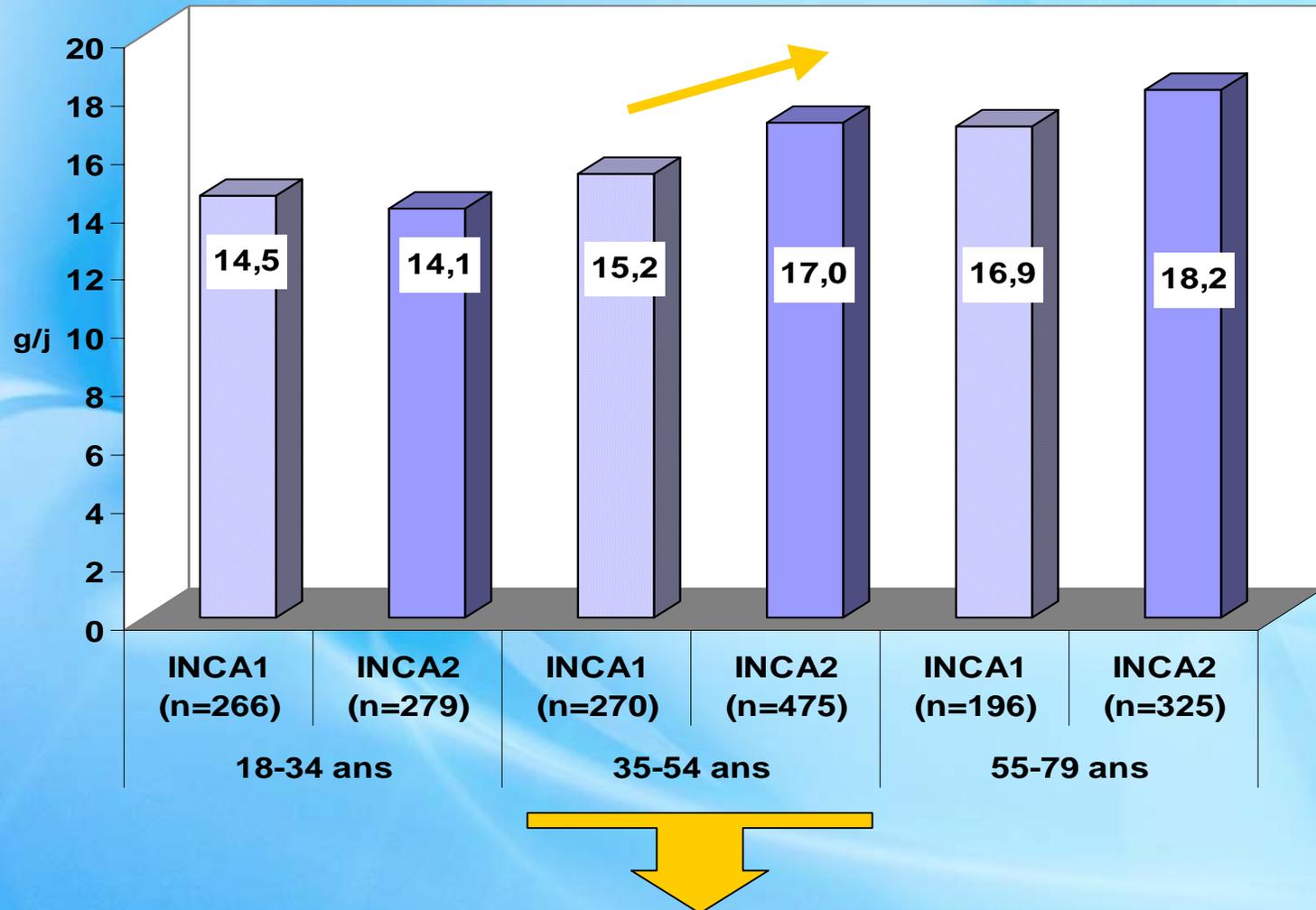
Augmentation des fruits, sucre/dérivés, UFL (H et F) et pâtisseries/gâteaux (H) avec la PCS

Augmentation des glucides simples avec la PCS dans INCA1, moins marquée dans INCA2



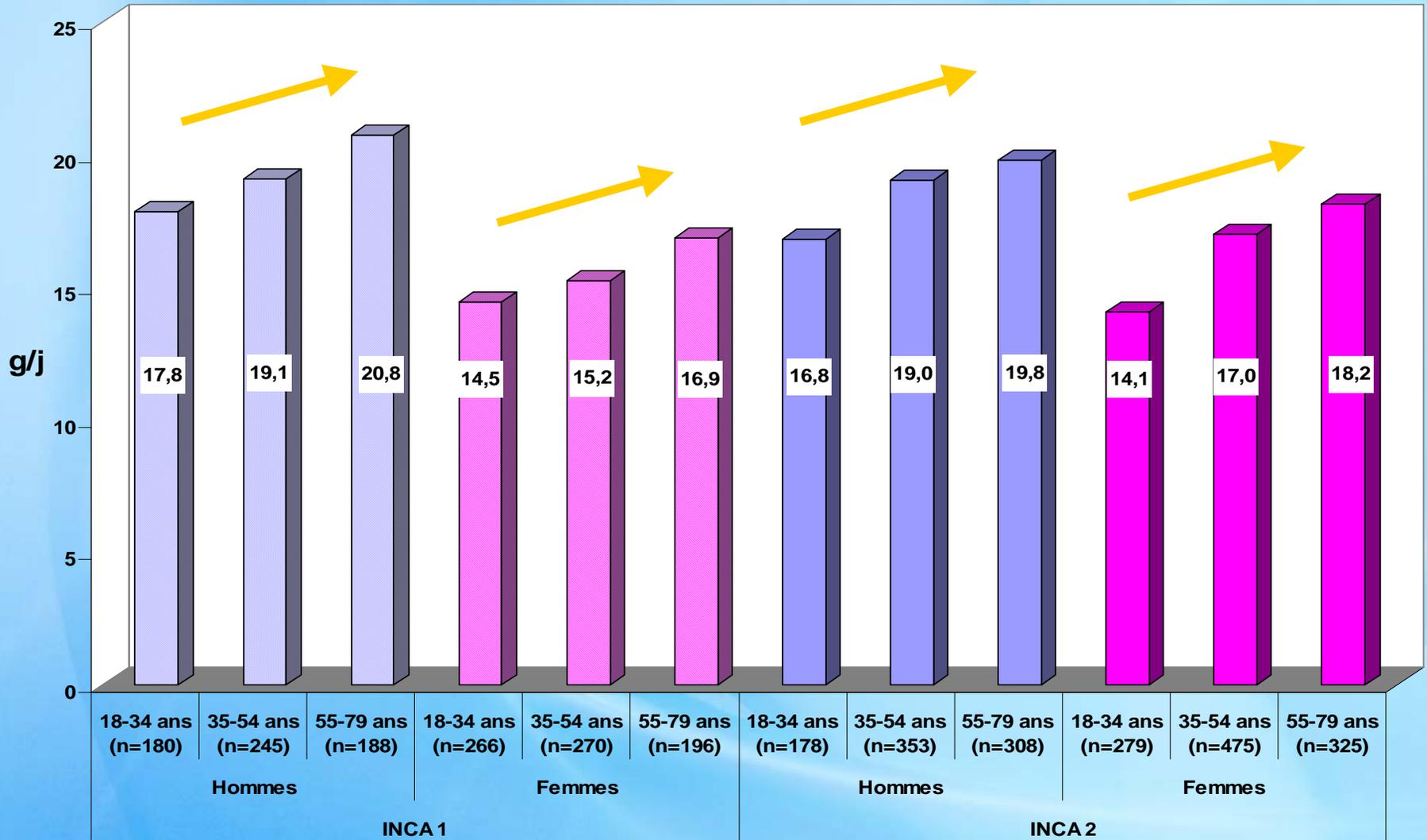
Effet moins marqué dans INCA2 lié à une baisse de la consommation de produits sucrés chez les hommes, d'autant plus forte que la PCS est élevée, et à une augmentation de la consommation de fruits et de boissons sucrées chez les femmes, plus forte pour la PCS basse.

Augmentation des fibres chez les femmes, principalement chez les 35-54 ans



Augmentation de la consommation de fruits (3ème vecteur) maximale + diminution de la consommation de pain (1er vecteur) minimale chez les 35-54 ans

Augmentation des fibres avec l'âge



Augmentation de la consommation de fruits et légumes et de féculents avec l'âge

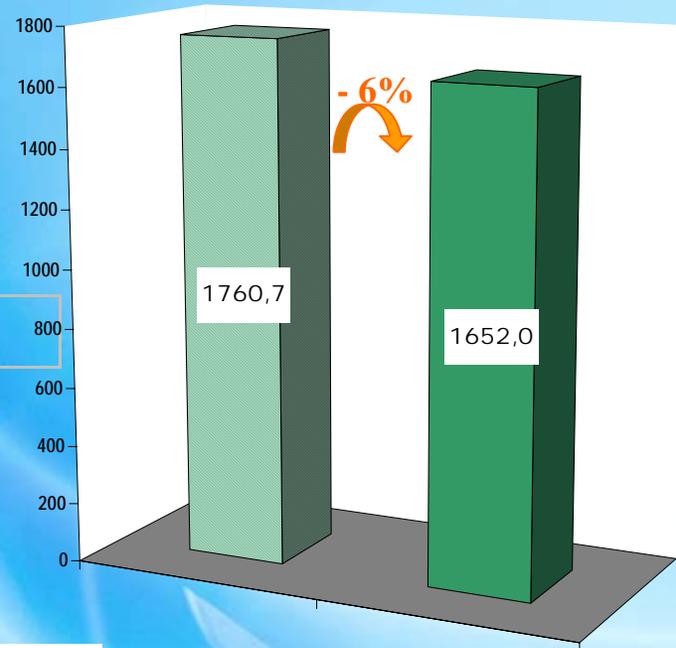


Les apports nutritionnels chez les enfants



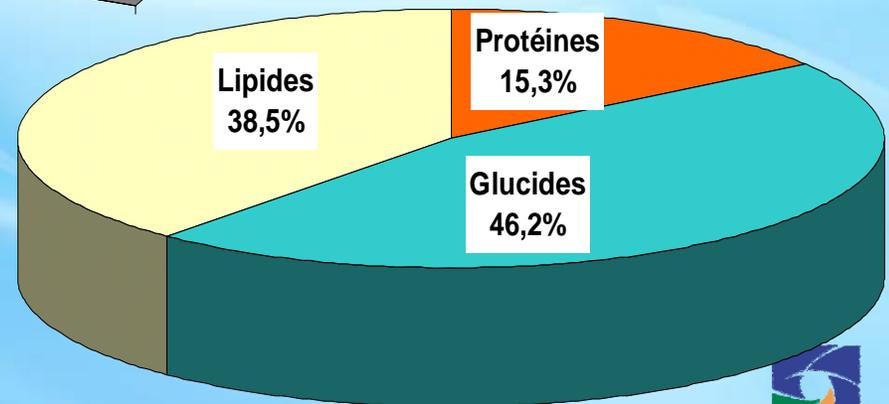
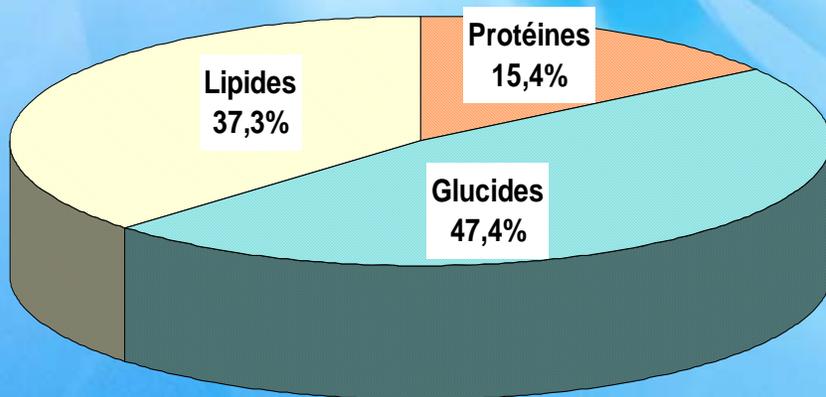
Apport énergétique total et contribution des macronutriments à l'AESA - Enfants 3 à 10 ans

Energie totale (Kcal/j)

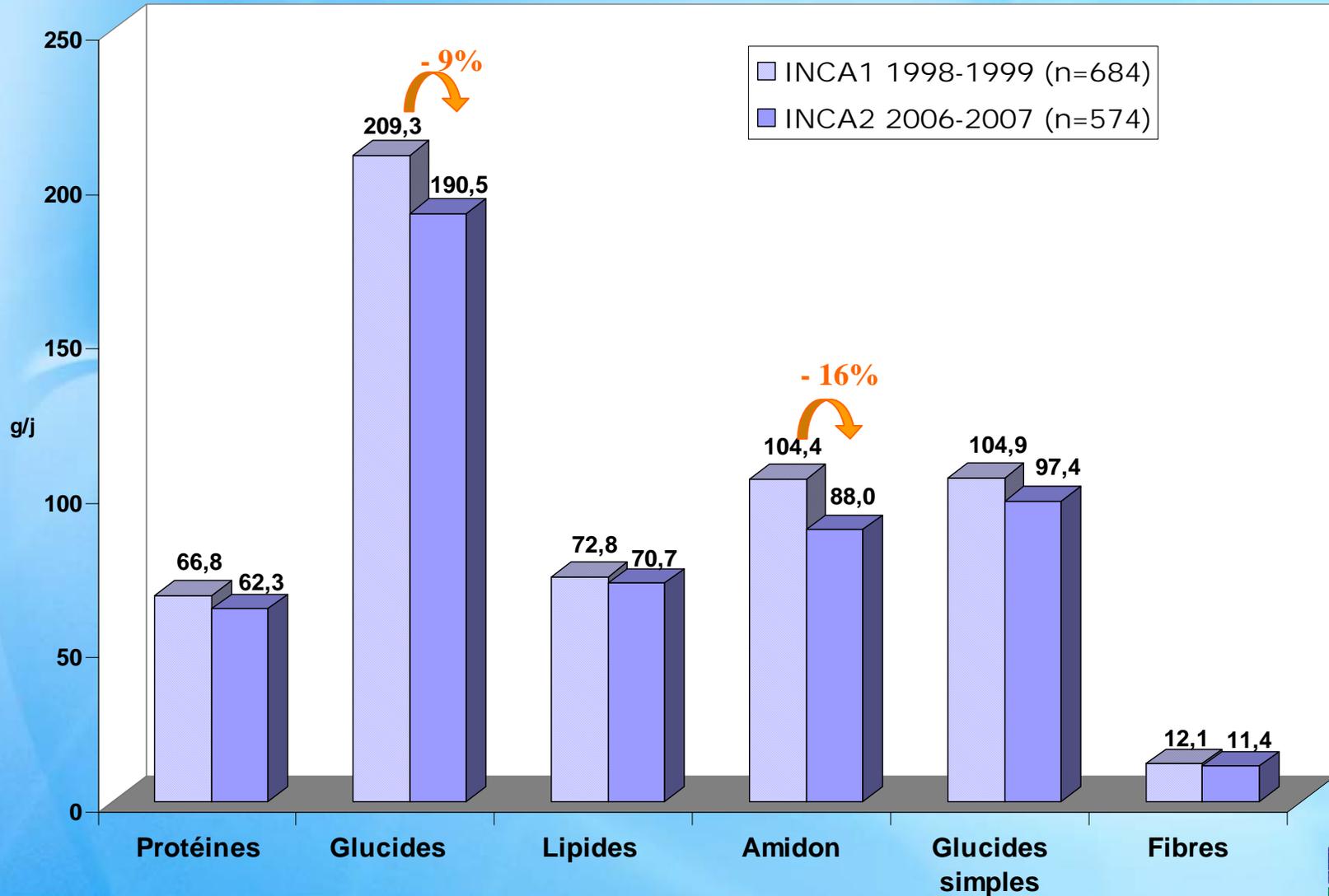


INCA1 1998-1999

INCA2 2006-2007

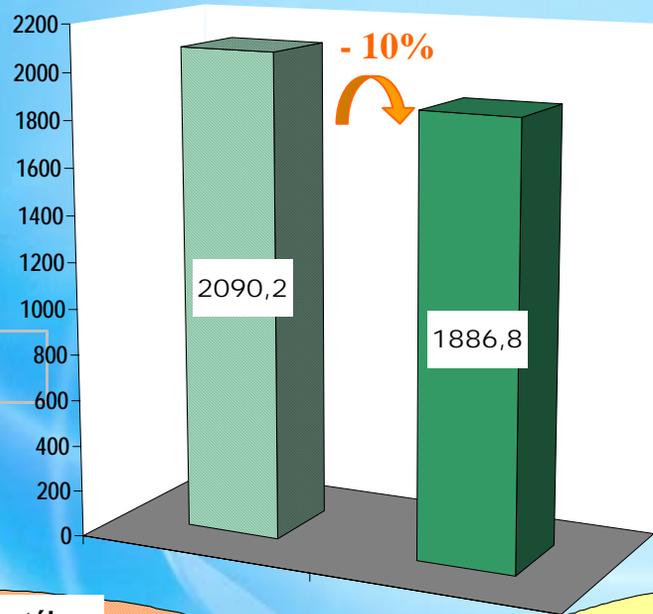


Évolution des apports nutritionnels - Enfants 3 à 10 ans



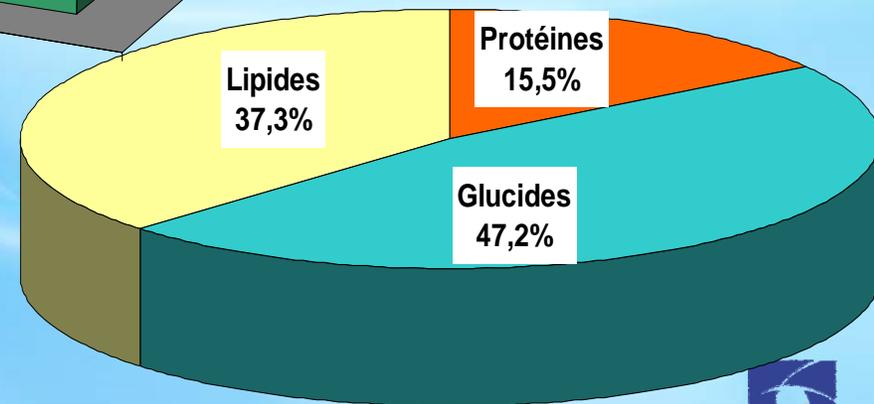
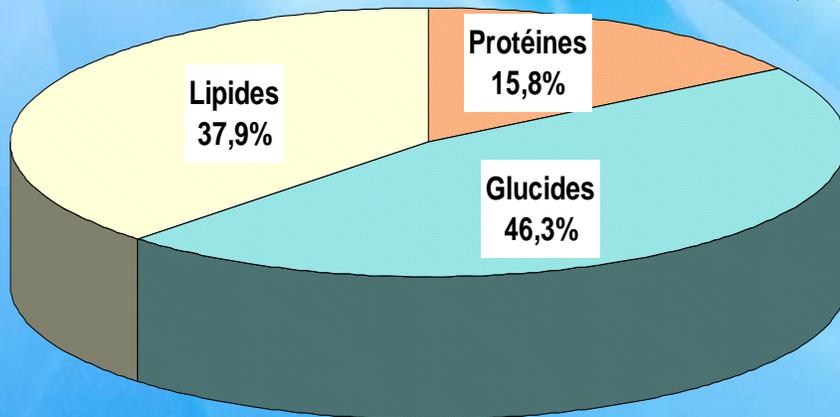
Apport énergétique total et contribution des macronutriments à l'AESA - Enfants 11 à 14 ans

Energie totale (Kcal/j)

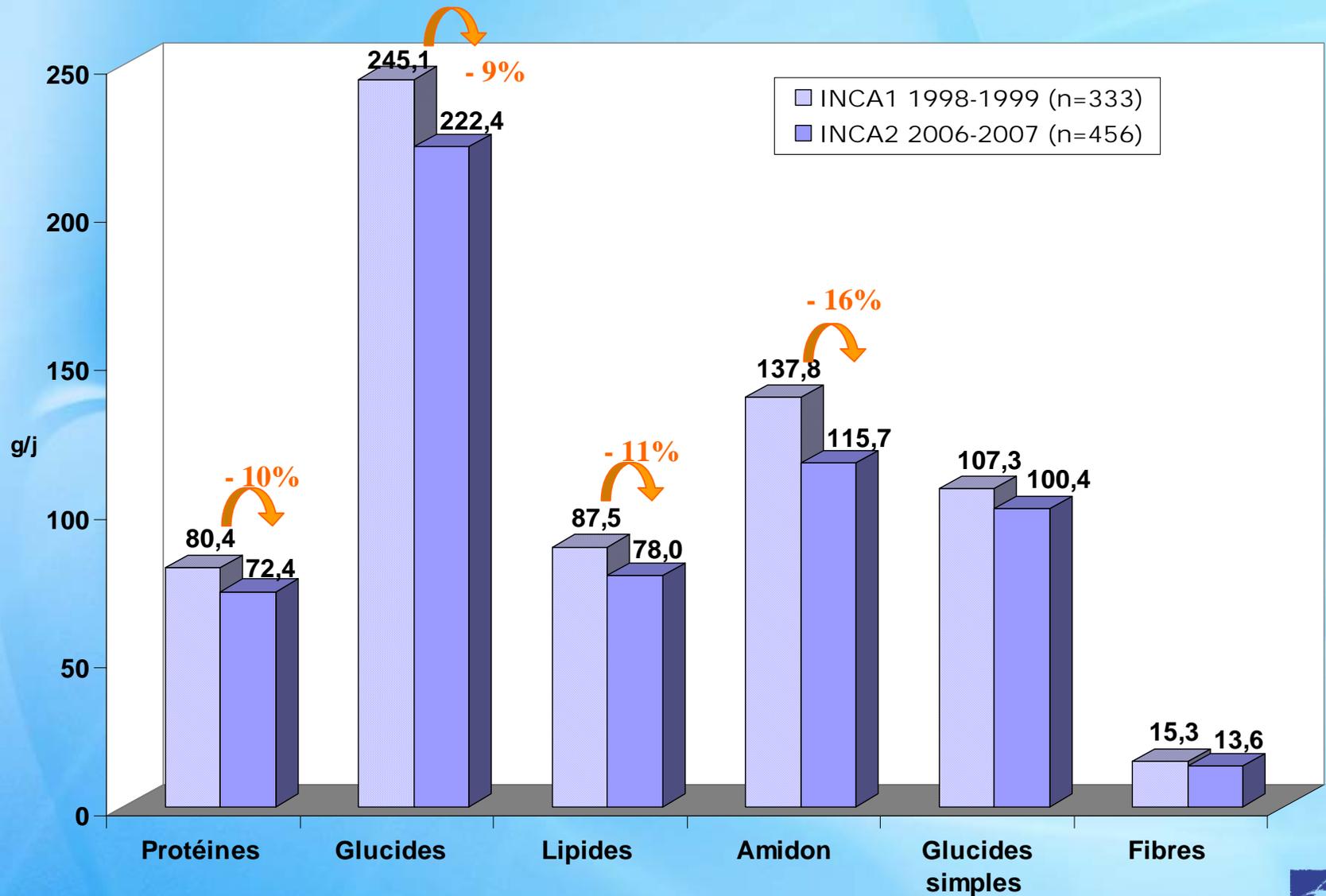


INCA1 1998-1999

INCA2 2006-2007



Évolution des apports nutritionnels - Enfants 11 à 14 ans

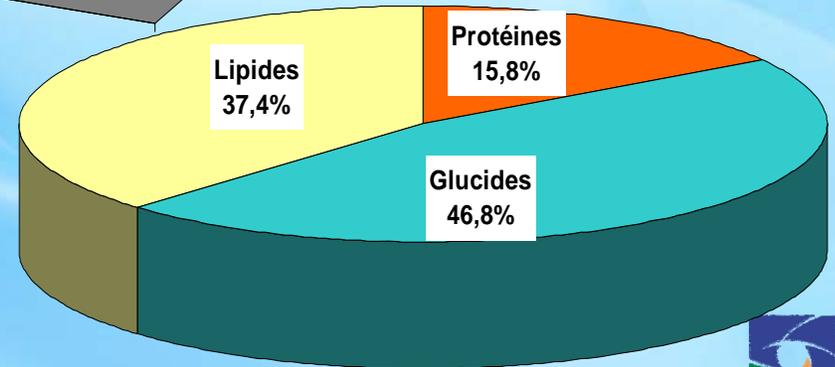
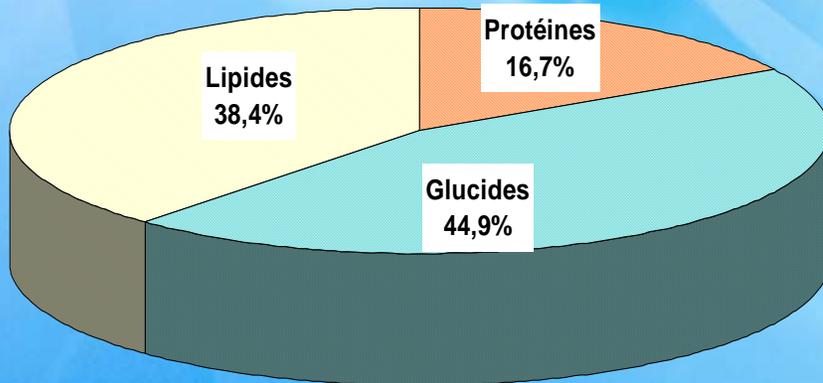
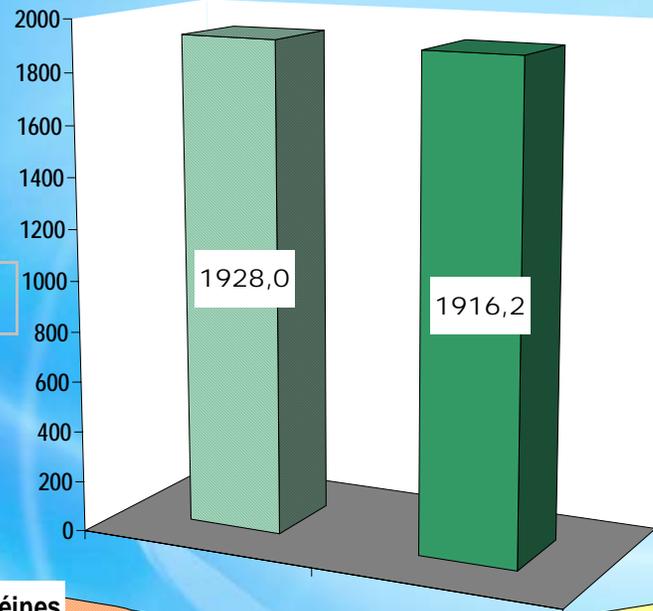


Apport énergétique total et contribution des macronutriments à l'AESA - Enfants 15 à 17 ans

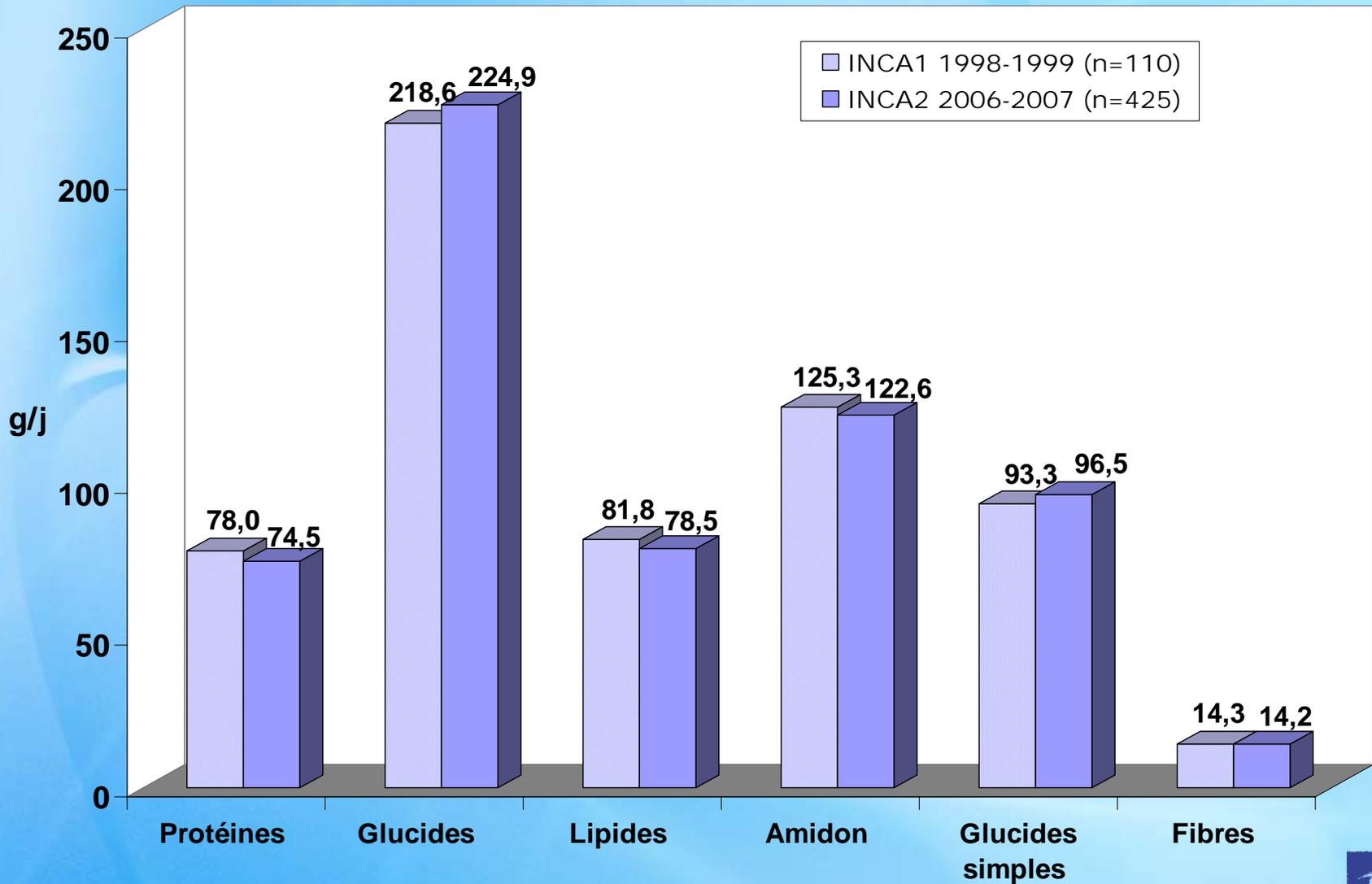
Energie (Kcal/j)

INCA1 1998-1999

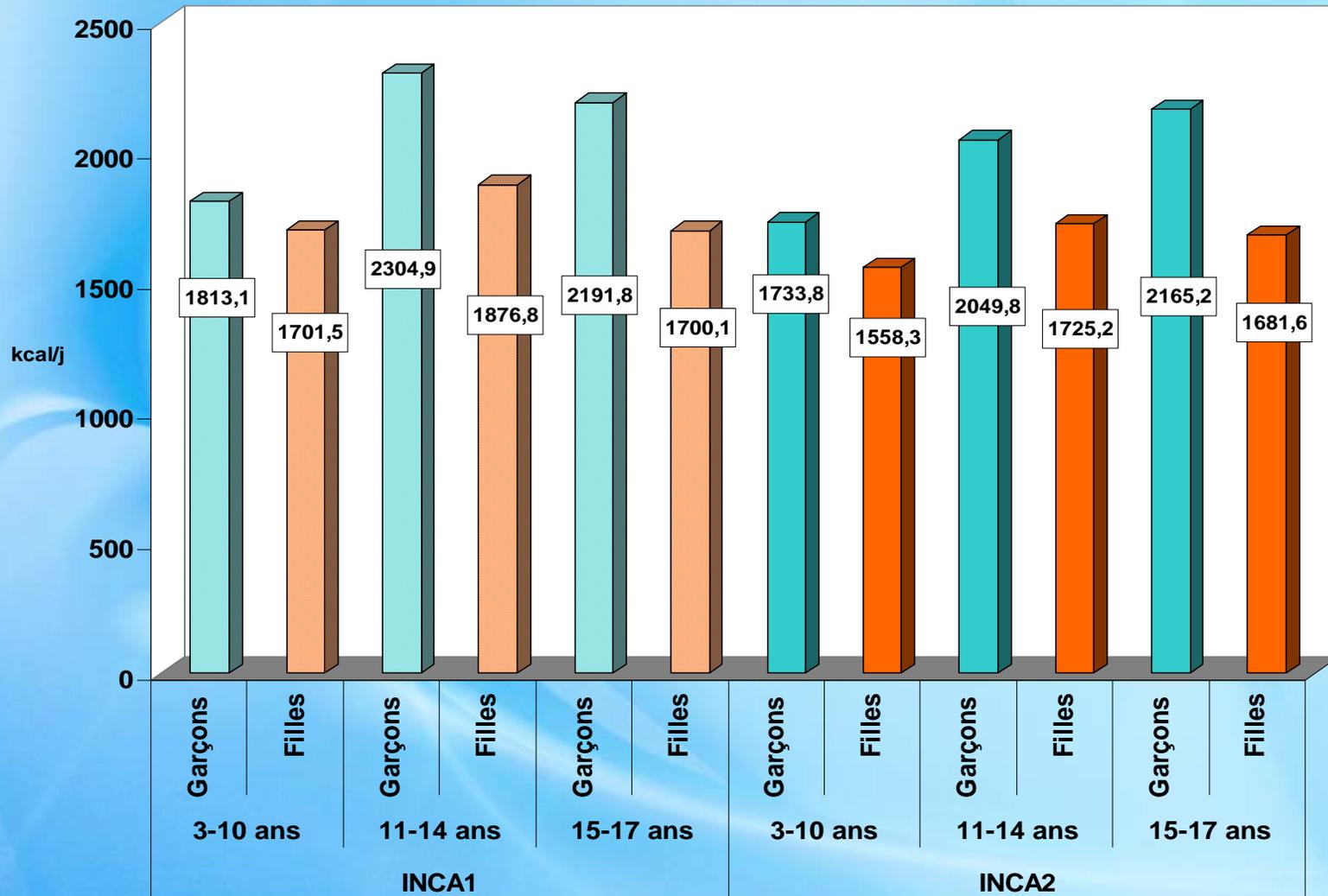
INCA2 2006-2007



Évolution des apports nutritionnels - Enfants 15 à 17 ans

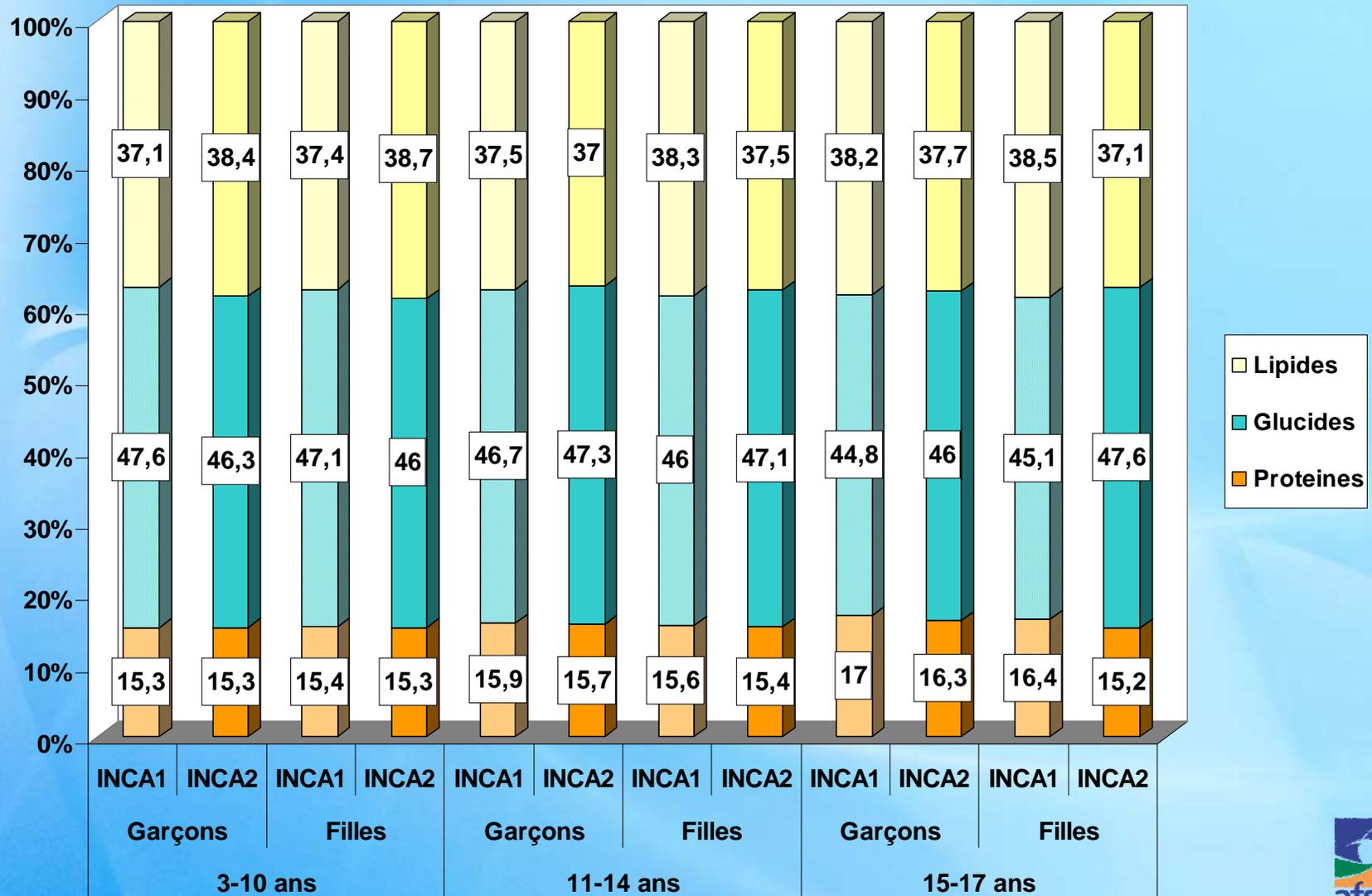


Différences d'apport calorique entre garçons et filles

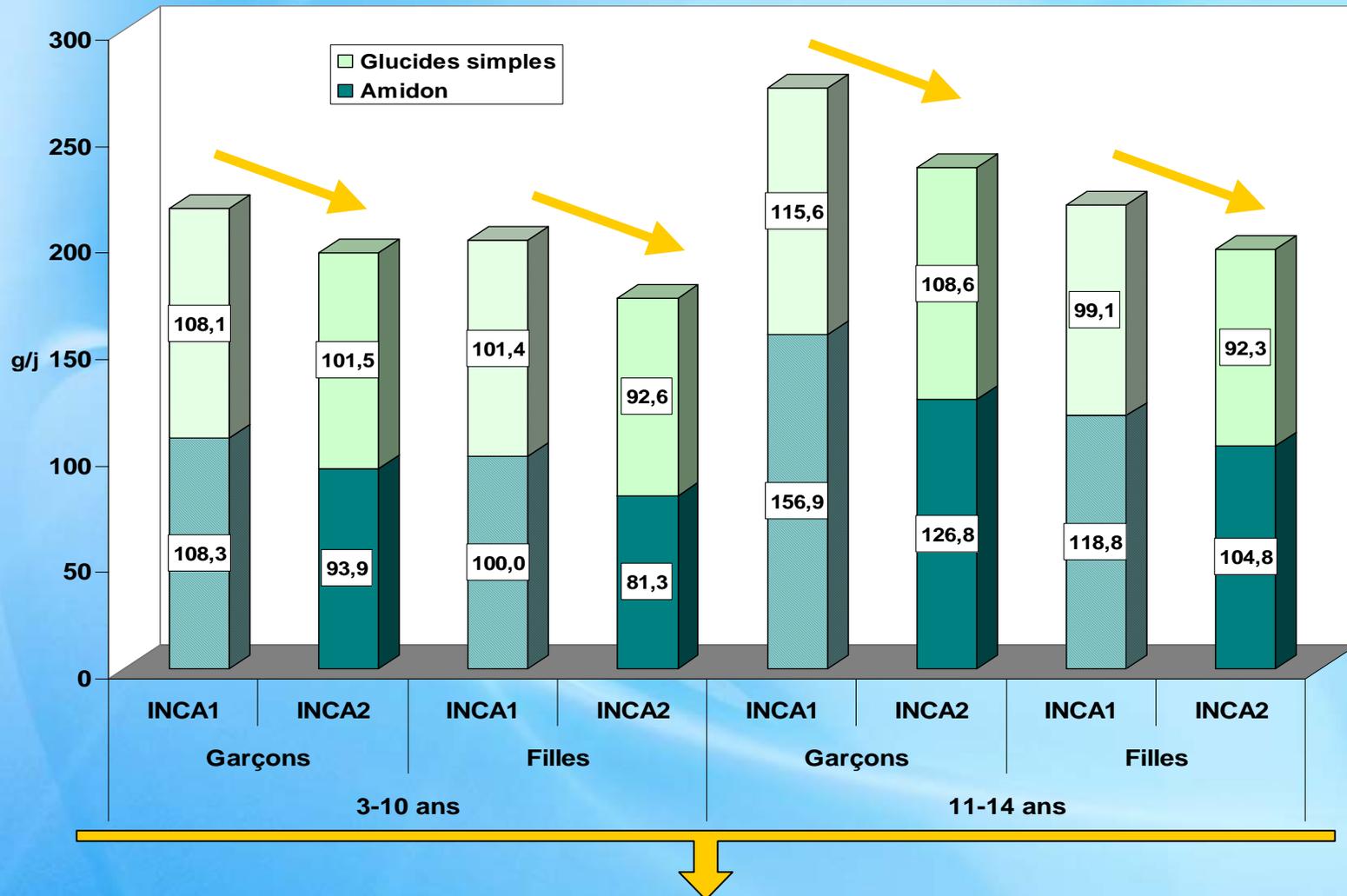


Écart entre les filles et les garçons + marqué après 11 ans

Stabilité des contributions à l'énergie des protéines, glucides, lipides entre 1998-99 et 2006-07 selon le sexe et l'âge

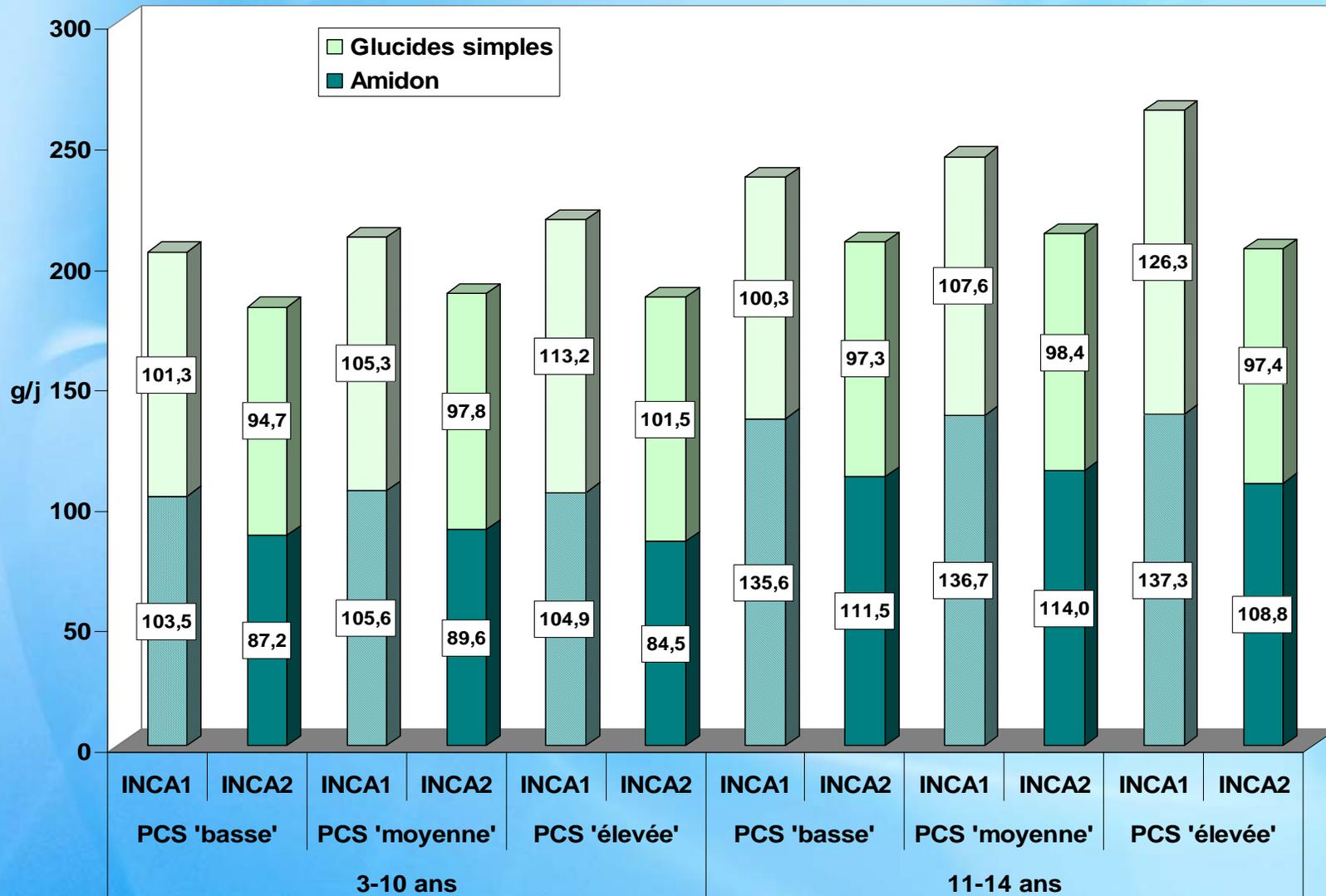


Évolution des apports en glucides simples et amidon selon le sexe chez les 3-14 ans



Baisse des apports en amidon et glucides simples chez les garçons et les filles de 3-14 ans

Évolution des apports en glucides simples et amidon selon la PCS chez les 3-14 ans



Synthèse des apports nutritionnels chez les enfants

- ***Diminution de l'apport calorique chez les 3-14 ans, stabilité chez les 15-17 ans***
 - Diminution des apports énergétiques plus marquée chez les 11-14 ans
 - Différences entre garçons et filles plus nettes après 11 ans
- ***Baisse des macronutriments chez les 3-14 ans, stabilité chez les 15-17 ans***
 - Baisse des macronutriments chez les préadolescents aussi bien pour les garçons que pour les filles. Baisse plus modérée pour les plus jeunes.
 - Contributions des protéines-glucides-lipides à l'AESA très stables quels que soient l'âge et le sexe
- ***Diminution des apports en amidon et glucides simples chez les 3-14 ans***
 - Baisse plus forte pour l'amidon, observée aussi bien chez les garçons que chez les filles
 - Baisse des apports en amidon et glucides simples dans toutes les PCS
 - Lien avec la diminution de la consommation de pain et de pomme de terre pour l'amidon

En résumé, 6 grandes idées ...

- ➊ **Augmentation de la consommation de fruits chez les adultes et les adolescents**
- ➋ **Baisse de la consommation de produits animaux : viande, lait**
- ➌ **Diminution de la consommation des boissons alcoolisées chez les adultes**
- ➍ **Stabilisation des apports énergétiques chez les adultes, légère baisse chez les enfants de moins de 14 ans**
- ➎ **Alimentation reste trop lipidique et insuffisamment glucidique par rapport aux recommandations**
- ➏ **Une alimentation toujours trop pauvre en fibres**

Le dispositif d'études INCA ...

- Un outil fiable de mesure des évolutions de consommation alimentaire et des apports nutritionnels dans la population vivant en France ...
 - 2 points de référence à 8 ans d'intervalle INCA1 (1998-99) et INCA2 (2006-07)
- ... basé sur une même méthodologie de recueil de l'information validée et améliorée au fil du temps : carnet de consommation de 7 jours, nomenclature très détaillée, compositions nutritionnelles issues de la base de référence nationale.
 - robustesse pour les comparaisons INCA1/INCA2
- Compatibilité des résultats de consommation avec d'autres sources de données
 - bonne cohérence avec les données de la comptabilité nationale Insee
 - participation aux programmes européens d'harmonisation des études sur l'alimentation (EFCOVAL, réseau AESA)
- Enquête INCA2 essentielle pour déterminer les apports nutritionnels dans la population et évaluer la conformité avec les apports recommandés ...
- ... et également indispensable à l'évaluation du risque alimentaire (exposition aux contaminants, résidus, additifs ...)

Perspectives de travail 2008-2009

- Séminaire sur les apports en vitamines et minéraux prenant en compte les apports *via* les compléments alimentaires et les aliments enrichis
- Article sur la méthodologie et les premiers résultats
- Thèmes de recherche et d'étude :
 - Collation matinale
 - Restauration scolaire
 - Liens entre facteurs socio-démographiques et consommation alimentaire et apports nutritionnels
 - Déterminants du surpoids et de l'obésité
 - Consommation de compléments alimentaires
 - Consommation d'aliments porteurs d'allégation nutritionnelle ou santé

Remerciements

L'ensemble de l'équipe de l'**Observatoire des Consommations Alimentaires-Epidémiologie nutritionnelle (OCA-EN)** de l'**Afssa**

Lionel Lafay, Gloria Calamassi-Tran, Carine Dubuisson, Ariane Dufour, Dorothee Grange, Nadège Gillot, Sandrine Lioret, Louise Obein, Mathilde Touvier et Jean-Luc Volatier

Le **Centre d'information sur la qualité des aliments (Ciqual)** de l'**Afssa** pour les données de composition nutritionnelle

Jayne Ireland, Roxane Bohn, Laure Du Chaffaut, Marine Oseredczuk,

L'**Unité de Méthodologie Statistique** de l'**INSEE** pour l'accès aux données du recensement et l'échantillonnage

Marc Christine et Daniel Verger

L'**Institut de Sondages Lavalie (ISL)** pour la réalisation du terrain de l'étude

Valérie Blineau, Hélène Vital, Michèle Marronnier, Bernard Mandin, Alain Berthon, Michel Besnard, Dominique Verola, ... les diététiciennes et les 166 enquêteurs téléphone et face-à-face mobilisés

