

NUTRITION



Étude Esteban 2014-2016. Volet Nutrition - Surveillance épidémiologique

ADÉQUATION AUX NOUVELLES RECOMMANDATIONS ALIMENTAIRES DES ADULTES ÂGÉS DE 18 À 54 ANS VIVANT EN FRANCE

POINTS CLÉS

- D'après les données relevées en 2015, peu d'adultes déclarent des consommations en adéquation avec les nouvelles recommandations alimentaires :
 - environ 4 adultes sur 10 atteignent les recommandations pour les produits complets et peu raffinés. Il en va de même pour la charcuterie où seulement 40 % des adultes sont en dessous du seuil recommandé ;
 - moins de 3 adultes sur 10 atteignent les recommandations concernant les fruits et légumes, les produits laitiers et le poisson (dont la consommation spécifique de poissons gras) ;
 - moins de 2 adultes sur 10 atteignent les recommandations pour les fruits à coque non salés, les légumes secs, la consommation de matières grasses ajoutées riches en acide alpha-linolénique ou l'huile d'olive et le sel (en se basant sur la recommandation de l'OMS).
- Plus de la moitié des adultes déclarent toutefois des consommations de boissons hors alcool, de produits sucrés et de viandes, en adéquation avec les recommandations.
- Les hommes sont moins souvent en adéquation avec les recommandations que les femmes pour les produits céréaliers et peu raffinés, les produits laitiers, la viande, la charcuterie, les boissons sucrées et le sel.

INTRODUCTION

La nutrition (incluant les consommations alimentaires, l'activité physique et la sédentarité, ainsi que les marqueurs de l'état nutritionnel) est un facteur de risque ou de protection de nombreuses maladies chroniques comme les maladies cardiovasculaires, le diabète, l'obésité, l'ostéoporose ou certains cancers. Ces maladies chroniques représentent la première cause de mortalité au niveau mondial [1] et les coûts humains, sociaux et économiques de ces maladies sont considérables. Une mauvaise alimentation,

pauvre en céréales complètes, fruits et légumes, fruits à coques, poissons, et riche en produits salés, gras et sucrés, est par exemple associée à un peu plus de 10 millions de décès par an dans le monde, ce qui représente environ 20 % de la mortalité mondiale [2].

Face à ces constats, de nombreuses recommandations nutritionnelles ont été publiées par des organismes internationaux tels que l'Organisation mondiale de la santé (OMS), afin d'agir sur ces déterminants et de prévenir ces facteurs de risque évitables. Dans ce cadre, la France a développé une politique nutritionnelle de santé publique d'envergure dès 2001, au travers de la mise en place du Programme National Nutrition Santé (PNNS) [3]. L'objectif du PNNS est d'améliorer l'état de santé de la population en agissant sur un de ses déterminants majeurs, la nutrition. Il a fait l'objet de trois cycles quinquennaux (2001-2005 ; 2006-2010 et 2011-2015 prolongé jusqu'à 2016) et se trouve inscrit, depuis le 27 juillet 2010, dans le Code de la santé publique (Loi n° 2010-873, article L3231-1).

Dans le cadre de la préparation d'un quatrième cycle pour 2019-2023, un travail de mise à jour des connaissances autour des repères nutritionnels a été effectué. L'Anses a publié le fonds scientifique nécessaire à l'élaboration des repères de consommations alimentaires des adultes [4]. Sur cette base et en analysant les justifications scientifiques et de santé publique pour chaque repère, le HCSP a établi les nouveaux repères de consommation [5]. Les travaux sur les repères alimentaires ont été complétés par

d'autres notions, notamment pour prendre en compte l'exposition aux contaminants environnementaux et la durabilité. Santé publique France est chargée de leur formulation définitive et de leur déclinaison dans différents supports de communication. C'est dans ce cadre que les nouvelles recommandations alimentaires ont été établies pour la population adulte.

Cette synthèse décrit le niveau d'adéquation des consommations alimentaires aux nouvelles recommandations alimentaires du PNNS-4 des adultes de 18-54 ans vivant en France métropolitaine, à partir des données de l'Étude de Santé sur l'Environnement, la Biosurveillance, l'Activité physique et la Nutrition (Esteban), réalisée par Santé publique France en 2014-2016.

MATÉRIEL ET MÉTHODES

Esteban est une étude transversale en population générale, répondant à des objectifs de biosurveillance, de surveillance des maladies chroniques et de sur-

veillance nutritionnelle. Elle inclut un échantillon représentatif d'enfants et d'adultes âgés de 6 à 74 ans vivant en France métropolitaine, sur la base d'un plan de sondage à trois degrés. La méthodologie détaillée a été décrite précédemment [6].

Chez les adultes, le recueil des données de consommations alimentaires reposait sur :

- la réalisation de trois Rappels des 24 heures (R24), répartis aléatoirement sur 15 jours, réalisés par téléphone ou internet et contrôlés par des diététiciennes (utilisation du logiciel NutriXpert®, société MXS) ;
- un questionnaire de fréquence alimentaire (Food propensity questionnaire – FPQ) comprenant 78 items avec 8 modalités de réponse ;
- un auto-questionnaire permettant de recueillir des informations sur la consommation de produits issus de l'agriculture biologique.

Tableau 1 | NOUVELLES RECOMMANDATIONS DANS LE CADRE DU PNNS-4 ET INDICATEURS RENSEIGNÉS POUR DÉCRIRE LA SITUATION NUTRITIONNELLE À PARTIR DE LA POPULATION D'HOMMES ET DE FEMMES DE 18-54 ANS DE L'ÉTUDE ESTEBAN 2015

	RECOMMANDATIONS	INDICATEURS RENSEIGNÉS
Fruits et légumes	Au moins 5 fruits et légumes par jour	≥ 5 portions / jour
Fruits à coque non salés	Une petite poignée par jour	Au moins une consommation déclarée durant les 3 jours de R24
Légumes secs	Au moins 2 fois par semaine	≥ 2 fois / semaine
Produits céréaliers complets et peu raffinés	Un féculent complet (ou semi complet) par jour – pâtes, pain, riz, semoule	Au moins une consommation déclarée durant les 3 jours de R24
Produits laitiers	2 produits laitiers par jour	< 2 / j ; 2 / j ; > 2 / j
Viande et volaille	Privilégier la volaille et limiter les autres viandes (porc, bœuf, veau, mouton, agneau, abats) à 500 g par semaine	< 500 g / semaine de viande (bœuf, veau, porc, agneau, mouton, gibier, abats)
Poisson et fruits de mer	2 fois par semaine, dont un poisson gras	< 2 / sem ; 2 / sem ; > 2 / sem 1 poisson gras / semaine
Charcuterie	Limiter la charcuterie à 150 g par semaine	< 150 g / semaine
Matières grasses ajoutées	Les matières grasses ajoutées – huile, beurre et margarine – peuvent être consommées tous les jours en petites quantités. Privilégiez l'huile de colza, de noix et d'olive	< 16 % de l'AESA MGA d'origine végétale > MGA d'origine animale MGA riches en ALA ou huile d'olive / MGA d'origine végétale > 50 %
Produits sucrés	Limiter la consommation de produits sucrés	Glucides simples issus des produits sucrés < 12,5 % de l'AESA
Boissons	Limiter les boissons sucrées	Consommation d'eau ≥ 1 L / jour Consommation de boissons sucrées < 250 mL / jour
Sel	Réduire la consommation de sel	< 6 g / jour
Notion complémentaire Recours aux produits Bio		Au moins 1 à 3 fois / mois (pour les fruits, légumes et céréales)

AESA : Apports Énergétiques Sans Alcool ; MGA : matières grasses ajoutées ; ALA : Acide α-linolénique ; R24 : Rappels des 24 heures.

* Le repère alcool fera l'objet d'une publication ultérieure.

L'ensemble de ces données a permis de décrire les consommations alimentaires des adultes. Les nouvelles recommandations telles que formulées par Santé publique France sur la base de la définition du HCSP ont été quantifiées comme détaillé dans le Tableau 1. Pour les recommandations qui n'étaient pas quantifiées, des choix raisonnés ont été réalisés en fonction des données de la littérature. C'est pourquoi nous utiliserons la terminologie d'adéquation aux

recommandations ou d'adéquation aux indicateurs choisis pour estimer l'adéquation. La prise en compte des contaminants potentiels de l'alimentation a été intégrée à travers un indicateur qui concerne la consommation de produits Bio, c'est-à-dire issus de modes de production diminuant l'exposition aux intrants.

Les analyses ont été réalisées sur un échantillon de 705 hommes et 922 femmes âgés de 18 à 54 ans.

Tableau 2 | POURCENTAGE D'HOMMES ET DE FEMMES DE 18-54 ANS EN ADÉQUATION OU NON AVEC LES NOUVELLES RECOMMANDATIONS DE CONSOMMATIONS ALIMENTAIRES DU PNNS-4, ÉTUDE ESTEBAN 2015

	TOTAL		HOMMES		FEMMES		p
	%	[IC 95 %]	%	[IC 95 %]	%	[IC 95 %]	
Fruits et légumes							
Au moins 5 / jour	28,3	[25,6-31,0]	30,6	[26,6-34,9]	26,0	[22,7-29,6]	0,10
Fruits à coque non salés							
Au moins une consommation déclarée durant les 3 jours de R24	14,9	[13,0-17,1]	13,5	[10,8-16,8]	16,3	[13,6-19,2]	0,20
Légumes secs							
≥ 2 fois / semaine	13,1	[11,0-15,6]	14,9	[11,7-18,8]	11,4	[8,8-14,7]	0,13
Produits céréaliers complets et peu raffinés							
Au moins une consommation déclarée durant les 3 jours de R24	38,7	[35,7-41,7]	34,1	[30,0-38,6]	42,9	[38,8-47,1]	<0,01
Produits laitiers							
< 2 / jour	34,8	[31,8-37,9]	32,1	[27,8-36,7]	37,3	[33,2-41,6]	
= 2 / jour	27,2	[24,6-30,1]	24,1	[20,4-28,2]	30,3	[26,5-34,3]	<0,01
> 2 / jour	38,0	[35,0-41,1]	43,8	[39,3-48,4]	32,4	[28,6-36,5]	
Viandes (bœuf, veau, porc, agneau, mouton, gibier, abats)							
< 500 g / semaine	67,6	[64,5-70,6]	59,0	[54,3-63,5]	75,8	[71,8-79,4]	<0,001
Poissons et fruits de mer							
< 2 / semaine	68,8	[65,9-71,6]	71,6	[67,4-75,6]	66,1	[62,0-70,0]	
= 2 / semaine	21,2	[18,7-23,9]	20,4	[16,9-24,4]	22,0	[18,6-25,7]	0,06
> 2 / semaine	10,0	[8,4-11,9]	8,0	[6,0-10,4]	11,9	[9,5-14,9]	
1 poisson gras / semaine	28,1	[25,3-31,1]	27,2	[23,3-31,6]	29,0	[25,2-33,1]	0,55
Charcuterie							
< 150 g / semaine	36,8	[33,8-39,8]	30,4	[26,4-34,9]	42,8	[38,6-47,1]	<0,001
Matières grasses ajoutées							
< 16 % de l'AESA	81,1	[78,5-83,5]	81,9	[78,0-85,2]	80,4	[76,8-83,6]	0,57
Origine végétale > animale	69,0	[66,0-71,8]	69,9	[65,4-74,0]	68,1	[64,1-71,9]	0,56
Riches en ALA ou huile d'olive (> 50 %)	9,7	[7,9-11,7]	10,8	[8,2-14,1]	8,6	[6,5-11,2]	0,25
Produits sucrés							
< 12,5 % de l'AESA	58,9	[55,8-62,0]	64,1	[59,5-68,5]	54,0	[49,7-58,3]	<0,01
Boissons							
Eau ≥ 1 L / jour	68,0	[64,9-70,9]	71,0	[66,6-75,0]	65,1	[60,8-69,1]	0,05
Sucrées < 250 mL / jour	72,4	[69,4-75,3]	68,3	[63,6-72,6]	76,4	[72,3-80,1]	<0,01
Sel							
< 6 g / jour	21,3	[18,8-24,1]	12,2	[9,4-15,7]	30,0	[26,2-34,1]	<0,001
Recours aux produits Bio							
Au moins 1 à 3 fois par mois (pour les fruits, légumes et céréales)	45,5	[42,4-48,6]	45,3	[40,8-49,9]	45,6	[41,4-49,9]	0,93

Elles ont été pondérées en tenant compte du plan de sondage et redressées selon des caractéristiques sociodémographiques de la population française (âge, sexe, diplôme, composition du ménage en se référant aux données de l'Insee) ainsi que la période de recueil des données pour la prise en compte de la saisonnalité de l'alimentation. Les résultats sont présentés sous forme de prévalence avec des Intervalles de confiance à 95 % [IC 95 %].

RÉSULTATS

L'examen des consommations alimentaires des adultes (Tableau 2) a montré que :

- Plus de la moitié des adultes se trouvaient en adéquation avec les nouvelles recommandations alimentaires (ou avec les indicateurs choisis pour estimer l'atteinte des recommandations du PNNS-4), pour les consommations de viandes (bœuf, veau, porc, agneau, mouton, gibier, abats), de matières grasses ajoutées (MGA, aussi bien en termes quantitatifs que qualitatifs), de produits sucrés et de boissons hors alcool.
- 4 adultes sur 10 se déclaraient en adéquation avec les recommandations pour les consommations de produits complets et peu raffinés et de charcuterie.
- Moins de 3 adultes sur 10 déclaraient consommer des fruits et légumes, des produits laitiers, du poisson et des fruits de mer en adéquation avec les recommandations alimentaires. C'était également le cas du sel au regard de l'indicateur choisi pour approcher la recommandation du PNNS4. Si l'on suit les recommandations de l'OMS, moins d'un adulte sur 10 déclarait des consommations journalières inférieures à 5g/j. Concernant les fruits et légumes, 40 % des adultes pouvaient être considérés comme des petits consommateurs, c'est-à-dire consommant moins de 3,5 fruits et légumes par jour.
- 3 recommandations présentent des taux d'adéquation aux recommandations particulièrement faibles :
 - 15 % des adultes ont déclaré avoir consommé au moins une fois des fruits à coque non salés au cours des 3 R24 ;
 - seulement 13 % des adultes consommaient au moins 2 fois par semaine des légumes secs ;
 - les MGA riches en acides alpha-linolénique (ALA) ou huile d'olive représentaient plus de la moitié des MGA d'origine végétale pour seulement 10 % des adultes.

- Enfin, 45 % des adultes déclaraient consommer des fruits, légumes et/ou produits céréaliers issus de l'agriculture biologique au moins une fois par mois.

Quelques différences ont été relevées concernant les consommations alimentaires des adultes en fonction du sexe ou de l'âge :

- La consommation alimentaire des femmes était plus souvent en adéquation avec les nouvelles recommandations que celle des hommes, notamment concernant les produits céréaliers complets, les produits laitiers, les viandes (bœuf, veau, porc, agneau, mouton, gibier, abats), la charcuterie, les boissons sucrées et le sel. Les hommes étaient toutefois davantage en adéquation avec la recommandation de consommation des produits sucrés que les femmes (Tableau 2).
- Les personnes les plus âgées avaient davantage tendance à satisfaire les nouvelles recommandations de consommations que les plus jeunes (Tableau 3). C'est particulièrement le cas pour la consommation de fruits et légumes et de boissons sucrées (Tableau 3).

DISCUSSION

Compte tenu de l'avancée des connaissances scientifiques et des enjeux environnementaux en matière de nutrition, il était important, 15 ans après la mise en place du premier PNNS, de réaliser une actualisation des recommandations de consommations alimentaires. Pour ce faire, le HCSP s'est basé sur le rapport d'expertise publié par l'Anses [4] élaborant le socle scientifique pour la reformulation des repères de consommation. L'objectif était de couvrir au mieux les besoins nutritionnels, de limiter le risque de maladies chroniques associées à la consommation de certains aliments et de limiter le risque des contaminants chimiques apportés par l'alimentation, tout en tenant compte des habitudes alimentaires des Français. Ce travail a abouti à la formulation de nouvelles recommandations alimentaires qui ont évolué à la fois en termes de regroupements et de nouvelles quantifications. Les travaux de Santé publique France ont ensuite permis d'élaborer la nouvelle formulation des recommandations visant à être communiquée au grand public.

Recommandations qui perdurent

Si la recommandation concernant la consommation de fruits et légumes n'a pas changé, le pourcentage d'adhésion à cette recommandation reste peu satisfaisant et nécessite des mesures d'encouragement. Les petits consommateurs (c'est-à-dire de moins de 3,5 fruits et légumes par jour) devraient être particulièrement ciblés pour les faire se rapprocher de la recommandation

Tableau 3 | POURCENTAGE D'ADULTES DE 18-54 ANS EN ADÉQUATION OU NON AVEC LES NOUVELLES RECOMMANDATIONS DE CONSOMMATIONS ALIMENTAIRES DU PNNS-4 SELON LE SEXE ET L'ÂGE, ÉTUDE ESTEBAN 2015

	HOMMES				P	FEMMES				P
	18-39 ans		40-54 ans			18-39 ans		40-54 ans		
	%	[IC 95 %]	%	[IC 95 %]		%	[IC 95 %]	%	[IC 95 %]	
Fruits et légumes										
Au moins 5 / jour	26,0	[20,4-32,5]	35,4	[29,9-41,4]	0,03	18,9	[14,7-23,9]	33,6	[28,7-38,8]	<0,001
Fruits à coque non salés										
Au moins une consommation déclarée durant les 3 jours de R24	13,7	[9,7-19,0]	13,3	[9,9-17,5]	0,88	11,3	[8,4-15,0]	21,5	[17,4-26,4]	<0,001
Légumes secs										
≥ 2 fois / semaine	15,4	[10,9-21,4]	14,3	[10,2-19,7]	0,75	14,0	[9,7-19,8]	8,8	[6,2-12,3]	0,07
Produits céréaliers complets et peu raffinés										
Au moins une consommation déclarée durant les 3 jours de R24	31,0	[25,1-37,6]	37,5	[31,8-43,6]	0,14	40,0	[34,0-46,4]	46,0	[40,6-51,5]	0,16
Produits laitiers										
< 2 / jour	37,2	[30,6-44,3]	26,6	[21,5-32,5]		39,6	[33,4-46,0]	35,0	[29,9-40,5]	
= 2 / jour	23,0	[17,8-29,0]	25,3	[20,3-31,1]	0,05	31,3	[25,8-37,5]	29,1	[24,3-34,5]	0,25
> 2 / jour	39,8	[33,3-46,7]	48,1	[42,0-54,2]		29,1	[23,7-35,3]	35,9	[30,7-41,4]	
Viandes (bœuf, veau, porc, agneau, mouton, gibier, abats)										
< 500 g / semaine	57,1	[50,1-63,9]	61,0	[54,7-66,9]	0,42	78,0	[71,9-83,0]	73,6	[68,2-78,4]	0,26
Poisson et fruits de mer										
< 2 / semaine	72,1	[65,6-77,8]	71,2	[65,4-76,4]		65,4	[58,9-71,3]	66,8	[61,5-71,8]	
= 2 / semaine	21,6	[16,4-27,9]	19,2	[14,7-24,5]	0,34	22,6	[17,5-28,6]	21,4	[17,3-26,1]	0,93
> 2 / semaine	6,3	[4,1-9,7]	9,6	[6,8-13,6]		12,0	[8,4-17,0]	11,8	[8,8-15,6]	
1 poisson gras / semaine	25,4	[19,8-31,9]	29,0	[23,7-35,0]	0,39	24,6	[19,3-30,9]	33,2	[28,0-38,7]	0,04
Charcuterie										
< 150 g / semaine	30,1	[24,1-36,8]	30,8	[25,5-36,7]	0,87	41,7	[35,5-48,1]	44,0	[38,5-48,5]	0,60
Matières grasses ajoutées										
< 16 % de l'AESA	82,3	[76,2-87,1]	81,4	[76,3-85,6]	0,80	81,8	[76,3-86,2]	78,9	[74,0-83,2]	0,41
Origine végétale > origine animale	73,3	[66,7-79,0]	66,3	[60,2-71,8]	0,11	70,4	[64,4-75,8]	65,7	[60,3-70,8]	0,24
Riches en ALA ou huile d'olive (> 50 %)	9,7	[6,3-14,6]	11,9	[8,3-16,8]	0,46	8,4	[5,6-12,5]	8,8	[6,0-12,6]	0,89
Produits sucrés										
< 12,5 % de l'AESA	60,1	[53,2-66,7]	68,4	[62,2-74,0]	0,07	51,7	[45,2-58,0]	56,5	[50,8-62,0]	0,27
Boissons										
Eau ≥ 1 L / j	72,9	[66,4-78,5]	69,0	[63,0-74,5]	0,37	59,5	[53,0-65,7]	70,9	[65,3-75,9]	<0,01
Sucrées < 250 mL / jour	58,6	[51,6-65,3]	78,5	[72,8-83,3]	<0,001	68,1	[61,5-74,0]	85,2	[80,4-89,0]	<0,001
Sel										
< 6 g / jour	13,9	[9,8-19,4]	10,4	[7,0-15,1]	0,26	30,6	[24,9-36,9]	29,4	[24,5-34,9]	0,78
Recours aux produits Bio										
Au moins 1 à 3 fois / mois (pour les fruits, légumes et céréales)	44,0	[37,4-50,9]	46,6	[40,6-52,8]	0,58	45,1	[38,9-51,6]	46,1	[40,6-51,6]	0,83

puisqu'ils représentaient 40 % des adultes en 2015.

La recommandation concernant le sel prône toujours une diminution de la consommation. Elle reste d'actualité puisque le pourcentage d'adulte consommant moins de 6 g de sel par jour reste très faible, surtout chez les hommes. Le sel de constitution des aliments et le sel ajouté doivent faire tous deux l'objet d'une attention soutenue, cet effort devant donc être partagé par l'ensemble des acteurs de la chaîne alimentaire jusqu'aux consommateurs. Ces derniers peuvent agir à la fois sur l'utilisation mesurée du sel de table et sur le choix des aliments qu'ils consomment. À ce titre, le Nutri-score peut contribuer à éclairer ce choix dans la mesure où le sel est un des éléments pris en compte dans sa détermination.

La recommandation sur les produits sucrés n'a pas connu d'évolution. Ces produits sont toujours « à limiter ». En 2015, les femmes consommaient davantage de produits sucrés que les hommes puisqu'elles n'étaient que 54 % (contre 64 % des hommes) à satisfaire cette recommandation.

Recommandations dorénavant plus détaillées

La recommandation concernant la consommation de poisson et fruits de mer n'a pas connu d'évolution en termes de fréquence recommandée. En 2015, seulement 20 % des individus suivaient les recommandations, la grande majorité se situant en dessous (de l'ordre de 70 %). Il est désormais précisé qu'il faut consommer un poisson gras sur les deux, ce que déclarent consommer 3 adultes sur 10. Ce sont donc les petits consommateurs qui devront être encouragés à aller vers la recommandation de 2 par semaine.

Des conseils complémentaires ont également été apportés à la recommandation sur les matières grasses ajoutées. Il est maintenant recommandé de privilégier les huiles riches en acide α -linoléique (colza, noix), ou l'huile d'olive. En 2015, 81 % des adultes suivaient les recommandations en matière de consommation globale de matières grasses ajoutées (< 16 % de l'AESA). Toutefois, le choix de l'origine des matières grasses ajoutées peut être amélioré puisqu'en 2015, encore 31 % des adultes consommaient davantage de matières grasses d'origine animale que végétale et moins de 10 % consommaient majoritairement des matières grasses riches en ALA ou de l'huile d'olive.

En termes de boissons, l'eau reste la seule boisson recommandée et il est également toujours recomman-

dé de limiter la consommation de boissons sucrées et au goût sucré. Désormais, ces dernières incluent les jus de fruits 100 % et les boissons light. Si 7 adultes sur 10 consomment peu de boissons sucrées (c'est-à-dire moins d'un verre par jour), les hommes et plus particulièrement les plus jeunes, âgés de 18 à 39 ans, devront faire l'objet d'une attention particulière.

Notions nouvelles introduites dans les recommandations

Les fruits à coque non salés font désormais l'objet d'une recommandation spécifique compte tenu de leur intérêt nutritionnel. Alors que la recommandation est d'en consommer une petite poignée tous les jours, en 2015, 85 % des adultes n'en consommaient jamais.

Les légumes secs et les produits céréaliers complets et peu raffinés font également l'objet de recommandations spécifiques. Le but est d'augmenter leur visibilité pour le consommateur et de pouvoir surveiller plus précisément ces consommations. En 2015, selon les résultats d'Esteban, 60 % des adultes n'avaient pas consommé de produits céréaliers complets et peu raffinés ou des légumes secs lors des trois jours d'enquête alimentaire selon les anciennes recommandations [7]. Les recommandations spécifiques permettent de préciser que si effectivement 60 % ne semblent pas avoir inclus de produits céréaliers complets et peu raffinés, ils sont également plus de 85 % à ne pas satisfaire la recommandation concernant les légumes secs.

La charcuterie dispose désormais d'un seuil maximal quantifié. En 2015, 70 % des hommes et plus de 50 % des femmes ne satisfaisaient pas cette recommandation, consommant 150 g ou plus de charcuterie par semaine.

Les produits laitiers ont été revus à la baisse, avec une recommandation fixée à deux portions par jour dorénavant (contre trois précédemment). En 2015, les hommes se situaient davantage au-dessus de cette recommandation que les femmes, comme cela avait déjà été constaté sur la base du précédent repère [7].

Le précédent repère « viande, poisson, œuf » a été redéfini. Il n'existe plus de recommandation globale pour ce groupe. Ainsi, la viande (bœuf, veau, porc, agneau, mouton, gibier, abats) fait actuellement l'objet d'une recommandation spécifique avec une limitation mesurée à la semaine. En 2015, les hommes se trouvaient être davantage de gros consommateurs de viande (bœuf, veau, porc, agneau, mouton, gibier, abats) que les femmes (plus de 40 % des hommes en

consommant 500 g ou plus par semaine contre moins de 25 % chez les femmes).

De façon générale, la situation nutritionnelle vis-à-vis des nouvelles recommandations du PNNS-4 des adultes âgés de 18 à 54 ans vivant en France en 2015 est loin d'être satisfaisante.

Une attention particulière a été apportée à la formulation des nouvelles recommandations afin qu'elles soient facilement compréhensibles, acceptables et appropriables par tous. Pour ce faire, plusieurs phases de tests qualitatifs et quantitatifs ont été menées, notamment auprès de groupes particulière-

ment éloignés des recommandations. Le Nutri-Score, logo apposé sur la face avant des emballages, a également été introduit dans les nouvelles recommandations. Son utilisation est recommandée pour identifier les produits transformés et ultra-transformés contenant moins de gras, de sel, de sucre.

Cependant, la seule diffusion de ces recommandations ne peut suffire à améliorer le statut nutritionnel des adultes. Une amélioration globale de la qualité nutritionnelle de l'offre alimentaire, ainsi que de son accessibilité (financière et géographique), sont nécessaires, et ce plus particulièrement pour réduire les inégalités sociales de santé. ●

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- [1] World Health Organization [WHO]. Global status report on noncommunicable diseases 2014. Geneva : World Health Organization; 2014.
- [2] Collaborators GBDM. Global, regional, and national under-5 mortality, adult mortality, age-specific mortality, and life expectancy, 1970-2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. *Lancet*. 2017;390(10100):1084-150.
- [3] Ministère de la Santé. Programme National Nutrition Santé 2001-2005. 2001. 1-40 p.
- [4] Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation [Anses]. Avis et Rapport de l'Anses relatifs à l'actualisation des repères du PNNS : révision des repères de consommations alimentaires. Maisons-Alfort : Anses; 2016. 280 p.
- [5] Haut Conseil de la Santé Publique [HCSP]. Avis relatif à la révision des repères alimentaires pour les adultes du futur Programme National Nutrition Santé 2017-2021 Paris : HCSP; 2017. 7 p.
- [6] Balicco A, Oleko A, Szego E, Boschhat L, Deschamps V, Saoudi A, et al. Protocole Esteban: une Etude transversale de Santé sur l'Environnement, la Biosurveillance, l'Activité physique et la Nutrition (2014-2016). *Toxicologie analytique et clinique*. 2017;29:517-37.
- [7] Équipe de surveillance et d'épidémiologie nutritionnelle (Esen). Étude de santé sur l'environnement, la biosurveillance, l'activité physique et la nutrition (Esteban), 2014-2016. *Volet Nutrition*. Chapitre consommations alimentaires. Saint-Maurice : Santé publique France; 2018. 192 p.

MOTS CLÉS :

**CONSOMMATIONS ALIMENTAIRES ; ADULTES ; ÉTUDE ESTEBAN ;
RECOMMANDATIONS PNNS ; FRANCE**

Citation suggérée : Torres MJ, Salanave B, Verdot C, Deschamps V. Adéquation aux nouvelles recommandations alimentaires des adultes âgés de 18 à 54 ans vivant en France. Étude Esteban 2014-2016. Volet Nutrition - Surveillance épidémiologique. Saint-Maurice : Santé publique France ; 2019. 8 p. Disponible à partir de l'URL : www.santepubliquefrance.fr

AUTEURS

Marion J TORRES^{1,2}, Benoit SALANAVE^{1,2}, Charlotte VERDOT^{1,2},
Valérie DESCHAMPS^{1,2}

1. Santé Publique France, Saint Maurice, France

**2. Université Paris 13, Centre de recherche Épidémiologie et statistique, COMUE
Sorbonne-Paris-Cité, Bobigny, France**