

# Du potager à l'assiette : Représentations et consommations des légumes chez les enfants de 8 à 11 ans

**David Morizet**

Doctorant, Lyon 1 ED Neurosciences et  
Cognition, Institut Paul Bocuse



# Contexte



**Légumes pauvres en  
macro nutriments et  
riches en vitamines et  
minéraux**

**Diminution des risques  
cardiovasculaires, de cancer  
et d'obésité corrélés à la  
consommation de légumes**

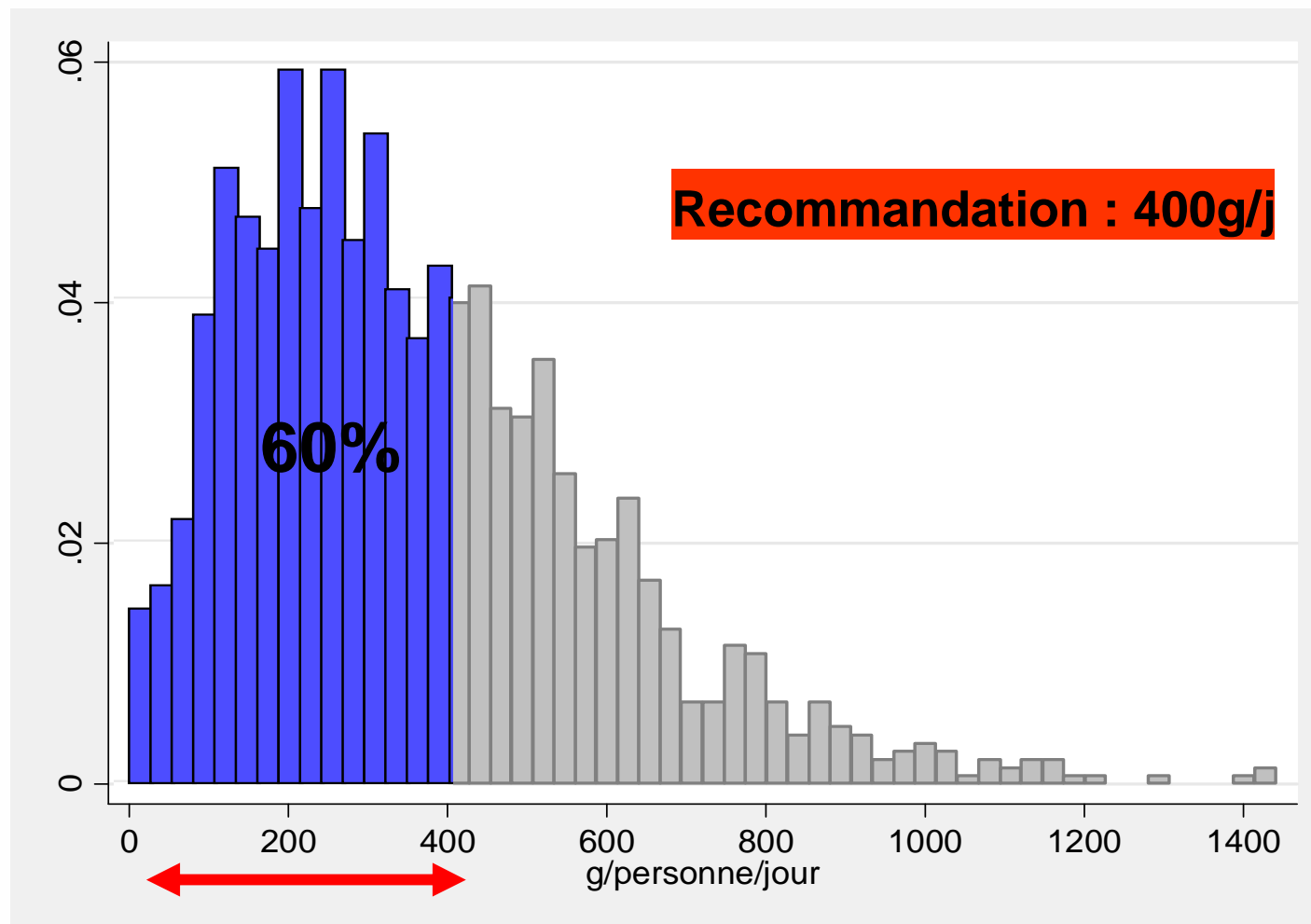
**[Pincemail et *al.*, 2007]**

**+ de 300 Millions  
d'obèses**

**[OMS]**

**Préoccupation pour les  
maladies  
cardiovasculaires et les  
cancers**

# Consommation F&L globale française



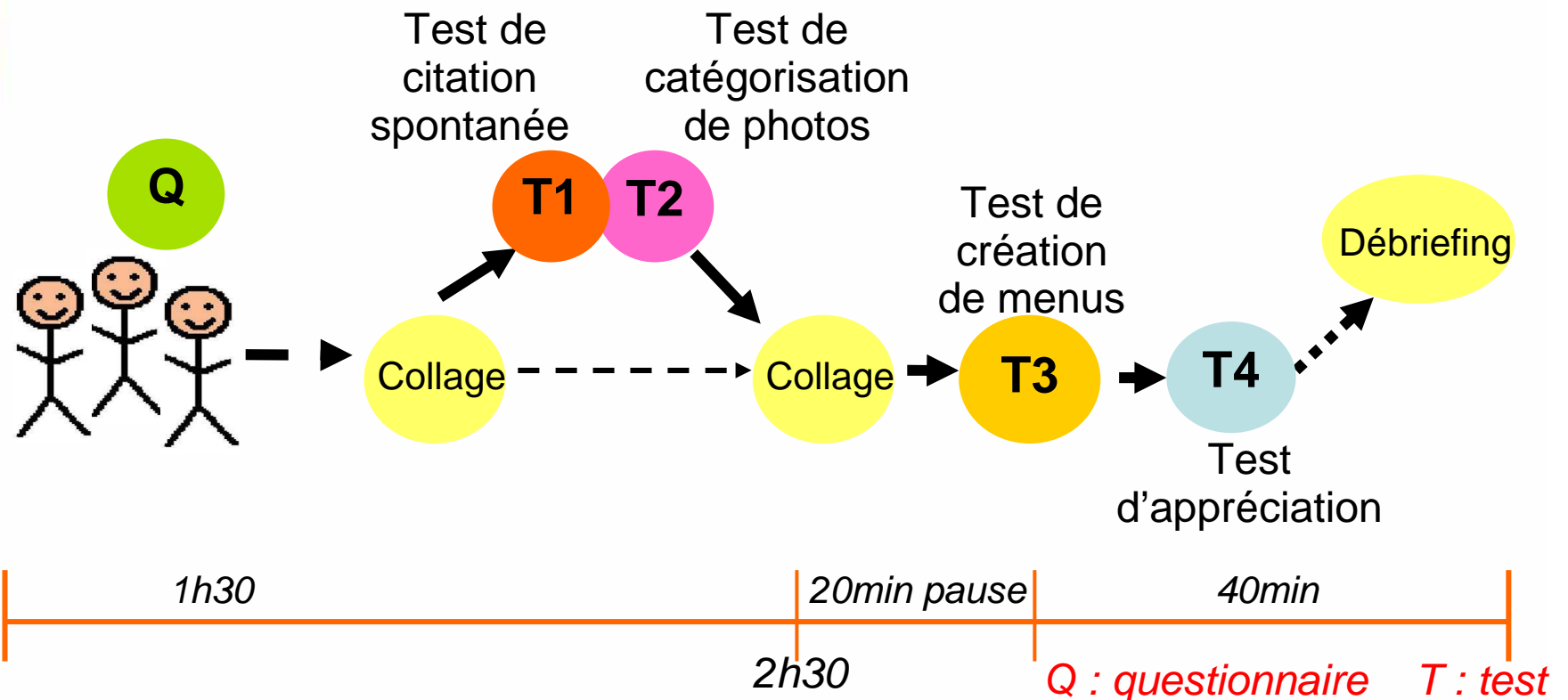
[ESCo Inra, 2007]

# Contexte

- Acquisition du répertoire alimentaire influencée par la diversité des produits consommés pendant la petite enfance [Nicklaus et al, 2005]
- La néophobie alimentaire apparaît vers 2 ans [Carruth et al, 1998], s'aggrave jusqu'à 5 ans [Cashdan, 1994] puis s'estompe peu à peu [Koivisto & Sjöden, 1997]

# Méthodologie

- 145 enfants [♀=47,6% ; ♂=52,4%] âgés de 8 à 11 ans
- 48,2% de milieu rural de 51,8% de milieu urbain
- 8ans =38,6%, 9ans=30,4%, 10ans=15,2%, 11ans=15,8%



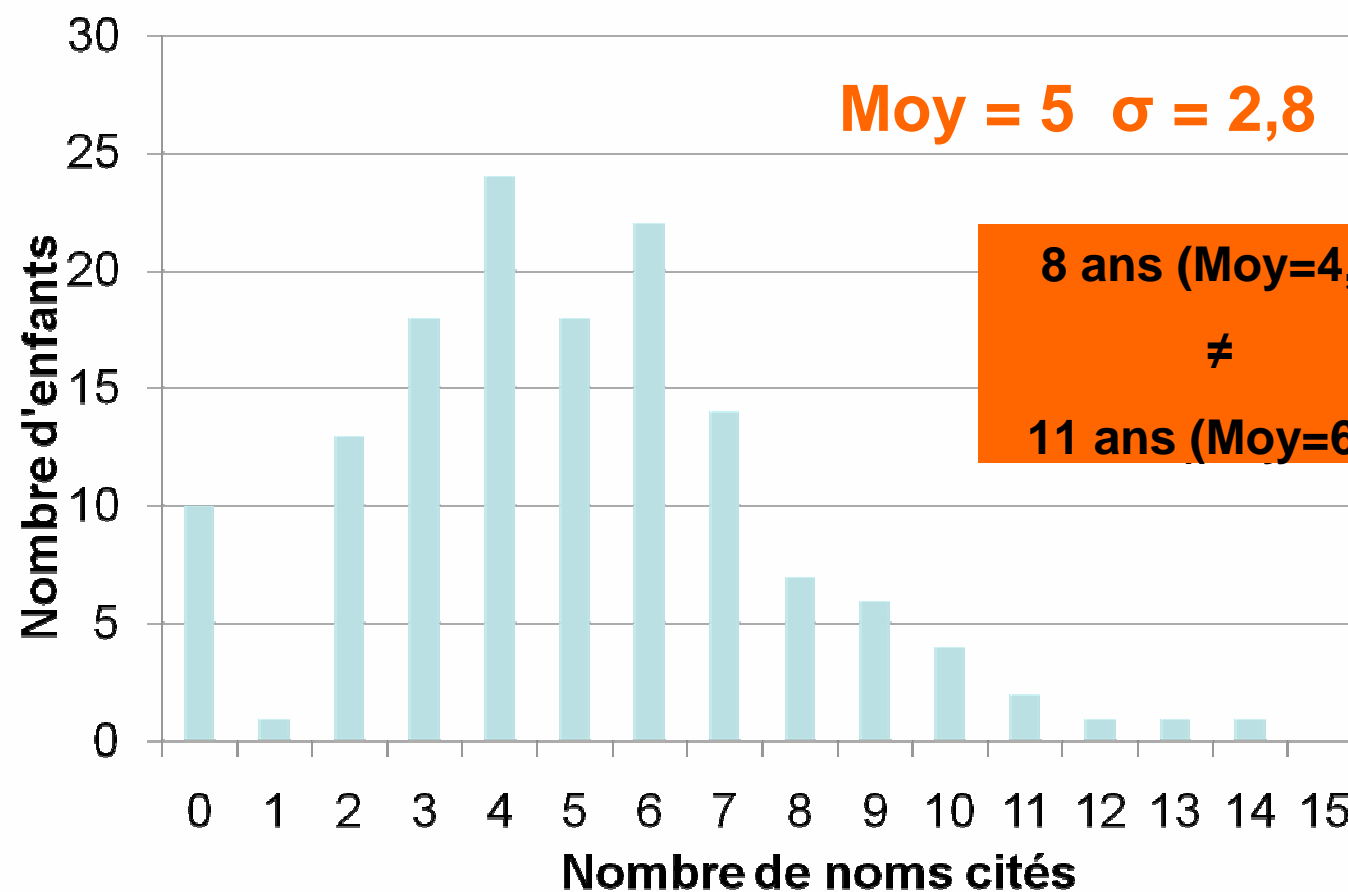
# Citations spontanées Méthodologie

- L'enfant est assis avec l'expérimentateur

« *Pour commencer, j'aimerais que tu me donnes des exemples de légumes* »

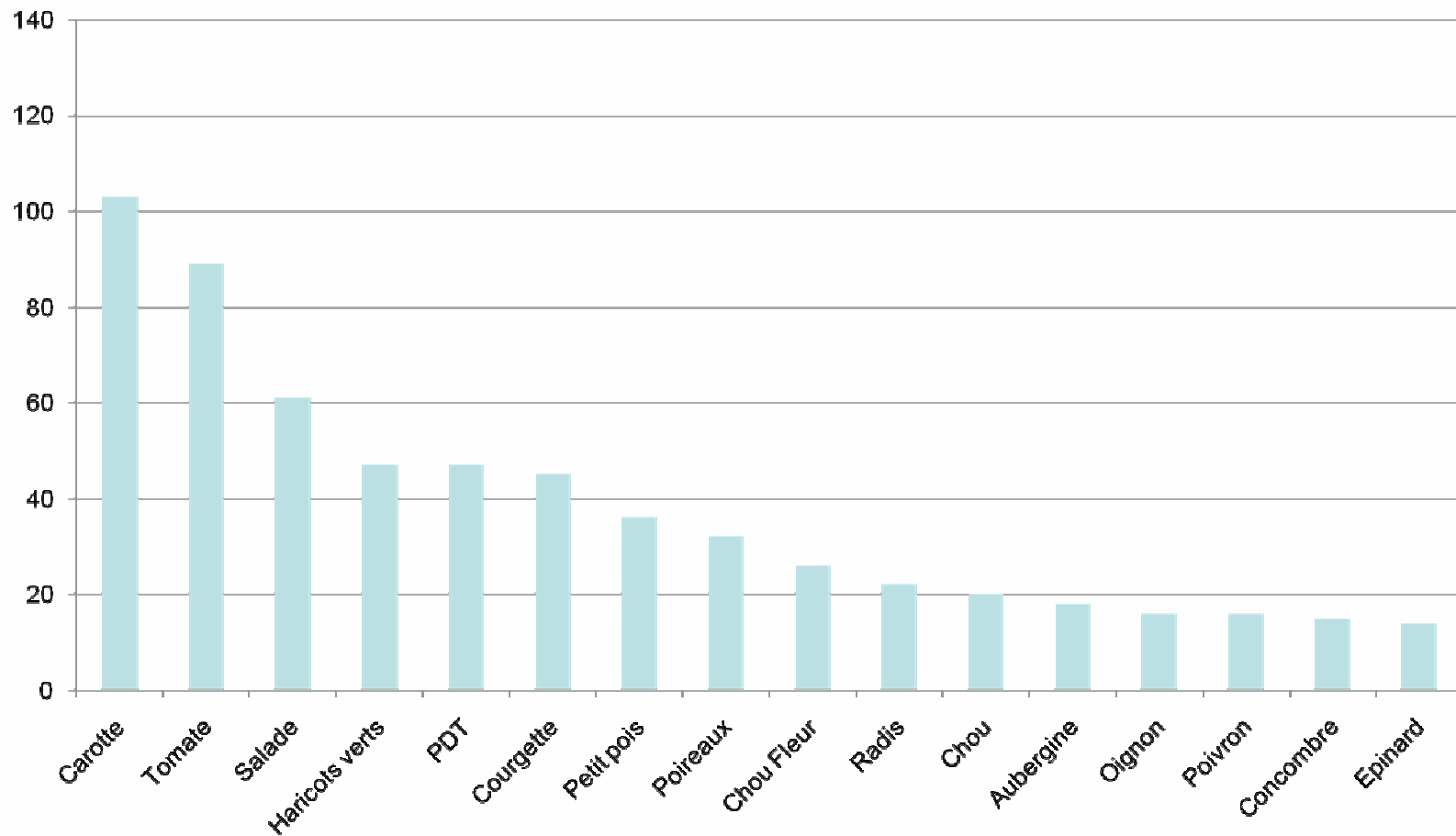
# Citations spontanées

## Résultats



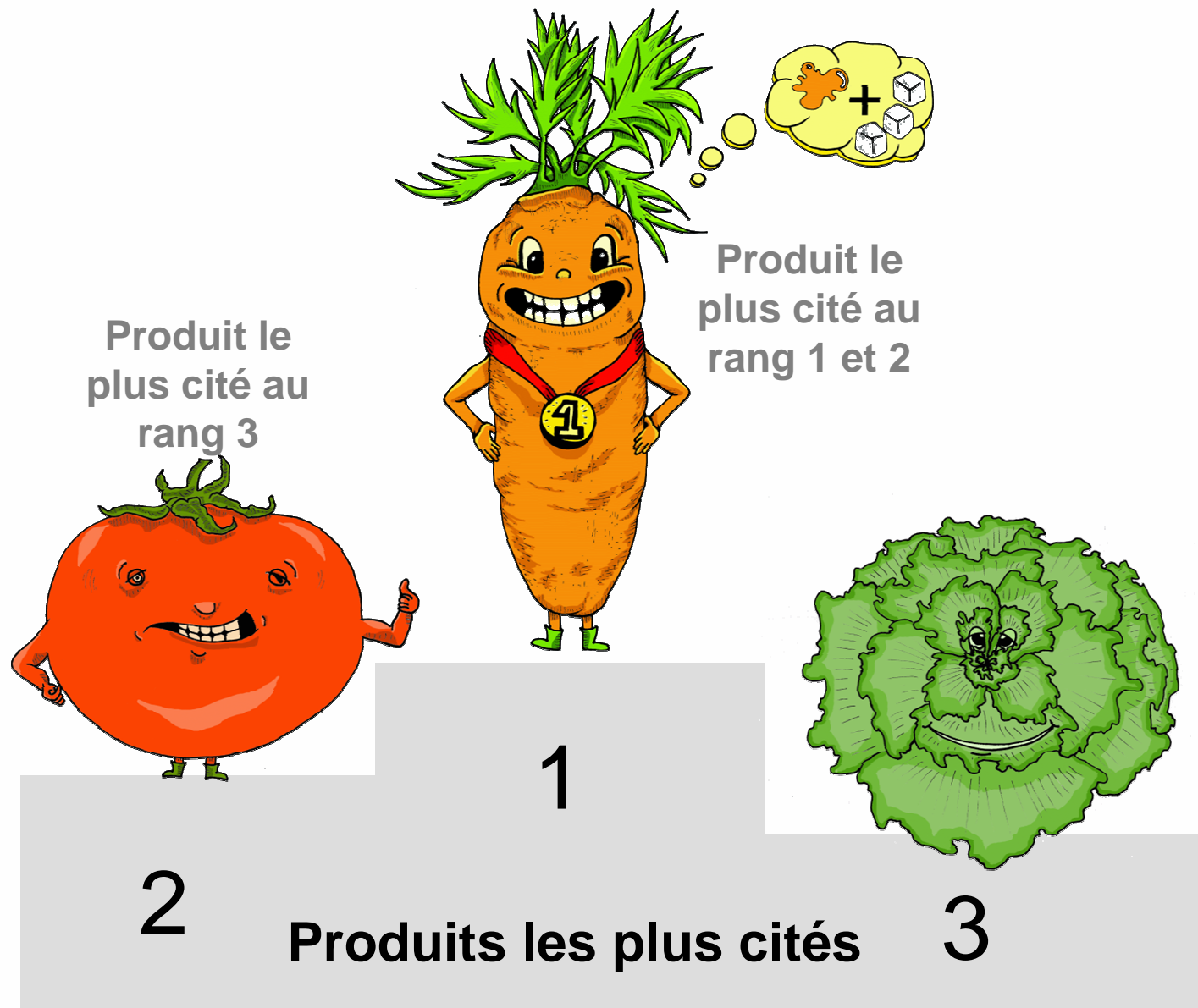
- 56 exemples cités

# Citations spontanées résultats



# Citations spontanées

## Résultats

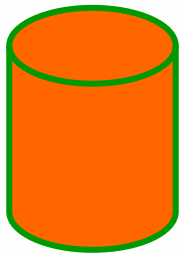


# Catégorisation des photos Méthodologie

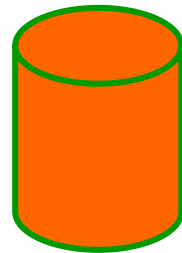


- 28 photos de légumes bruts
- Test en 2 étapes

## - Catégorisation dans 5 boîtes



Je connais ce  
légume et je  
l'aime



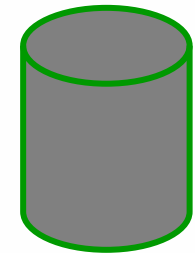
Je connais ce  
légume mais je  
ne l'aime pas



Je ne connais  
pas ce légume  
mais j'ai envie  
de le goûter



Je ne connais  
pas ce légume  
et je n'ai pas  
envie de le  
goûter



Ce n'est pas un  
légume

## - Description rapide des produits de chaque groupe

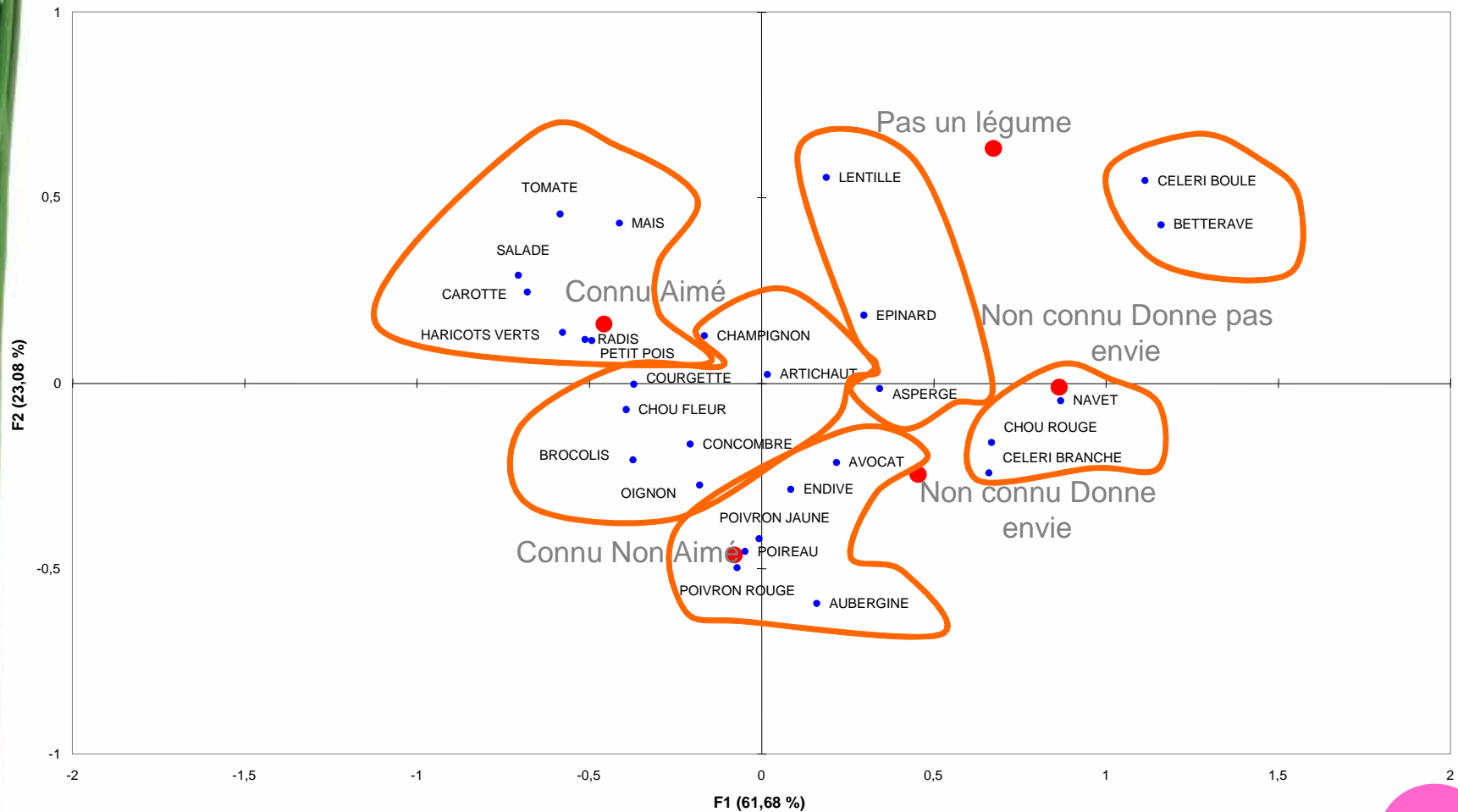
# Catégorisation de photos

## Résultats



### Analyse Factorielle des Correspondances

(axes F1 et F2 : 84,76 %)



# Connaissances & habitudes Méthodologie

- 6 séries de 3 produits [4 mono produit; 2 mix produits]
- 6 questions :
  - *Est-ce que tu connais ce légume ?*



- *Quel plat as-tu déjà testé ?*
- *Lequel préfères-tu ?*
- *Lequel tu aimes le moins ?*



- *Dis moi comment tu l'aimes ?*

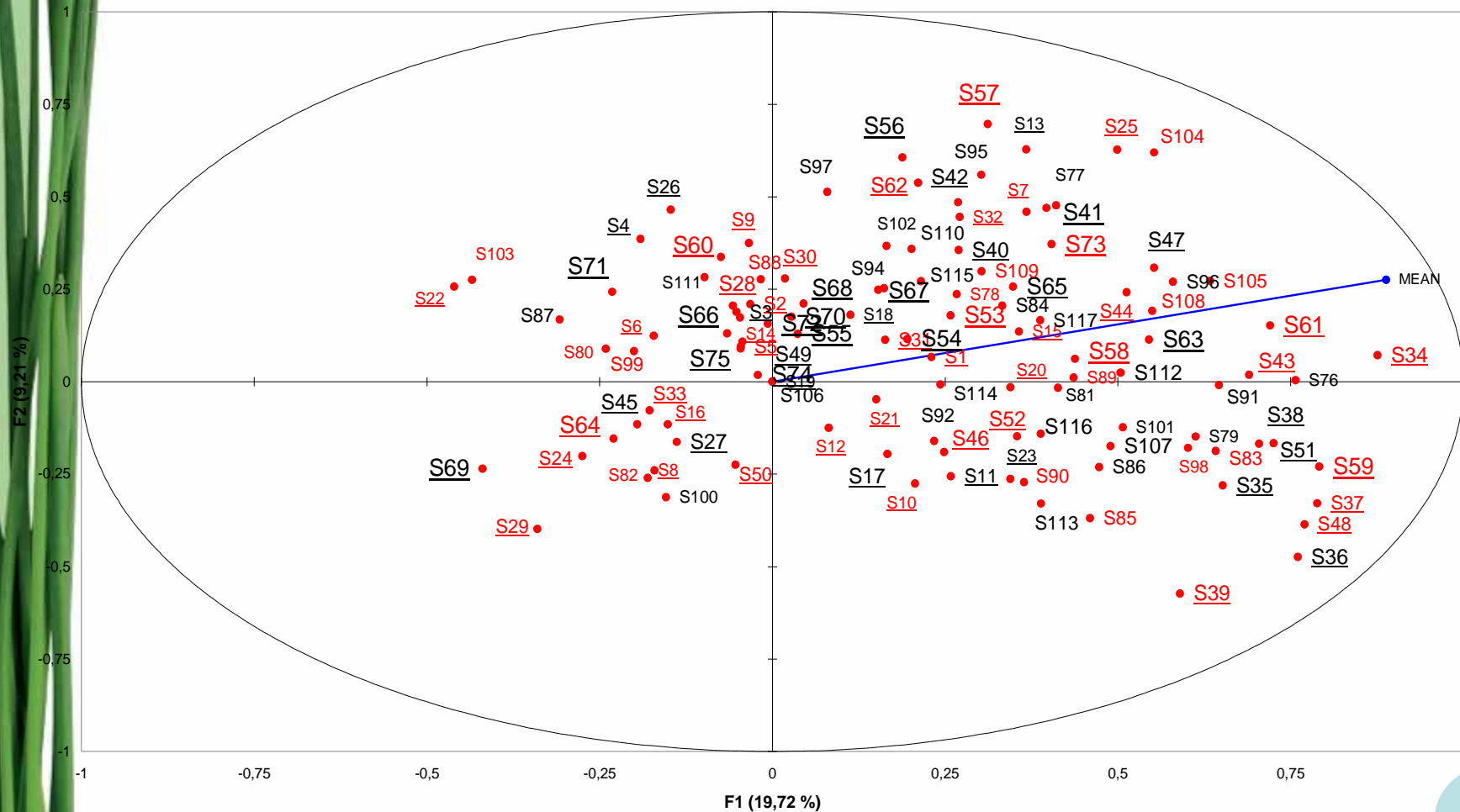


# Connaissances & habitudes Résultats



## Analyse en Composante Principale

Variables (axes F1 et F2 : 28,93 %)



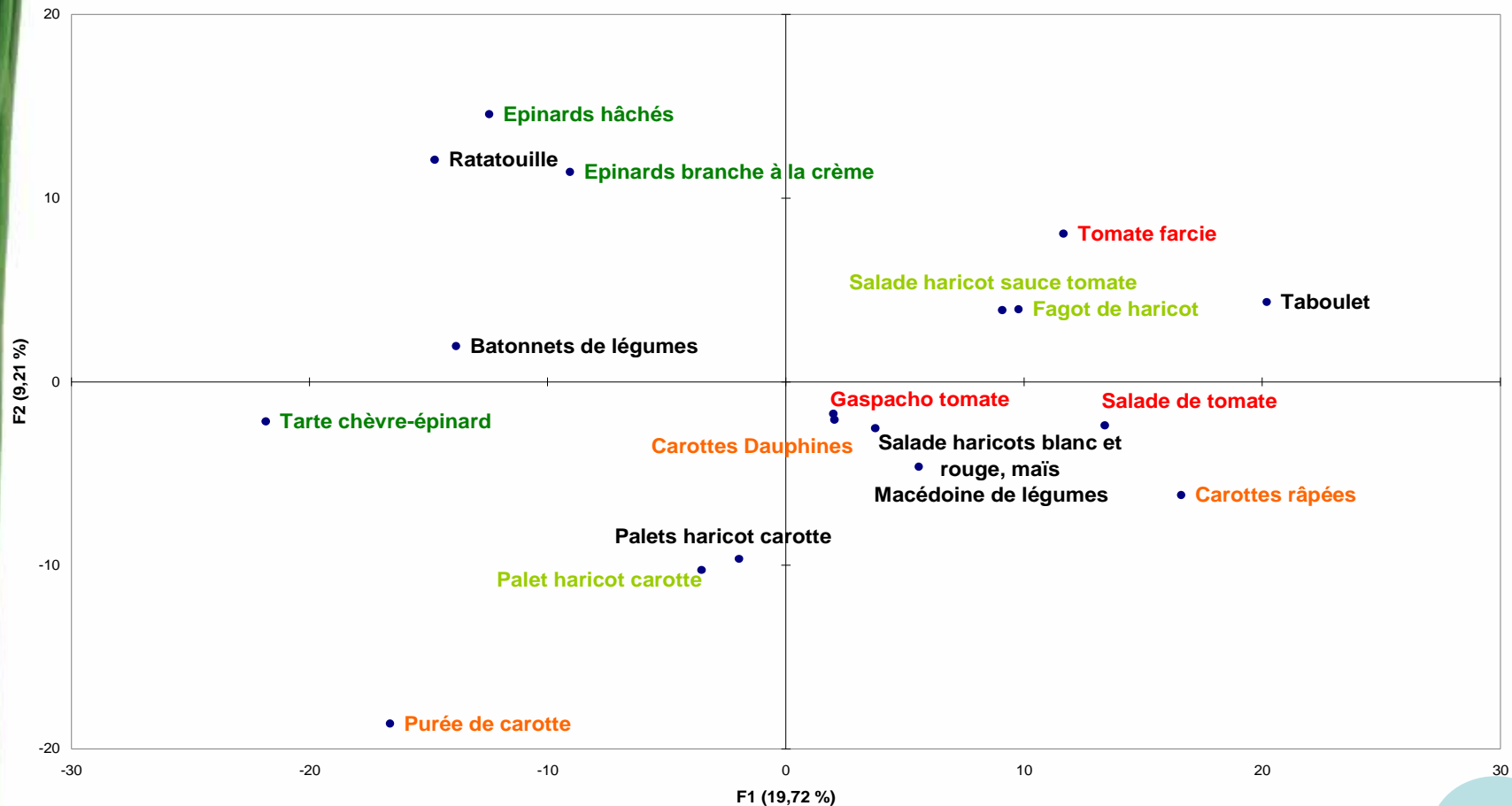
# Connaissances & habitudes

## Résultats



### Analyse en Composante Principale

Observations (axes F1 et F2 : 28,93 %)



# Focus groupe - Méthodologie



- 30 enfants interrogés en groupe de 3/4/5
- 2 questions :

*« Imagine que ce soir tu as ta/ton meilleur[e] ami[e] pour le dîner. Qu'est-ce que tu vas lui faire à manger ?  
Tu dois utiliser au moins un légume »*

*« Imagine que ce soir tu as ta/ton pire ennemi[e] pour le dîner. Qu'est-ce que tu vas lui faire à manger ?  
Tu dois utiliser au moins un légume »*

# Focus groupe - Résultats



- Manger des légumes pour grandir, c'est plein de vitamines
- Pour « faire passer » les légumes peu appréciés : le faire cuire, ajouter de la crème ou les mélanger avec des produits appréciés
- L'apparence du produit est primordiale : forme, couleur, surface

## MENU MEILLEURE AMI[E]

Pour beaucoup d'enfant : Frites, Salade, tomate, courgette, carotte, PDT

Pour quelques enfants : endive, chou fleur, oignon, haricots verts

Structure de menu très simple

## MENU PIRE ENNEMI[E]

Produit mou ou dur, pourri ou périmé, chaud/froid, « plein » de sel et poivre, produits non appréciés [betterave, épinard, aubergine], des mélanges de produits non congruents, dessert en entrée et plat principal en dessert

Structure de menu complexe

A3

# Conclusion



## LEGUMES

- Les préférences dépendent largement de la manière dont est préparé le produit
- Les enfants semblent préférer les mono produits aux mélanges et préfèrent les plats quand ils sont capables de reconnaître les produits qui les composent

## ENFANTS

- Bon niveau de connaissances sur les légumes avec des modulations selon l'âge et le lieu d'habitation
- Capable de dire quand le produit est piquant ou trop fort, pas capable de dire si amer ou acide
- Critères utilisés pour caractériser les enfants n'expliquent pas leurs préférences

