

## I.5.3.1 Introduction et méthodes

Ce Baromètre, 2015 dans la droite ligne du précédent réalisé en 2010 et du baromètre jeune paru en milieu d'année 2015, est un des outils majeurs de mesure et d'évaluation des politiques publiques. Son objectif principal était de décrire des comportements, attitudes et représentations de la population sur des sujets de santé (consommation de tabac, d'alcool, pratiques alimentaires, sexualité, contraception ...) et de constituer ainsi une base de données sur ces sujets, d'identifier des leviers sur lesquels les programmes de prévention pourront s'appuyer. A terme, la répétition de ce type d'étude dans le temps, selon la même méthodologie permettra de suivre l'évolution des indicateurs mesurés et leurs tendances.

Cette étude a été réalisée par un interrogatoire en face à face au domicile des personnes, sur un échantillon représentatif de la population calédoniennes en termes de province de résidence, sexe et âge. L'enquête s'est déroulée du 5 août 2015 au 31 janvier 2016 sur un échantillon aléatoire de la population âgée de 18 à 60 ans. Les responsables de l'enquête ont recruté et formé 21 enquêteurs pour cette étude.

## I.5.3.2 Résultats

### ■ Régimes alimentaires

Un peu plus de 9% des personnes interrogées âgées de 18 à 60 ans déclaraient suivre un régime alimentaire au moment de l'enquête, sans différence selon la province ou le genre. La proportion de personnes suivant un régime est plus importante chez les 45-60 ans, soit 15,8%.

Dans 44% des cas, ce régime était prescrit par un médecin, une sage-femme, un infirmier ou un diététicien.

6% des 18-60 ans suivent un régime pour maigrir ou se sentir mieux et 4% pour des raisons médicales (allergies, hypertension, cholestérol, diabète...).

	Effectif total	Pourcentage pondéré
<b>Sexe</b>		
Hommes	482	8,7%
Femmes	662	9,6%
<b>Province</b>		
Sud	418	9,6%
Nord	399	8,5%
Iles Loyauté	327	6,0%
<b>Classe d'âge</b>		
18-24 ans	166	7,1%
25-44 ans	559	5,9%
45-60 ans	419	15,8%
<b>Total</b>	<b>1 144</b>	<b>9,2%</b>

Tableau 1 : Proportion de personnes déclarant suivre, actuellement, un régime, par sexe, province et tranche d'âge.

### ■ Habitudes alimentaires

#### Consommations de fruits et légumes

Les questions étaient posées afin de connaître le nombre de jours par semaine de consommation habituelle de fruits et légumes et non le nombre de fruits et légumes par jour.

Ainsi, si 98,8% des personnes déclaraient consommer des fruits et 98% des légumes, leur fréquence de consommation en nombre de jours par semaine ne répondait pas au seuil recommandé d'une consommation quotidienne.

Concernant les fruits, deux personnes sur cinq (40%) déclarent en consommer habituellement tous les jours, 38% en consomment toutes les semaines et 22% en consomment moins d'une fois par semaine (voir Figure ci-dessous).

C'est en province des îles Loyauté que la consommation de fruits est la plus fréquente : 44% et seuls 13% n'en consomment jamais ou moins d'une fois par semaine. En province Nord, 45% des habitants en consomment quotidiennement et 18% n'en consomment jamais ou moins d'une fois par semaine. C'est en province Sud que la fréquence de consommation des fruits est la plus faible : 39% en consomment tous les jours et 24% n'en consomment jamais ou moins d'une fois par semaine.

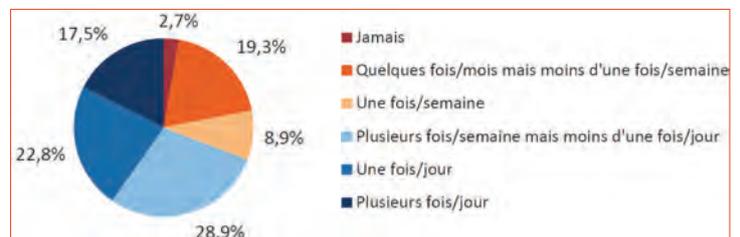


Figure 1 : Répartition des fréquences de consommation de fruits

Pour ce qui est des légumes, près de 9 calédoniens sur 10 consomment des légumes au moins une fois par semaine et ils sont 43% à en consommer tous les jours, sans différence selon le genre et l'âge. Un peu moins de la moitié de la population de la province Sud déclare consommer quotidiennement des légumes (47%). Ils sont encore moins nombreux dans les provinces Nord et îles Loyauté avec respectivement 30% et 38%.

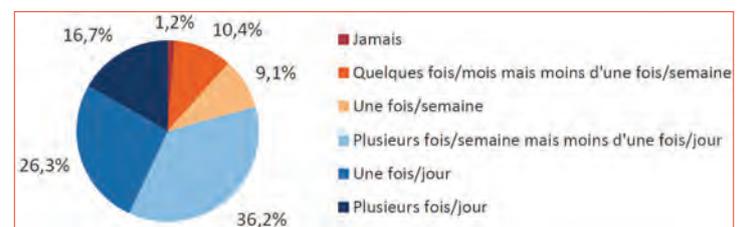


Figure 2 : Répartition des fréquences de consommation des légumes

#### Accompagnements habituels des plats du midi ou du soir

65% des personnes interrogées ont pour habitude d'ajouter dans leur plat, au moment de consommer du soya, de la sauce soja ou du Maggi et 50% ont pour habitude d'ajouter de la matière grasse. Plus d'un calédonien sur trois (37% a l'habitude d'ajouter du sel dans ses plats et plus d'un sur quatre (28%) du sucre ou du ketchup. Seuls 15% des calédoniens n'ajoutent, la plupart du temps, aucun de ces ingrédients dans ses plats.

## Conduites et habitudes alimentaires

Les femmes sont plus nombreuses que les hommes à ajouter habituellement de la matière grasse dans leurs plats. On n'observe pas de différence selon le genre pour les autres aliments.

Aucune différence n'est constatée selon l'âge concernant l'ajout de matière grasse. En revanche, pour les trois autres condiments considérés (sucre ou ketchup, soya et sel) la consommation diminue avec l'âge.

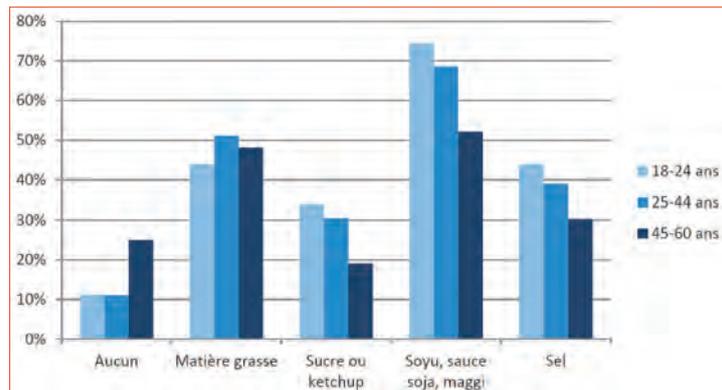


Figure 3 : Proportion de personnes ajoutant habituellement dans ses plats de la matière grasse, du sucre/ketchup, du soya, Maggi ou de la sauce soja par tranche d'âge.

### Consommation des boissons sucrées

28% des adultes calédoniens consomment des boissons sucrées tous les jours sans distinction selon la province de résidence.

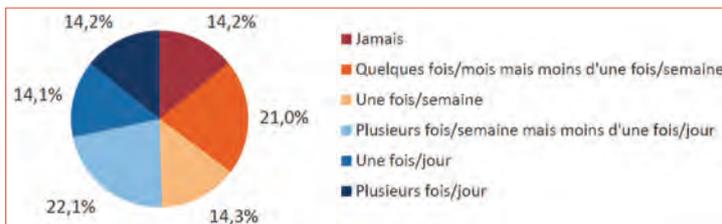


Figure 4 : Répartition des fréquences de consommation des boissons sucrées (jus de fruit du commerce, sodas, sirop...)

3 personnes sur 4 ont l'habitude de sucrer toutes ou certaines de leurs boissons chaudes ou lactées (63,6% toutes les boissons et 12,8% dans certaines des boissons). Cette habitude diminue avec l'âge et est moins fréquente chez les femmes (73% vs 80% chez les hommes).

### Connaissances et perception

#### Rôle de l'alimentation dans l'apparition de certaines maladies

Le rôle de l'alimentation est perçu comme importante dans l'apparition de certaines maladies. En effet, à la question suivante : « Pensez-vous que l'excès de poids favorise les maladies chroniques telles que le diabète, l'hypertension et l'insuffisance rénale ? », 95% des personnes interrogées ont répondu « Oui ».

### Perception de l'équilibre alimentaire

56% des calédoniens pensent manger de façon équilibrée ou très équilibrée, sans différence selon le genre. Parmi les différentes propositions caractérisant une alimentation bonne pour la santé, celle qui est la plus citée est « Manger surtout des légumes et des fruits » (citée par 55% des personnes), suivie par « Manger de tout, avoir une alimentation variée » (citée par 37%). A noter que 19% des personnes ne savent pas ce qui caractérise une alimentation bonne pour la santé.

### Représentation de la corpulence

Près d'une personne sur deux (49%) se considère en surpoids ou obèse. Il n'y a pas de différence selon le sexe.

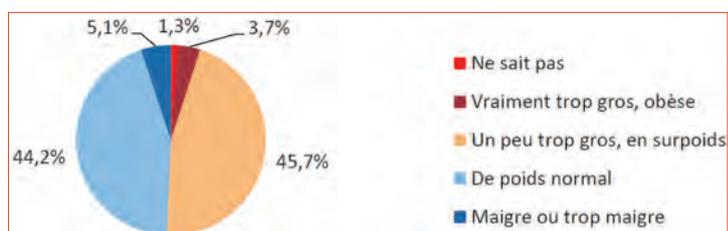


Figure 5 : Répartition de la perception de la corpulence.

Le pourcentage de personnes se percevant en surpoids ou obèse augmente avec l'âge, avec 41% des 25-44 ans et 54% des 45-60 ans. Logiquement, le pourcentage de personnes se sentant maigre ou trop maigre diminue en passant de 10% chez les 18-24 ans à 6% chez les 25-44 ans et 1% chez les 45-60 ans.

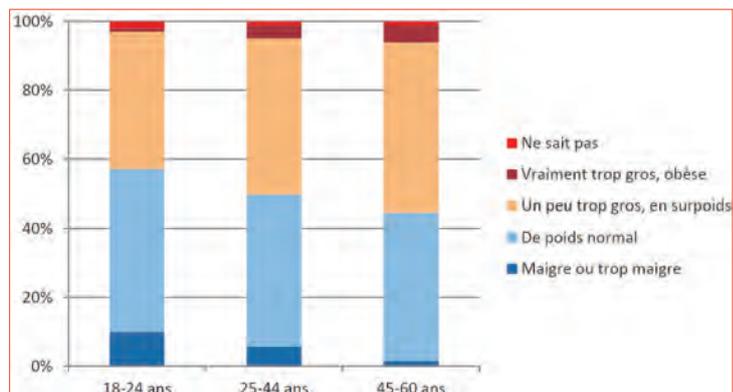


Figure 6 : Répartition de la perception de la corpulence par tranche d'âge

### Activité physique

Huit adultes sur 10 déclarent consacrer un temps à une activité physique modérée et intense (au moins une fois par semaine). La pratique d'efforts importants diminue avec l'âge. Les hommes sont plus nombreux à déclarer pratiquer une activité sportive pendant plus de 2h/semaine (31%). Les femmes sont 56% à déclarer ne pratiquer aucune activité physique contre 40% chez les hommes.

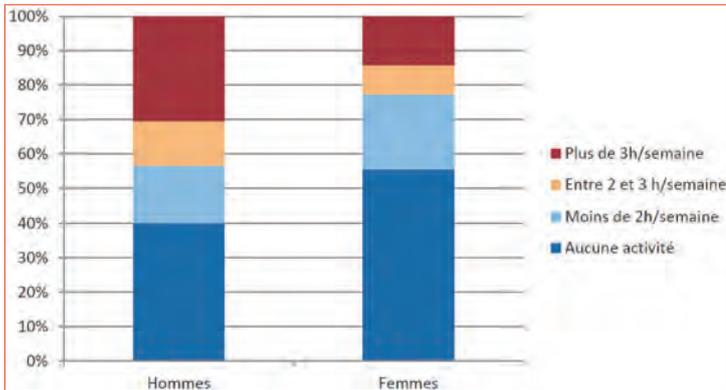


Figure 7 : Proportion de personnes déclarant pratiquer une activité physique selon le sexe.

### I.5.3.3 En conclusion

Au total, les premières analyses de cette étude ont permis de recueillir des éléments sur les conduites alimentaires, la perception des l'équilibre alimentaire et les modes de vie qui justifient la nécessité de poursuivre les programmes d'éducation et de prévention de l'obésité et des maladies de surcharge, et de cibler certaines populations notamment les jeunes.

En effet, la consommation moyenne de fruits et de légumes est insuffisante et celle des boissons sucrées trop abondante : plus d'un calédonien sur quatre consomme quotidiennement des boissons sucrées et un jeune sur cinq (de 18 à 24 ans) déclare boire davantage de boissons sucrées que d'eau dans cette même journée. De plus, une personne sur cinq ne sait pas ce qui caractérise une alimentation équilibrée et bonne pour la santé.

