



HAL
open science

Très jeunes, les enfants passent du “ miam ” au “ ça fait grossir ”

Sandrine Monnery Patris, Lucile Marty, Frédéric Bayer, Sophie Nicklaus,
Stephanie Chambaron

► To cite this version:

Sandrine Monnery Patris, Lucile Marty, Frédéric Bayer, Sophie Nicklaus, Stephanie Chambaron. Très jeunes, les enfants passent du “ miam ” au “ ça fait grossir ”: Article de presse sur le Projet C012, ‘MIAM’ for Mesure via Internet du Plaisir alimentaire chez l’enfant, Internet Measurement of Food Pleasure in Children paru le 7 mars 2016. 2016. hal-02801561

HAL Id: hal-02801561

<https://hal.inrae.fr/hal-02801561>

Submitted on 5 Jun 2020

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.



LA BASE DE CONNAISSANCES NUTRITIONNELLES DES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

POPULATIONS

PATHOLOGIES

ALIMENTATION

POLITIQUES

TOUS LES CONTENUS

[Accueil](#) > [Actualité scientifique](#)

T+ T- IMPRIMER ENVOYER PARTAGER

RECHERCHE

Mot-clé

Ok

OU CHOIX D'UN SUJET

- > Activité physique
- > Allergies
- > Adultes
- > Enfants de 0 à 3 ans
- > Enfants de 4 à 10 ans

ACTUALITÉS SCIENTIFIQUES

N°120

Maladie chronique : un
risque accru dès les
scénarios à repas. Lire

ants, vitamine D et sport,
recommandations américaines et
canadiennes Lire [Tous les NUTRI-DOC](#)

28/03/2016

Lipides et sport, recommandations
américaines et canadiennes Lire

[Toute l'actualité scientifique](#)

QUESTIONS AUX DIÉTÉTICIENS

Le yaourt peut-il remplacer le

[Retour aux actualités scientifiques](#)

7/03/2016

Très jeunes, les enfants passent du « miam » » au « ça fait grossir »



Nous passons à côté de l'éducation alimentaire de nos enfants. C'est ce que laisse à penser cette étude française conduite sur Dijon. En effet, dans la façon d'appréhender les aliments, les normes nutritionnelles concurrencent les repères culinaires ou hédoniques dès l'âge de 10 ans. Ce pourrait être une conséquence des politiques de santé publique et des programmes d'éducation nutritionnelle. Y-aura-t-il un sens à parler de modèle alimentaire français et de gastronomie pour ces générations futures ?

Monnery-Patris S., Marty L., Bayer F. et al. **Explicit and implicit tasks for assessing hedonic-versus nutrition-based attitudes towards food in French children.** *Appetite* doi : 10.1016/j.appet.2015.10.026.

Cette étude française a recherché les déterminants de l'attitude* des enfants

lait ?

[Lire](#)



Peut-on remplacer le lait par du jus de soja ?

[Lire](#)



[Toutes les questions](#)

LES DERNIERS DOSSIERS



Alimentation et cancer [Lire](#)



Microbiote et Probiotiques [Lire](#)



Protéines et sport [Lire](#)

[Tous les dossiers](#)

NOS PUBLICATIONS

[NUTRI-DOC](#)

[CHOLE-DOC](#)

[ALIMENTATION ET PETIT BUDGET](#)

vis-à-vis des aliments. Cette attitude peut être déterminée par la valeur nutritionnelle ou de santé de l'aliment (composante cognitive) ou bien par sa valeur culinaire/hédonique (composante affective).

Cent quatre-vingt-quatorze enfants (86 filles et 108 garçons) âgés de 5 à 11 ans ont été recrutés dans 5 écoles de Dijon et sa banlieue.

Dans un premier temps, 11 trios d'aliments étaient présentés successivement à l'enfant qui devait choisir pour chacun d'eux les 2 aliments qui *allaient le mieux ensemble*. Par exemple, devant un trio « steak haché, poulet et frites », l'enfant pouvait faire une association culinaire/hédonique « steak avec frites » ou une association nutritionnelle « steak avec poulet » (aliments d'apports nutritionnels comparables).

Les conditions expérimentales favorisaient une réponse émotionnelle et spontanée.

Les associations spontanées composées par les enfants étaient de type culinaire/hédonique dans 81% des cas. Il n'y avait pas de différence entre garçons et filles. En revanche, la tendance culinaire/hédonique était d'autant plus marquée que l'enfant avançait en âge (71% d'associations culinaires/hédoniques autour de 5 ans, contre 88% autour de 10 ans).

Comment interpréter ces résultats ? Chez les plus jeunes, les chercheurs pensent que des ateliers d'éducation nutritionnelle ont pu orienter les réponses. En revanche, autour de 10 ans, les enfants ont davantage de « vécu » culinaire et sont plus imprégnés du contexte culturel français dans lequel le plaisir alimentaire domine encore.

Dans un second temps, l'enfant devait classer 49 aliments dans l'une des 4 catégories suivantes :

- « c'est miam » (catégorie hédonique),
- « c'est beurk » (catégorie hédonique),
- « ça donne des forces » (catégorie nutritionnelle),
- « ça fait grossir » (catégorie nutritionnelle).

Cette fois, les conditions expérimentales favorisaient une réponse précédée d'une analyse rationnelle et consciente de l'aliment. Moins spontanées, les réponses étaient donc plus susceptibles de refléter des normes sociales et/ou familiales que dans la première expérience.

La somme des « miam » et des « beurk » donnait un score hédonique élevé (63,5% des réponses en moyenne). Mais la part de catégorisations hédoniques diminuait avec l'âge passant de 79% pour les enfants autour de 5 ans à 54% pour les enfants autour de 10 ans.

Cette seconde expérience, montre l'effet des normes sociales à mesure qu'elles prennent de l'importance avec l'âge de l'enfant. A 10 ans, dans la moitié des cas les enfants catégorisent les aliments selon des critères nutritionnels plutôt que hédoniques.

De plus, alors que la première expérience ne montrait pas d'association entre attitude et corpulence, la seconde expérience montre que les enfants en surpoids ont une préférence plus marquée que les autres pour les catégories nutritionnelles. Ces enfants ont probablement un désir accru de se conformer aux attentes sociales et/ou familiales.

Les résultats de cette étude remettent en question la pertinence des campagnes de santé publique, exclusivement basées sur de l'information nutritionnelle. En effet, les enfants réagissent spontanément selon des critères culinaires/hédoniques devant la nourriture. Mais, plus ils grandissent, plus les enfants intègrent que l'on attend d'eux des réponses « nutritionnelles ». Ces observations ne sont pas neutres, car les attitudes alimentaires sont relativement stables dans le temps et déterminent très largement le comportement alimentaire.

Mener ces travaux auprès d'enfants issus de cultures différentes (américaine par exemple) pourrait apporter des informations complémentaires intéressantes.

* L'attitude correspond à un état d'esprit vis-à-vis d'un objet (personne, chose, idée...) et diffère du comportement, bien qu'elle le prédise souvent. Elle est la combinaison de composantes cognitives et affectives.

Pour aller plus loin :

Enfants de 0 à 3 ans

- Enquête Nutri-Bébé
- L'allaitement maternel et la diversification alimentaire pour diminuer le risque d'asthme ou d'allergie

Enfants de 4 à 10 ans

