

« GOÛTS EN FAMILLE » : ÉTUDE D'IMPACT SUR LA VARIÉTÉ ALIMENTAIRE AUPRÈS D'ENFANTS GUADELOUPÉENS

N. Politzer¹, A. Salmon-Legagneur², P. Hebel², N. Rigal³, D-A. Cassuto⁴

1. Institut du Goût; 2. CRÉDOC, 142 rue du Chevaleret, 75013 Paris; 3. Université Paris-Nanterre, Laboratoire de psychologie EA 4430; 4. Médecin Nutritionniste Paris
Contact : npolitzer@idg.asso.fr

INTRODUCTION ET BUT DE L'ÉTUDE

« Goûts en Famille » vise à **implanter durablement une éducation au goût au sein de la famille**, en ciblant les parents d'enfants de 8 à 11 ans. Il s'agit d'un programme pédagogique multi-composantes réalisé sur 5 mois : atelier sensoriel à destination des parents, vidéos à regarder en famille et fiches d'activités sensorielles à mener à la maison.

L'efficacité du programme a été testée au moyen d'une étude randomisée : 39 enfants dans le groupe d'intervention (GI) et 24 enfants dans le groupe témoin (GT), les 2 groupes étant de composition comparable sur les critères : niveau de diplôme de la mère, type de famille, situation professionnelle de la mère et nombre total d'enfants de moins de 25 ans.

La mesure-cible est celle de la variété alimentaire calculée sur la base de carnets alimentaires remplis avant et après le suivi du programme. L'hypothèse centrale est que le programme d'éducation sensorielle permettra d'élargir le répertoire alimentaire de l'enfant.

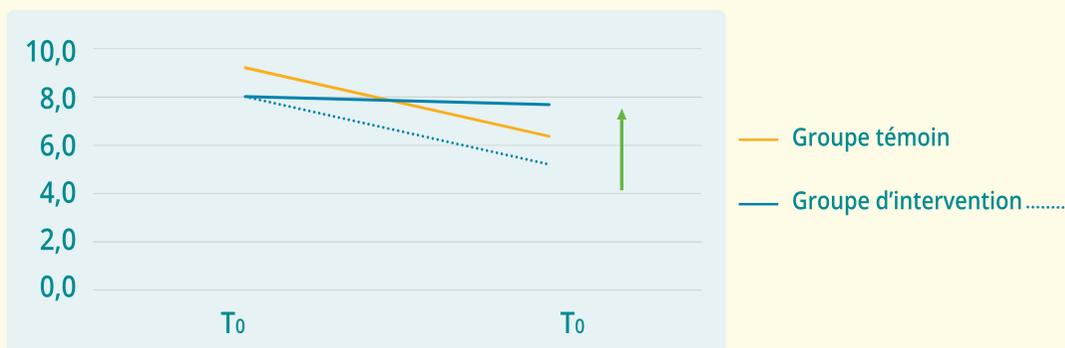
MATÉRIEL ET MÉTHODES

- **Deux temps de mesure** : T₀ avant la passation du programme pédagogique (novembre-décembre 2018) ; T₁ à l'issue du programme pédagogique (juin-juillet 2019).
- **Carnets alimentaires** relatifs à l'ensemble des prises alimentaires de l'enfant, à domicile et hors domicile, adaptés à la Guadeloupe, remplis en ligne par la mère à T₀ et à T₁ durant au moins 4 jours consécutifs.
- **A l'issue du T1 : 39 enfants dans le GI / 24 enfants dans le GT.**
Pas de différence significative entre les groupes selon les critères socio-démographiques cités précédemment.
- **Indicateurs étudiés** :
 - Variété des légumes et des fruits : nombre de légumes (fruits respectivement) différents consommés au moins une fois au cours des 4 jours de consommation, sans distinction de quantité.
 - Diversité alimentaire : nombre de groupes alimentaires consommés parmi 38 (couvrant toute l'alimentation), sur 2 jours non consécutifs.
- **Méthode statistique** : l'effet propre du programme pédagogique est testé par la méthode des doubles différences, en tenant compte des mesures répétées.

RÉSULTATS

- **Variété des légumes et des fruits** :
 - Augmentation significative de la variété des légumes après l'intervention (pv = 0,022)

Variétés des légumes - sur 4 jours consécutifs



- Pas d'impact significatif du programme pédagogique sur la variété des fruits.

- **Diversité alimentaire** : Pas d'impact du programme pédagogique sur la diversité alimentaire globale. En revanche, on a pu observer dans le GI une baisse du taux de consommation de pâtisseries (pv = 0,015) et une augmentation du taux de consommation de riz, semoule, blé (pv = 0,049).

- **Contexte de prise des dîners** : impact significatif du programme pédagogique, avec une baisse de la proportion de dîners pris en regardant la télévision (pv = 0,001), et augmentation de la proportion de dîners pris sans autres distractions (pv = 0,013).



Dîners en regardant la TV

— Groupe témoin — Groupe d'intervention



Dîners en ne faisant rien d'autre

— Groupe témoin — Groupe d'intervention

CONCLUSIONS

- L'hypothèse principale est partiellement validée : **la variété alimentaire augmente suite au programme pédagogique dans la catégorie des légumes mais pas dans celle des fruits.**
- Le programme pédagogique a un **impact globalement positif sur la qualité de l'alimentation des enfants** : plus grande variété de légumes consommés, baisse du taux de consommation de pâtisseries et augmentation du taux de consommation de riz, semoule, blé.
- « Goûts en Famille » a également un **effet positif sur le contexte des dîners**, avec une diminution de la présence d'éléments perturbateurs, permettant davantage d'interactions parents-enfants.

Avec le soutien de :

