

Sommaire

Préface de Marion Guillou V

Avant-propos 1

1 - Évolutions des consommations, pratiques alimentaires et recommandations nutritionnelles

Les comportements alimentaires français s'inscrivent dans une culture européenne et se sont construits dans le temps 6

Un faisceau d'éléments convergents pour expliquer la modification des comportements alimentaires 7

Des résistances relatives au changement 14

L'essor des préoccupations nutritionnelles 18

Conclusion 26

2 - Les liens entre les comportements alimentaires et la santé

Évolutions croisées de l'alimentation et de la prévalence des grandes pathologies 28

Pourquoi l'information sur les risques ne suscite pas de changement plus rapide des comportements alimentaires ? 40

Conclusion 45

3 - Qu'est-ce qui détermine, façonne ou oriente les comportements alimentaires ?

Faim et satiété sont sous le contrôle d'un système complexe de régulations/dérégulations 47

La perception des aliments : importance et limites de l'approche sensorielle 51

Des comportements façonnés par les normes sociales 58

Conclusion 60

4 - Politiques nutritionnelles : outils et leviers pour l'action publique

Information du consommateur : actions généralistes ou interventions ciblées ? 61

Intervenir sur l'environnement du mangeur	67
Une seule action d'envergure ou une somme de petites interventions ?	80
Conclusion	82
Conclusion	85
Pour en savoir plus	89
Auteurs et éditeurs de l'expertise	91