



Entre grande bouffe et malbouffe

Quel est l'impact du confinement sur le poids et les habitudes alimentaires des Français ?

Rapport d'étude pour Darwin Nutrition

Principaux enseignements de l'enquête

2 mai 2020



Pôle « Politique & Actualités »
François KRAUS / Florentin PIRON
Tel.: 06 61 00 37 76 - mail: francois.kraus@ifop.com





Méthodologie

Les conditions de réalisation -



Etude réalisée par l'Ifop pour

Darwin Nutrition

Echantillon



Méthodologie



Mode de recueil



L'enquête a été menée auprès d'un échantillon de **3 045** personnes, représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus.

La représentativité de l'échantillon a été assurée par la méthode des quotas au regard :

- De critères sociodémographiques : sexe de l'individu ; âge de l'individu ;
- De critères socioprofessionnels : profession de l'individu ;
- De critères géographiques : région et taille de l'unité urbaine de la commune résidence

Nota bene: au regard des récents changements ayant affecté la situation géographique et professionnelle de nombre de Français, les quotas ont été établi sur la base de la situation des répondants au 1^{er} février 2020.

Les interviews ont été réalisées par questionnaire auto-administré en ligne du 24 au 27 avril 2020.

POUR CITER CETTE ETUDE , IL FAUT UTILISER A MINIMA LA FORMULATION SUIVANTE :

« Étude Ifop pour <u>Darwin Nutrition</u> réalisée par questionnaire auto-administré en ligne du 24 au 27 avril 2020 auprès d'un échantillon de 3 045 personnes, représentatif de la population âgée de 18 ans et plus résidant en France métropolitaine. »



IMPORTANT: Si vous citez cette étude, merci de vous conformer à la loi du 25 avril 2016 qui impose de citer le nom de l'institut de sondage, le nom et la qualité du commanditaire, le nombre des personnes interrogées ainsi que les dates auxquelles il a été procédé aux interrogations. L'Ifop rappelle que « le fait de publier ou laisser publier, diffuser ou laisser diffuser un sondage en violation de la présente loi et des textes réglementaires applicables » est désormais puni d'une amende de 75 000 €2



A L'impact du confinement sur le poids et son alimentation



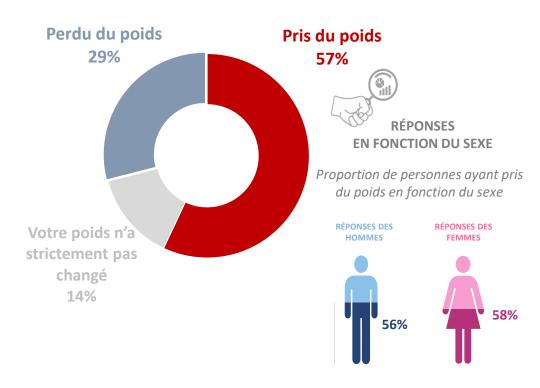


L'ÉVOLUTION DU POIDS DES FRANÇAIS DURANT LE CONFINEMENT



Depuis la mise en place du confinement (le 17 mars 2020), avez-vous...?

Base: A tous

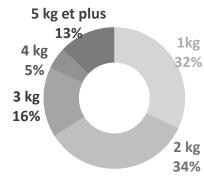


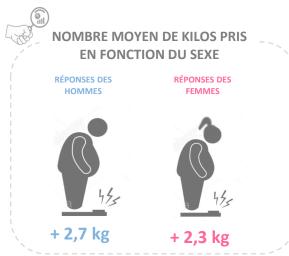
Et combien de kilos avez-vous pris depuis la mise en place du confinement ?

Base: personnes ayant pris du poids



+2,5 kg NOMBRE MOYEN DE KILOS PRIS DURANT LE CONFINEMENT



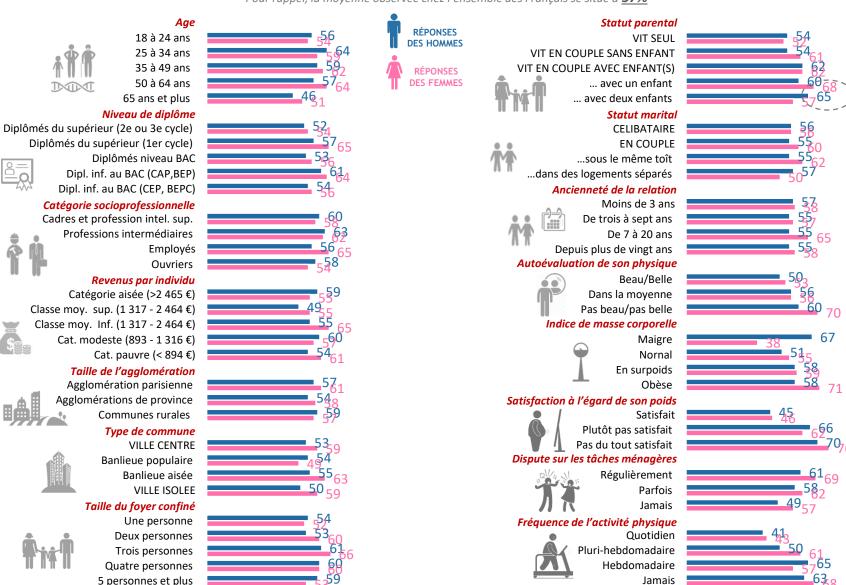




Zoom sur le profil des Français ayant « pris du poids » durant le confinement



Note de lecture : 65% des hommes avec deux enfants sont dans cette situation *Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Français se situe* à <u>57%</u>





LE MECONTENTEMENT DES FRANCAIS A L'EGARD DE LEUR NIVEAU POIDS ACTUEL



<u>Question</u>: Au fond de vous-même, diriez-vous que vous actuellement satisfait ou pas satisfait <u>Base: A tous</u> votre corpulence, de votre niveau de poids?



47% des hommes sont insatisfaits de leur corpulence



ENSEMBLE DES FRANÇAIS

Avril 2020

54%

des Français en sont insatisfaits



fonction du statut
parental

67
64

Vit seule En couple En couple En couple
sans enfant avec un avec 2
enfant enfants

Taux d'insatisfaction en

61% des femmes sont insatisfaites de leur corpulence



Très satisfait	7
Plutôt satisfait	46

Plutôt pas satisfait 38

Pas du tout satisfait
9



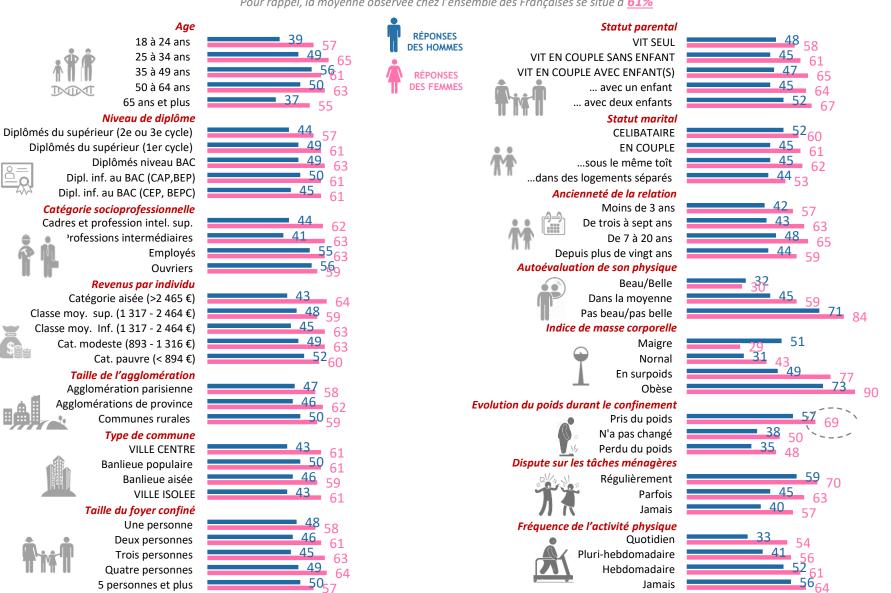
i	Très satisfait	4
i	Plutôt satisfait	35
i	Plutôt pas satisfait	41
į.	Pas du tout satisfait	20



Zoom sur le profil des Français confinés « insatisfaits » de leur niveau de poids actuel



Note de lecture : 69% des femmes ayant pris du poids durant le confinement sont dans cette situation Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Françaises se situe à 61%





LES BONNES INTENTIONS APRES LE CONFINEMENT EN MATIÈRE D'ALIMENTATION



34

28

Nornal En surpoids Obèse 8

QUESTION:

A partir du 11 mai, envisagez-vous personnellement...?

Base : à tous

Proportion de Français envisageant ...



De manger plus sain / équilibré mais sans faire de régime au sens strict

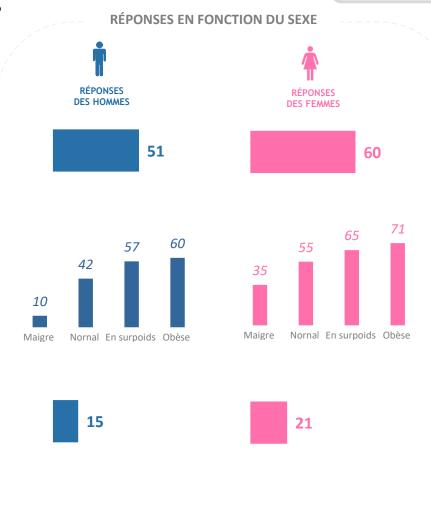


18

56

31





26

17

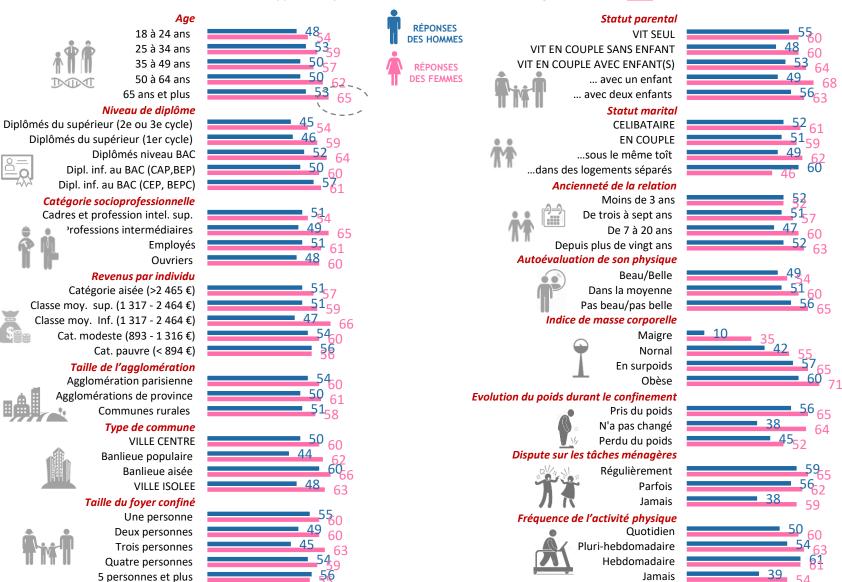
Nornal En surpoids Obèse



Zoom sur le profil des Français envisageant de « manger plus sain / équilibré » après le 11 mai



Note de lecture : 65% des femmes âgées de 65 ans et plus sont dans cette situation Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Françaises se situe à 60%







BI

Les tensions et les inégalités conjugales autour de la préparation et le contenu des repas



LES SUJETS DE TENSIONS CONJUGALES AUTOUR DE L'ALIMENTATION DEPUIS LA MISE EN PLACE DU CONFINEMENT



QUESTION: Depuis la mise en place du confinement (17 mars 2020), vous est-il arrivé d'avoir des tensions ou de vives discussions avec votre conjoint à propos de...?

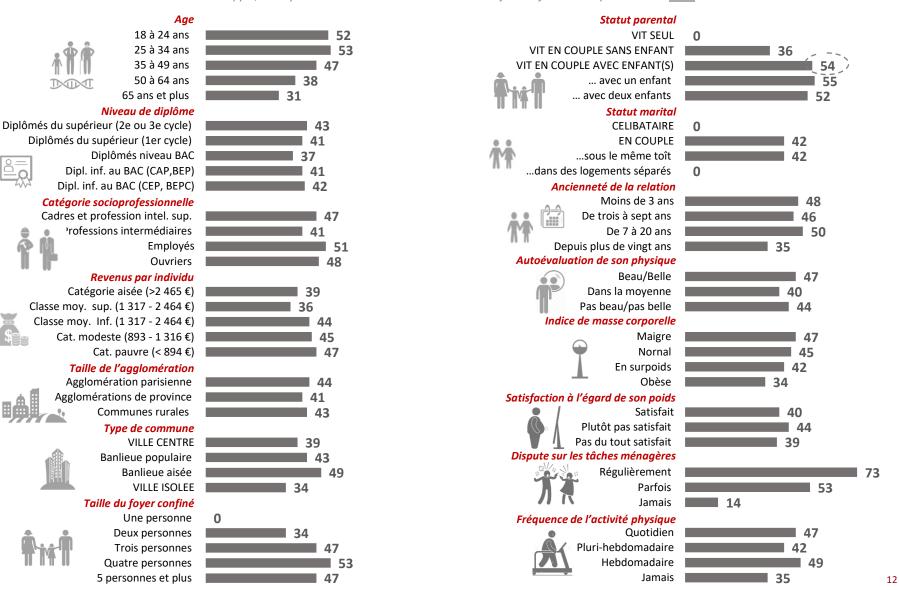
Base : personnes en couple confinées ensemble **RÉPONSES EN FONCTION DE L'AGE** Moins de 35 35-49 50-64 65 ans et ans plus ans ans 53 47 De la répartition de charge liée à 38 31 42 la préparation des repas 51 46 38 32 MENU Du contenu du menu des repas 41 43 34 32 Du choix des produits 38 alimentaires à acheter 45 39 32 27 Du caractère équilibré de la 35 nourriture à acheter 41 39 31 De la quantité de vos réserves de 26 34 nourriture



Zoom sur le profil des Français s'étant disputés au sujet du caractère équilibré de la nourriture à acheter



Note de lecture : 54% des personnes en couple avec un enfant sont dans cette situation Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Français confinés en couple se situe à **42%**





LA PERSONNE DU COUPLE EN CHARGE DE LA PRÉPARATION DES REPAS - Comparaison entre l'AVANT et l'APRES confinement -

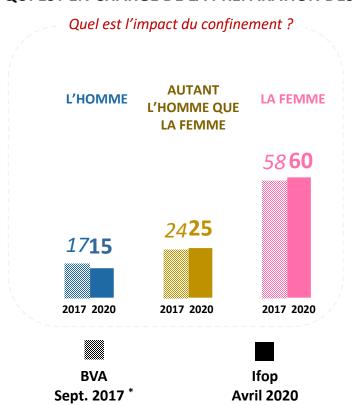


Question : Dans le logement où vous êtes confiné, qui est en charge de l'élaboration des repas ?

Base : personnes en couple hétérosexuel



QUI EST EN CHARGE DE LA PRÉPARATION DES REPAS?



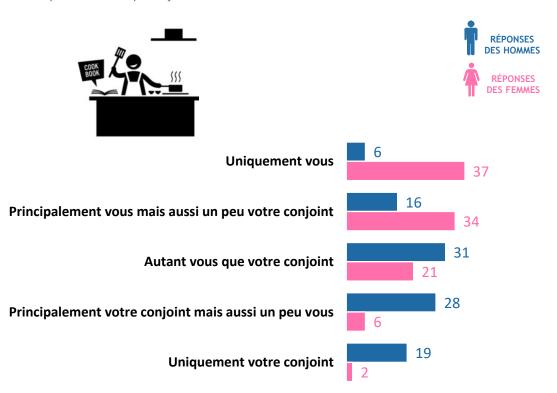


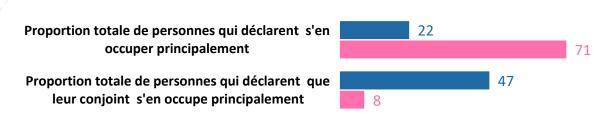
LA PERSONNE DU COUPLE EN CHARGE DE LA PRÉPARATION DES REPAS - Comparaison entre les réponses des hommes et des femmes -



Question : Dans le logement où vous êtes confiné, qui est en charge de l'élaboration des repas ?

Base : personnes en couple confinées ensemble





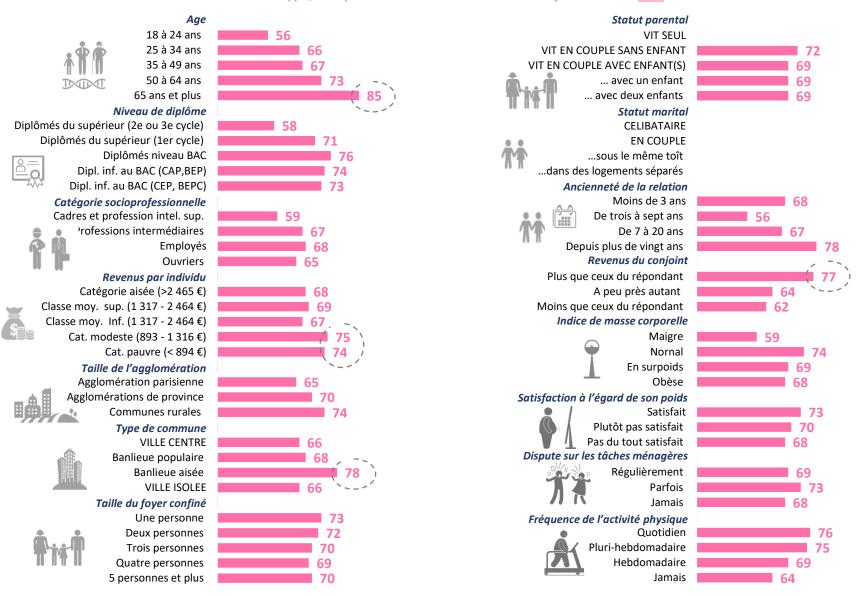
71% des femmes prennent principalement en charge l'élaboration des repas dans les foyers confinés



Zoom sur le profil des Françaises principalement en charge de la préparation des repas durant le confinement



Note de lecture : 85% des femmes âgées de 65 ans et plus sont dans cette situation Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Françaises se situe à **71%**

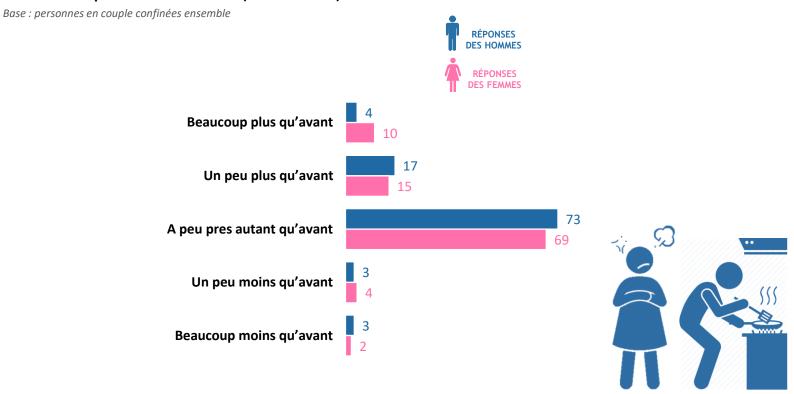


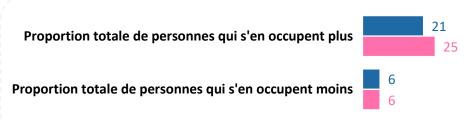


L'IMPACT DU CONFINEMENT SUR LA PARTICIPATION A LA PRÉPARATION DES REPAS



Question: Et diriez-vous qu'aujourd'hui, vous participez à l'élaboration des repas plus, autant ou moins qu'avant la mise en place du confinement (17 mars 2020) ?



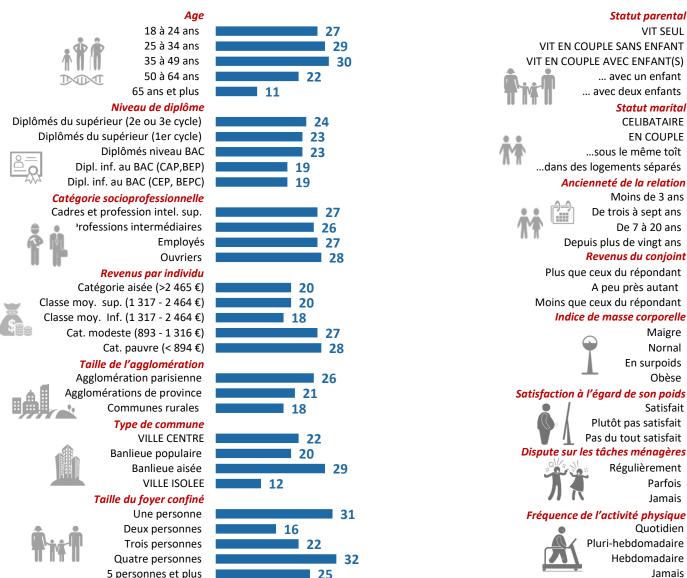


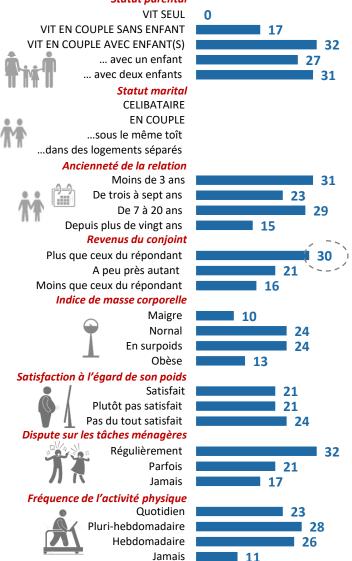
21% des hommes vivant en couple participent plus à l'élaboration des repas qu'avant le confinement





Note de lecture: 30% des hommes gagnant moins que leur conjoint sont dans cette situation Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des hommes confinés en couple se situe à 21%





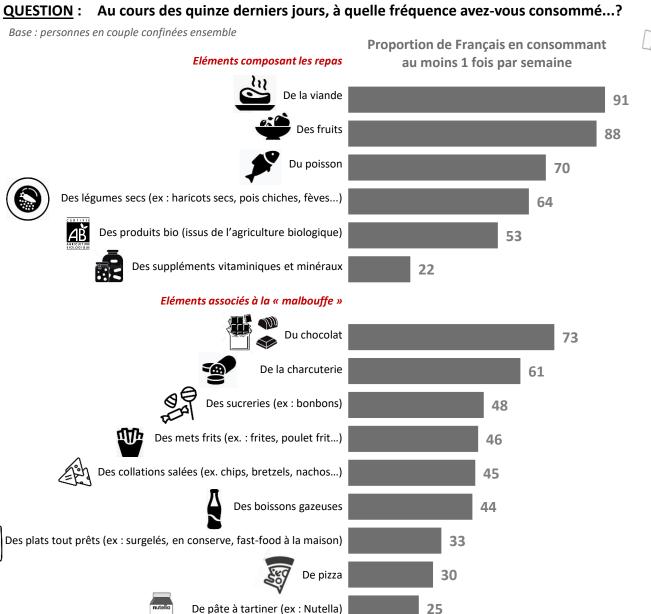


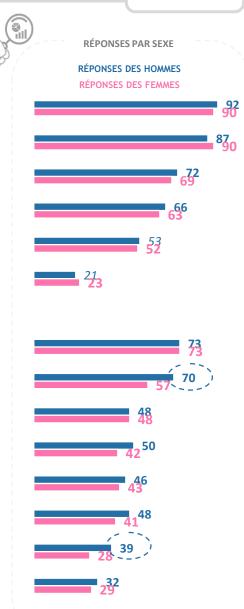


C La qualité des repas dans les foyers confinées







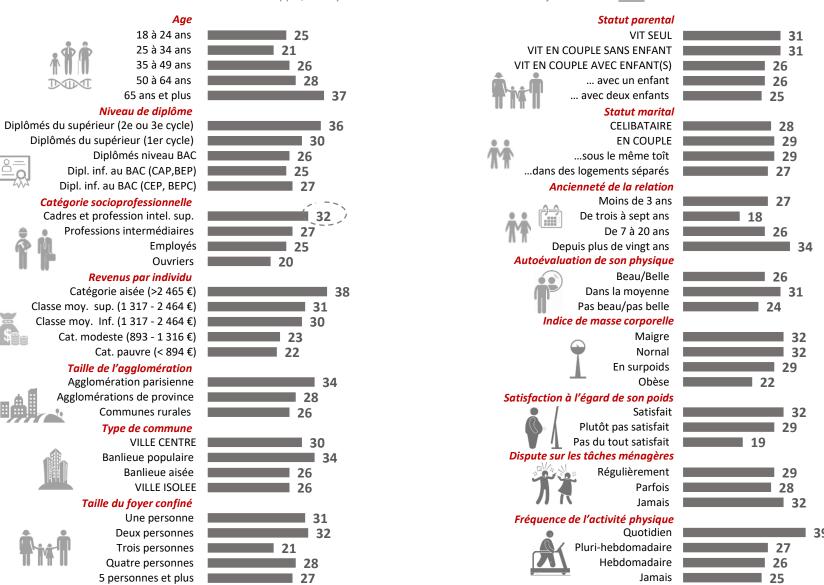




Zoom sur le profil des Français en consommant quotidiennement du « chocolat »



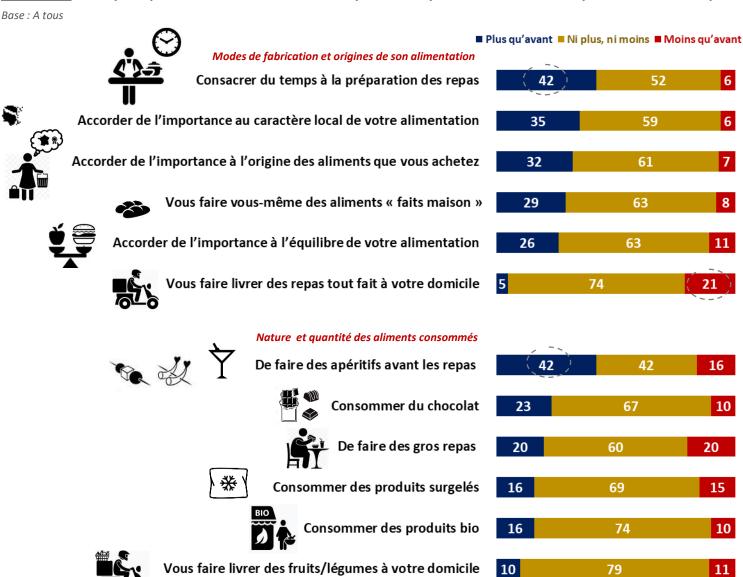
Note de lecture : 32% des cadres et professions intellectuelles supérieures sont dans cette situation Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Français se situe à **28%**







Depuis que vous êtes confinés, est-ce que vous ... plus, moins ou autant qu'avant la mise en place du confinement ? **QUESTION:**

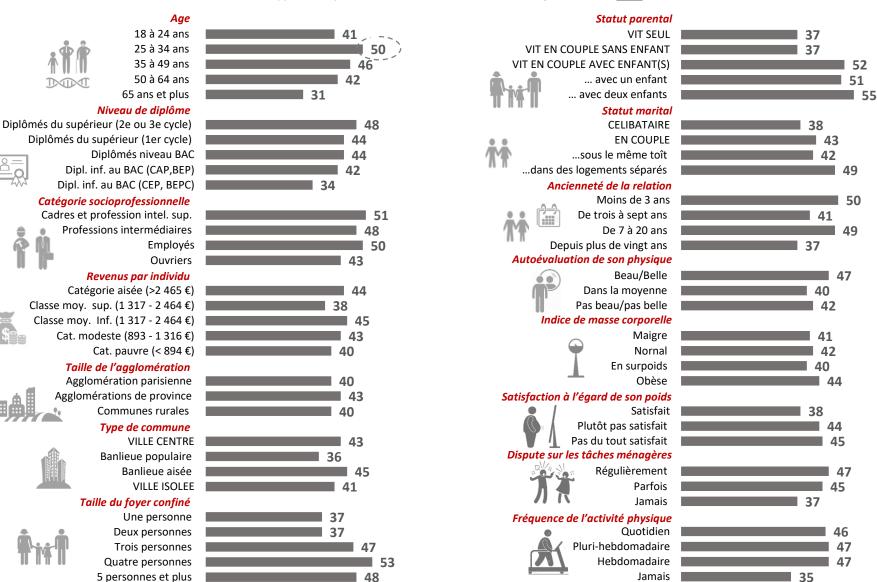




Zoom sur le profil des Français consacrant « plus » de temps à la préparation des repas depuis la mise en place du confinement



Note de lecture : 50% des personnes âgées de 25 à 34 ans sont dans cette situation Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Français se situe à **42%**



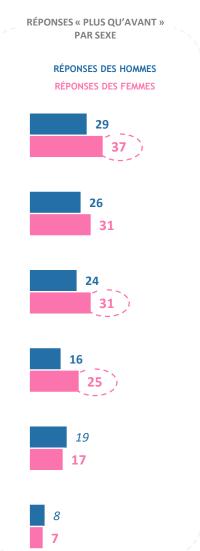


L'IMPORTANCE ACCORDÉE À SON ALIMENTATION APRÈS LA CONFINEMENT



QUESTION: A partir du 11 mai, est-ce que vous allez... plus, moins ou autant qu'avant la mise en place du confinement?

Base: A tous ■ Plus qu'avant ■ Ni plus, ni moins ■ Moins qu'avant Accorder de l'importance à l'équilibre de votre 61 alimentation Accorder de l'importance à l'impact de votre 29 66 alimentation sur l'environnement Consacrer du temps à la préparation des repas 63 Faire vous-même des aliments « faits maison » 21 70 (ex: pain, yaourt, etc...) Consommer des produits bio 18 74 Vous faire livrer des fruits/légumes à votre 81 domicile





Zoom sur le profil des Français ayant décidé d'accorder « plus » d'importance à l'équilibre de leur alimentation le confinement



Note de lecture : 37% des jeunes de 18 à 24 ans sont dans cette situation *Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Français se situe* à **33%**

