



UN LOGO NUTRITIONNEL PEUT-IL INFLUENCER CE QU'ON CHOISIT POUR LE GOÛTER ?

➤ SCIENCES DE L'ALIMENTATION

DELPHINE POQUET

est jeune chercheuse en Sciences de l'Alimentation au Centre des Sciences du Goût et de l'Alimentation, à Dijon. Les membres de son équipe étudient le développement des préférences alimentaires durant l'enfance et la façon dont ces préférences évoluent tout au long de la vie.

Delphine s'intéresse aux informations présentes sur les étiquettes des aliments. Elle cherche à savoir si une vignette collée sur des aliments consommés au goûter peut inciter les consommateurs à choisir des aliments meilleurs pour la santé.



« Les comportements alimentaires m'intéressent parce que je pense que le fait de manger est avant tout un acte social, où le plaisir naît du partage et de la convivialité. »

Delphine Poquet



Le goûter est souvent associé à la consommation de viennoiseries, de pâtisseries ou de petits biscuits. Ces aliments gras et sucrés peuvent être mauvais pour notre santé si nous les consommons en trop grande quantité. Des chercheurs étudient comment inciter les consommateurs à choisir des aliments meilleurs pour leur santé.

Les informations présentes sur les étiquettes des produits alimentaires peuvent nous renseigner sur la composition nutritionnelle de l'aliment (ex : la teneur en vitamines). Cela peut aussi nous influencer et nous motiver à choisir un aliment plutôt qu'un autre. Delphine tente de savoir si cette information peut constituer un moyen d'orienter les choix vers des aliments sains. Pour cela, elle teste l'impact d'un logo appelé *Nutri-score*,

qui a pour objectif d'informer les consommateurs du bénéfice apporté par l'aliment sur la santé.

Delphine demande à des mamans et à leur enfant de venir dans son laboratoire au moment du goûter. Chaque participant doit choisir une boisson (parmi 6) et deux aliments (parmi 9) qu'il souhaiterait manger au goûter, et les placer dans des sacs. Ensuite, une vidéo expliquant le logo *Nutri-score* est diffusée. Puis, les participants font à nouveau des choix de goûters parmi les mêmes aliments, où le logo *Nutri-score* a été ajouté.

Delphine peut alors comparer les produits choisis avant l'information à ceux choisis après, et savoir si le logo *Nutri-score* permet de faire des choix plus sains.

LES OBJECTIFS

- + Comparer la qualité nutritionnelle des goûters choisis avant et après étiquetage des produits avec le logo *Nutri-score*
- + Évaluer la perte de plaisir occasionnée par un changement éventuel de choix