



**ÉTIQUETAGE NUTRITIONNEL :
PERCEPTIONS ET PRÉFÉRENCES
DES CANADIENS**

**Juin 1999
Institut national de la nutrition**

PRÉFACE ET REMERCIEMENTS

Le présent rapport fait état des principaux résultats de l'étude de consommation sur l'étiquetage nutritionnel, effectuée par Réalisations canadiennes au début de 1999 et coordonnée par l'Institut national de la nutrition (INN).

L'INN remercie les partenaires suivants de leur précieuse collaboration à cette étude :

- ◆ Agriculture et Agroalimentaire Canada
- ◆ Le Conseil des Viandes du Canada
- ◆ La Fondation des maladies du coeur du Canada
- ◆ L'Institut canadien du sucre
- ◆ Kraft Canada Inc.
- ◆ Loblaw Brands Ltd.
- ◆ Les Producteurs laitiers du Canada
- ◆ Robin Hood Multifoods Inc.
- ◆ Santé Canada
- ◆ La société canadienne de sel, limitée
- ◆ Les Soupes Campbell Ltée

L'INN tient également à remercier de leurs conseils éclairés et judicieux les membres du conseil consultatif suivants : Graham Barr, Pierrette Buklis, Mary Bush, Carol Dombrow, Garima Dwivedi, Gail Ewan, Suzanne Hendricks, Stefa Katamay, Susan Morgan, Debra Reid, Dayle Sunohara et Connie Utrecht.

On peut obtenir des exemplaires du document
au prix de 20 \$ l'unité auprès de
l'Institut national de la nutrition
265, avenue Carling, bureau 302
Ottawa (Ontario) K1S 2E1
Tél. (613) 235-3355; Téléc. (613) 235-7032
Courriel : nin@nin.ca; Internet : www.nin.ca

Institut national de la nutrition : *Étiquetage nutritionnel : perceptions et préférences des Canadiens*, Institut national de la nutrition, juin 1999

Also available in English under the title : *“Nutrition Labelling: Perceptions and Preferences of Canadians.”*

TABLE DES MATIÈRES

Préface et remerciements.....	ii
Liste des figures et des tableaux.....	ii
INTRODUCTION ET HISTORIQUE	III
PLAN D'ÉTUDE.....	IV
SOMMAIRE.....	V
SOMMAIRE DES RÉSULTATS	1
A. Perceptions générales de l'étiquetage nutritionnel.....	1
1. Importance de l'information nutritionnelle dans les décisions d'achat.....	1
2. Renseignements nutritionnels les plus appréciés et utilisés	1
3. Renseignements nutritionnels les moins appréciés sur l'étiquette	3
B. Degré général d'utilisation et de compréhension du tableau d'information nutritionnelle	5
1. Fréquence de consultation du tableau d'information nutritionnelle	5
2. Degré de compréhension du tableau d'information nutritionnelle	6
3. Utilisation du tableau d'information nutritionnelle	7
4. Raisons pour ne consulter que rarement ou jamais le tableau d'information nutritionnelle	9
5. Compréhension et utilisation des termes nutritionnels	10
6. Opinions relatives à la disponibilité du tableau d'information nutritionnelle.....	12
C. Efficacité des options de tableau d'information nutritionnelle	15
1. Efficacité des deux méthodes de déclaration de la teneur en nutriments	17
2. Efficacité des trois présentations bilingues	22
D. Préférences entre les options de tableau d'information nutritionnelle	25
1. Méthodes de déclaration des nutriments.....	25
2. Préférences à l'égard des présentations bilingues	28
E. Ce que les consommateurs comprennent de l'étiquetage nutritionnel.....	30
1. Compréhension et utilisation de l'information sur la taille des portions.....	30
2. Interprétation des concepts nutritionnels	32
3. Liens entre le tableau d'information nutritionnelle et le Guide alimentaire	34
4. Ordre de présentation des nutriments	35
5. Déclaration des valeurs zéro	37
F. Groupes ayant des besoins alimentaires particuliers	38
1. Canadiens atteints de diabète.....	38
2. Canadiens ayant une maladie du coeur.....	40
ANNEXES	42

LISTE DES FIGURES ET DES TABLEAUX

FIGURES

Figure 1 – Importance de la nutrition dans le choix des aliments	1
Figure 2 – Importance des renseignements nutritionnels sur les étiquettes des aliments	1
Figure 3 – Fréquence de consultation du tableau d’information nutritionnelle	5
Figure 4 – Degré de compréhension du tableau d’information nutritionnelle	6
Figure 5 – Matrice des options de tableau d’information nutritionnelle	15
Figure 6 – Sommaire de l’efficacité des deux méthodes de déclaration des nutriments.....	21
Figure 7 – Sommaire de l’efficacité des trois présentations bilingues.....	23
Figure 8 – Méthode préférée de déclaration des nutriments	25
Figure 9 – Répercussion d’une intervention explicative sur la compréhension du % AQR, selon les participants	26
Figure 10 – Fréquence de consultation de l’information relative aux portions lors d’une comparaison de produits.....	29

TABLEAUX

Tableau 1 – Répartition des entrevues achevées	iv
Tableau 2 – Renseignements nutritionnels les plus appréciés sur l’étiquette	2
Tableau 3 – Renseignements nutritionnels les moins appréciés sur l’étiquette	3
Tableau 4 – Utilisation du tableau d’information nutritionnelle	7
Tableau 5 – Raisons pour ne consulter que rarement ou jamais le tableau d’information.....	9
Tableau 6 – Compréhension des termes nutritionnels	11
Tableau 7 – Opinions relatives à la disponibilité du tableau d’information nutritionnelle	12
Tableau 8 – Raisons justifiant la nécessité du tableau sur tous les aliments.....	13
Tableau 9 – Efficacité des deux méthodes de déclaration des macro-nutriments.....	17
Tableau 10 – Efficacité des deux méthodes de déclaration des micro-nutriments.....	19
Tableau 11 – Efficacité des présentations bilingues	22
Tableau 12 – Utilité de la valeur absolue par rapport au % AQR.....	24
Tableau 13 – Préférences à l’égard des présentations bilingues.....	27
Tableau 14 – Ordre préféré et facteurs facilitant la consultation.....	34
Tableau 15 – Interprétation d’une omission de nutriments sur le tableau.....	35
Tableau 16 – Fréquence de la consultation du tableau d’information nutritionnelle	37
Tableau 17 – Utilité du % AQR et des valeurs absolues	39

INTRODUCTION ET HISTORIQUE

L'étiquetage nutritionnel joue un rôle primordial dans les décisions d'achats alimentaires des consommateurs. En février 1998, Santé Canada a entrepris une révision de sa politique en matière d'étiquetage nutritionnel ayant pour objectif d'améliorer l'utilité de l'étiquetage, d'en répandre l'usage et d'éduquer un public plus vaste au sujet de son utilisation. La vision est celle d'un système d'étiquetage nutritionnel amélioré qui, conjugué à l'éducation du public, renforce les saines pratiques alimentaires, et augmente le bien-être des Canadiennes et des Canadiens. Sont actuellement sous la loupe toutes les politiques ayant trait au tableau d'information nutritionnelle, aux listes d'ingrédients, aux allégations nutritionnelles et aux allégations santé.

C'est dans ce contexte qu'au nom d'Agriculture et Agroalimentaire Canada, de Santé Canada et de divers partenaires corporatifs, l'Institut national de la nutrition a commandé à Réalisations canadiennes une étude exhaustive des attitudes et comportements des consommateurs relatifs à l'étiquetage nutritionnel.

L'étude mettait l'accent surtout sur le tableau d'information nutritionnelle, une présentation uniforme de la teneur en nutriments d'un aliment qui englobe des données liées tant à la forme qu'au contenu (déclaration énergétique et nutritionnelle).

Les objectifs de l'étude consistent à :

- ◆ saisir comment les consommateurs interprètent et utilisent le tableau d'information nutritionnelle;
- ◆ comprendre les obstacles qui freinent la compréhension des consommateurs et leur utilisation du tableau d'information nutritionnelle;
- ◆ évaluer la capacité des consommateurs d'interpréter correctement et d'utiliser d'autres méthodes de déclaration nutritionnelle et diverses présentations bilingues;
- ◆ étudier les préférences des consommateurs à l'égard d'autres méthodes de déclaration nutritionnelle et de présentations bilingues;
- ◆ évaluer les réactions des consommateurs face aux questions tels l'ordre de présentation des nutriments, l'inclusion des valeurs zéro et la terminologie nutritionnelle; et
- ◆ analyser l'utilisation de l'étiquetage nutritionnel par les personnes ayant des besoins alimentaires particuliers et leurs réactions à son égard.

PLAN D'ÉTUDE

Un échantillon représentatif de 1 105 Canadiennes et Canadiens de 18 ans et plus ont été interviewés entre le 29 janvier et le 1^{er} mars 1999. Une autre série d'entrevues ont été réalisées avec 226 francophones du Québec dans le but de valider l'analyse indépendante de leurs réponses par rapport à celles des Canadiens anglophones. En vue de connaître l'incidence des restrictions alimentaires sur l'utilisation du tableau d'information nutritionnelle, les quotas ont été atteints pour les personnes qui disaient être atteintes de diabète, avoir une maladie du coeur ou acheter des aliments pour un tiers ayant l'une de ces maladies. Tous les 1 331 répondants ont participé à une entrevue quantitative d'environ 30 minutes. Un sous-échantillon de 456 ont également participé à une deuxième entrevue de 30 minutes.

Réalisations canadiennes a effectué la préparation, le codage et le traitement des données à son siège social de Toronto. La pondération à plusieurs degrés appliquée au traitement des données assure qu'elles sont représentatives de la population canadienne. Les données statistiques représentent un niveau de confiance de 95 %. L'interprétation des pourcentages calculés à partir d'une base de moins de 100 appelle à la prudence.

Tableau 1 – Répartition des entrevues achevées

	Échantillon	Échantillon et suréchantillon
TOTAL	1105	1331
Région		
NET : Atlantique	89	89
Terre-Neuve	23	23
Île-du-Prince-Édouard	6	6
Nouvelle-Écosse	34	34
Nouveau-Brunswick	26	26
Québec	288	514
Ontario	399	399
NET : Prairies	193	193
Manitoba	44	44
Saskatchewan	51	51
Alberta	98	98
Colombie-Britannique	136	136
Langue		
Anglais	830	830
Français	275	501
Groupes spéciaux		
Diabète	144	172
Maladie du coeur	105	123

SOMMAIRE

La présente étude confirme le rôle primordial qu'a la nutrition dans les choix alimentaires des Canadiennes et Canadiens :

- ◆ 90 % considèrent la nutrition comme étant un facteur extrêmement, très ou assez important dans le choix des aliments.
- ◆ 71 % indiquent que les renseignements nutritionnels sur les étiquettes des aliments jouent au moins un rôle assez important dans les décisions d'achat.
- ◆ 70 % affirment consulter souvent ou parfois le tableau d'information nutritionnelle.

Cet intérêt qu'ont exprimé les répondants se traduit par le désir d'un étiquetage nutritionnel plus répandu. En effet, 93 % des Canadiens souhaitent retrouver le tableau d'information nutritionnelle sur l'ensemble ou la majorité des aliments. Parmi ceux favorisant le tableau d'information nutritionnelle sur toutes les étiquettes, les principales raisons invoquées sont le désir d'être renseigné sur ce que l'on consomme (54 %) et d'avoir accès à l'information dans le cas de besoins alimentaires particuliers (20 %).

Bien que 38 % des Canadiens n'aient rien à reprocher au système actuel d'étiquetage nutritionnel, d'autres ont formulé des critiques portant principalement sur la complexité générale de l'information (17 %), l'insuffisance de renseignements (11 %), l'information quelquefois trompeuse (8 %) et la difficulté de lire l'information (9 %).

Des 30 % de Canadiens qui ne consultent que rarement ou jamais le tableau, un bon nombre (40 %) disent connaître les aliments qu'ils consomment régulièrement, d'autres (22 %) se disent désintéressés des renseignements offerts et 23 % signalent que cela prend trop de temps à lire.

Dans l'ensemble, les Canadiens considèrent qu'ils comprennent bien l'information fournie sur le tableau d'information nutritionnelle actuel et qu'ils en font bon usage.

- ◆ 83 % affirment comprendre assez bien l'information, dont 43 % estiment la comprendre très bien.
- ◆ Plus de 80 % des consommateurs affirment bien comprendre les termes matières grasses, calories et sucres.
- ◆ La majorité arrivent à faire le lien entre l'information sur l'étiquette et le Guide alimentaire de manière à repérer l'information relative aux fibres comme un moyen d'opter pour plus de produits à grains entiers (64 %) ou de l'information relative au sodium pour contrôler l'apport de sel (75 %).

- ◆ Le manque de consultation et de compréhension de l'information relative aux portions apparaît comme un obstacle à un usage efficace du tableau.
- ◆ Il existe une certaine confusion au sujet des termes courants « calories » et son équivalent nutritionnel, « énergie ». Par exemple, 30 % des Canadiens ne sont pas en mesure d'utiliser le tableau d'information nutritionnelle pour déterminer la valeur énergétique d'une portion d'un aliment.

Les données de cette étude démontrent que les Canadiens plus âgés et ceux qui sont défavorisés sur le plan socio-économique en raison d'un faible niveau de scolarité ou d'un faible revenu semblent éprouver plus de difficultés à utiliser efficacement le tableau d'information nutritionnelle.

De nombreux Canadiens indiquent qu'ils consultent souvent ou quelquefois le tableau nutritionnel pour :

- ◆ connaître la composition nutritionnelle d'un aliment (87 % pour évaluer la teneur en nutriments tels les matières grasses ou le sodium;
83 % pour évaluer la teneur en nutriments tels les fibres, vitamines ou minéraux);
- ◆ évaluer la teneur calorique d'un aliment (78 %); ou
- ◆ comparer des produits alimentaires semblables (76 %) ou différents (74 %).

Pour ce qui est des macro-nutriments tels que les matières grasses ou les protéines, les Canadiens qualifient d'utile l'information présentée sous forme de valeurs absolue (grammes) et relative (% AQR), pour parer à la grande quantité de renseignements présents dans le tableau d'information.

- ◆ Les valeurs absolues et relatives réussissent de façon égale à communiquer la teneur en macro-nutriments (dans chaque cas identifié correctement par >84 % des Canadiens).
- ◆ L'information fournie par les deux méthodes de déclaration est considérée comme facile à trouver (66 % pour les grammes + % AQR; 74 % pour les grammes seulement).
- ◆ L'information combinée des valeurs absolues et relatives est vue comme plus utile que si elle n'est présentée qu'en valeurs absolues (57 % c. 50 % respectivement).
- ◆ Les deux méthodes communiquent également bien auprès de l'ensemble des Canadiens les valeurs relatives de nutriments.

Pour les micro-nutriments, la présentation de l'information fournie en % AQR seulement semble suffire aux consommateurs. Les deux méthodes :

- ◆ réussissent également bien à communiquer la teneur juste en micro-nutriments (86 % pour le % AQR; 87 % pour le % AQR + mg);
- ◆ sont considérées comme étant également mais non particulièrement utiles (36 % pour le % AQR, 35 % pour le % AQR + mg);

- ◆ sont vues de la même façon pour ce qui est de la valeur relative d'un micro-nutriment; l'ajout d'une valeur absolue augmente la proportion de réponses « je ne sais pas ».

Suite à une brève explication sur ce que veulent dire valeurs absolue et relative, les participants ont beaucoup plus tendance à apprécier le % AQR en calcium (30 %) que la valeur absolue (300 mg).

Les réactions de l'ensemble des répondants face à diverses présentations bilingues se sont avérées comparables.

- ◆ Plus de 80 % des Canadiens disent que chaque présentation permet une interprétation juste de la teneur en nutriments.
- ◆ Peu importe la présentation utilisée, les renseignements sont considérés comme facile à repérer avec plus de 60 % indiquant qu'il est très facile de trouver l'information sur les protéines et >85 %.
- ◆ Toutes les présentations sont vues comme étant égales mais non particulièrement utiles; moins de la moitié des consommateurs considérant chaque présentation comme étant très utile.
- ◆ Aucune des présentations bilingues n'accroît ni ne réduit la capacité de l'étiquette de communiquer les valeurs relatives des nutriments.

Bien que l'efficacité des présentations bilingues se soit avérée comparable, les Canadiens ont des préférences quant à la lisibilité et à la facilité d'utilisation.

- ◆ Dans l'ensemble, l'utilisation de tableaux distincts pour l'anglais et le français est préférée; cependant, les francophones sont généralement divisés entre les trois présentations bilingues.
- ◆ La présentation en « cascade » avec la langue du participant à la gauche des nombres, jouit d'un soutien uniforme auprès des Canadiens des divers groupes démographiques; c'est la présentation qui est la moins susceptible de susciter des réactions négatives.
- ◆ La présentation de l'anglais et du français côte à côte recueille le même appui que la présentation en cascade mais il est la cible de critiques plus sévères en raison de l'incorporation de l'anglais et du français sur le même tableau.

Les Canadiens atteints de diabète ou ayant une maladie du cœur, qui ont des besoins alimentaires particuliers, manifestent des différences quant à l'utilisation et à la compréhension de l'information sur les étiquettes.

- ◆ Les Canadiens atteints de diabète disent beaucoup moins bien comprendre l'information sur les étiquettes que la population en général mais ils manifestent un intérêt plus marqué au chapitre de la nutrition et de l'utilisation du tableau d'information nutritionnelle.
- ◆ Les Canadiens ayant une maladie cardiaque réagissent de la même manière que la population en général, mais ils estiment moins bien comprendre le tableau d'information nutritionnelle.

Au cours de l'étude, les consommateurs ont formulé des suggestions utiles pour améliorer l'étiquette actuelle et ont identifié les domaines qui devraient faire l'objet d'un programme d'éducation auprès du public.

SOMMAIRE DES RÉSULTATS

A. Perceptions générales de l'étiquetage nutritionnel

1. Importance de l'information nutritionnelle dans les décisions d'achat

Les Canadiennes et Canadiens de tous âges et de tous sous-groupes économiques estiment que la nutrition est un facteur important dans le choix des aliments : 90 % la considèrent comme étant extrêmement, très ou assez importante (figures 1). Bien qu'ils aient accès à diverses sources d'information nutritionnelle, 71 % des Canadiens disent que les renseignements nutritionnels qui figurent sur les emballages des aliments sont à tout le moins assez importants dans leurs décisions d'achat (figure 2). Les femmes, les Canadiens de plus de 35 ans et les personnes ayant un niveau de scolarité et un revenu supérieurs accordent une plus grande importance à la nutrition en général et à l'information nutritionnelle sur l'étiquette en particulier.

Figure 1 -- Importance de la nutrition dans le choix des aliments

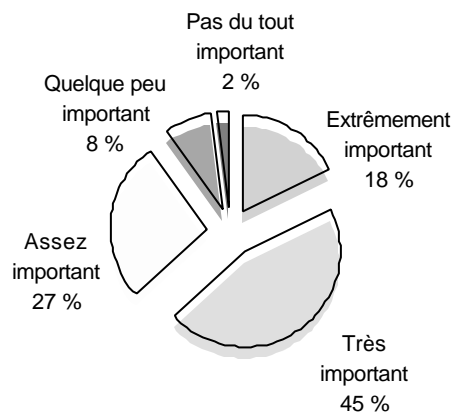
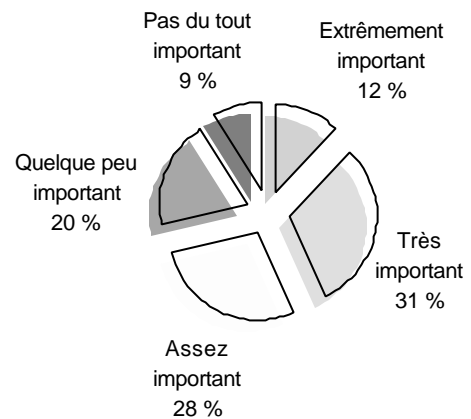


Figure 2 -- Importance des renseignements nutritionnels sur les étiquettes des aliments



2. Renseignements nutritionnels les plus appréciés et utilisés

Avant que les interviewers ne fassent référence au tableau d'information nutritionnelle, les participants se sont vu demander ce qui leur plaisait ou leur semblait le plus utile parmi les renseignements nutritionnels figurant sur l'étiquette des aliments.

Les renseignements qui ont trait aux matières grasses sont de loin les plus pertinents à leurs yeux; près de la moitié des Canadiens indiquant leur utilité (tableau 2). Les renseignements sur les ingrédients en général et sur les calories, le sucre et le sel en particulier, sont d'intérêts mais retiennent moins l'attention.

Tableau 2 – Renseignements nutritionnels les plus appréciés sur l'étiquette

	Pourcentage des Canadiens (n=378)
Teneur en matières grasses	46
Ingrédients (sans précision)	17
Calories	16
Teneur énergétique	3
Teneur en sucre	11
Teneur en sel	9
Cholestérol	7
Teneur nutritionnelle	6
Contenu général	6
Agents de conservation	6

- ◆ Les femmes accordent plus d'importance à la teneur en matières grasses que les hommes (53 % c. 39 %), tout comme les Canadiens de 55 ans et plus par rapport à ceux de 18 ans à 34 ans (55 % c. 36 %) et les anglophones par rapport aux francophones (49 % c. 29 %).
- ◆ Aucun des renseignements spécifiques figurant sur les étiquettes ne semble aussi utile que la teneur en matières grasses. Près de 16 % des Canadiens mentionnent la teneur calorique des aliments comme étant une information particulièrement utile; cette affirmation est beaucoup plus fréquente chez les femmes que les hommes (25 % c. 7 %) et chez les personnes ayant un revenu élevé de $\geq 45\,000$ \$ que chez celles dont le revenu est de $< 25\,000$ \$ (21 % c. 11 %). Malgré l'intérêt manifesté à l'égard de la teneur calorique, très peu de Canadiens (3 %) disent trouver particulièrement utile la teneur énergétique des aliments.

3. Renseignements nutritionnels les moins appréciés sur l'étiquette

Encore une fois, avant qu'une référence ne soit faite au tableau nutritionnel, les Canadiens sont invités à dire ce qui leur déplaît, le cas échéant, parmi les renseignements nutritionnels figurant sur les étiquettes des produits alimentaires.

Les Canadiens semblent partagés à ce sujet (tableau 3). Plusieurs (38 %) n'ont aucun élément en particulier à critiquer parmi les renseignements nutritionnels sur l'étiquette; toutefois, certains désapprouvent divers aspects de l'information nutritionnelle. Ils se plaignent de la difficulté générale à comprendre ou à lire l'information, les renseignements insuffisants ou la présentation qu'ils qualifient de quelquefois trompeuse.

Tableau 3 – Renseignements nutritionnels les moins appréciés sur l'étiquette

	Pourcentage des Canadiens (n=378)
AUCUN REPROCHE	38
NET : DIFFICILE À COMPRENDRE	17
Difficile à comprendre	8
Certains mots sont difficiles à comprendre	7
Les termes scientifiques sont difficiles à saisir	2
NET : INFORMATION MANQUANTE OU INSUFFISANTE	11
Pas assez d'information	8
Certains produits n'ont pas d'étiquetage nutritionnel	2
NET : INFORMATION DÉCEVANTE OU TROMPEUSE	8
NET : DIFFICILE À LIRE	9
Caractères trop petits	7
Difficile à lire	3
NET : DIFFÉRENTES PORTIONS, MANQUE D'UNIFORMITÉ	3

Les personnes ayant un niveau de scolarité moindre (21 % des personnes ayant fréquenté l'école secondaire par rapport à 11 % de celles qui ont une formation universitaire) et celles ayant un revenu plus faible (21 % de celles dont le revenu est de <45 000 \$ par rapport à 10 % de celles dont le revenu se chiffre à ≥ 45 000 \$) font plus souvent état des difficultés qu'elles éprouvent à comprendre l'information.

Cela dit, certains participants éprouvent de la difficulté à comprendre les concepts nutritionnels généraux et sont quelque peu désorientés par la terminologie scientifique et certaines expressions.

D'autres mentionnent le manque d'information sur les étiquettes, les renseignements trompeurs ou prêtant à confusion et l'absence d'uniformité dans les portions indiquées.

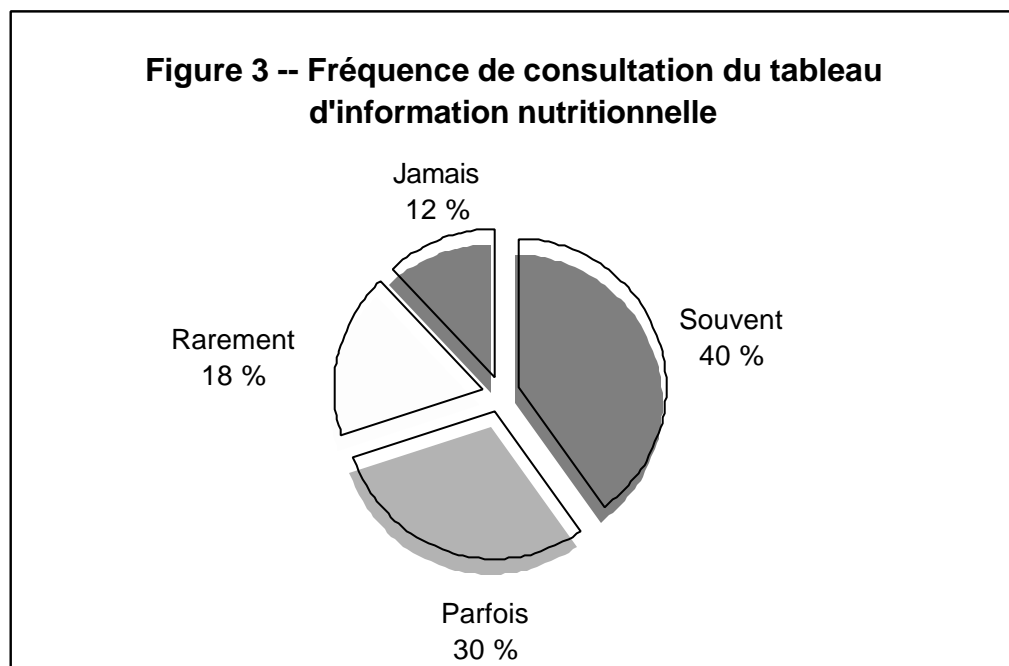
Le faible degré de lisibilité et les caractères trop petits sont des problèmes fonctionnels reliés au modèle de l'étiquette que signalent surtout les personnes plus âgées (13 % des 55 ans et plus par rapport à 4 % des 18 à 34 ans) et les personnes ayant un niveau de scolarité plus faible (10 % de celles qui ont fait des études secondaires contre 2 % qui ont une formation universitaire).

B. Degré général d'utilisation et de compréhension du tableau d'information nutritionnelle

1. Fréquence de consultation du tableau d'information nutritionnelle

La plupart des Canadiens avouent consulter souvent ou parfois chacune des trois sections des étiquettes qui fournissent des renseignements nutritionnels. Toutefois, les allégations nutritionnelles viennent en tête de liste (75 %), suivies du tableau d'information nutritionnelle (70 %) et de la liste d'ingrédients (70 %). Malgré la forte utilisation du tableau d'information nutritionnelle (figure 3), il convient de remarquer qu'elle varie selon la langue et le sous-groupe démographique des utilisateurs.

- ◆ Les femmes semblent davantage consulter le tableau d'information nutritionnelle que ne le font les hommes (77 % par rapport à 63 % le consultent souvent ou parfois).
- ◆ Un bien plus grand nombre de consommateurs ayant un niveau de scolarité et un revenu élevés affirment consulter le tableau d'information nutritionnelle (81 % des personnes qui ont une formation universitaire par rapport à 65 % de celles n'ayant fréquenté que l'école secondaire); 75 % de celles dont le revenu est de $\geq 45\ 000$ \$ par rapport à 66 % de celles dont le revenu se chiffre à $< 45\ 000$ \$).
- ◆ Les Canadiens anglophones prétendent consulter davantage le tableau d'information nutritionnelle que ne le font les francophones (71 % c. 65 % l'utilisent souvent ou quelquefois; 41 % c. 27 % le consultent souvent).

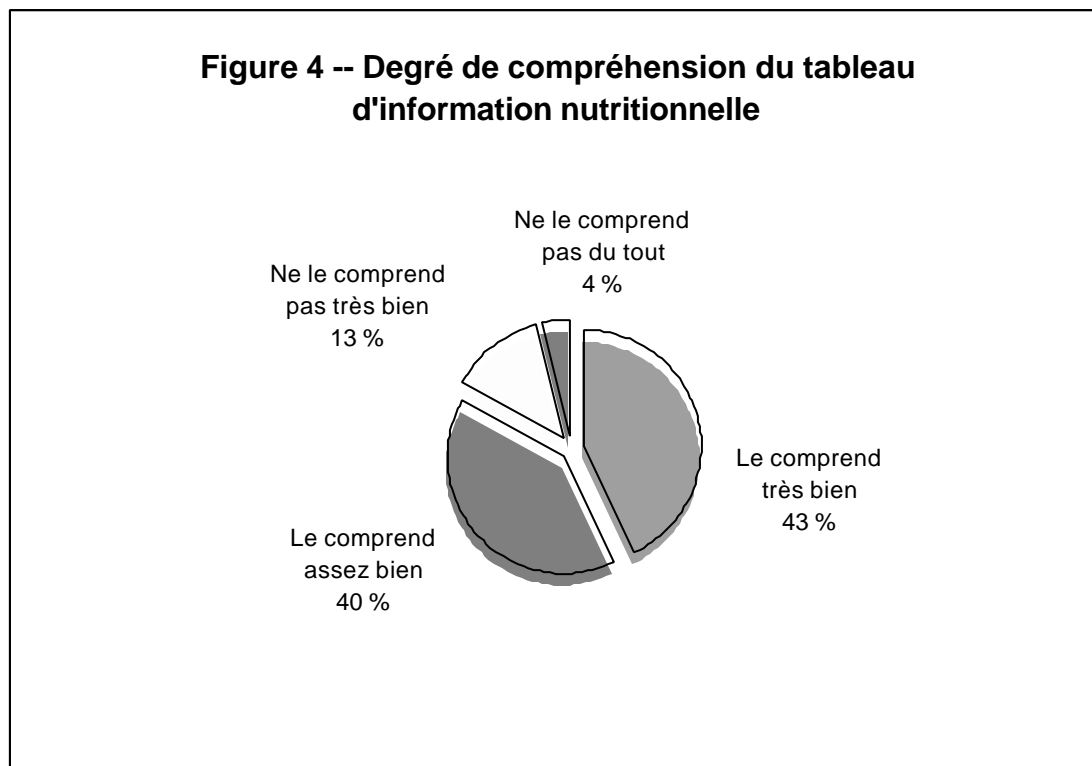


2. Degré de compréhension du tableau d'information nutritionnelle

Bien que 83 % des Canadiens disent avoir une certaine compréhension des renseignements figurant au tableau d'information, seulement 43 % estiment qu'ils en saisissent l'information très bien (figure 4).

Dans l'ensemble, 17 % disent peu comprendre les renseignements du tableau d'information nutritionnelle.

- ◆ Comparativement à l'ensemble de la population, les consommateurs plus âgés semblent moins bien saisir cette information, avec 22 % de ceux qui ont 55 ans et plus rapportant qu'ils ne le comprennent pas très bien ou pas du tout.
- ◆ Il en va de même pour les personnes qui sont défavorisées sur le plan socio-économique par un niveau de scolarité moindre (22 % de celles qui ont fait des études secondaires comparativement à 10 % qui ont une formation universitaire) ou un revenu plus faible (25 % gagnant <25 000 \$ comparativement à 11 % gagnant ≥45 000 \$).



3. Utilisation du tableau d'information nutritionnelle

Lorsqu'on leur présente un éventail d'utilisations possible du tableau d'information nutritionnelle (TIN), les Canadiens qui disent le consulter souvent ou parfois, en énumèrent les raisons (tableau 4).

Tableau 4 – Utilisation du tableau d'information nutritionnelle

	Pourcentage des Canadiens qui consultent souvent ou parfois le TIN (n=786)	
	«souvent»	«souvent» ou «parfois»
<i>Pour déterminer dans quelle mesure la teneur en certains nutriments comme les matières grasses ou le sodium est élevée ou faible</i>	58	87
<i>Pour voir dans quelle mesure la teneur en certains nutriments comme les fibres, les vitamines ou les minéraux est élevée ou faible</i>	46	83
<i>Pour avoir une idée générale de la teneur calorique d'un aliment</i>	45	78
<i>Pour comparer des aliments semblables</i>	40	76
<i>Pour comparer différents types d'aliments</i>	39	74
<i>Pour vérifier si la publicité ou l'emballage dit vrai</i>	33	65
<i>Pour déterminer quelle quantité d'un aliment il faut consommer</i>	23	54

L'utilisation faite par les consommateurs révèle ce qui suit :

- ◆ Les Canadiens manifestent un vif intérêt pour certains nutriments que contiennent les aliments qu'ils consomment. Bon nombre de consommateurs rapportent consulter régulièrement le tableau d'information nutritionnelle pour déterminer si un aliment a une teneur faible ou élevée en nutriments tels que les matières grasses, le sodium, les fibres, les vitamines ou les minéraux. L'usage régulier du tableau d'information est légèrement plus orienté vers les matières grasses et le sodium qu'il ne l'est pour évaluer la teneur en nutriments tels que les fibres, les vitamines ou les minéraux.
- ◆ À cet égard, les différences démographiques sont notables; les femmes, davantage que les hommes, consultent plus régulièrement l'information relative aux matières grasses ou le sodium (62 % c. 53 %) et les fibres, les vitamines ou les minéraux (51 % c. 41 %). L'utilisation régulière des renseignements sur les matières grasses ou le sodium est plus forte chez les répondants anglophones que chez les francophones (60 % c. 44 %) et chez ceux ayant un revenu plus élevé

Degré général de compréhension et d'utilisation du tableau d'information nutritionnelle

(64 % des personnes qui gagnent $\geq 45\ 000$ \$ comparativement à 52 % de celles qui gagnent $< 25\ 000$ \$).

- ◆ Les consommateurs se disent aussi très intéressés par la teneur calorique des aliments; en fait, 45 % ajoutent qu'ils utilisent souvent cette information. Il convient de préciser que les femmes plus que les hommes (54 % c. 34 %) font usage de cette information et aussi les gens qui ont un revenu élevé (50 % de ceux gagnant $\geq 45\ 000$ \$ comparativement à 37 % de ceux qui gagnent $< 25\ 000$ \$).
- ◆ De nombreux répondants affirment consulter le tableau d'information nutritionnelle pour comparer les aliments. La comparaison d'aliments semblables est plus fréquente chez les femmes que les hommes (80 % c. 72 % souvent ou parfois) et chez les gens qui ont un revenu plus élevé (80 % de ceux gagnant $\geq 45\ 000$ \$ comparativement à 68 % de ceux qui gagnent $< 25\ 000$ \$).
- ◆ Moins de Canadiens (54 %) consultent souvent ou parfois le tableau pour déterminer quelle quantité d'un aliment consommer.

Quand on leur a demandé s'ils trouvaient aisément les renseignements voulus sur le tableau d'information nutritionnelle, les participants ont répondu de manière très variée : 57 % disent qu'ils réussissent souvent alors que 36 % ne réussissent que de temps à autre. Les 93 % de Canadiens et Canadiennes qui disent trouver souvent ou parfois les renseignements qu'ils recherchent précisent qu'il s'agit habituellement de renseignements sur les matières grasses (77 %), les calories (28 %), les protéines (24 %), l'énergie (18 %), les glucides (14 %), le sucre (12 %), le sel (12 %), les fibres (9 %) et le cholestérol (8 %).

Les 6 % de personnes qui ne trouvent que rarement ou jamais l'information recherchée se plaignent surtout de la difficulté de repérer les renseignements sur les matières grasses (18 %) et du manque généralisé d'information (15 %). Certains soulignent également la difficulté de trouver des renseignements sur les vitamines (12 %), les minéraux (10 %), les fibres (8 %), les agents de conservation (7 %) et les protéines (6 %).

4. Raisons pour ne consulter que rarement ou jamais le tableau d'information nutritionnelle

Même s'ils soulignent l'importance de la nutrition dans leurs choix d'aliments, 30 % des consommateurs consultent rarement le tableau d'information nutritionnelle. Ceux qui ne se servent que rarement ou jamais du tableau invoquent diverses raisons figurant sur la liste qui leur a été présentée (tableau 5). Plusieurs mentionnent que ce n'est pas nécessaire puisqu'ils connaissent très bien les aliments consommés régulièrement (40 %) ou parce que, règle générale, ils ne sont pas intéressés par l'information fournie (22 %).

Tableau 5 – Raisons pour rarement ou ne jamais consulter le tableau d'information nutritionnelle

	Pourcentage des Canadiens* qui invoquent une raison très importante (n=319)
<i>J'achète habituellement le même produit, donc je connais bien l'information nutritionnelle qui s'y rattache</i>	40
<i>C'est trop long à lire</i>	23
<i>Je préfère obtenir l'information ailleurs</i>	23
<i>Je ne suis simplement pas intéressé</i>	22
<i>C'est difficile à lire</i>	21
<i>Je ne sais vraiment pas comment utiliser l'information</i>	19
<i>L'information n'est pas présentée de la même façon d'un produit à l'autre</i>	19
<i>Les renseignements ne sont pas toujours présentés sur les étiquettes</i>	16

*parmi ceux qui consultent « rarement » ou ne consultant « jamais » le tableau d'information nutritionnelle

Tandis que, pour d'autres, particulièrement les Canadiens plus âgés et les personnes moins scolarisées, divers obstacles semblent freiner l'utilisation du tableau d'information. Notons l'effort requis pour lire et comprendre l'information, la difficulté à déchiffrer les renseignements compte tenu de la densité de l'information et des petits caractères utilisés, le manque d'uniformité des renseignements entre les produits et l'absence de tableau d'information nutritionnelle sur certaines étiquettes d'aliments.

5. Compréhension et utilisation des termes nutritionnels

Au cours de l'entrevue, on a présenté aux participants une liste de nutriments qui figurent souvent sur le tableau d'information nutritionnelle et on leur a demandé d'indiquer s'ils comprenaient bien ces renseignements, en avaient déjà entendu parler mais qu'ils ne les comprenaient pas bien ou encore s'ils ne savaient pas du tout de quoi il s'agissait.

- ◆ Les matières grasses, les calories et les sucres semblent être les termes les mieux connus (tableau 6); plus de 80 % des participants prétendent bien les connaître. Les Canadiens disent aussi bien comprendre les termes calcium, cholestérol et protéines; au moins les trois quarts des adultes affirment bien comprendre cette terminologie.
- ◆ Fait à remarquer, moins de Canadiens comprennent bien le terme énergie (69 %) en comparaison au terme calorie (87 %) [voir aussi la section E-2-ii].
- ◆ Près d'un tiers des participants ne croient pas bien saisir les termes fer, fibres alimentaires, sodium et glucides.
- ◆ Même si, règle générale, ils estiment comprendre la catégorie des matières grasses, ils manifestent beaucoup d'incertitude quant aux types spécifiques de lipides (gras saturés et trans). En fait, 55 % n'ont absolument aucune idée de la signification du terme gras trans; 28 % en ont déjà entendu parler, mais ne croient pas bien en saisir le sens.

Encore une fois, les gens qui ont plus de scolarité et un revenu plus élevé sont plus familiers avec plusieurs termes liés à la nutrition et en ont une meilleure compréhension.

Tableau 6 – Compréhension des termes nutritionnels

	Pourcentage des Canadiens qui disent bien comprendre les termes (n=1105)
Matières grasses	88
Calories	87
Sucres	83
Calcium	78
Cholestérol	76
Protéines	76
Énergie	69
Fer	69
Fibres alimentaires	66
Sodium	65
Glucides	63
Gras saturés	53
Gras trans	17

Pour chacun des termes, on a demandé aux participants si c'était un nutriment dont ils tentaient de réduire ou d'augmenter la consommation ou s'ils en étaient indifférents.

- ◆ Près des trois quarts d'entre eux (73%) disent qu'ils tentent de réduire ou de limiter leur consommation de matières grasses; 60 % font référence aux gras saturés et 62 % au cholestérol. La confusion règne au sujet des gras trans : 54 % ne sont pas en mesure de répondre et seulement 23 % tentent d'en réduire la consommation.
- ◆ La confusion entre les termes calorie et énergie est également évidente. Quoique 55 % disent essayer de réduire leur apport calorique, il n'en reste pas moins que 40 % visent à accroître leur apport énergétique.
- ◆ Près de la moitié des consommateurs (52 %) signalent ne pas chercher à modifier leur apport en glucides, 22 % tentent d'en réduire leur apport, alors que 53 % précisent qu'ils essaient d'augmenter leur consommation de fibres.
- ◆ La teneur en minéraux est bien comprise : 49 % des consommateurs disent essayer d'augmenter leur apport en calcium et 46 % leur apport en fer. Pourtant, dans chacun de ces deux cas, 44 % admettent ne pas chercher à en modifier leur apport.

6. Opinions relatives à la disponibilité du tableau d'information nutritionnelle

Presque tous les Canadiens ont une opinion sur la disponibilité du tableau d'information nutritionnelle (tableau 7). Questionnés à ce sujet vers la fin de l'entrevue, les répondants s'entendent de façon générale pour dire que le tableau d'information nutritionnelle devrait figurer sur toutes les étiquettes (74 %) ou du moins sur la plupart (19 %). Une comparaison de la situation actuelle au scénario idéal révèle que bien des consommateurs sont d'avis que le tableau d'information figure présentement sur de nombreuses étiquettes, mais devrait être présent sur toutes.

- ◆ Les anglophones défendent plus ardemment l'étiquetage nutritionnel généralisé que les francophones (75 % c. 69 %). Plus de francophones que d'anglophones sont d'avis que l'information est déjà présente sur les étiquettes de tous les aliments (26 % c. 13 %).
- ◆ Les femmes et les jeunes Canadiens ont aussi plus tendance à favoriser une disponibilité plus étendue de l'étiquetage nutritionnel; bon nombre estiment que le tableau d'information nutritionnelle devrait être présent sur tous les aliments (77 % des femmes par rapport à 71 % des hommes; 81 % des jeunes adultes de 18 à 34 ans par rapport à 67 % des 55 ans et plus).

**Tableau 7 – Opinions relatives à la disponibilité du tableau d'information nutritionnelle
—Situation actuelle et scénario idéal—**

	Pourcentage des Canadiens	
	Dans quelle mesure le TIN est-il répandu (n=1105)	Dans quelle mesure le TIN devrait-il être répandu (n=1105)
NET : SUR TOUS OU PRESQUE TOUS LES ALIMENTS	71	93
Sur tous les aliments	15	74
Sur la plupart des aliments	56	19
Sur certains aliments	25	5
Sur aucun aliment	1	1
Je ne sais pas	3	1

Degré général de compréhension et d'utilisation du tableau d'information nutritionnelle

Les commentaires spontanés de 74 % des répondants voulant qu'on impose le tableau d'information nutritionnelle sur toutes les étiquettes révèlent les intérêts et inquiétudes suivants (tableau 8) :

- ◆ La plus importante raison invoquée réside dans le potentiel que ce type de renseignements aurait à informer et à éduquer les gens sur la composition des aliments qu'ils consomment (54 %).
- ◆ Les besoins particuliers des personnes qui ont des problèmes de santé ou des allergies alimentaires font qu'il est d'autant plus important pour les consommateurs de connaître en détail l'information nutritionnelle. Quelque 20 % des Canadiens qui croient que le tableau d'information nutritionnelle devrait se trouver sur toutes les étiquettes d'aliments soulignent les besoins de ces groupes.
- ◆ Certains (14 %) cherchent à évaluer leur apport en nutriments particuliers, comme les matières grasses, la teneur en calories ou en protéines, d'où l'importance du tableau d'information nutritionnelle.
- ◆ On dit que la disponibilité plus répandue du tableau d'information nutritionnelle a aussi l'avantage de faciliter la comparaison entre les différents types d'aliments et entre les différentes marques de produits (8 %).

Tableau 8 – Raisons justifiant la nécessité du tableau sur tous les aliments

	Pourcentage des Canadiens qui estiment que le tableau devrait figurer sur tous les aliments (n=820)
NET: Pour mieux connaître les aliments que vous consommez	54
NET: Pour les personnes qui ont des besoins alimentaires particuliers	20
NET: Pour surveiller l'apport en nutriments particuliers	14
NET: Pour faciliter les comparaisons et les décisions d'achat	8
NET: Pour vous aider à estimer l'apport en nutriments dont vous avez besoin	4

Degré général de compréhension et d'utilisation du tableau d'information nutritionnelle

Quelle que soit leur opinion sur la disponibilité du TIN, les Canadiens estiment qu'il serait utile sur une vaste gamme d'aliments, que ce soit sur les aliments emballés et transformés en général (35 %), sur les produits laitiers (17 %), sur les céréales, le pain et les pâtes alimentaires (16 %), sur les viandes et les produits de la mer (13 %), sur les produits de boulangerie (12 %), sur les amuse-gueule (8 %) et sur les vinaigrettes et les sauces (7 %).

C. Efficacité des options du tableau d'information nutritionnelle

On a montré aux répondants l'une des six étiquettes types qui présentaient deux méthodes de déclaration nutritionnelle pour les macro-nutriments et les micro-nutriments, et trois présentations bilingues (figure 5; annexe I).

Figure 5 – Matrice des options de tableau d'information nutritionnelle

Présentation bilingue	Méthode de déclaration de la teneur en nutriments	
	1. –macro-nutriments en grammes –micro-nutriments en % AQR + mg	2. –macro-nutriments en grammes + % AQR –micro-nutriments en % AQR
1. Anglais, français, tableaux distincts	<i>Annexe I-a</i>	<i>Annexe I-b</i>
2. Anglais-français côte à côte	<i>Annexe I-c</i>	<i>Annexe I-d</i>
3. En cascade (propre langue à gauche)	<i>Annexe I-e</i>	<i>Annexe I-f</i>

Le tableau d'information nutritionnelle illustre les macro-nutriments dont l'énergie, les protéines, les matières grasses (saturées et trans), les glucides (incluant les fibres) ainsi que le sodium et les micro-nutriments dont le calcium et le fer. Les méthodes de déclaration des nutriments représentaient soit des valeurs absolues exprimées en grammes (g) ou en milligrammes (mg), et des valeurs relatives ou le pourcentage de l'Apport quotidien recommandé (% AQR). Elles ont été présentées comme deux options différentes pour les macro et les micro-nutriments :

1. les macro-nutriments seulement sous forme de grammes (ou de mg pour le sodium), et les micro-nutriments en mg plus le % AQR;
2. les macro-nutriments en grammes plus le % AQR, et les micro-nutriments sous forme de % AQR.

De plus, on a fait l'essai de trois types d'étiquette bilingue :

1. des tableaux distincts en français et en anglais;
2. un tableau présentant le français et l'anglais côte à côte;
3. une présentation en « cascade » qui offre les nombres au centre et le français et l'anglais à gauche ou à droite (les répondants ont vu leur propre langue à la gauche des nombres).

L'efficacité des diverses options a été mesurée selon les quatre critères suivants :

1. la communication juste de la teneur en nutriments;
2. la facilité de repérer l'information relative aux nutriments;
3. l'utilité de l'information; et
4. l'efficacité à communiquer les valeurs relatives.

1. Efficacité des deux méthodes de déclaration de la teneur en nutriments

i) Deux méthodes de déclaration de la teneur en macro-nutriments

En se servant d'une des six étiquettes types sur un sac de biscuits pour créer un effet visuel, on a demandé aux participants s'ils pouvaient dire la teneur en protéines d'une portion ou deux de biscuits. On leur a également demandé de trouver la teneur en matières grasses d'une portion.

Sans aucune explication préalable sur la façon d'utiliser l'information présentée en valeurs absolues ou relatives, les participants semblent reconnaître le mérite des deux méthodes de déclaration de la teneur en macro-nutriments. Les réactions aux deux méthodes de déclaration des nutriments sont les suivantes (tableau 9; figure 6) :

Tableau 9 – Efficacité des deux méthodes de déclaration des macro-nutriments

Mesure d'efficacité	Pourcentage des Canadiens					
	grammes + % AQR			grammes		
	Total (n=658)	Anglais (n=407)	Français (n=251)	Total (n=673)	Anglais (n=423)	Français (n=250)
1. Communication de la teneur en nutriments (NET: Toute mention correcte)						
Teneur en protéines d'une portion	90	91	87	88	89	86
Teneur en matières grasses d'une portion	85	85	87	84	84	87
2. Facilité de repérer l'information sur la teneur en protéines						
Très facile à repérer	66	70	52	74*	75	68*
3. Utilité de l'information sur la teneur en matières grasses						
Très utile	49	48	53*	44	45	40
NET : utile (score 9 ou 10)	57*	55	61*	50	51	48
4. Communication de la valeur relative en matières grasses d'une portion						
« Beaucoup de matières grasses »	64	66	54	63	62	65*

Nota : *Scores statistiquement significatifs, à un degré de confiance de 95 %, comparativement au résultat correspondant de l'autre option.

Les cotes pour la facilité de trouver l'information et pour son utilité s'appuient sur une échelle de 10 points (respectivement : 10=Très facile à trouver, 1=Très difficile à trouver; et 10=Très utile, 1=Pas du tout utile).

- ◆ Ces méthodes de déclaration des macro-nutriments communiquent également bien la teneur en protéines et en matières grasses; la plupart des répondants sont en mesure de repérer correctement l'information en se servant de l'une ou l'autre méthode.
- ◆ Les répondants considèrent que l'information fournie par les deux méthodes de déclaration des macro-nutriments est facile à trouver. Cela dit, la liste des valeurs absolues (grammes) présentée seule favorise considérablement le repérage de l'information sur les macro-nutriments si on la compare à la présentation jumelée (grammes et % AQR) (74 % c. 66 % respectivement). L'écart est dû en grande partie aux préférences des francophones.
- ◆ La présentation jumelée de l'information sous forme de grammes et de % AQR est considérée comme étant considérablement plus utile que l'information présentée uniquement sous forme de grammes lorsqu'il s'agit de décrire la teneur en macro-nutriments d'un aliment (57 % c. 50 % respectivement, avec un score de 9 ou 10).
- ◆ Les Canadiens en général, et les anglophones en particulier, estiment que les deux méthodes de déclaration des macro-nutriments communiquent également bien les valeurs relatives en nutriments. Deux groupes proportionnels de répondants à qui on a présenté, à l'un l'information uniquement sous forme de grammes, et à l'autre l'information sous forme de grammes et de % AQR ont conclu que la teneur en matières grasses de deux biscuits était « beaucoup » (63 % c. 64 % respectivement).
- ◆ Cependant, chez les francophones, il semble que la présentation jumelée englobant les valeurs absolues et relatives offre un contexte pour l'évaluation de la quantité d'un macro-nutriment particulier dans un produit. La présentation uniquement sous forme de grammes de la teneur en matières grasses évoque davantage chez les francophones la notion de « beaucoup » que la présentation sous forme de grammes + % AQR (65 % c. 54 % respectivement).

Beaucoup plus de Canadiens valorisent la présentation combinée des valeurs absolue et relative d'un macro-nutriment plutôt que la valeur absolue seule. Cette impression d'utilité parviendrait à atténuer la difficulté d'utilisation qu'entraîne une plus grande quantité d'information.

ii) Deux méthodes de déclaration de la teneur en micro-nutriments

Pour mesurer l'efficacité des deux méthodes de déclaration de la teneur en micro-nutriments, on a suivi le même mode d'interrogation que pour les macro-nutriments, mais en se rapportant cette fois à la teneur en calcium d'une portion de biscuits. Les réactions aux deux méthodes de déclaration des nutriments et leur efficacité sont décrites ci-après (tableau 10, figure 6) :

Tableau 10 – Efficacité des deux méthodes de déclaration des micro-nutriments

Mesure d'efficacité	Pourcentage des Canadiens	
	% AQR (n=658)	% AQR + milligrammes (n=673)
1. Communication de la teneur en micro-nutriments		
Teneur en calcium d'une portion	86	87
NET: Toute mention correcte	10*	4
Je ne sais pas		
2. Utilité de l'information sur la teneur en calcium		
Très utile	30	29
NET : utile (score 9 ou 10)	36	35
3. Communication de la valeur relative en calcium d'une portion		
« Beaucoup de calcium »	23	24
Je ne sais pas	16	22*

Nota : *pourcentage statistiquement significatif, à un degré de confiance de 95 %, comparativement à l'autre méthode.
La cote pour l'utilité de l'information s'appuie sur une échelle de 10 points
(10=Très utile, 1=Pas du tout utile)

- ◆ Les deux méthodes de déclaration des micro-nutriments réussissent de façon égale à communiquer une information juste quant à la teneur en calcium du produit type. Cependant un plus grand nombre de ceux à qui on a présenté l'information uniquement sous forme de valeur relative (% AQR) n'ont pas été capables de répondre.
- ◆ Le degré de satisfaction relié à l'utilité des deux méthodes est moindre que celui pour la présentation de l'information sur les macro-nutriments. Les différences linguistiques n'étant pas aussi marquées que dans l'analyse précédente, les anglophones demeurent tout de même plus nombreux que les francophones à considérer que le jumelage des valeurs absolues et relatives est très utile comparativement au % AQR. seul Les francophones, quant à eux, préfèrent de beaucoup

la présentation des micro-nutriments uniquement en % AQR plutôt qu'en % AQR et en milligrammes (40 % c. 28 % l'ont cotée très utile).

- ◆ L'évaluation de la quantité d'un micro-nutriment dans un produit type ne semble pas être influencée par l'ajout des valeurs absolues. Chaque méthode donne lieu à des interprétations analogues, à savoir que le produit contient beaucoup, un peu, à peine ou pas de calcium du tout. En réalité, le nombre très élevé de réponses « je ne sais pas » démontre que les valeurs absolues tendent à confondre ceux qui essaient d'en évaluer l'importance.

Les renseignements sur les valeurs absolues en nutriments n'aident pas les Canadiens à évaluer la quantité d'un micro-nutriment. Ainsi, les consommateurs optent pour la simplicité quant à la présentation de l'information sur la teneur en micro-nutriments, en préférant l'information exprimée en % AQR.

Figure 6 – Sommaire de l'efficacité des deux méthodes de déclaration des nutriments

Mesures d'efficacité	Macro-nutriments	Micro-nutriments
Communication juste de la teneur en nutriments	<p>Les deux méthodes sont également efficaces à communiquer les teneurs en protéines et en matières grasses.</p> <p>Les deux méthodes permettent une identification juste de la teneur en protéines et en matières grasses.</p>	<p>De façon générale, les deux méthodes communiquent également bien la teneur en calcium.</p> <p>Les deux méthodes permettent également une identification juste de la teneur en calcium. Toutefois, le fait de consulter uniquement le % AQR augmente le nombre de participants répondant Q je ne sais pas f.</p>
Facilité de repérer l'information nutritionnelle	<p>En termes absolus, l'information fournie par les deux méthodes est jugée comme assez facile à repérer.</p> <p>Cependant, des deux méthodes, les répondants, particulièrement les francophones, disent qu'il est plus facile de trouver l'information relative aux nutriments quand elle est présentée en valeur absolue (g).</p>	<p>N'a pas été demandé pour les micro-nutriments.</p>
Utilité de l'information	<p>L'information jumelée, présentée en grammes (g) et en % AQR, est considérée comme étant beaucoup plus utile que présentée uniquement en (g).</p> <p>Les deux méthodes de déclaration des nutriments ont davantage tendance à être décrites comme présentant l'information d'une façon qui est facile à trouver plutôt que comme étant utile.</p>	<p>Les anglophones considèrent que l'information en mg et % AQR est plus utile que celle qui est présentée uniquement en % AQR.</p> <p>Les francophones estiment que la déclaration des nutriments sous forme de % AQR est plus utile que la présentation jumelée en mg et % AQR.</p> <p>Règle générale, l'information relative aux micro-nutriments n'est pas considérée comme étant aussi utile que celle touchant les macro-nutriments.</p>
Efficacité dans la communication des valeurs relatives en nutriments	<p>Les Canadiens estiment dans l'ensemble que les deux méthodes communiquent également bien les valeurs relatives en nutriments.</p> <p>Chez les francophones, ceux qui ne voient l'information que sous forme de grammes sont plus portés à juger la quantité de matières grasses comme étant « élevée » que ceux qui ont l'information en grammes et % AQR.</p>	<p>Les deux méthodes sont vues de la même façon pour ce qui est de la teneur en calcium.</p> <p>L'addition des valeurs absolues ne semble pas modifier la perception de la quantité de calcium présente, mais peut, en fait, accroître la confusion.</p>

2. Efficacité des trois présentations bilingues

Selon les réactions de l'ensemble des participants, les trois présentations bilingues sont aussi efficaces l'une que l'autre (tableau 11; figure 7). Règle générale, aucun des trois ne réduit ni n'accroît la portée globale de l'étiquette.

Tableau 11 – Efficacité des présentations bilingues

Mesures d'efficacité	Cascade (n=448)	Pourcentage des Canadiens			A, F distincts (n=451)
		A/F côte à côte			
		Total (n=432)	Angl. (n=269)	Franç. (n=163)	
1. Communication de la teneur en nutriments					
Teneur en protéines d'une portion	89	87	88	82	91
NET: Toute mention correcte	5	7	5	14	4
NET: Toute mention incorrecte					
Teneur en matières grasses d'une portion	88 ¹	83	83	84	84
NET: Toute mention correcte					
2. Facilité de trouver l'information sur la teneur en protéines					
Très facile à trouver (protéines)	68	67	69	62	74 ²
3. Utilité de l'information sur la teneur en matières grasses ou en calcium					
Très utile (matières grasses)					
Très utile (calcium)	48	45	44	48	45
	29	30	29	33	29
4. Communication de la valeur relative en matières grasses ou en calcium d'une portion					
« Beaucoup de gras »	67 ³	63	65	57	60
« Beaucoup de calcium »	21	27	27	27	23

Nota : Ces notes indiquent des pourcentages statistiquement significatifs, à un degré de confiance de 95 % :

¹ Comparativement au total pour la présentation en anglais-français côte à côte

² Comparativement aux autres méthodes, sauf anglais-français côte à côte auprès des anglophones

³ Comparativement à l'anglais-français côte à côte auprès des francophones

Les cotes pour la facilité de trouver l'information et son utilité s'appuient sur une échelle de 10 points.

(10=Très facile à trouver, 1=Très difficile à trouver; et 10=Très utile, 1=Pas du tout utile)

- ◆ Plus de 80 % des Canadiens ont interprété correctement la teneur en protéines ou en matières grasses sur les trois formats d'étiquette.

Efficacité des options du tableau d'information nutritionnelle

- ◆ L'information nutritionnelle semble assez facile à repérer puisque plus de 60 % des répondants ont affirmé la trouver très facilement dans les trois types de présentation qu'ils ont consultés. Il n'est nullement surprenant que les gens aient plus de facilité à trouver l'information en français ou en anglais sur des tableaux distincts, étant donné le peu de texte par tableau.
- ◆ La seule autre différence se manifeste chez les francophones qui, à première vue, éprouvent plus de difficulté à repérer l'information sur les protéines qui est présentée en « anglais et français côte à côte ». Toutefois, la difficulté initiale semble surmontée aisément, et cette présentation bilingue donne des résultats semblables à ceux des « tableaux distincts » et à la présentation en « cascade » quand il s'agit de matières grasses et de calcium.
- ◆ Tous les types de présentation sont considérés comme égaux mais non particulièrement utiles. Aucun ne se distingue par sa capacité de communiquer les valeurs relatives en nutriments tels que le calcium et les matières grasses.

Tout porte à croire que ces trois présentations bilingues devraient arriver à communiquer efficacement les renseignements du tableau d'information nutritionnelle tant et aussi longtemps que l'information est soutenue par une conception graphique solide.

Figure 7 – Sommaire de l'efficacité des trois présentations bilingues

Communication juste de la teneur en nutriments	<p>Les trois présentations bilingues donnent toutes dans l'ensemble de bons résultats chez les participants et ils permettent une excellente interprétation de l'information nutritionnelle.</p> <p>Cependant, lors d'une analyse selon les groupes linguistiques, il y a tout lieu de croire qu'à première vue, les francophones réussissent beaucoup moins bien à repérer l'information de la présentation côte à côte que des deux autres.</p>
Facilité de repérer l'information nutritionnelle	<p>L'information présentée sous n'importe lequel des trois présentations bilingues est considérée comme étant assez facile à repérer.</p> <p>Toutefois, parmi les trois formats, l'utilisation de tableaux distincts pour l'anglais et le français est considérée comme facilitant de beaucoup la recherche de l'information nutritionnelle.</p>
Utilité de l'information	<p>Il n'y a pas de différence significative dans la capacité de chacune des trois présentations bilingues à communiquer d'une façon jugée utile. Moins de la moitié des Canadiens les considèrent comme étant très utiles.</p>
Efficacité dans la communication	<p>Il n'y a pas lieu de croire que l'une ou l'autre des présentations</p>

Effacité des options du tableau d'information nutritionnelle

des valeurs relatives en nutriments	bilingues augmente ou réduise la capacité de l'utilisateur de lire correctement la teneur en macro-nutriments et en micro-nutriments..
--	--

D. Préférences entre les options de tableau d'information nutritionnelle

1. Méthodes de déclaration des nutriments

Une brève explication a été faite en se servant du calcium comme exemple pour montrer comment interpréter et utiliser les valeurs absolues et le pourcentage de l'AQR. On a présenté aux répondants un produit à base de fromage comme aide visuelle (annexe II) avec les explications suivantes :

« Il y a deux façons de parler de la quantité de nutriments dans une portion d'aliment... L'une des façons est de vous donner la teneur réelle en calcium d'une portion de cet aliment. Par exemple, une portion de cet aliment contient 300 mg de calcium... »

« Ou, nous pouvons vous dire comment la teneur en calcium d'une portion de cet aliment se compare à ce qu'il faut consommer chaque jour. Par exemple, une portion de cet aliment contient 30 % du calcium dont vous avez besoin quotidiennement. Rappelez-vous que nous parlons uniquement de moyennes d'apport quotidien requis et que l'apport quotidien requis varie d'une personne à une autre. »

i) Utilité des méthodes de déclaration des nutriments

Suite à cette courte explication, les participants ont fortement tendance à considérer l'information sur le calcium présentée en % AQR (30 %) comme étant plus utile que la valeur absolue (300 mg) (tableau 12).

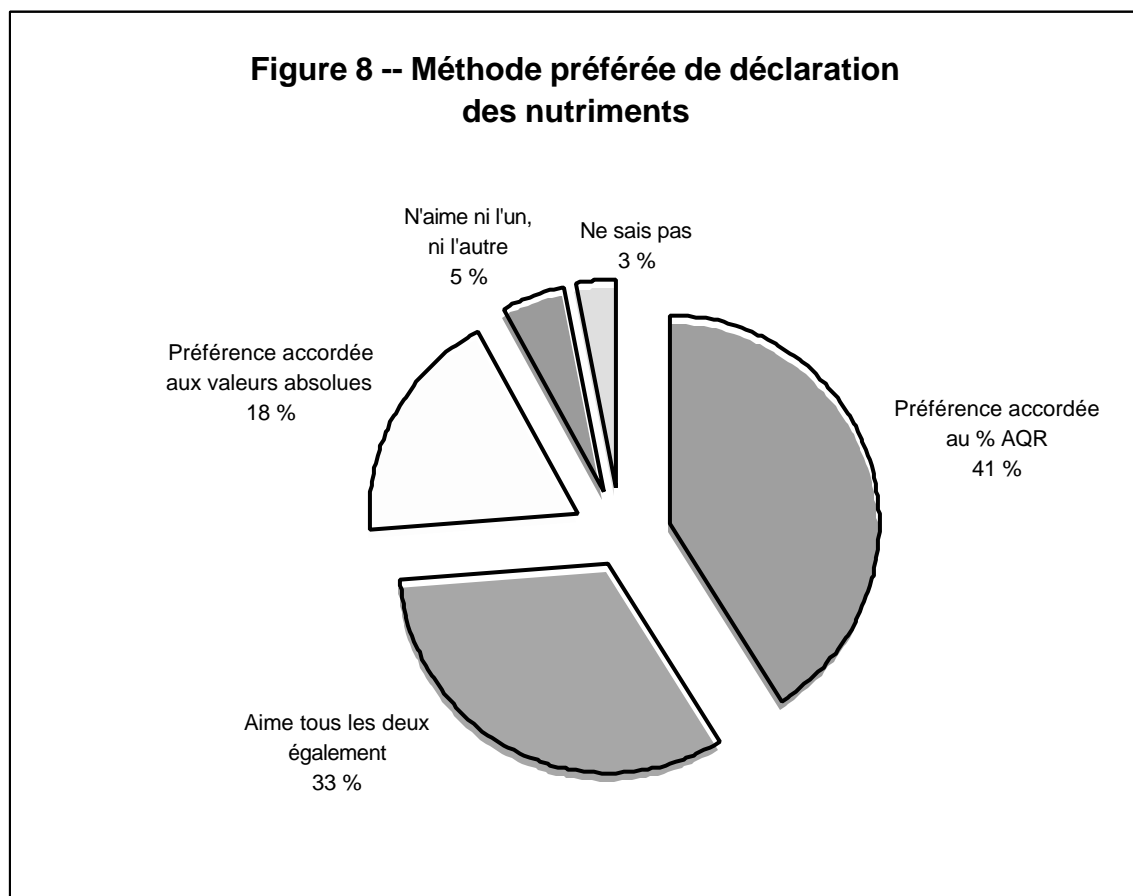
Tableau 12 – Utilité de la valeur absolue par rapport au % AQR

	Pourcentage des Canadiens	
	Valeur absolue (300 mg) (n=1105)	% AQR (30 %) (n=1105)
Très utile (score de 10)	26	38
NET: Utile (score de 9 ou 10)	30	47*
NET: Pas utile (score de 1 ou 2)	24*	11

Nota : *pourcentage statistiquement significatif, à un taux de confiance de 95 %, comparativement à l'autre méthode.
Le score s'appuie sur une échelle de 10 points (10=Très utile; 1=Pas du tout utile)

ii) Préférences à l'égard de la méthode de déclaration des nutriments

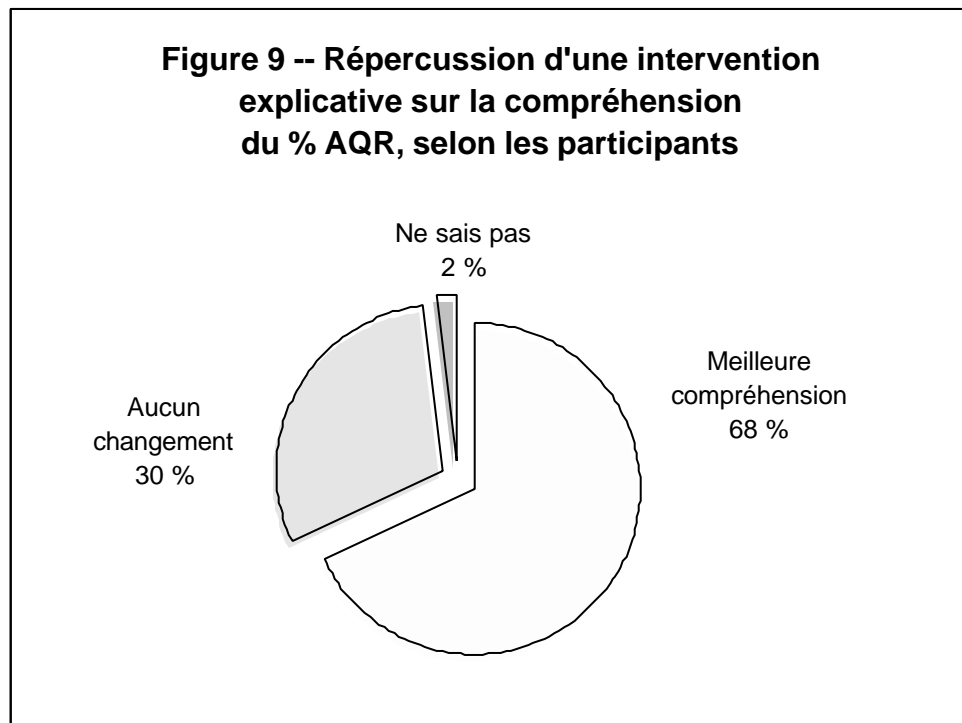
Lorsque après la brève explication, on a demandé aux participants laquelle des méthodes de déclaration des nutriments ils préféraient, ils ont manifesté une forte prédilection pour l'information présentée uniquement en % AQR, suivie d'une préférence égale soit pour les % AQR ou les valeurs absolues (figure 8). La préférence pour le % AQR est constante, toutes catégories confondues (sexe, âge, scolarité et revenu). Cela indiquerait l'utilité de l'information nutritionnelle exprimée dans un contexte relatif et une meilleure compréhension après explication, de son rôle dans l'interprétation des renseignements nutritionnels.



Ceux qui préfèrent l'information présentée en % AQR en soulignent comme principal avantage : qu'elle les aide à déterminer la quantité d'un aliment et d'un nutriment qu'ils doivent consommer pour avoir une alimentation équilibrée. Ils la décrivent aussi comme étant facile à comprendre et à utiliser. Quant aux participants qui préfèrent les valeurs absolues, ils apprécient que la quantité d'un nutriment contenue dans un produit alimentaire soit indiquée de manière exacte et formelle.

iii) Amélioration de la compréhension du % AQR

Le rôle de l'éducation pour mieux faire comprendre la valeur du % AQR est clair puisque 68 % des Canadiens affirment avoir mieux compris ce concept après la brève explication qui leur a été fournie (figure 9). De ce nombre, 93 % disent que, grâce à cette simple intervention explicative, ils seront en mesure à l'avenir de mieux comprendre et utiliser le % AQR.



iv) Autres préférences

On a aussi montré des étiquettes types aux participants et on leur a demandé quelles étaient leurs préférences entre « Pourcentage de la valeur quotidienne » et « Pourcentage de l'apport quotidien recommandé ». Des 71 % de Canadiens qui ont indiqué leur préférence, 84 % ont choisi le terme % AQR.

Des 55 % de Canadiens qui ont indiqué leur préférence entre les propositions de titres « Valeur nutritive » et « Information nutritionnelle », 61 % ont préféré « Information nutritionnelle ».

2. Préférences à l'égard des présentations bilingues

Suite à l'évaluation détaillée de la présentation bilingue qui leur était assignée, les consommateurs ont examiné l'ensemble des trois présentations bilingues ainsi qu'une quatrième option représentant une « cascade inversée » dans laquelle la langue du répondant figure à la droite des nombres.

Bien que l'efficacité des trois présentations bilingues soit comparable, les consommateurs ont des préférences marquées quant à la lisibilité et à la facilité d'utilisation (tableau 13). Seuls les francophones sont divisés entre les trois principales options.

Tableau 13 – Préférences à l'égard des présentations bilingues

	Pourcentage des Canadiens				
	A, F distincts	Cascade dans sa propre langue	A/F côte à côte	Cascade inversée	Aucune préférence
Total des Canadiens (n=1331)	32	23	22	7	15
Anglophones (n=830)	34	23	22	6	14
Francophones (n=501)	21 ¹	27	24	11 ²	16

Nota : pourcentages statistiquement significatifs à un taux de confiance de 95 % :

¹ comparativement au total des Canadiens et anglophones pour la même présentation

² comparativement aux anglophones pour la même présentation

Pour l'ensemble des Canadiens, les tableaux d'information nutritionnelle distincts en anglais et en français s'avèrent le concept le plus populaire. Quoique les réactions soient mitigées chez les sous-groupes de la population, ce format jouit d'un soutien particulièrement fort chez les anglophones (34 %) et chez les Canadiens au revenu plus élevé (37 %). Les répondants le trouvent facile à consulter, à lire et à comprendre en raison de la présentation d'une seule langue par tableau.

Le concept de tableaux distincts jouit d'un soutien plus fort que les formats « cascade dans sa propre langue » et « anglais et français côte à côte » parce que ces deux derniers présentent le français et l'anglais sur le même tableau. Seulement 7 % ont préféré la « cascade inversée »; 39 % la classant en dernier. Enfin, 15 % ont indiqué aucune préférence.

La présentation en « cascade » avec la langue du participant à la gauche jouit d'un soutien uniforme auprès des Canadiens des deux sexes, d'âge, de langue, de niveau de scolarité et de revenu variés. C'est la présentation qui est la moins susceptible d'être la cible de réactions négatives, puisque

Préférences entre les options de tableau d'information nutritionnelle

seulement 6 % des répondants l'ont classée en dernier. Sa lisibilité et sa facilité d'utilisation sont considérées comme ses points les plus forts, lesquels ont d'ailleurs été mentionnés par 44 % de ceux qui ont préféré cette présentation.

Les réactions au format « cascade inversée » sous-entendent que, bien qu'il y ait une sensibilité quant à la place de la langue, en particulier chez les anglophones, ces derniers comme les francophones, trouvent la lecture de droite à gauche relativement facile. Les Canadiens ayant de la difficulté à utiliser la « cascade inversée » évoquent le besoin de lire à rebours et la difficulté de compréhension que cela entraîne.

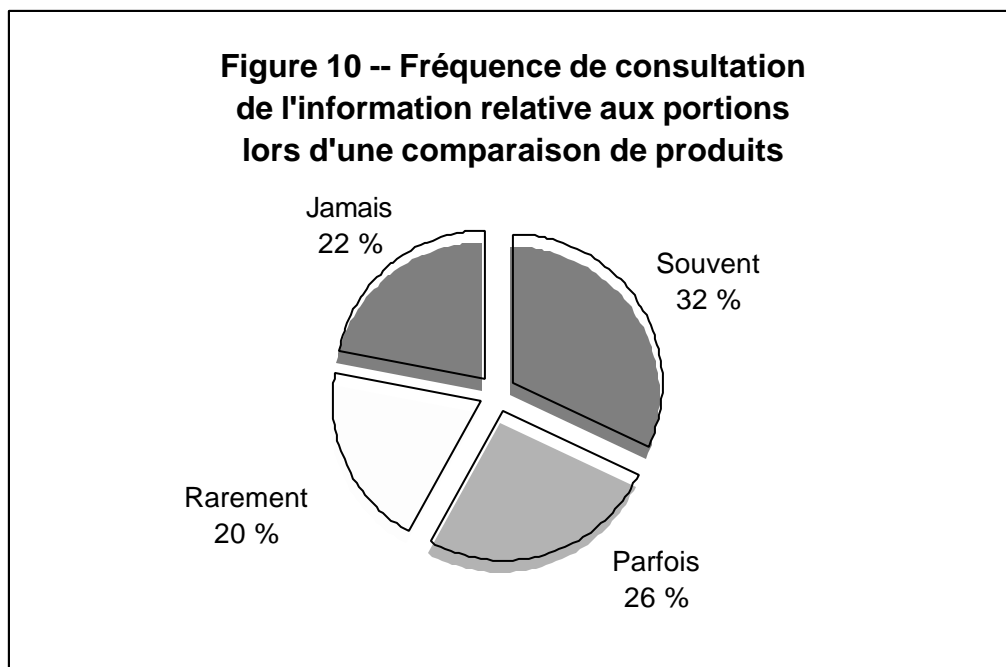
La présentation où l'anglais et le français sont présentés côte à côte obtient le même niveau d'appui que celle en « cascade dans sa propre langue » et est préférée de beaucoup à la « cascade inversée » tant par les anglophones que par les francophones. Parmi ceux qui préfèrent ce format, les raisons invoquées le plus souvent sont la facilité de lecture et la présentation compacte de l'information dans les deux langues. Quant à ceux qui ne favorisent pas du tout ce format, ils évoquent des difficultés telles que la présentation de l'information qui prête à confusion, la densité des messages et la difficulté de lecture. Cette présentation obtient des réactions négatives beaucoup plus fortes à l'inclusion des deux langues dans le même tableau que le format de « cascade dans sa propre langue ».

E. Ce que les consommateurs comprennent de l'étiquetage nutritionnel

Plusieurs variables influent sur le degré de compréhension et sur le mode d'utilisation du tableau d'information nutritionnelle. Celles qui ont été examinées dans le cadre de la présente étude sont décrites ci-après.

1. Compréhension et utilisation de l'information sur la taille des portions

La compréhension de l'information relative aux portions est indispensable à une utilisation juste du tableau d'information nutritionnelle. Près de 42 % des Canadiens utilisent rarement ou jamais la référence à la portion du tableau d'information, pourcentage qui est encore plus élevé chez les personnes plus âgées (54 % de ceux qui ont 55 ans et plus) et chez celles ayant un niveau de scolarité et un revenu plus faibles (50 % de ceux qui ont des études secondaires; 50 % de ceux qui gagnent <25 000 \$). Les femmes en font un usage régulier deux fois plus souvent que les hommes (40 % c. 22 %).



De nombreux Canadiens ne connaissent pas la notion voulant qu'on utilise l'information relative aux portions en relation avec les renseignements nutritionnels d'un aliment. On a présenté aux répondants l'étiquette d'une bouteille de jus de 300 mL affichant une information nutritionnelle relative à une portion de 150 mL et on leur a

Ce que les consommateurs comprennent de l'étiquetage nutritionnel

demandé combien de glucides contient la bouteille de jus. Un nombre important d'entre eux (64 %) ont négligé de doubler la quantité et, par conséquent, ont sous-estimé la quantité de glucides. L'accès à l'information concernant le nombre de portions par bouteille (p.ex, portions par bouteille = 2) n'a pas pour effet d'aider à extrapoler la taille de la portion en fonction de l'information nutritionnelle présentée (65 % des répondants ont répondu incorrectement ou ont été incapables de répondre).

L'évaluation de l'information nutritionnelle selon la taille des portions est considérée comme un défi; 46 % des participants trouvent très ou assez difficile de comparer des produits dont la taille des portions est différente. Pour certains, la difficulté est telle qu'ils choisissent de ne pas consulter le tableau d'information nutritionnelle. Malgré que ce soient les Canadiens plus âgés et ceux dont le niveau de scolarité est plus faible qui éprouvent le plus de difficulté à utiliser l'information relative à la taille des portions, les Canadiens, quelque soit leur âge, niveau de scolarité et revenu, considèrent le manque d'uniformité dans la taille des portions indiquée sur l'ensemble des produits comme un problème d'une ampleur remarquable.

2. Interprétation des concepts nutritionnels

i) % AQR

Le pourcentage de l'AQR est un concept difficile à comprendre pour bien des Canadiens. Avant l'intervention explicative, on a posé des questions pour évaluer les niveaux de compréhension du % AQR.

Les perceptions de la signification de l'information sont variées; seulement le tiers (35 % pour les matières grasses) et la moitié (54 % pour le calcium) des Canadiens comprenaient le pourcentage comme étant une référence aux besoins quotidiens. La complexité de ce concept nutritionnel est encore plus manifeste chez les 20 % de Canadiens qui sont tout à fait incapables de donner une signification quelconque à la référence aux matières grasses et chez les 13 % qui ne savent pas comment interpréter la référence au calcium. Les différences considérables dans l'interprétation des % AQR sont de nouveau manifestes selon l'âge, le niveau de scolarité et le revenu.

La plupart des répondants croient à tort que le pourcentage se rapporte de quelque façon à la quantité du nutriment dans le produit (p.ex. «15 % du produit est constitué de calcium »).

ii) Calories ou énergie

Comme il a été mentionné plus haut, les Canadiens comprennent de façon différente les termes employés dans le tableau d'information nutritionnelle, notamment le terme « calorie ». Pourtant il représente un des éléments le plus apprécié et le plus souvent recherché. On comprend mal que le terme énergie soit l'équivalent nutritionnel de calorie. La perception et même le comportement présumé face à l'énergie et aux calories sont sensiblement différents, en fait :

- ◆ Plus de consommateurs mentionnent l'information sur les calories (16 %) comme étant utile comparativement à l'information sur l'énergie (3 %).
- ◆ Beaucoup plus de consommateurs disent avoir une bonne compréhension des calories (87 %) que ceux qui croient bien s'y connaître en matière d'énergie (69 %). En outre, bien que 41 % signalent que les deux termes sont faciles à comprendre, le terme « calories » a une connotation bien familière pour les 51 % qui affirment qu'il est plus facile à comprendre. Par contre, seulement 6 % soutiennent que le terme « énergie » est plus facile à comprendre que « calories ».
- ◆ Tandis que 64 % des Canadiens comprennent que les termes calorie et énergie ont le même sens et la même référence nutritionnelle, 36 % rapportent que les termes ont un sens différent (28 %) ou qu'ils ne peuvent se prononcer (8 %).
- ◆ Chez 28 % des Canadiens qui croient qu'il y a une différence entre les termes « calorie » et « énergie », la distinction la plus importante est celle qui consiste à parler des calories de façon négative en rapport avec le gain de poids et l'apport en matières grasses. Les calories sont perçues comme « des choses qu'on consomme », alors que l'énergie, c'est « la puissance » ou le résultat positif de ce qui est consommé.
- ◆ Il existe une importante dichotomie sur le plan du comportement : plus de la moitié des Canadiens (55 %) essaient de réduire leur consommation de calories alors qu'ils sont nombreux (40 %) à essayer d'accroître leur apport énergétique.
- ◆ Dans le contexte du tableau d'information nutritionnelle, les divergences perçues entre le terme calorie et la référence nutritionnelle à l'énergie suffisent à confondre certains consommateurs. Par exemple, lorsqu'on leur demande de fournir la teneur en calories d'une portion (deux biscuits) du produit type, 30 % d'entre eux répondent incorrectement ou sont tout à fait incapables de répondre.

3. Liens entre le tableau d'information nutritionnelle et le Guide alimentaire

Pour comprendre le rapport que les consommateurs font entre le *Guide alimentaire canadien pour manger sainement* et le tableau d'information nutritionnelle, on leur a demandé s'il y a une information sur l'étiquette qui facilite un plus grand choix de produits à grains entiers. Bon nombre de consommateurs (64 %) ont répondu par une référence aux fibres sur l'étiquette, toutefois, 25 % ont été incapables de répondre et les autres ont mentionné divers nutriments, comme les protéines, les glucides et les matières grasses.

Les trois quarts (75 %) des consommateurs comprennent que l'information sur le sodium figurant au tableau d'information nutritionnelle représente un moyen de contrôler l'apport en sel. Cependant les autres 25 % ne semblent pas saisir le rapport entre l'information du tableau et le terme courant.

Là encore, dans les deux cas, les obstacles à une utilisation juste du tableau d'information nutritionnelle sont fortement reliés à l'âge et au niveau de scolarité, les Canadiens plus âgés et ceux qui ont un niveau de scolarité et un revenu plus faibles étant ceux qui risquent le plus d'éprouver de la difficulté à se servir de l'information. Par exemple, 36 % de ceux qui ont 55 ans et plus, 35 % de ceux qui ont des études secondaires et 28 % de ceux qui gagnent <25 000 \$ n'ont pas été en mesure de répondre à la question au sujet des fibres alimentaires.

Les différences linguistiques et culturelles sont également apparentes. Les francophones comprennent beaucoup moins bien le rapport entre les renseignements nutritionnels et les produits de grains entiers que les anglophones (36 % c. 23 % ont été incapables de répondre).

4. Ordre de présentation des nutriments

Lorsqu'on leur montre l'ordre de présentation des nutriments au Canada et le tableau des valeurs nutritives (*Nutrition Facts*) adopté aux États-Unis (Annexes III, IV), la majorité des Canadiens (60 %) ne croient pas que l'ordre dans lequel les nutriments sont présentés ait une signification. Les francophones attribuent beaucoup moins un sens à cet ordre que les anglophones (71 % c. 59 %).

Chez les 31 % qui croient qu'il y a un sens à l'ordre de présentation des nutriments, la plupart (35 %) estiment qu'ils sont présentés par ordre d'importance, le plus important nutriment venant en tête de liste. L'ordre est également perçu comme un indicateur de quantités; 23 % de ceux qui croient qu'il y a un sens quelconque affirment que les nutriments présents en plus grande quantité sont indiqués en premier. Enfin, 9 % des consommateurs ne sont pas certains que l'ordre ait ou non une signification.

La plupart des Canadiens (74 %) constatent que les ordres présentés sont tous deux faciles à consulter. Ceux qui ont une préférence ont tendance à sélectionner l'ordre utilisé au Canada plutôt que celui des États-Unis (16 % c. 10 % respectivement). On note une grande uniformité dans les réactions à l'égard de l'ordre utilisé au Canada chez tous les sous-groupes linguistiques et démographiques.

Les préférences exprimées à l'égard de l'ordre de présentation des nutriments semblent correspondre à des préoccupations alimentaires particulières (tableau 14). L'ordre canadien de présentation des nutriments plaît à ceux qui mettent moins l'accent sur les matières grasses et qui accordent plus d'importance aux protéines et au regroupement de l'énergie, des protéines et des matières grasses. À l'inverse, l'ordre américain semble attirer davantage ceux qui mettent l'accent sur les matières grasses et, dans une moindre mesure, sur les calories. Bien des consommateurs qui préfèrent l'ordre américain le font en raison des matières grasses qui sont indiquées toutes en haut du tableau.

Tableau 14 – Ordre préféré et facteurs facilitant la consultation

	Pourcentage des Canadiens	
	Ordre canadien (n=63)	Ordre américain (n=35)
NET : Matières grasses sont en haut de liste	16	59
NET : Calories sont en premier	7	28
Protéines sont en haut de liste	22	1
Énergie, protéines et matières grasses sont regroupées	20	-
NET : Ordre d'importance	21	16
NET : Clair/facile à lire	6	13

5. Déclaration des valeurs zéro

Pour savoir si les consommateurs souhaitent ou non que les nutriments clés figurent sur le tableau d'information nutritionnelle, qu'ils soient ou non présents dans l'aliment, on leur a montré deux types d'étiquette d'un produit à base de fromage. Sur la première, les gras trans et les fibres figuraient avec les valeurs zéro dans la liste de nutriments déclarés; alors que, sur la seconde, ces nutriments avaient été omis de la liste. Près de trois consommateurs sur quatre (73 %) préfèrent la déclaration des valeurs zéro quels que soient le sexe, l'âge, le niveau de scolarité, le revenu ou la langue.

Pour bien des Canadiens (57 %), si le nutriment n'est pas indiqué sur la liste, c'est qu'il n'est pas présent dans l'aliment (tableau 15). Cependant, il y a une certaine incertitude quant à l'information incomplète et aux motifs d'omettre un nutriment du tableau d'information nutritionnelle, et une minorité de consommateurs craignent que le fabricant ait délibérément omis quelque chose. Outre la forte préférence pour la déclaration des valeurs zéro, l'indication explicite des nutriments clés, qu'ils soient présents ou non dans l'aliment, rend les consommateurs confiants d'avoir une liste complète du contenu nutritionnel des aliments.

Tableau 15 – Interprétation d'une omission de nutriments sur le tableau

	Pourcentage des Canadiens (n=378)
NET : L'aliment ne contient pas ce nutriment	57
NET : Information incomplète	18
NET : Information omise	10
Peut avoir été oubliée/négligée	6
Des données peuvent avoir été omises/cachées	4

F. Groupes ayant des besoins alimentaires particuliers

1. Canadiens atteints de diabète

Comparativement aux Canadiens en général, les personnes atteintes de diabète :

- ◆ accordent une importance beaucoup plus marquée au rôle de la nutrition dans leurs achats alimentaires (73 % c. 63 % de la population totale mentionne celle-ci comme extrêmement ou très importante);
- ◆ considèrent davantage l'information nutritionnelle figurant sur l'étiquette comme étant d'une plus grande importance (55 % c. 43 % extrêmement ou très important);
- ◆ jugent particulièrement utiles les renseignements sur les étiquettes qui précisent la valeur nutritionnelle (73 % c. 56 %), en particulier l'information sur les matières grasses (62 % c. 46 %) et sur la teneur en sucre (29 % c. 11 %), ainsi que la liste d'ingrédients (43 % c. 30 %).
- ◆ ne sont pas plus portés à critiquer l'information nutritionnelle qui est présentée actuellement sur les aliments (38 % dans les deux cas n'ont rien à redire), mais sont plus enclins à critiquer les petits caractères (11 % c. 7 %) et à souligner leur difficulté à comprendre comment utiliser l'information fournie (14 % c. 8 %);
- ◆ signalent moins bien comprendre le tableau d'information nutritionnelle; en fait, 26 % (c. 17 % des Canadiens en général) n'ont pas l'impression de le comprendre très bien ou ils ne le comprennent pas du tout. Malgré ce plus faible pourcentage de compréhension, 77 % des Canadiens atteints de diabète se servent du tableau d'information nutritionnelle souvent (42 %) ou parfois (35 %), un pourcentage légèrement supérieur à celui de l'ensemble de la population (70 %);
- ◆ affirment utiliser plus régulièrement le tableau pour comparer des aliments semblables (52 % c. 40 %) et pour les aider à déterminer la quantité d'un aliment qu'ils doivent consommer (33 % c. 23 %) (tableau 16).

Tableau 16 – Fréquence de la consultation du tableau d’information nutritionnelle

	Pourcentage des Canadiens	
	total (n=786)	atteints de diabète (n=81)
<i>Pour comparer des aliments semblables</i>		
Souvent	40	52*
NET : Souvent/parfois	76	77
<i>Pour déterminer la quantité d’un aliment que vous ou votre famille devriez consommer</i>		
Souvent	23	33*
NET : Souvent/parfois	54	66*

Nota : *différence statistiquement significative, à un taux de confiance de 95 %

- ◆ expriment à peu près les mêmes préférences que le reste de la population à l’égard de la méthode de présentation des nutriments. Bien qu’ils attribuent une utilité considérable au % AQR avant la brève explication, ils affirment comprendre beaucoup mieux comment utiliser et interpréter le % AQR après l’explication (81 % c. 68 % des Canadiens en général);
- ◆ risquent davantage de donner une valeur incorrecte ou d’être incapable de répondre lorsqu’on leurs demande de déterminer le nombre de calories d’une portion (deux biscuits) du produit type (47 % contre 30 % de la population en général).

2. Canadiens ayant une maladie du coeur

Comparativement à l'ensemble de la population, les Canadiens ayant une maladie du coeur :

- ◆ accordent la même importance à la nutrition dans les achats alimentaires (62 % c. 63 % de la population totale mentionne la nutrition comme étant extrêmement ou très importante) et à l'information nutritionnelle sur les emballages (42 % c. 43 % extrêmement ou très importante);
- ◆ signalent une moins bonne compréhension du tableau d'information nutritionnelle (22 % c. 17 %), tout comme les Canadiens atteints de diabète. Cela se reflète d'ailleurs dans leur plus faible compréhension exprimée à l'égard des termes tels que glucides, énergie, fer et protéines;
- ◆ indiquent la même fréquence de consultation du tableau d'information nutritionnelle (69 % c. 70 %), ce qui sous-entend que l'utilisation qu'ils font du tableau n'est pas proportionnelle au faible degré de compréhension exprimé;
- ◆ s'efforcent davantage de réduire ou de limiter leur apport en sodium (59 % c. 45 %) et en gras saturés (70 % c. 60 %), malgré que leur intérêt à l'égard de l'information générale sur les matières grasses fournie sur les étiquettes ne soit pas beaucoup plus élevé que la moyenne (55 % c. 46 %);
- ◆ critiquent moins l'information générale fournie sur les étiquettes des aliments (52 % c. 38 % n'ont rien à redire). Cependant, ils se démarquent en critiquant l'insuffisance de l'information nutritionnelle fournie sur les étiquettes; 17 % (c. 8 % en général) mentionnent le manque ou l'insuffisance de l'information sur les étiquettes comme un aspect de l'étiquetage nutritionnel actuel qui leur déplaît. De plus, les Canadiens ayant une maladie du coeur croient moins que la moyenne des gens que le tableau d'information nutritionnelle se retrouve sur tous ou presque tous les aliments (61 % c. 71 %);
- ◆ réagissent face aux autres méthodes de déclaration des nutriments de la même manière que l'ensemble des participants. Toutefois, suite à une brève explication sur l'interprétation du % AQR, beaucoup moins de Canadiens ayant une maladie du coeur considèrent le % AQR comme étant utile (tableau 17).

Tableau 17 – Utilité du % AQR et des valeurs absolues

	Pourcentage des Canadiens			
	% AQR		Valeurs absolues	
	Total (n=1105)	Maladie du coeur (n=144)	Total (n=1105)	Maladie du coeur (n=144)
Très utile (score de 10)	38	30	26	30
NET : UTILE (score de 9 ou 10)	47*	35	30	34

Nota : *pourcentage statistiquement plus élevé, à un taux de confiance de 95 %, comparativement aux Canadiens ayant une maladie du coeur.

Le score s'appuie sur une échelle de 10 points (10=Très utile; 1=Pas du tout utile)

ANNEXES

Annexe I (a-f) – Exemples de tableaux d’information nutritionnelle

Annexe II – Illustration explicative des valeurs absolues (mg) et relatives (% AQR)

Annexe III – Ordre de présentation des nutriments, au Canada

Annexe IV – Ordre actuel de présentation des nutriments, aux É.-U.