



Nutrition et Produits Laitiers Frais

La Lettre Scientifique et Pratique de SYNDIFRAIS

N° 9 • Novembre 2017

Moments de consommation

Yaourts • Laites fermentés • Ferments vivants • Microbiote • Nutrition • Santé

Moments de consommation des produits laitiers frais : toutes les occasions sont bonnes !

C'est un fait : les français aiment les produits laitiers frais (PLF). Près de 9 français sur 10 consomment plusieurs fois par semaine des yaourts, laits fermentés, fromages frais et/ou desserts lactés. Mais **dans quels contextes ont lieu ces consommations ? Existe-t-il des moments de dégustation privilégiés ?** Cette nouvelle édition de la Lettre scientifique et pratique de Syndifrais explore ces questions, notamment grâce aux données des récentes enquêtes « Comportements et consommations alimentaires en France » (CCAF) du CREDOC et Ipsos dédiée aux PLF.

La particularité des français ? Des moments de consommation bien à eux, où chaque type de PLF a sa place, et au cours desquels les PLF répondent à des attentes variées, de la simple envie au besoin physiologique. Les profils types des consommateurs sont analysés dans le détail au regard non seulement de leurs **caractéristiques socio-démographiques** (âge, sexe, catégorie socio-professionnelle), mais aussi de leurs **habitudes alimentaires globales**.

Points clés

- Les produits laitiers frais sont consommés par quasiment tous les français.
- **Une spécificité française** : majoritairement consommés à domicile en fin de repas.
- **Leur consommation ne se limite pas au rôle de dessert.** Selon les horaires et les lieux de consommation, certains produits et formats s'avèrent particulièrement adaptés et plébiscités pour leur diversité et leur praticité, tout en alliant plaisir et santé.
- Les consommateurs de produits laitiers frais se font de plus en plus nombreux avec l'avancée en âge, en particulier chez les femmes.
- Les **grands consommateurs** de produits laitiers frais se distinguent par un **profil alimentaire global plus favorable**.

*Revue de nutrition spécialisée destinée aux professionnels de santé.
Tous les numéros parus sont librement [téléchargeables ici](#).*

Les Produits Laitiers Frais regroupent les yaourts & laits fermentés, les fromages blancs & Petits Suisses, les desserts lactés et les crèmes fraîches.

SOMMAIRE

- 1 Consommation des produits laitiers frais : quand, comment, où, pourquoi ?
- 2 Qui sont les consommateurs de produits laitiers frais ?



SYNDIFrais
PRODUITS LAITIERS FRAIS



Consommation de produits laitiers frais : quand, comment, où, pourquoi ?

Essentiellement consommés à table en guise de dessert, les produits laitiers frais (PLF) restent un marqueur fort associé aux repas structurés des français, tout en ayant leur place à d'autres moments clés de consommation.

Le dessert, moment privilégié de consommation des produits laitiers frais

Les enquêtes « Comportements et consommations alimentaires en France » (CCAF)^[1;2] [cf. encadré page 3] révèlent que, chez les adultes comme chez les enfants, **les PLF sont principalement consommés au déjeuner et au dîner, dans plus de 80 % des cas**. Les PLF occupent ainsi une place de choix parmi les desserts les plus fréquemment consommés par les français, au même titre que les fruits frais ; **une spécificité tout à fait française**. En effet, dans d'autres pays européens, asiatiques ou aux Etats-Unis, ces produits sont avant tout consommés comme collation voire comme substitut de repas, ou encore préférentiellement au petit-déjeuner^[3].

Cependant, les consommations hors fins de repas en France sont loin d'être anecdotiques. Dans l'enquête Ipsos²⁰¹⁷^[4] réalisée pour le Cniel, 20 à 25 % des personnes déclaraient ainsi consommer des PLF à l'occasion du petit déjeuner ; 32 % des enfants avaient l'habitude d'en consommer au goûter ; tandis que 22 % des adultes les consomment aussi à l'occasion d'une collation (matin, après-midi, soir). Les consommateurs interrogés y voient **des produits que l'on peut consommer à toute heure, rassasiants et vecteurs de nutriments importants, comme le calcium**^[4]. Les PLF s'inscrivent ainsi dans une logique de snacking sain.

Des produits consommés à la maison... qui accompagnent aussi les mangeurs nomades

Tout comme leurs repas^[5], c'est chez eux que les français consomment très préférentiellement les PLF : dans 76 % et 86 % des cas respectivement chez les enfants et les adultes^[1] et 13 % des consommations prend place à la cantine chez les enfants. Cependant, les consommations en extérieur (hors cantine) occupent de plus en plus de terrain, notamment chez les enfants : elles ont été multipliées par trois en trois ans^[1;2]. Cela peut s'expliquer par le développement de PLF adaptés aux repas ou collations en extérieur : dessert lacté dans une formule-déjeuner à emporter ou yaourt à boire pour le goûter. Les formats à boire se révèlent particulièrement appréciés à cette occasion : plus de 40 % des consommateurs adultes et enfants déclarent les consommer au goûter^[4].

À chaque moment son produit laitier frais !

- **Yaourts et fromages blancs se consomment à tous les repas mais occupent une place de choix au petit-déjeuner** puisqu'ils représentent respectivement 74 % et 25 % des produits laitiers frais consommés par les adultes à cette occasion.
- **Les desserts lactés connaissent un franc succès au déjeuner et au dîner** : plus de neuf desserts lactés sur dix sont ainsi consommés en fin de repas.
- Le goûter accueille quant à lui tous les types de produits laitiers frais.

Source : [2]

Toutes les occasions sont bonnes pour consommer des produits laitiers frais

Interrogés sur leurs moments et leurs motifs de consommation, un panel représentatif de la population française déclarait consommer des produits laitiers frais...



AU PETIT-DÉJEUNER

23 %

25 %

EN FIN DE REPAS

72 %

83 %

EN EN-CAS

22 %

37 %

% prenant des produits laitiers frais

* Déclaration de consommation sur les 3 derniers mois

... mais aussi parfois pour répondre à certains besoins :

33 %

Pour m'aider à digérer

30 %

Pour aider à s'endormir

31 %

Avant un effort physique

35 %

Après un effort physique

% d'adultes qui ont déjà consommé un produit laitier pour le motif indiqué

Source : Etude quantitative Ipsos – Janvier 2017
1 000 consommateurs de 15 à 70 ans
500 mères d'enfants âgés de 1 à 14 ans^[4]



Qui sont les consommateurs de produits laitiers frais ?

Si la grande majorité des Français consomme des produits laitiers frais (PLF), certains produits sont particulièrement appréciés de certaines tranches d'âge et les consommations sont toujours plus importantes chez les femmes à l'âge adulte.

Des niveaux de consommation variables selon l'âge et le sexe

Une grande majorité de français consomme des PLF : 93 % des enfants et 86 % des adultes, avec en moyenne 5 à 6 consommations par semaine pour les enfants (3-17 ans) et presque 5 pour les adultes (≥ 18 ans)^[2]. Néanmoins, quand on observe les consommateurs de plus près, quelques spécificités apparaissent en fonction de l'âge et du sexe.

Ainsi, **les plus jeunes et les plus âgés sont ceux qui en consomment le plus, avec à la fois les taux de consommateurs les plus élevés et les fréquences de consommation les plus importantes.** Les plus jeunes (3-5 ans) s'imposent de loin comme les plus grands consommateurs de fromages blancs et petits suisses. Les yaourts sont plus souvent consommés pendant l'enfance, l'adolescence et chez les seniors. Quant aux desserts lactés, ils accompagnent les consommateurs à tous les âges de la vie, avec une fréquence de consommation un peu plus élevée chez les enfants^[2].

Des différences de consommation en fonction du sexe ? Pendant l'enfance, il n'existe pas de différence majeure entre garçons et filles. À l'adolescence, on constate que les garçons consomment plus fréquemment des PLF que les filles. Mais avec l'avancée en âge, ce sont définitivement les femmes qui deviennent les championnes de la consommation, loin devant ces messieurs^[2].

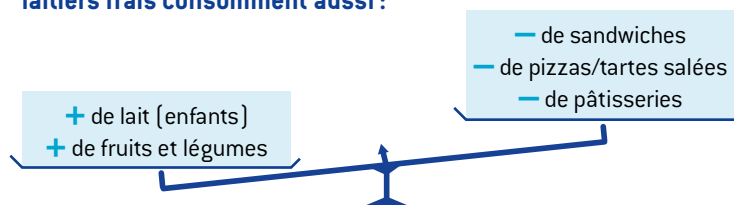
Les profils alimentaires et socio-économiques des consommateurs de produits laitiers frais

Les études se suivent et le confirment : **les PLF constituent le marqueur d'une alimentation de meilleure qualité.** Une étude approfondie des habitudes alimentaires des grands consommateurs de PLF (> 6 portions/semaine) a mis en évidence un profil alimentaire et des apports nutritionnels globalement plus satisfaisants chez ces derniers^[6].

La consommation de PLF pourrait aussi s'avérer liée à certaines caractéristiques socio-économiques des français. Ainsi, **chez les enfants, la consommation de PLF se révèle plus élevée lorsque les parents possèdent un diplôme de l'enseignement supérieur^[2].**

LE SAVIEZ-VOUS ?

■ Les grands consommateurs de produits laitiers frais consomment aussi :

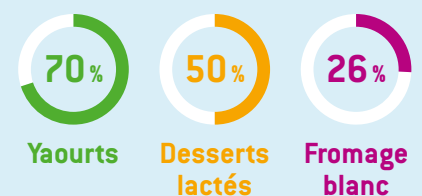


Source : [2]

Quelques chiffres

■ 7 français sur 10 consomment des yaourts, 5 sur 10 des desserts lactés et 2 sur 10 des fromages frais.

% de français consommant chacun des produits



Source : CRÉDOC



■ Avec des taux de consommateurs $\geq 95\%$, et plus de 6 produits laitiers frais (PLF) consommés par semaine en moyenne, ce sont les jeunes enfants (3-5 ans) et les femmes de 55-64 ans qui se partagent le podium de la consommation de PLF.

■ Parmi les amateurs de PLF, environ un tiers en consomment un ou plus par jour.

Source : [2]

LES ENQUÊTES CCAF CREDOC 2013/2016^[1,2]

Les enquêtes « Comportements et consommations alimentaires en France » (CCAF) sont des enquêtes réalisées tous les trois ans par le CREDOC. Le volet 2016 intègre les données recueillies auprès d'un échantillon représentatif de 1 735 adultes et 1 354 enfants et adolescents.

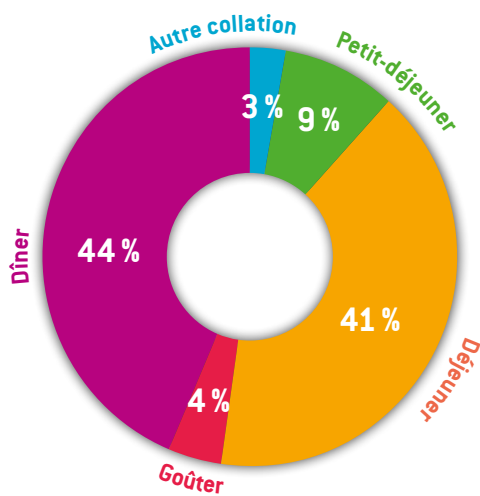
LE SAVIEZ-VOUS ?

■ Produits laitiers frais : des goûts bien marqués selon les pays

Du yaourt 0 % au dessert liégeois, en passant par les mousses aux fruits ou encore les faisselles, les produits laitiers frais (PLF) se déclinent à l'infini en France, mais aussi à travers le monde. Par exemple, on observe depuis quelques années aux Etats-Unis un réel engouement pour le yaourt à la grecque, consommé comme en-cas, alors qu'en Chine le plébiscite va au yaourt probiotique, de préférence à boire^[3]. Plus près de nous, le vla, la fameuse crème dessert des Néerlandais, avec 16 kg consommés par an par habitant, place ce pays au premier rang des consommateurs de desserts lactés en Europe, suivi par la France avec environ 6 kg/an/habitant. Quant aux fromages frais, c'est en Europe du Nord, et en particulier en Finlande, qu'ils connaissent le plus vif succès avec presque 7 kg/an/habitant^[2].

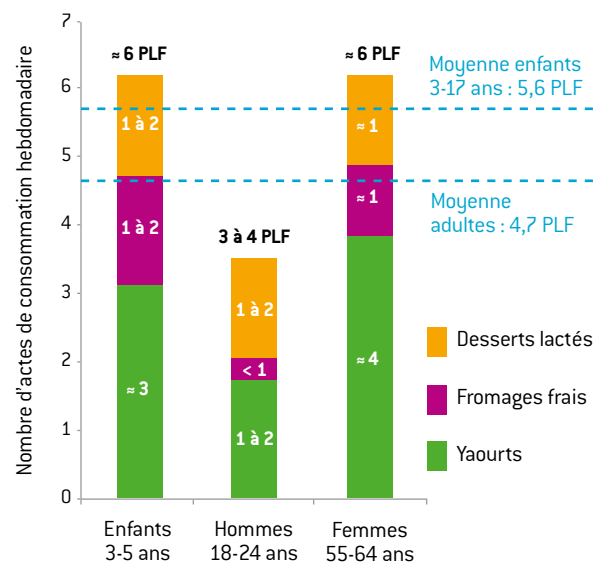
En résumé

■ Le repas en famille, un moment incontournable de consommation des produits laitiers frais



Source : [2]

■ Des consommations plus marquées pendant la petite enfance et chez les femmes > 55 ans



Directeur de la publication :
Véronique Fabien-Soulé [Syndifrais]

Rédaction : Symbiotik®

Comité de lecture :
Commission Nutrition Syndifrais
présidée par Tiphaine Gimbert
Brigitte Coudray [CERIN]

Conception graphique : Coppélia®

Abonnement électronique : [Cliquez ici.](#)

Syndifrais :
Organisation professionnelle des fabricants
français de produits laitiers frais
42, rue de Châteaudun
75314 PARIS cedex 9 – France

www.syndifrais.com
syndifrais@syndifrais.com
Twitter : @Syndifrais FR

- [1] CREDOC. Enquête « Comportements et consommations alimentaires en France » (CCAF) 2016. Panorama de la consommation de produits laitiers en France – Rapport spécifique pour le CNIEL.
- [2] CREDOC. Enquête « Comportements et consommations alimentaires en France » (CCAF) 2013 – Rapport spécifique pour le CNIEL.
- [3] DSM. Dairy global insight series. Patterns in yogurt consumption. 2015.
- [4] Ipsos. Etude fondamentale Quali/Quanti sur les produits laitiers frais. Enquête réalisée pour le CNIEL. Mars 2017.
- [5] Anses. Étude individuelle nationale des consommations alimentaires 3 (INCA 3). 2017.
- [6] Lecerf JM, Colin J, Hebel p, Bongard V, Ferrières J. Les consommateurs de produits laitiers frais : des consommateurs comme les autres ? Analyse de leurs profils alimentaires et nutritionnels. Nutrition clinique et métabolisme. 2015 ; Vol. 30 (1) pp 11-21.
- [7] Euromonitor International. Marché des produits laitiers frais. Europe et Monde. Ventes en magasins - Année 2016.

SYNDIFrais
PRODUITS LAITIERS FRAIS