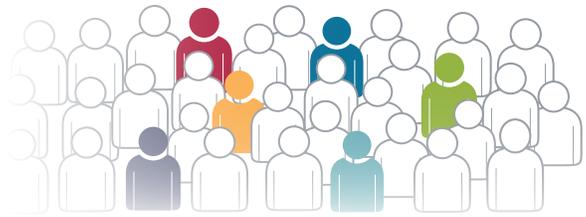


## SURVEILLANCE DES habitudes de vie



# Les achats alimentaires des Québécois de 2006 À 2010 au regard de la saine alimentation – Résumé

Les Québécois consacrent une partie importante de leur revenu aux achats alimentaires. Leurs habitudes d'achat se font majoritairement dans des supermarchés où une très grande gamme de produits leur est offerte. Qu'achètent-ils alors? La composition de leur panier d'épicerie a-t-elle varié au cours des dernières années? Qu'en est-il de leurs achats d'aliments de bonne valeur nutritive ou de ceux qui le sont moins? Les Québécois sont de plus en plus nombreux à choisir des aliments en fonction de leur contenu nutritionnel ou selon leur mode de production et de préparation. Comme ils disposent moins de temps pour préparer les repas, ils choisissent aussi les aliments en fonction du temps de leur préparation et ils sont de plus en plus nombreux à acheter des aliments ou des repas déjà préparés, qu'ils soient frais ou congelés.

Ce résumé décrit les achats alimentaires qu'ont faits les Québécois entre 2006 et 2010 (Blanchet et Rochette, 2013). Les achats de certains aliments ou groupes d'aliments, nutritifs ou moins nutritifs, ont été estimés ainsi que leur évolution pendant cette période de cinq années. La présente étude fournit des informations pouvant être utilisées par les nutritionnistes, les décideurs et acteurs œuvrant dans les secteurs de la santé, de l'agroalimentaire ou de la transformation et de la distribution alimentaire.

## Méthodologie

Les données de l'étude sont les données ACNielsen qui ont été obtenues par la lecture optique des ventes dans magasins de détail. Ces données proviennent de trois grandes sources : les grands marchés d'alimentation ou supermarchés du Québec, les pharmacies produisant un chiffre d'affaires annuel supérieur à 1 million de dollar, les magasins à grande surface ou à rayons (dont Walmart et Zellers) (Hitayezu, 2013).

Les aliments sélectionnés pour l'étude devaient avoir une contribution significative sur le plan nutritionnel, que ce soit de façon positive ou non (Blanchet et Rochette, 2013). Les quatre groupes alimentaires du Guide alimentaire canadien (GAC), mais aussi les matières grasses, les grignotines, les boissons sucrées, les repas préparés ou prêts-à-manger, frais ou congelés, ont été sélectionnés à cause de leur popularité croissante chez les Québécois. L'évolution des achats alimentaires entre 2006 et 2010 a été vérifiée en dollars (c'est-à-dire la somme dépensée en dollars pour l'aliment) puis en volumes (c'est-à-dire la quantité de l'aliment qui a été achetée). Des proportions ont aussi été calculées en vue de connaître la contribution des achats de certains aliments par rapport à un regroupement d'aliments ou au total des achats alimentaires. Par exemple, la contribution (en proportion) des achats en dollars du pain blanc par rapport au total des achats de produits de boulangerie.

## Achats d'aliments et de boissons

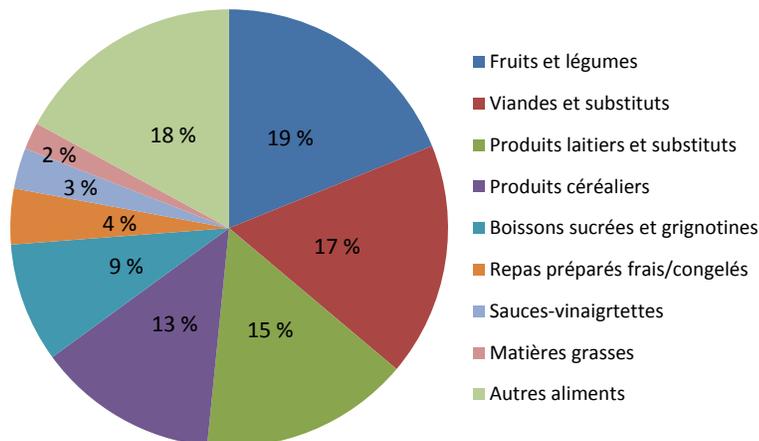
### Tendances observées

La figure 1 montre que les fruits et les légumes représentent la plus grande part des achats alimentaires moyens (19 %), suivis de près par les viandes et leurs substituts (17 %), puis les produits laitiers et leurs substituts (15 %), et par les produits céréaliers (13 %). Les boissons sucrées et les grignotines ont contribué à près du dixième des achats alimentaires entre 2006 et 2010. Les mets préparés ou repas prêts-à-manger, réfrigérés ou congelés, ont représenté 4 % des achats, les sauces-vinaigrettes, 3 % et les matières grasses, 2 %. Les autres aliments (18 %) concernent les condiments, les produits pour cuisiner, les épices, l'eau en bouteille ou les boissons alcoolisées vendues en épicerie. Les achats de ces aliments n'ont pas été analysés dans la présente étude.

## Les achats de fruits et légumes

Les achats en dollars de fruits et de légumes effectués entre 2006 et 2010 ont connu une hausse significative. Les légumes ont représenté 49 % des achats en dollars pour le groupe des fruits et légumes, les fruits 37 % et les jus de fruits 13 %. Lorsqu'on se réfère aux volumes d'achats

de fruits et légumes entre 2006 et 2010, les proportions moyennes se répartissent comme suit : 54 % pour les légumes frais et 47 % pour les fruits frais. Notons que les achats des jus de fruits en volumes et en dollars ont significativement augmenté au cours de la période de 5 ans, qu'ils soient frais ou en conserve.



**Figure 1** Proportions moyennes des achats pour les groupes d'aliments sélectionnés par rapport aux achats alimentaires annuels moyens en dollars entre 2006 et 2010

Source des données : ACNielsen et MAPAQ; Analyses statistiques : INSPQ, 2012.

## Les achats de produits laitiers

Le lait de base a représenté 18 % des achats de produits laitiers et les laits spécialisés, 12 % (laits oméga-3, etc.). Tous les produits laitiers ont connu une hausse en termes d'achats en dollars ou en volumes entre 2006 et 2010, sauf les fromages et les laits spécialisés. Les fromages ont quand même représenté près de la moitié des dollars (43 %) déboursés par les Québécois pour l'achat de produits laitiers. Le volume du lait de base (46 %) est resté stable au cours de la période. Cependant, on note une hausse des volumes d'achats de (16 %) et des boissons de soja (33 %).

## Les achats de produits céréaliers

Entre 2006 et 2010, la contribution moyenne du pain blanc aux achats (en dollars et en volumes) de produits de boulangerie a été plus élevée (27 %) que celle des pains de blé ou de grains entiers (17 %). De plus, les pains plats (pains *pita*, *Naan*, *tortillas*), ainsi que les barres granola ou les muffins en barres, semblent contribuer de plus en plus aux achats de boulangerie fraîche. En outre, on a noté une hausse de 54 % quant à la part des pains plats dans les volumes d'achats des produits de boulangerie.

## Les achats de viandes et de leurs substituts

Les viandes ont contribué en moyenne à 68 % des achats en dollars du groupe des viandes et leurs substituts entre 2006 et 2010. Soulignons que les données ACNielsen ne comprennent pas les achats de poissons et fruits de mer frais. La part du bœuf parmi les achats de viandes ou leurs substituts était de 31 %, suivie de celle des charcuteries (22 %), de la volaille (18 %) et du porc (11 %). Les volumes d'achats des viandes ont aussi augmenté et il en est de même pour les œufs, le tofu et les légumineuses. Notons que la part du tofu en volumes d'achats par rapport aux autres types d'aliments du groupe des viandes et substituts s'est accrue de 45 % pendant la période.

## Les achats de matières grasses

Bien que les matières grasses ne représentent qu'une petite partie (2 %) des achats alimentaires en termes de dollars, leur importance n'en demeure pas moins grande dans l'alimentation des Québécois. Les achats en dollars des matières grasses ont significativement augmenté entre 2006 et 2010. En termes de volumes d'achats, la margarine

apparaît plus populaire que le beurre car 38 % des volumes d'achats de matières grasses lui ont été consacrés comparativement à 31 % pour le beurre. Enfin, les volumes d'achats de l'huile d'olive, qui possède des propriétés nutritionnelles intéressantes, ont connu une hausse moyenne de 42 % pendant la période.

## Les achats de repas ou mets prêts-à-manger

Les achats en dollars des repas ou mets prêts-à-manger réfrigérés ont augmenté entre 2006 et 2010. En effet, les mets réfrigérés semblent gagner en popularité au profit des mets congelés. De fait, les volumes d'achats des repas réfrigérés ont connu une hausse de 66 % au cours de la période.

## Les achats de grignotines et de boissons sucrées

Les achats en dollars de boissons sucrées ont représenté en moyenne 4 % des achats alimentaires entre 2006 et 2010. Concernant les achats de grignotines, ils ont contribué à 5 % des achats alimentaires entre 2006 et 2010. Notons que les achats relativement fréquents de boissons gazeuses et de grignotines effectués dans des dépanneurs ou dans de petites épiceries de quartier ne sont pas incluses dans les données d'ACNielsen. En termes de volumes d'achats, les boissons gazeuses ont représenté en moyenne 72 % des volumes d'achats de boissons sucrées comparativement à 28 % pour les autres boissons sucrées (boissons aux fruits, thés glacés, etc.). Les volumes d'achats des grignotines salées ont connu une hausse durant la période étudiée alors que ceux des grignotines sucrées ont significativement diminué.

## Conclusion

Cette étude a situé l'importance de certains achats d'aliments ou de groupes d'aliments pour lesquels il existe des préoccupations en santé publique et qui nécessitent une surveillance particulière. Les données de l'étude représentent un peu plus de 70 % des ventes alimentaires dans le secteur de la grande distribution au détail au Québec. Les hausses des achats en dollars de la grande majorité des groupes d'aliments observées entre 2006 et 2010 sont attribuables en grande partie à l'augmentation

des volumes d'achats des Québécois, et cela compte tenu de la croissance démographique, mais aussi de la hausse du prix des aliments.

Les dépenses liées à l'alimentation sont en général classées au troisième rang au Québec, après les dépenses pour le logement et celles allouées au transport. D'après les données les plus récentes collectées par Statistique Canada, les Québécois ont alloué en moyenne 12 % de leurs dépenses totales à l'alimentation en 2011, soit 7 483 \$ pour acheter des aliments (Hitayezu, 2013; Statistique Canada, 2011). Les futures tendances qu'on observera au Québec au regard de la consommation de certains types d'aliments seront liées à l'augmentation des populations immigrantes, à la diversification des goûts culinaires mais aussi aux tendances sociétales, comme l'intérêt croissant pour une alimentation saine, pour les aliments nouveaux ou de spécialité, ou la recherche de plats prêts à manger ou nécessitant peu de temps de préparation (Robitaille, 2012). Les résultats de la présente étude appuient ces prévisions.

## Références

- Blanchet C et L Rochette. 2014. Les achats alimentaires des Québécois au regard de la saine alimentation. Rapport. Institut national de santé publique du Québec, Unité de surveillance des maladies chroniques et de leurs déterminants. 24 p.
- Hitayezu, Félicien. 2011. Dépenses alimentaires des Québécois dans la grande distribution au détail en 2012. Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ), Direction des études et des perspectives économiques. Québec. 32 p.
- Robitaille, Josée. 2012. Quels produits alimentaires ont connu la plus forte hausse de prix depuis dix ans? Bioclips, Actualité bioalimentaire. Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ), Direction des études et des perspectives économiques. Québec. 20 (30) : 1.
- Statistique Canada. 2013. Enquête sur les dépenses des ménages au Canada de 2011. Statistique Canada, Division de la statistique du revenu. En ligne : <http://www.statcan.gc.ca>.

## Auteurs

**Carole Blanchet** et **Louis Rochette**

Unité Surveillance des maladies chroniques et de leurs déterminants  
Bureau d'information et d'études en santé des populations

## Collaboratrices

**Myriam Gagné** et **Catherine Maisonneuve**

Unité Surveillance des maladies chroniques et de leurs déterminants  
Bureau d'information et d'études en santé des populations

## Lectrice

**Danielle St-Laurent**

Bureau d'information et d'études en santé des populations

## Remerciements

Les auteurs souhaitent remercier le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec, dont la Direction des études et des perspectives économiques, pour leur collaboration et l'obtention des données AC Nielsen.

Dans la même collection *Surveillance des habitudes de vie* :

Numéro 1 : Surveillance du statut pondéral chez les adultes québécois : portrait et évolution de 1987 à 2010 – Document synthèse

Numéro 2 : Les achats alimentaires des québécois de 2006 à 2010 au regard de la saine alimentation  
Les achats alimentaires des québécois de 2006 à 2010 au regard de la saine alimentation – Résumé

Ce document est disponible intégralement en format électronique (PDF) sur le site Web de l'Institut national de santé publique du Québec au : <http://www.inspq.qc.ca>.

Les reproductions à des fins d'étude privée ou de recherche sont autorisées en vertu de l'article 29 de la Loi sur le droit d'auteur. Toute autre utilisation doit faire l'objet d'une autorisation du gouvernement du Québec qui détient les droits exclusifs de propriété intellectuelle sur ce document. Cette autorisation peut être obtenue en formulant une demande au guichet central du Service de la gestion des droits d'auteur des Publications du Québec à l'aide d'un formulaire en ligne accessible à l'adresse suivante : <http://www.droitauteur.gouv.qc.ca/autorisation.php>, ou en écrivant un courriel à : [droit.auteur@cspq.gouv.qc.ca](mailto:droit.auteur@cspq.gouv.qc.ca).

Les données contenues dans le document peuvent être citées, à condition d'en mentionner la source.

DÉPÔT LÉGAL – 1<sup>er</sup> TRIMESTRE 2014  
BIBLIOTHÈQUE ET ARCHIVES NATIONALES DU QUÉBEC  
BIBLIOTHÈQUE ET ARCHIVES CANADA  
ISSN : 2291-5478 (VERSION IMPRIMÉE)  
ISSN : 2291-5486 (PDF)

©Gouvernement du Québec (2014)