



ASSEMBLÉE NATIONALE

14ème législature

politique de la santé

Question écrite n° 97431

Texte de la question

M. Michel Sordi attire l'attention de Mme la ministre des affaires sociales et de la santé sur le déclin de la prise du petit-déjeuner en France. Le petit déjeuner est essentiel à l'équilibre nutritionnel et garant d'une bonne santé. De l'avis de nombreux médecins nutritionnistes, le petit-déjeuner est la première pierre de l'édifice qui mène à l'équilibre alimentaire de la population. Depuis plusieurs mois, le collectif du petit-déjeuner tire la sonnette d'alarme sur le déclin du petit-déjeuner mis en lumière par les études du CREDOC en 2013 et 2014. Cette étude relate que la prise quotidienne du petit-déjeuner est de plus en plus négligée et qu'elle est en nette régression chez les enfants, les adolescents et les personnes les plus défavorisées. Il lui demande si le Gouvernement est prêt à engager une campagne de communication pour mettre en avant l'intérêt et les bienfaits du petit-déjeuner.

Texte de la réponse

D'après les données de l'étude individuelle nationale des consommations alimentaires (INCA 2) réalisée en 2006-2007 par l'agence française de sécurité sanitaire des aliments (Afssa), 86,9 % des adultes et 75,2 % des enfants (3-17 ans) prennent systématiquement un petit-déjeuner. La régularité de prise des différents repas diminue progressivement à partir de 10 ans : 87% des 3-10 ans prennent un petit-déjeuner chaque matin, ils ne sont que 71 % entre 11 et 14 ans et 50% entre 15 et 17 ans. Les bénéfices du petit-déjeuner sur l'équilibre nutritionnel de la journée, les performances physiques et intellectuelles sont bien connus. Le programme national nutrition-santé (PNNS) (2011-2015) développe des actions relatives notamment à l'éducation nutritionnelle qui prennent appui sur les repères nutritionnels développés sous l'égide de l'agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses). Ceux-ci préconisent la promotion des repas structurés et réguliers notamment la prise quotidienne du petit-déjeuner. Diverses campagnes médiatiques ont été mises en œuvre par l'institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes) devenu agence nationale de santé publique (ANSP), santé publique France (SPF) pour sensibiliser les enfants et les familles à cette question. Les guides nutrition de l'ANSP, SPF « La santé vient en mangeant » largement diffusés sont mis à disposition et commentés par des professionnels compétents. Ces guides ont été adaptés pour les parents avec le « Guide nutrition des enfants et ados pour tous les parents » et pour les adolescents avec le « Guide nutrition pour les ados J'aime manger j'aime bouger ». Des recommandations sont données sur la composition du petit-déjeuner et les guides réalisés selon différents portraits de mangeurs, permettent que chacun puisse retrouver des conseils personnalisés en fonction de ses habitudes alimentaires et de son mode de vie, ceci en conservant le plaisir de manger. L'Anses a été saisie en 2012 par la direction générale de la santé pour actualiser les repères de consommations alimentaires du PNNS, et donnera notamment des recommandations sur le rythme des repas. Le rapport est attendu début 2017 et il fournira les bases pour élaborer les outils de transmission des messages liés aux repères actualisés. Une nouvelle évaluation de la consommation alimentaire de la population en France est en cours via la troisième étude individuelle nationale des consommations alimentaires (INCA 3) menée par l'Anses, dont les résultats attendus en 2017 seront complétés par le volet nutritionnel de l'étude Esteban réalisée par l'ANSP, SPF qui comprendra aussi des données biologiques. Ces études apporteront des nouveaux éléments sur la prise de petit-déjeuner chez les

adultes et les enfants dans la population française, ainsi que son évolution. Le futur programme relatif à la nutrition et la santé prévu pour 2017 prendra en compte ces divers résultats.

Données clés

Auteur : [M. Michel Sordi](#)

Circonscription : Haut-Rhin (4^e circonscription) - Les Républicains

Type de question : Question écrite

Numéro de la question : 97431

Rubrique : Santé

Ministère interrogé : Affaires sociales et santé

Ministère attributaire : Affaires sociales et santé

Date(s) clé(s)

Question publiée au JO le : [5 juillet 2016](#), page 6088

Réponse publiée au JO le : [20 décembre 2016](#), page 10523