



# CLASSIFICATION DES ALIMENTS ET MARKETING ALIMENTAIRE

*Cette fiche d'information fait partie d'une série qui a été élaborée pour aider les parents, les tuteurs et les éducateurs à comprendre comment les enfants perçoivent et interprètent les aliments emballés.*

## CONTEXTE

À l'occasion de groupes de discussion menés auprès de plus de 600 élèves de la 1<sup>re</sup> à la 9<sup>e</sup> année, on a élaboré un programme d'initiation aux médias et de marketing alimentaire. Les enfants ont exprimé leur opinion sur les images et couleurs employées pour les emballages, ainsi que sur les affirmations, tableaux de valeurs nutritives et listes d'ingrédients qui s'y trouvent imprimés. On a demandé aux enfants quels facteurs leur permettent de savoir si un aliment emballé est bon pour la santé.

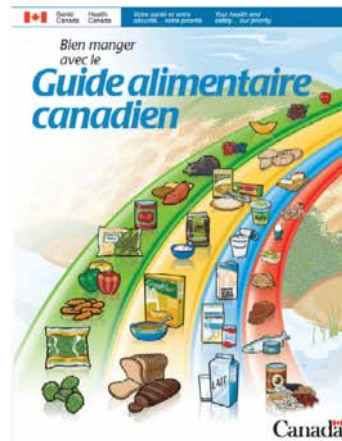


## LA CLASSIFICATION DES ALIMENTS ET LE MARKETING ALIMENTAIRE

Les élèves dans les groupes de discussion ont fait la distinction entre les aliments pour enfants et les aliments pour adultes. D'après eux, les aliments pour enfants sont la malbouffe, le sucre (ou les céréales sucrées) et les bonbons, alors que les aliments pour adultes sont surtout la salade, les légumes et la viande. Tout simplement, les enfants définissent les aliments malsains comme leur étant destinés, alors que les légumes et viandes non transformés que recommande le Guide alimentaire canadien conviennent aux adultes. Des campagnes efficaces faisant la promotion des aliments pour enfants ont pour effet de créer et de renforcer ces perceptions.

## LA CLASSIFICATION DES ALIMENTS ET LE GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN

Le Guide alimentaire canadien ne fait pas de distinction entre les aliments pour enfants et pour adultes.



Le Guide alimentaire canadien présente différentes portions de fruits, de produits céréaliers, de produits laitiers et substituts, de viandes et substituts, selon l'âge et le sexe d'un individu, mais il ne fait certainement aucune distinction entre des aliments qui seraient pour les enfants et d'autres qui seraient destinés aux adultes!

## ÉLÉMENTS DE RÉFLEXION

### POURQUOI CETTE DISTINCTION ENTRE ALIMENTS POUR ENFANTS ET ALIMENTS POUR ADULTES?

Les aliments pour enfants ont été créés par l'industrie alimentaire pour vendre plus de produits. Aucun facteur nutritionnel ne vient justifier l'existence de yogourts, de céréales ou de collations spécialement conçus pour les enfants. En plus, les aliments emballés pour enfants sont souvent de qualité nutritionnelle moindre que les équivalents ordinaires. D'ailleurs, les menus pour enfants de certains restaurants offrent des repas qui ne sont pas considérés comme des aliments par les adultes (hot-dogs ou pépites de poulet avec frites, par exemple). Il est rare de trouver une salade dans un menu pour enfants. Pourquoi donc donnons-nous à nos enfants des aliments que de nombreux adultes n'envisageraient pas de manger?

Cette recherche découle d'un projet financé par Alberta Innovates Health Solutions et par ALMA sur la façon dont les enfants comprennent les aliments emballés, et elle est soutenue par le Programme des chaires de recherche du Canada des IRSC.

# RÉSULTATS

Quand on a demandé aux enfants « *Que sont les aliments pour enfants?* » et « *Que sont les aliments pour adultes?* », voici ce qu'ils nous ont répondu.

## 1<sup>er</sup> RÉSULTAT

### LES ENFANTS DÉFINISSENT LES ALIMENTS POUR ENFANTS COMME LA MALBOUFFE, LE SUCRE (OU LES CÉRÉALES SUCRÉES) ET LES BONBONS.

« *Je pense à des choses sucrées [...] parce que les enfants préfèrent le sucre.* » 1<sup>re</sup> année

« *C'est la malbouffe!* » 1<sup>re</sup> année

« *Les bonbons et le chocolat parce qu'ils sont mauvais pour nous.* » 1<sup>re</sup> année

« *Euh, ça me fait penser à des bonbons.* » 3<sup>e</sup> année

« *Je commence par penser à du sucre et tout ça.* » 9<sup>e</sup> année

## 2<sup>e</sup> RÉSULTAT

### LES ENFANTS DÉFINISSENT LES ALIMENTS POUR ADULTES COMME LA SALADE, LES LÉGUMES ET LA VIANDE.

« *Tout plein de salade.* » 1<sup>re</sup> année

« *Ce qui est bon pour la santé [...] pommes, bananes [...] steak.* » 3<sup>e</sup> année

« *Ce qui est bon pour la santé comme les légumes.* » 3<sup>e</sup> année

« *Les choux de Bruxelles et les asperges.* » 5<sup>e</sup> année

## 3<sup>e</sup> RÉSULTAT

### LES ENFANTS IDENTIFIENT LES ALIMENTS SAINS D'APRÈS LEURS EMBALLAGES COLORÉS ET LEURS FORMES AMUSANTES.

« *[Les aliments pour enfants] sont ceux qui sont de toutes sortes de couleurs et de formes, qu'on a envie de regarder et d'acheter.* » 3<sup>e</sup> année

« *Avec des couleurs et des formes intéressantes et tout ça.* » 3<sup>e</sup> année

« *Des biscuits avec des formes [...] et quelques des popsicles avec des formes. J'en ai vu à l'épicerie, mais mes parents me laissent pas en avoir.* » 5<sup>e</sup> année



## CE QU'ON PEUT FAIRE CHEZ SOI

**Demandez à votre enfant ce que sont les aliments pour enfants. Puis, ce que sont les aliments pour adultes. Demandez-lui s'il devrait y avoir une différence et discutez-en.**

- Lisez le Guide alimentaire canadien avec votre enfant. Il ne fait pas de distinction entre les aliments pour enfants et pour adultes. Expliquez que la différence entre les aliments pour enfants et pour adultes relève d'une question de marketing (vendre des produits) et non de ce qui est bon pour la santé.
- Y a-t-il une différence entre ce que les adultes et les enfants mangent dans votre famille? Les adultes et les enfants mangent-ils des aliments différents? Pourquoi?

## RÉSUMÉ

De nos jours, on trouve des aliments emballés spécialement conçus pour plaire aux enfants dans tous les rayons des épiceries. Le marketing des aliments pour enfants est une industrie valant plusieurs milliards de dollars, mais les aliments promus ne constituent pas toujours le meilleur choix pour les enfants. En encourageant les enfants à se demander pourquoi certains aliments leur sont destinés directement, on favorise le développement du sens critique par rapport au marketing afin de les aider à prendre de saines décisions pour le reste de leur vie.