

Mesurer les perceptions

La perception de sa propre alimentation

Les informations concernant la perception que les personnes ont de leur consommation pour chaque groupe alimentaire du PNNS peuvent être recueillies par le biais des questions de la colonne B du module 7.01.

La perception du caractère « équilibré » de son alimentation

La question 7.04, extraite du Baromètre santé nutrition, permet d'identifier la perception qu'ont les personnes de leur équilibre alimentaire.

- 7.04 À propos de votre alimentation, diriez-vous que vous mangez de façon...
- ₁ Très équilibrée
 - ₂ Plutôt équilibrée
 - ₃ Plutôt pas équilibrée
 - ₄ Pas du tout équilibrée
 - ₅ Ne sait pas

La perception de sa corpulence

Dans le contexte actuel de focalisation sur l'image du corps, il peut être intéressant d'étudier la perception qu'ont les personnes de leur propre corpulence, d'autant plus s'il est possible de les mettre en regard des données de poids et de taille (cf. chapitre mesure état nutritionnel), ou bien les pratiques de suivi de régimes par exemple.

La question 7.05, extraite du Baromètre santé nutrition, est proposée comme exemple.

- 7.05 Vous trouvez-vous...
- ₁ Beaucoup trop maigre
 - ₂ Un peu trop maigre
 - ₃ A peu près du bon poids
 - ₄ Un peu trop gros(se)
 - ₅ Beaucoup trop gros(se)
 - ₆ Ne sait pas

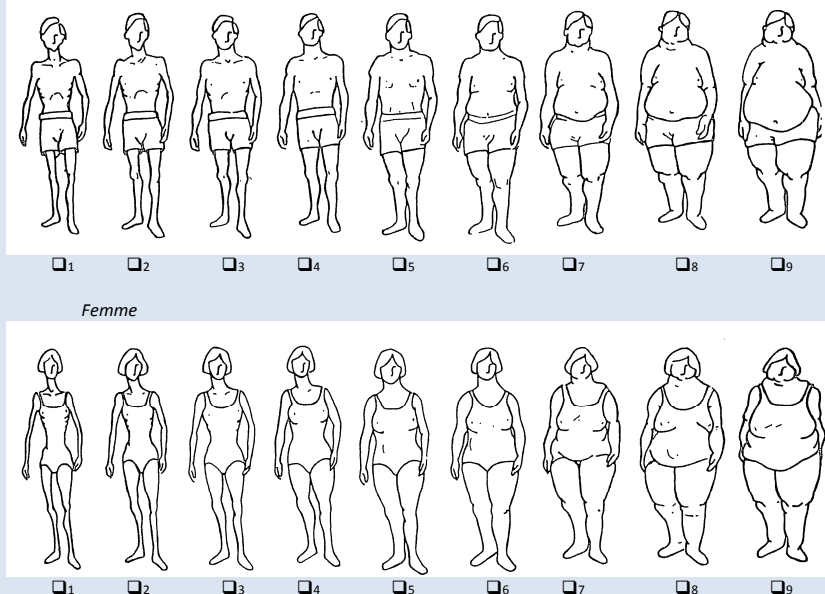
Une autre méthode consiste à utiliser les silhouettes de Sørensen [1]. Une planche proposant neuf silhouettes d'hommes ou de femmes de corpulence croissante est présentée. La personne interrogée indique la silhouette qui correspond, d'après elle, le mieux à sa corpulence. L'analyse se fait en comparant la corpulence mesurée (cf. chapitre Mesurer l'état nutritionnel : anthropométrie et biomarqueurs) à la silhouette indiquée par la personne enquêtée.

En complément, ce type d'instrument peut donner rétrospectivement une appréciation de sa corpulence par la personne enquêtée à divers âges de sa vie : par exemple, autour de 8 ans, à la puberté, autour de 20-25 ans, autour de 35-40 ans. Pour cela, des planches de silhouettes à divers âges de la vie existent.

L'utilisation des silhouettes peut aussi permettre à la personne interrogée de donner sa perception de la corpulence d'une autre personne. On peut ainsi demander à un enfant d'indiquer la corpulence de son père ou de sa mère quand leur poids et leur taille ne peuvent pas être recueillis.

- 7.06 À l'aide des dessins, indiquez votre morphologie
Si vous hésitez entre deux dessins, cochez les deux cases correspondantes

Homme



Reproduit avec l'aimable autorisation des auteurs
 Stunkard AJ, Sorenson T, Schulsinger F. Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. In: Kety SS, Rowland LP, Sidman RL, Matthysse SW (Eds.) *The Genetics of Neurological and Psychiatric Disorders*. New York: Raven Press, 1983, pp. 115-120.

Selon des résultats collectés en France auprès d'une population de 100 000 femmes [ii] comparant la corpulence ainsi perçue aux données anthropométriques, la première silhouette correspond à la maigreur, la seconde se situe à la limite entre maigreur et corpulence normale, les deux suivantes (n°3 & 4) correspondent à une corpulence normale, la cinquième à une situation de surpoids ; la silhouette n°6 se situe à la limite entre surpoids et obésité et les trois dernières (n°7 à 9) correspondent à une situation d'obésité.

[i] Stunkard AJ, Sorenson T, Schulsinger F. *Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness*. In: Kety SS, Rowland LP, Sidman RL, Matthysse SW (Eds.) *The Genetics of Neurological and Psychiatric Disorders*. New York: Raven Press, 1983, pp. 115-120.

[ii] Tehard B, Van Liere MJ, Com Nougé C, Clavel-Chapelon F. Anthropometric measurements and body silhouette of women : validity and perception. *J Am Diet Assoc* 2002 ;102 :1779-84.