

Communiqué de presse – 16 avril 2021

Les séniors, une catégorie de « mangeurs » hétérogène

Un collectif de chercheurs français¹ a identifié des « profils de mangeur » et pose les bases pour une reconnaissance de ces typologies grâce à une vaste enquête multidisciplinaire auprès d'un panel de seniors. En effet, le vieillissement de la population s'accompagne de nombreux changements physiologiques, sensoriels, psychologiques et sociologiques susceptibles de moduler le comportement alimentaire et le statut nutritionnel des seniors. Leurs résultats, parus le 15 avril dans la revue *Appetite* leurs ont permis de dresser une cartographie de 7 « profils types de mangeurs », un outil précieux pour leur proposer une alimentation sur mesure.

Une population, des profils différents

Suite à leur étude, les chercheurs ont identifié 7 profils parmi les séniors. Les trois premiers regroupent essentiellement des « jeunes » seniors de moins de 80 ans, avec un bon état nutritionnel. Ces personnes diffèrent entre elle par leurs préférences alimentaires, leur désir d'une alimentation saine et leur intérêt pour l'alimentation. Ainsi, le profil 1 (50% d'hommes) mange avec plaisir et de bon appétit, notamment de la viande. Le groupe 2 (80% de femmes) quant à lui est sensible aux effets de l'alimentation sur la santé. Enfin, la 3^{ème} catégorie (86% de femmes) présente un moral en berne, des choix alimentaires davantage gouvernés par les émotions et une baisse des capacités olfactives par rapport aux deux premières.

Les quatre derniers profils incluent des personnes âgées de plus de 80 ans et qui sont caractérisées par une augmentation du risque nutritionnel. Le profil 4 regroupe des personnes actives et en bonne santé, présentant de nombreuses similarités avec le profil 1 : une appétence pour les produits carnés et une bonne estime de soi. Le profil 5 a conservé un bon appétit tout en étant sensible au lien alimentation santé, comme le profil 2. Enfin, le profil 6 regroupe des personnes ayant des difficultés à manger (troubles bucco-dentaires, douleurs en bouche...) tandis que le profil 7 regroupe des sujets souffrant de solitude et présentant des symptômes dépressifs. Chez ces deux derniers, le statut nutritionnel est inquiétant avec 83% de personnes dénutries ou à risque de dénutrition contre 16% dans le profil 4 et 39% dans le profil 5 (ce risque est inférieur à 10% dans les profils « jeunes » seniors).

Ces résultats soulignent la forte hétérogénéité des déterminants du comportement alimentaire au sein de la population âgée, avec un tournant autour de 80 ans. Ce travail met en lumière la nécessité de développer des interventions ciblées pour lutter contre la dénutrition auprès des seniors, en tenant compte de leur situation de vie et de leurs difficultés, mais aussi de leurs préférences et croyances en matière d'alimentation. Ce type d'enquête constitue un appui aux recherches visant à développer et assurer une nutrition préventive, adaptée aux exigences de chaque période de la vie et de chacun.

Des séniors aux quatre coins de la France

Les chercheurs ont mené une enquête auprès de 559 français âgés de plus de 65 ans. Ces personnes ont été sélectionnées et recrutées dans plusieurs villes pour garantir une représentativité de différentes situations de vie : à domicile ou en institution, autonomes ou dépendantes. Les scientifiques leur ont alors posé plusieurs questions, « Quelle est votre fréquence de consommation de viande ? », « Avez-vous besoin d'aide pour préparer vos repas ? », « Pensez-vous que manger est une source de plaisir ? », « Pouvez-vous vous lever 5 fois de suite de votre chaise ? »... Au total, plus de 50 variables ont été collectées auprès de chaque participant grâce à une batterie de questionnaires, tests sensoriels et exercices physiques.

¹ Etude réalisée par un collectif de chercheurs de l'ESA, ONIRIS, INRAE, CHU de Dijon, CHU d'Angers, Université de Tours et Université de Lille.

Référence

Isabelle Maître, Claire Sulmont-Rossé, Virginie Van Wymelbeke, Véronique Cariou, Nathalie Bailly, Jean-Marc Ferrandi, Agnès Salle, Philippe Cardon, Marion Amand, Patrick Manckoundia, Ronan Symoneaux, Sylvie Issanchou, Evelyne Vigneau, **Food perception, lifestyle, nutritional and health status in the older people: Typologies and factors associated with aging well**, *Appetite*, Volume 164, 2021, 105223, ISSN 0195-6663, <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105223>.

Contacts scientifiques :

Isabelle Maître - i.maitre@groupe-esa.com

Ecole Supérieure d'Agricultures (ESA), USC 1422 GRAPPE, INRAE, SFR 4207 QUASAV

Claire Sulmont-Rosse - claire.sulmont-rosse@inrae.fr

Centre des Sciences du Goût et de l'Alimentation (CSGA)

Département scientifique ALIMH

Centre INRAE Bourgogne-Franche-Comté

Contacts presse :

Pierre TOUENART : 02 41 23 56 47- p.touenart@groupe-esa.com

Service de presse INRAE : 01 42 75 91 86 – presse@inrae.fr

INRAE, l'Institut national de recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement, est un acteur majeur de la recherche et de l'innovation créé le 1er janvier 2020. Institut de recherche finalisé issu de la fusion entre l'Inra et Irstea, INRAE rassemble une communauté de 12 000 personnes, avec 268 unités de recherche, service et expérimentales implantées dans 18 centres sur toute la France. L'institut se positionne parmi les tout premiers organismes de recherche au monde en sciences agricoles et alimentaires, en sciences du végétal et de l'animal, et en écologie-environnement. Il est le premier organisme de recherche mondial spécialisé sur l'ensemble « agriculture-alimentation-environnement ». INRAE a pour ambition d'être un acteur clé des transitions nécessaires pour répondre aux grands enjeux mondiaux. Face à l'augmentation de la population, au changement climatique, à la raréfaction des ressources et au déclin de la biodiversité, l'institut construit des solutions pour des agricultures multi-performantes, une alimentation de qualité et une gestion durable des ressources et des écosystèmes.

la science pour la vie, l'humain, la terre

Rejoignez-nous sur :



www.inrae/presse