

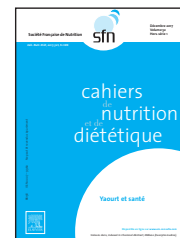


Disponible en ligne sur

**ScienceDirect**  
www.sciencedirect.com

Elsevier Masson France

**EM|consulte**  
www.em-consulte.com



## Les produits laitiers en France : évolution du marché et place dans la diète

### Dairy products in France: market evolution and role in the diet

Judith Charby<sup>1</sup>, Pascale Hébel<sup>2</sup>, Sarah Vaudaine<sup>1,\*</sup>

<sup>1</sup>Danone Nutricia Research, RD128, avenue de la Vauve, 91128 Palaiseau Cedex, France

<sup>2</sup>CRÉDOC, 142, rue du Chevaleret, 75013 Paris, France

#### MOTS-CLÉS

Yaourts ;  
Produits laitiers ;  
Consommation ;  
Profil nutritionnel  
yaourt

#### KEYWORDS

Yogurt;  
Dairy products;  
Dairy consumption;  
Yogurt nutritional  
fact

#### Résumé

Les produits laitiers ont une place importante dans l'alimentation des Français : ils sont consommés chaque semaine sous forme de fromage, lait ou yaourt par la quasi-totalité de la population. L'analyse des données de marché et de consommation issues de carnets alimentaires montre que la vente et la consommation de produits laitiers diminuent depuis quelques années à tous les âges, et notamment chez les enfants. Or les données à notre disposition (apports nutritionnels conseillés, contribution dans la diète...) montrent qu'en France la couverture des besoins en calcium de la population est difficile sans la consommation de ces aliments. L'objectif de cet article est de rassembler des données factuelles récentes sur la consommation et la qualité nutritionnelle des produits laitiers en détaillant plus particulièrement les yaourts et les autres produits laitiers frais nutritionnellement proches.

© 2017 Société française de nutrition. Publié par Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés.

#### Summary

Dairy products play an important role in the French diet as cheese, milk or yogurts are consumed every week by almost everyone. However, market sales and consumption of these products have been decreasing the recent past years, and more particularly consumption in children. Available nutritional data (recommended nutritional intakes, contribution in the diet...) show that covering calcium needs is difficult without consuming daily dairy products. The objective of this article is to gather factual recent data on sales, consumption and nutritional quality of dairy products, focusing particularly on yogurts and other nutritionally-close fresh fermented dairies.

© 2017 Société française de nutrition. Publié par Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés.

\*Auteur correspondant.

Adresse e-mail : sarah.vaudaine@danone.com (S. Vaudaine).

## Introduction

En France, les produits laitiers ont une place importante dans l'alimentation puisqu'en 2016, 98 % des Français en consomment au moins un par semaine et 56 % quotidiennement [1]. Ils sont consommés de manière très variée avec des spécificités selon les catégories : le lait plus souvent au petit déjeuner, le fromage et le yaourt plus souvent au déjeuner ou au dîner, en fin de repas.

Le Programme national nutrition santé (PNNS) recommande d'ailleurs la consommation quotidienne de plusieurs portions de produits laitiers chez l'enfant et l'adulte [2,3]. Cette recommandation est basée sur la contribution aux apports en calcium de ces aliments qui contiennent également protéines, vitamines et autres minéraux pour un apport énergétique modéré (voir V. Ginder Coupez, ce numéro) [4].

Malgré le fort ancrage des produits laitiers dans la culture alimentaire et gastronomique française, leur consommation est en déclin.

L'objectif de ce travail est de rassembler des données factuelles et récentes sur les produits laitiers en France : données de vente, consommation, profils nutritionnels et contribution aux apports nutritionnels avec un focus plus particulier sur la catégorie des produits laitiers frais fermentés comprenant les yaourts, laits fermentés, fromages blancs et petits-suisse.

## Matériel et méthodes

### Sources des données

Les données de marché (volume des ventes en France) entre 1994 et 2016 proviennent de Kantar Worldpanel ainsi que de la base IRI (société d'études marketing, 4, rue André-Derain, 78244 Chambourcy Cedex) [5]. Les données de population de l'Institut national de la statistique et des études économiques (INSEE) [6] ont permis d'estimer les volumes vendus par habitant.

Les données de contribution aux apports énergétiques et en nutriments ainsi que les données de consommation sont issues des enquêtes CCAF (Comportement et consommation alimentaire en France) réalisées par le Centre de recherche pour l'étude et l'observation des conditions de vie (CRÉDOC) entre 2003 et 2016. Ces enquêtes sont réalisées tous les trois ans en France sur un échantillon représentatif de la population. Les consommations des enfants et adultes français sont collectées à l'aide d'un carnet alimentaire sur une période de 7 jours consécutifs [7].

Les données de profils nutritionnels proviennent soit des données de la base de l'observatoire de la qualité de l'alimentation (OQALI) qui compile les valeurs nutritionnelles affichées sur les emballages des produits [8], soit de la table de composition des aliments du Centre d'information sur la qualité des aliments (CIQUAL) [9], ou bien de la base de données du syndicat interprofessionnel des produits laitiers frais (SYNDIFRAIS).

### Définition des groupes de produits laitiers

Le groupe « Yaourt » comporte les yaourts mais aussi les laits fermentés, répartis en deux sous-groupes selon leur teneur

en matières grasses : les « classiques » dont la teneur en lipides est inférieure ou égale à 3,6 % et les « gourmands » avec une teneur supérieure à 3,6 %.

Le groupe « Fromages frais » comprend les fromages blancs et petit-suisse, répartis en deux sous-groupes, les fromages frais « classiques » dont la teneur en lipides est inférieure ou égale à 3,8 % et les fromages frais « gourmands » dont la teneur est supérieure à 3,8 %.

Les « produits laitiers frais fermentés » regroupent les deux catégories mentionnées ci-dessus, c'est-à-dire : les yaourts, laits fermentés, fromages blancs et petit-suisse.

Le groupe « Lait » contient les laits nature entier, demi-écrémé et écrémé.

Le groupe « Fromage » inclut les différents fromages affinés (pâte dure, pâte molle, au lait cru...).

Il est à noter que dans cet article, sauf indication contraire, seules les données concernant les aliments consommés tels quels sont considérées. Ainsi, il n'est pas tenu compte du lait et/ou du fromage utilisés comme ingrédients culinaires ou industriels.

D'autre part, les desserts lactés sont exclus de cette étude.

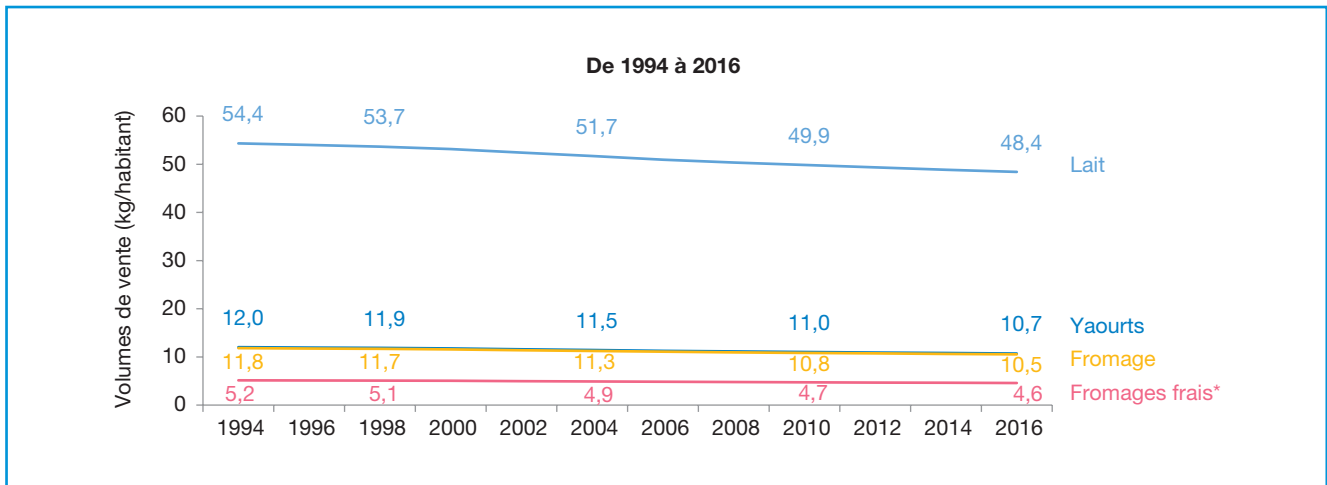
## Consommation de produits laitiers en France

### Variations du marché et de la consommation au cours du temps

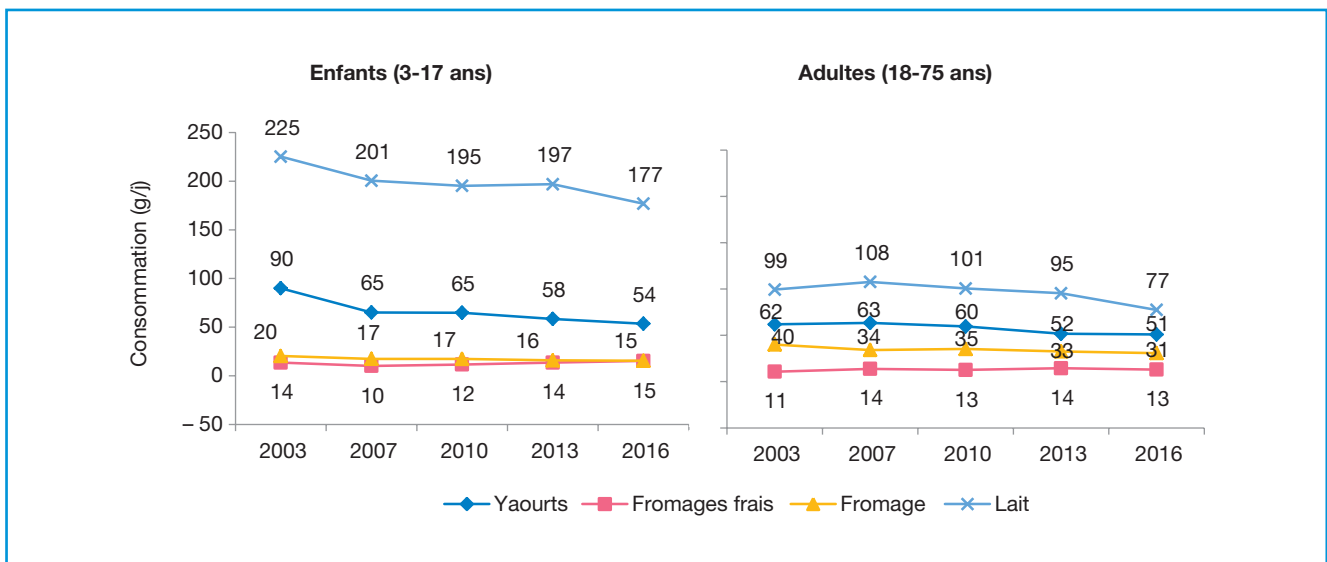
Le marché des produits laitiers est globalement décroissant en France depuis 1994 (Fig. 1). Cette décroissance est principalement due à une nette diminution de la consommation de lait (-6 kg/an/habitant entre 1994 et 2016), et dans une moindre mesure de celle des yaourts et du fromage consommé tel quel (chacune de -1,3 kg/an/habitant entre 1994 et 2016).

Les données de consommation, dont l'historique ne remonte qu'à 2003, confirment les tendances de marché (Fig. 2). On observe une baisse de la consommation de lait, de yaourt et de fromage depuis 2003, tandis que celle de fromage frais reste stable. Plus précisément, chez les adultes entre 2003 et 2016 la consommation de lait a diminué (-22 g/j, voire -31 g/j à partir de son point le plus haut en 2007) comme celle de yaourt (-11 g/j), tandis que celle de fromage a diminué mais moins fortement (-9 g/j). Chez les enfants, la diminution de consommation de produits laitiers est plus marquée avec, en 13 ans, une réduction importante de la consommation de lait (-48 g/j) et de yaourt (-36 g/j), et une relative stabilité du fromage (-5 g/j) (Fig. 2).

La diminution de la consommation s'explique en partie par une diminution du nombre de consommateurs. En effet, chez les enfants (3-17 ans), on constate, entre 2003 et 2016, une diminution du pourcentage de consommateurs hebdomadaires de yaourts (-12 points), de lait (-10 points) et de fromage (-7 points) (Fig. 3). En revanche, on constate une légère augmentation des consommateurs de fromages frais (+5 points), qui ne compense pas les diminutions observées pour les autres catégories de produits laitiers.



**Figure 1.** Évolution des volumes de ventes de lait, yaourts, fromage, et fromage frais\*, en kg/an/habitant, entre 1994 et 2016, en France. \*Les petit-suisse ont été exclus car les données disponibles ne permettaient pas de suivre l'évolution de leur vente depuis 1994. Source : volumes de ventes par Kantar World Panel ; données de population par INSEE (bilan démographique 2016) [6].



**Figure 2.** Consommation moyenne de produits laitiers (g/j) en France entre 2003 et 2016, chez les enfants (3-17 ans) et les adultes (18-75 ans). Les catégories « lait » et « fromage » n'incluent pas le lait et le fromage utilisés comme ingrédients culinaires et industriels (voir matériel et méthodes). Source : CCAF 2003, 2007, 2010, 2013 et 2016 (CREDOC).

Chez les adultes, sur la même période, le nombre de consommateurs de lait diminue de 13 points ; ainsi, en 2016, moins de la moitié (49 %) des adultes français consomme du lait sur une semaine. Les nombres de consommateurs de yaourts (-10 points) et de fromages (-9 points) diminuent eux aussi sur cette période. Concernant les fromages frais, le taux reste stable, mais bas (Fig. 3).

### Variation de la consommation en fonction de l'âge

En France, aussi bien chez les enfants que chez les adultes, le produit laitier consommé en plus grande quantité est le lait, puis viennent le yaourt, le fromage et enfin les

fromages frais (Fig. 4). Cependant, la consommation de produits laitiers diffère selon l'âge du consommateur. En 2016, les enfants (3-17 ans) consomment en moyenne 261 g de produits laitiers par jour contre 172 g/j chez les adultes (18 ans et +), principalement du lait (respectivement 177 et 77 g/j) et des yaourts (respectivement 54 et 51 g/j). Les 3-5 ans sont les plus grands consommateurs de produits laitiers (295 g/j), les plus faibles consommateurs sont les 55-64 ans (159 g/j).

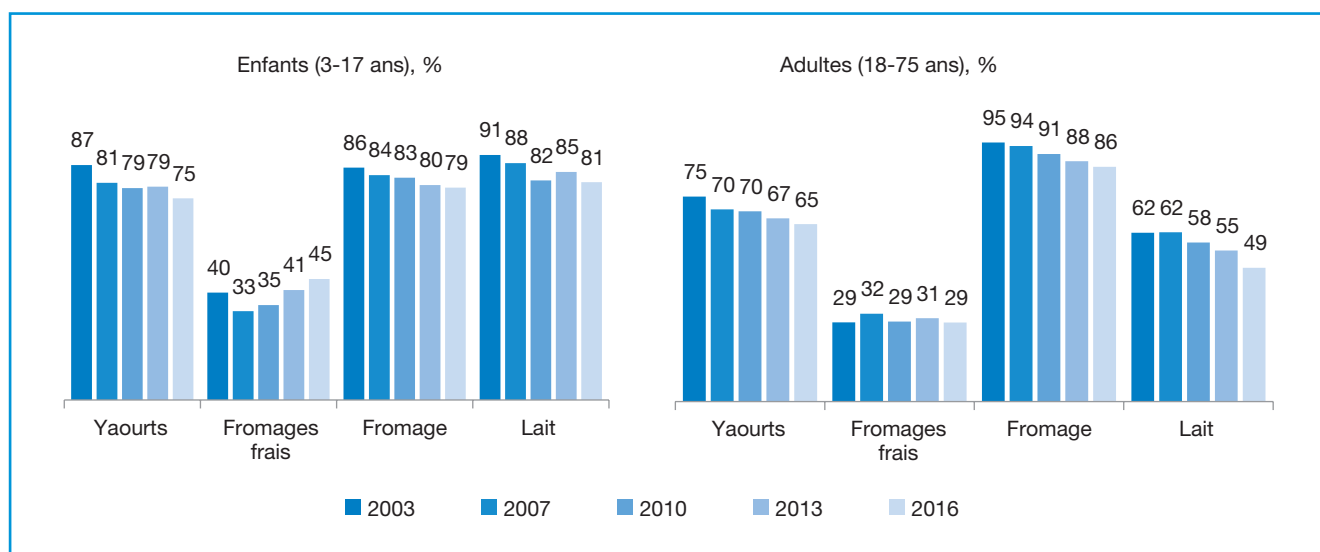
On observe une évolution de la consommation des produits laitiers avec l'âge. Le lait, principal produit laitier consommé dans l'enfance, décroît avec l'âge alors que la consommation de fromage augmente et que celles des yaourts et fromages frais restent stables.

### Proportion des produits « nature » et « sucrés » parmi les yaourts et fromages frais

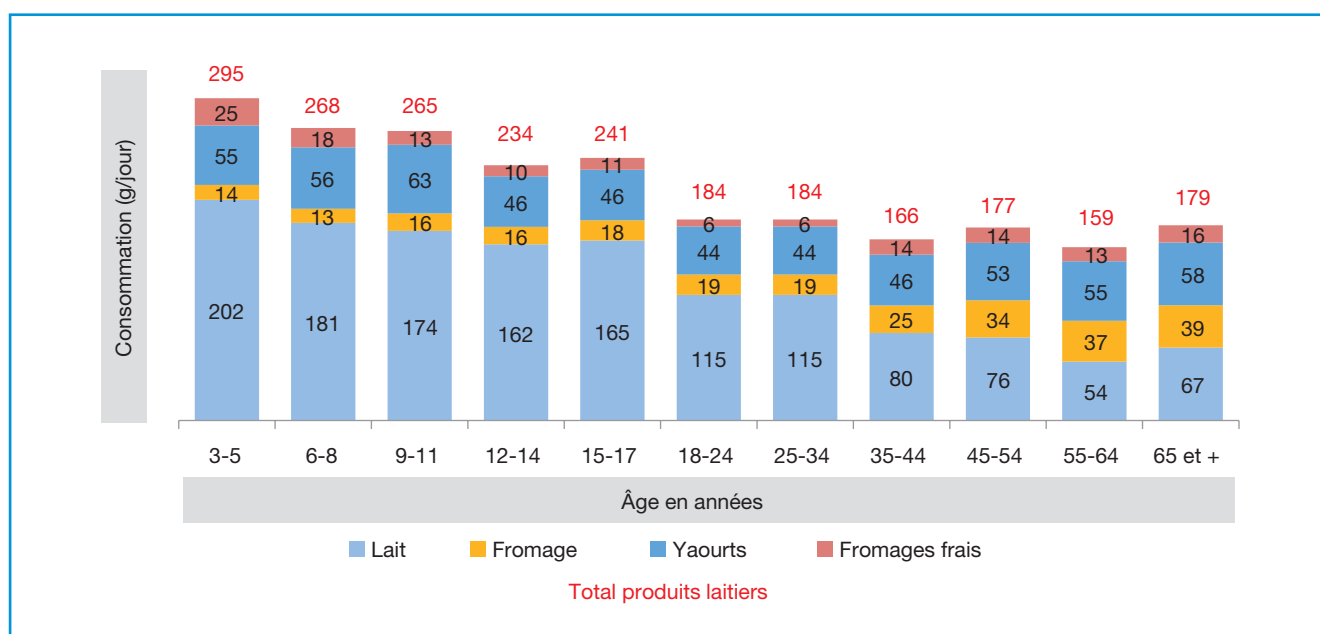
En France, la proportion des produits « nature » et « sucrés » varie selon les catégories. Les yaourts sont majoritairement (59 %) achetés sucrés (aromatisés, aux fruits, édulcorés...)

tandis que les fromages frais sont majoritairement achetés nature (69 % des ventes).

Concernant ces deux catégories, le rapport nature/sucré n'a globalement pas évolué entre 2006 et 2016 ; on note seulement une légère progression de la part des produits nature pour les fromages frais (+3 %) (Figure supplémentaire, disponible en ligne).



**Figure 3.** Pourcentage de consommateurs de produits laitiers en France entre 2003 et 2016. Les catégories « lait » et « fromage » n'incluent pas le lait et le fromage utilisés comme ingrédients culinaires ou industriels (voir matériel et méthodes). Consommateur de yaourt = individu ayant consommé au moins une fois du yaourt dans la semaine d'enquête. Définitions similaires pour fromages frais, fromage et lait. Source : CCAF 2003, 2007, 2010, 2013 et 2016 (CREDOC).



**Figure 4.** Consommation moyenne de produits laitiers (g/j) en fonction de l'âge, en France. Les catégories « lait » et « fromage » n'incluent pas le lait et le fromage utilisés comme ingrédients culinaires ou industriels (voir matériel et méthodes). Source : CCAF 2016 (CREDOC)

## Profil nutritionnel et contribution des produits laitiers aux apports nutritionnels des Français

### Profil nutritionnel des yaourts, fromages frais et lait

Les produits laitiers frais (yaourts, fromages frais) ont un profil nutritionnel proche de celui du lait (dont ils sont

composés en majorité), mais qui varie selon les ingrédients (sucres, fruits, crème...) utilisés dans les différentes variétés de ces produits (nature, sucrés, édulcorés, « gourmands »...).

De manière globale, ces produits riches en eau (de 72 à 91 %) apportent en moyenne 114 mg de calcium pour 100 g, ainsi que des protéines (4,4 g/100 g en moyenne) pour un apport énergétique modéré (80 kcal/100 g) (Tableau 1) [9]. Ce sont des produits peu gras avec en moyenne 2 g/100 g pour les versions « classiques », 0,2 g pour les versions allégées et 7 g pour les versions « gourmandes ».

**Tableau 1.** Composition nutritionnelle du lait, yaourts, laits fermentés et fromages frais d'après les données OQALI<sup>a</sup> [8], Syndifrais<sup>b</sup> et CIQUAL<sup>c</sup> [9].

		Énergie (kcal/100g)	Lipides totaux (g/100g)	AGS (g/100g)	Glucides totaux (g/100g)	Sucres simples (g/100g)	Protéines (g/100g)	Calcium (mg/100g)
LAIT	<b>Lait écrémé<sup>c</sup></b>							
	Moyenne	35	0,2	0,1	5,0	4,9	3,3	123
	min - max	ND	0,1-0,3	0,05-0,19	ND	4,7-5,3	3,2-3,8	114-134
	<b>Lait demi-écrémé<sup>c</sup></b>							
	Moyenne	46	1,5	0,9	4,8	4,8	3,3	117
	min - max	ND	1,2-1,6	0,9-1,1	ND	4,6-5	2,9-3,6	104-126
	<b>Lait entier<sup>c</sup></b>							
	Moyenne	65	3,6	2,4	4,9	4,2	3,3	120
	min - max	ND	3,0-3,8	2,0-ND	ND	ND-4,8	3,0-3,8	0,2-128
YAOURTS	<b>Yaourts nature non sucrés classiques<sup>a</sup></b>							
	Moyenne	55 ± 12	2,0 ± 1,5	1,3 ± 1,0	5,0 ± 0,7	4,7 ± 0,8	4,2 ± 0,6	135 ± 27
	n	127	127	106	127	106	127	73
	min - max	35-74	0-3,6	0-3,0	3,9-7,1	2,8-7,1	3,1-5,8	120-320
	<b>Yaourts nature non sucrés gourmands<sup>a</sup></b>							
	Moyenne	103 ± 18	7,7 ± 2,1	5,5 ± 1,4	4,4 ± 0,9	3,9 ± 0,8	4,0 ± 1,0	144 <sup>c</sup>
	n	40	40	25	40	25	40	ND
	min - max	67-129	3,7-10,0	2,5-7,5	2,8-8,1	2,5-4,8	2,8-5,6	128-160 <sup>c</sup>
	<b>Yaourts sucrés classiques<sup>a</sup></b>							
	Moyenne	89 ± 10	2,3 ± 0,8	1,5 ± 0,5	13,6 ± 1,5	12,9 ± 1,3	3,4 ± 0,5	123 <sup>c</sup>
	n	527	527	467	527	467	527	ND
	min - max	63-118	0,1-3,6	0-2,5	9,7-19,6	8,3-17,5	1,3-5,3	99,1-138 <sup>c</sup>
<b>Yaourts sucrés gourmands<sup>a</sup></b>								
Moyenne	131 ± 19	6,2 ± 1,7	4,1 ± 1,3	15,5 ± 2,8	14,5 ± 2,6	3,2 ± 0,8	111 <sup>c</sup>	
n	123	123	95	123	95	123	ND	
min - max	100-188	3,7-12,0	1,5-8,0	9,7-24,6	9,1-24,6	1,8-5,3	104-120 <sup>c</sup>	
<b>Yaourts allégés en gras et édulcorés<sup>a</sup></b>								
Moyenne	45 ± 9	0,2 ± 0,3	0,1 ± 0,2	6,4 ± 1,8	6,0 ± 1,6	4,2 ± 0,5	146 ± 29	
n	126	126	118	126	118	126	73	
min - max	27-88	0-2,5	0-1,7	3,1-12,9	3,1-11,9	2,7-5,1	120-320	

**Tableau 1.** Composition nutritionnelle du lait, yaourts, laits fermentés et fromages frais d'après les données OQALI<sup>a</sup> [8], Syndifrais<sup>b</sup> et CIQUAL<sup>c</sup> [9].

	Énergie (kcal/100g)	Lipides totaux (g/100g)	AGS (g/100g)	Glucides totaux (g/100g)	Sucres simples (g/100g)	Protéines (g/100g)	Calcium (mg/100g)
<b>Fromages frais nature non sucrés classiques<sup>a</sup></b>							
Moyenne	63 ± 16	1,9 ± 1,6	1,3 ± 1,0	4,0 ± 0,7	4,0 ± 0,7	7,5 ± 1,2	119 <sup>c</sup>
n	123	123	90	123	90	123	ND
min - max	33-93	0-3,8	0-2,6	1,9-5,7	2,1-5,5	4,0-10,2	111-127 <sup>c</sup>
<b>Fromages frais nature non sucrés gourmands<sup>a</sup> (contient les petit-suisse)</b>							
Moyenne	108 ± 23	7,8 ± 2,1	5,5 ± 1,4	3,7 ± 0,8	3,5 ± 0,5	5,7 ± 1,8	110 <sup>c</sup>
n	80	80	57	80	57	80	ND
min - max	72-172	3,9-17,0	2,5-11,0	0,2-5,5	2,0-4,5	2,5-9,0	94-125 <sup>c</sup>
<b>Fromages frais sucrés et/ou édulcorés classiques<sup>a</sup></b>							
Moyenne	98 ± 15	2,4 ± 1,0	1,6 ± 0,6	12,7 ± 2,1 <sup>d</sup>	11,9 ± 2,2 <sup>e</sup>	6,3 ± 0,8	99 <sup>c</sup>
n	134	134	119	134	119	134	ND
min - max	48-120	0-3,5	0-2,9	5,6-16,4	4,6-15,6	4,5-8,0	98-111 <sup>c</sup>
<b>Fromages frais sucrés gourmands<sup>a</sup></b>							
Moyenne	132 ± 15	5,7 ± 1,2	3,7 ± 0,8	14,8 ± 2,5	14,1 ± 2,2	5,2 ± 0,9	88 <sup>c</sup>
n	40	40	30	40	30	40	ND
min - max	93-178	4,1-10,0	2,7-6,5	8,5-19,7	9,8-18,8	2,9-7,8	85-91 <sup>c</sup>

**Abréviations :** AGS = Acides gras saturés. ND = donnée non disponible ;

**Définitions :** Yaourts classiques = yaourts dont la quantité de matières grasses ≤ 3,6 %. Yaourts gourmands = yaourts dont la quantité de matières grasses > 3,6 % ; Fromages frais classiques = fromages frais dont la quantité de matières grasses ≤ 3,8 % ; Fromages frais gourmands = fromages frais dont la quantité de matières grasses > 3,8 % ;

**Sources :** <sup>a</sup>OQALI, <sup>b</sup>Syndifrais, <sup>c</sup>CIQUAL (les valeurs des laits écrémé, demi-écrémé et entier ont été établies à partir des données Ciqua, en faisant la moyenne entre laits pasteurisé et UHT) ; à noter que dans la base CIQUAL, sont détaillés dans la plupart des cas le min et le max, alors que dans la base OQALI, sont détaillés le nombre d'échantillons et l'écart type.

**Autres annotations :** <sup>d</sup>7 % des produits étudiés contiennent des édulcorants, <sup>e</sup>8 % des produits étudiés contiennent des édulcorants.

Les produits nature et édulcorés apportent environ 4 à 4,5 g de sucres simples pour 100 g de produit. Ce taux correspond au lactose, sucre sans goût sucré, naturellement présent dans le lait. Les versions « sucrées classiques » contiennent en moyenne 12,5 g/100 g de sucres simples, dont environ 8 g de sucres ajoutés (soit l'équivalent de deux cuillères à café de sucre par pot de 125 g). Les niveaux de sucres sont un peu plus élevés pour les versions « gourmandes » avec 14 à 14,5 g de sucres simples pour 100 g, dont environ 10 g de sucres ajoutés.

Les produits laitiers frais et le lait ont donc globalement des profils nutritionnels proches, mais chacun apporte des spécificités, par exemple, pour 100 g, le yaourt apporte en moyenne un peu plus de calcium que le lait, mais un peu moins de protéines que les fromages frais.

En raison de la très grande diversité des fromages et d'une volonté de se concentrer sur les produits laitiers frais fermentés, les profils nutritionnels des fromages n'ont pas été détaillés dans cet article. Cette information est disponible dans le rapport de l'OQALI 2015 sur les fromages [10].

## Contribution des produits laitiers aux apports nutritionnels des Français

La contribution aux apports nutritionnels dépend à la fois de la composition nutritionnelle de l'aliment et de son niveau de consommation par la population étudiée. Les produits laitiers (yaourts, fromages frais, lait et fromage) contribuent relativement peu aux apports énergétiques (11 % chez les enfants et 10 % chez les adultes) et en glucides totaux (8 et 4 %), mais représentent respectivement 18 et 15 % des apports en protéines (Tableau 2). Ils contribuent à hauteur de 19 et 14 % aux apports en lipides chez les enfants et les adultes, et à hauteur de 19 et 22 % (respectivement) aux apports en lipides saturés.

Parmi les produits laitiers, le fromage est le plus fort contributeur en lipides totaux, lipides saturés et sodium chez les enfants et les adultes, mais aussi en énergie, protéines et calcium chez les adultes. Le lait, quant à lui, est le plus fort contributeur en énergie, glucides (totaux et sucres), protéines et calcium chez les enfants. Les yaourts sont les plus gros contributeurs en glucides totaux et sucres chez les adultes.

**Tableau 2.** Contribution des yaourts, fromages frais, lait et fromage aux apports en énergie, macronutriments, calcium et sodium dans la diète des enfants (3-17 ans) et des adultes (+18 ans) en France.

	Apports énergétiques totaux sans alcool (%)	Apports protéiques totaux (%)	Apports lipidiques totaux (%)	Apports en lipides saturés (%)	Apports glucidiques totaux (%)	Apports en sucres (%)	Apports calciques (%)	Apports en sodium (%)
<b>YAOURTS</b>								
Enfants	2,3	2,9	1,6	2,4	2,5	5,4	8,5	1,2
Adultes	1,8	2,4	1,5	2,3	1,8	4,6	8,2	0,9
<b>FROMAGES FRAIS</b>								
Enfants	0,9	1,6	1,0	1,4	0,6	1,3	2,0	0,3
Adultes	0,6	1,2	0,7	1,0	0,3	0,7	1,8	0,2
<b>LAIT</b>								
Enfants	5,0	8,7	4,2	6,0	4,3	9,3	24,8	3,5
Adultes	1,9	3,1	1,5	2,3	1,7	4,3	10,6	1,2
<b>FROMAGE</b>								
Enfants	3,0	4,9	6,3	9,6	0,1	0,1	10,8	3,9
Adultes	5,3	8,2	10,5	16,8	0,2	0,2	21,4	6,0

Les catégories « lait » et « fromage » n'incluent pas le lait et le fromage utilisés comme ingrédients culinaires ou industriels (voir matériel et méthodes).

Source : CCAF 2016 (CREDOC)

La contribution la plus remarquable des produits laitiers est celle aux apports en calcium : ils représentent à eux seuls près de la moitié des apports calciques des Français (47 et 42 % pour les enfants et adultes respectivement) (Tableau 2). Parmi les produits laitiers, le plus fort contributeur est le lait chez les enfants (25 %) et le fromage chez les adultes (21 %). Les yaourts et fromages frais représentent ensemble le 3<sup>e</sup> contributeur de calcium dans la diète avec 10,5 % des apports chez les enfants (après le fromage avec 10,8 %) et 10 % chez les adultes (après le lait avec 10,6 %) (Tableau 2 et Fig. 5).

Parmi les autres contributeurs en calcium, on retrouve l'eau bue au travers des eaux, boissons rafraîchissantes et boissons chaudes (9 % chez les enfants et 12 % chez les adultes). Viennent ensuite des aliments utilisant des produits laitiers comme ingrédients dans leur fabrication industrielle ou artisanale. On peut citer comme exemple les « pizzas, quiches et tartes salées » qui contiennent pour la plupart une quantité importante de fromage, mais c'est aussi probablement le cas de certains plats composés et sandwiches. Ces deux classes d'aliments contribuent à 15 % des apports en calcium des enfants et adultes. Enfin, parmi les autres contributeurs, on peut citer les fruits et légumes avec 3 à 6 % des apports en calcium.

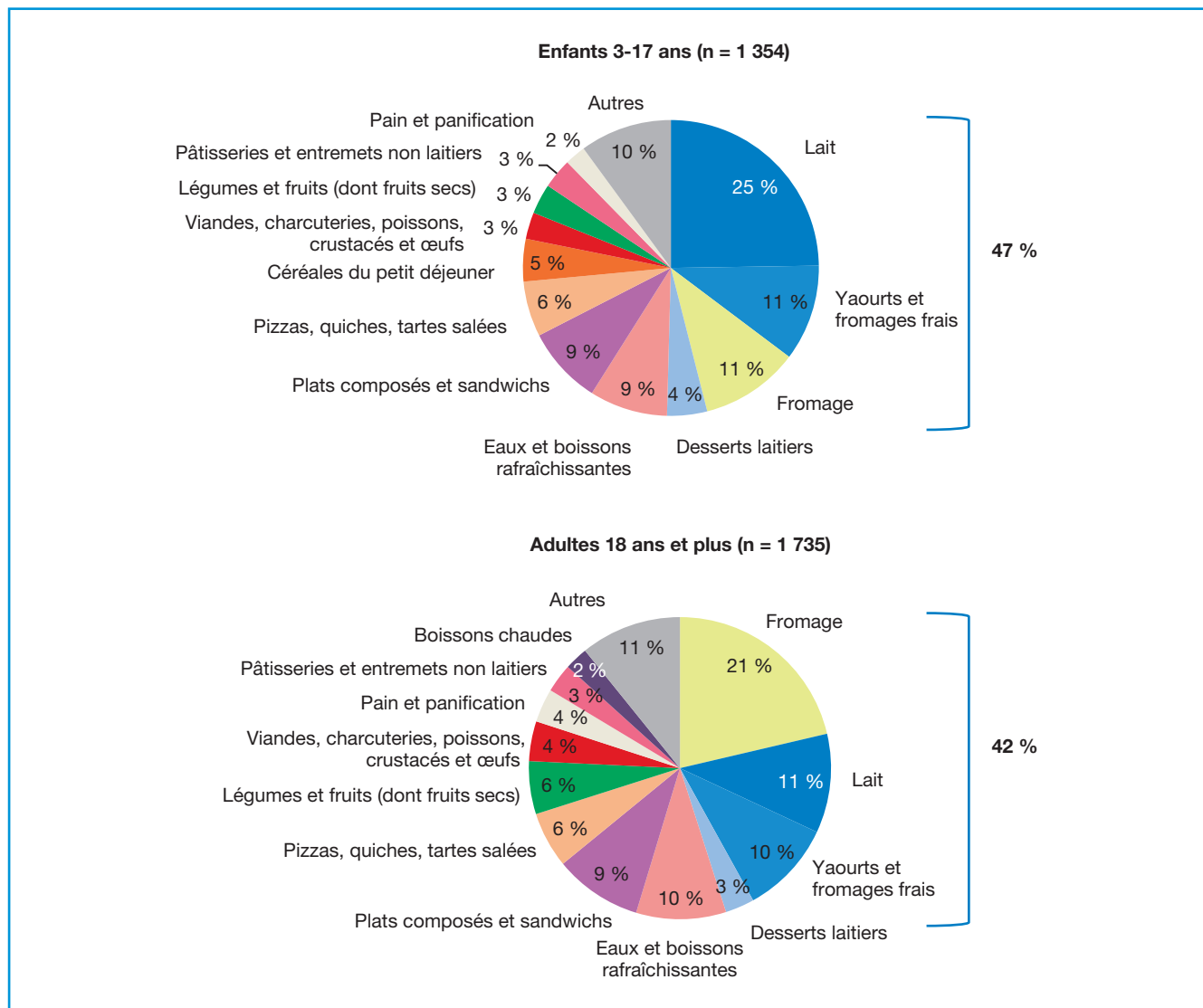
Les produits laitiers jouent un rôle important dans la couverture des besoins nutritionnels moyens (BNM) en calcium de la population française (pour les nouveaux BNM, voir [11]). En effet, 89 à 97 % des Français consommant peu ou pas de produits laitiers n'atteignent pas les BNM en

calcium (groupes « 0 » et « 1 », Fig. 6). Avec « 2 » portions par jour, ce sont environ 70 % des enfants ainsi que des adultes qui n'atteignent pas les BNM en calcium. Il faut une consommation d'au moins « 3 » portions par jour pour que 60 % des enfants et 69 % des adultes les atteignent.

## Discussion

L'étude des données de marché et de consommation, conjointement à celle des profils nutritionnels et de la contribution aux apports nutritionnels des produits laitiers, a permis de montrer l'évolution récente de leur consommation ainsi que leur place importante dans l'alimentation des Français.

Certains produits laitiers sont consommés en plus grande quantité que d'autres. Le lait est l'aliment le plus consommé quel que soit l'âge, cependant la quantité moyenne consommée par jour diminue fortement avec l'âge passant de 202 g chez l'enfant de 3-5 ans à 77 g en moyenne chez l'adulte. Dans le même temps, on observe une tendance inverse pour le fromage, peu consommé par les jeunes enfants (14 g/j en 2016 chez les 3-5 ans) alors qu'il l'est davantage chez les adultes (31 g/j en 2016). *A contrario*, la consommation de yaourt en fonction de l'âge est assez stable. Le yaourt est un aliment consommé par toutes les catégories d'âge, tandis que le lait est un produit laitier associé à l'enfance, « remplacé » par le fromage à l'âge adulte. On peut alors s'interroger sur les raisons de l'évolution de ces choix avec l'âge. Il pourrait être intéressant de mener des enquêtes au



**Figure 5.** Principales sources de calcium dans l'alimentation des enfants (3-17 ans) et des adultes (18 ans et +) en France. Les catégories « lait » et « fromage » n'incluent pas le lait et le fromage utilisés comme ingrédients culinaires ou industriels (voir matériel et méthodes).

Source : CCAF 2016 (CREDOC)

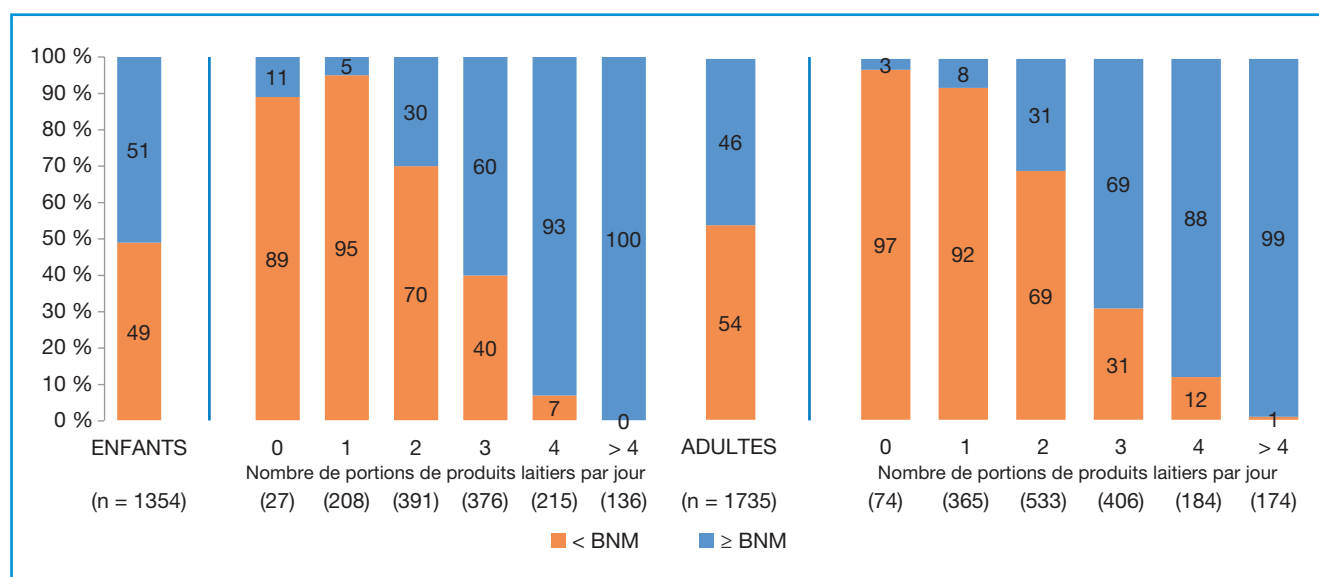
long cours afin de savoir s'il s'agit là de conséquences de l'évolution des goûts du consommateur avec l'âge et/ou s'il s'agit d'un effet générationnel. Le fait que le fromage soit un des aliments phares du patrimoine alimentaire des Français joue certainement un rôle dans cette évolution avec l'âge.

La consommation globale de produits laitiers a diminué depuis 2003, particulièrement chez les enfants, et cette diminution concerne principalement le lait et les yaourts. Si la quantité consommée de ces produits laitiers diminue constamment depuis le milieu des années 1990, le nombre de consommateurs évolue lui aussi à la baisse. En effet, au cours de ces 13 dernières années, que ce soit chez les enfants ou les adultes, le nombre de consommateurs a diminué pour quasiment toutes les catégories de produits laitiers. Ces données, basées sur le nombre de consommateurs ayant

consommé au moins un produit laitier dans une semaine, suggèrent qu'il ne s'agit pas ici d'un report de consommation d'un produit laitier vers un autre, mais bien d'un abandon de la consommation régulière des produits laitiers dans leur ensemble par une partie de la population.

L'étude des volumes de ventes des produits laitiers frais montre que la part des produits nature n'a pas évolué depuis 2006. Autrement dit, les Français n'ont pas consommé plus de yaourts et fromages frais déjà sucrés au cours de ces 10 dernières années : 40 % des yaourts et 70 % des fromages frais sont achetés nature. Cependant, tous ne sont pas consommés tels quels, la moitié des consommateurs de produits nature y ajoute un agent sucrant, en moyenne en quantité un peu plus importante que le sucre ajouté par les industriels (voir A. Saint-Eve, ce numéro) [12].





**Figure 6.** Proportion de la population (enfants et adultes) atteignant ou non le BNM (Besoin Nutritionnel Moyen) en calcium en fonction de la consommation de produits laitiers (en portion par jour).

Les produits laitiers consommés en tant qu'ingrédient (lait, fromage notamment) sont inclus. Les valeurs du BNM en calcium sont pour les enfants : 3-4 ans : 350 mg/j ; 4-9 ans : 600 mg/j, 10-14 ans : 930 mg/j, 15-18 ans : 920 mg/j (anciennes recommandations, 2001) et pour les adultes : 860 mg/j pour les 18-24 ans et 750 mg/j pour les plus de 24 ans (nouvelles recommandations 2016 [11]). Les portions sont de 30 g pour le fromage, 125 g pour les yaourts et laits fermentés, 120 g pour le petit-suisse, 150 mL pour le lait et 100 g pour le fromage blanc. Le groupe « 0 » portion comprend tous les individus ayant consommé [0 ; 0,5] portions sur la semaine d'enquête ; groupe « 1 » portion = ]0,5 ; 1,5] ; groupe « 2 » portions = ]1,5 ; 2,5] ; groupe « 3 » portions = ]2,5 ; 3,5] ; groupe « 4 » portions = ]3,5 ; 4,5] ; groupe « > 4 » portions > 4,5.

Source : CCAF 2016 (CREDOC).

Il est à noter que dans cet article, le fromage a été considéré uniquement comme aliment consommé tel quel, c'est-à-dire excluant la part du fromage utilisé comme ingrédient culinaire, que ce soit à la maison ou dans les produits industriels (plats préparés, sandwichs, pizzas...). Or les données CCAF 2016 (données non montrées) suggèrent que si la consommation de fromage « hors ingrédient » est en baisse, celle du fromage « ingrédient » augmente. Par conséquent, la consommation globale de fromage mais aussi sa contribution dans les apports en nutriments et micronutriments (dont calcium) sont sous-estimées dans cet article. Les données CCAF 2016 (données non montrées) montrent par exemple que le fromage utilisé comme ingrédient contribue à hauteur de 8 % aux apports en calcium. Ainsi la contribution globale du fromage aux apports calciques serait plutôt de 19 % chez les enfants et 29 % chez les adultes (vs 11 % et 21 % respectivement dans notre étude).

Parmi les raisons pouvant expliquer la baisse de consommation des produits laitiers, on peut citer l'évolution des habitudes alimentaires des Français. Par exemple, le saut du petit déjeuner, une à plusieurs fois par semaine chez les enfants, pourrait expliquer une partie de la diminution de consommation de lait [13]. La simplification des repas avec la présence de plus en plus importante d'un plat unique et l'absence de dessert pourrait expliquer la diminution de consommation de yaourt et de fromage, habituellement réservée à la fin de repas [14].

Cependant, la moindre consommation des produits laitiers pourrait aussi venir de l'inquiétude de certains consommateurs pour leur santé. En effet, depuis la fin des années 2000, de nombreuses questions émergent sur le lien entre le lait et les produits laitiers et la santé. Ces questionnements, souvent sans fondement scientifique, sont fortement relayés sur Internet *via* les réseaux sociaux. Ces interrogations sont sous-tendues par la question de la digestibilité du lactose qui amène certains Français à diminuer, voire se détourner de la consommation de produits laitiers. En effet, une partie de la population s'interroge sur sa capacité à digérer ce sucre naturellement présent dans le lait et dans certains produits laitiers [15]. Se pensant intolérantes au lactose (souvent sans preuve médicale), ces personnes peuvent diminuer leur consommation de produits laitiers et ainsi s'exposer à des risques de carences en calcium, alors que le maintien du lactose dans l'alimentation est possible à condition de suivre des conseils diététiques simples chez la majorité des sujets intolérants (voir P. Marteau, ce numéro) [16].

De plus, certains consommateurs (parfois les mêmes) sont de plus en plus préoccupés par l'impact de leur consommation sur la planète et par le bien-être animal et s'interrogent sur les conséquences écologiques de l'industrie laitière [15]. Ils se détourneraient alors totalement ou partiellement des produits laitiers conventionnels au profit de versions issues de l'agriculture biologique, voire substitueraient tout ou partie des produits laitiers par des produits végétaux. Même si cette tendance reste marginale,

elle semble se développer, tout comme l'offre de produits végétaux de substitution [17]. Cependant, ces produits restent difficilement comparables aux produits laitiers sur le plan nutritionnel, et ne contiennent du calcium que s'ils sont enrichis.

## Conclusion

Bien que leur consommation soit décroissante, les produits laitiers restent des produits incontournables de la culture alimentaire en France. En 2016, 98 % des Français consommaient au moins un produit laitier par semaine. Cette catégorie d'aliment, disponible sous une grande variété (lait, yaourt, fromages frais...), est simple à intégrer au quotidien, y compris en tant qu'ingrédients culinaires. D'après l'état actuel du marché et de la diète, elle représente toujours la principale source de calcium. D'après ces mêmes données, trois portions de produits laitiers par jour sont nécessaires pour qu'au moins la moitié de la population atteigne les besoins nutritionnels moyens en calcium.

## Remerciements

Nous remercions SYNDIFRAIS - et tout particulièrement Chloé Pierzo - ainsi que le Centre national interprofessionnel de l'économie laitière (CNIEL) pour avoir fourni des données de marché, de consommation et de profils nutritionnels qui ont servi à la réalisation de cette étude.

## Liens d'intérêts

J. Charby et S. Vaudaine sont des salariées de Danone Nutricia Research. P. Hébel n'a pas été rémunérée pour la rédaction de cet article.

## Références

- [1] CNIEL. Enquête CCAF 2016 - Rapport sur « La place des produits laitiers dans l'alimentation des Français ».
- [2] PNNS. Produits laitiers | Manger Bouger 2011. Accès le 16 août 2017 [www.mangerbouger.fr/Les-9-reperes/Les-9-reperes-a-la-loupe/Produits-laitiers](http://www.mangerbouger.fr/Les-9-reperes/Les-9-reperes-a-la-loupe/Produits-laitiers)
- [3] PNNS. 3 produits laitiers par jour 2011:2. Accès le 16 août 2017. <http://inpes.santepubliquefrance.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1180.pdf>
- [4] Ginder Coupez V, Hébel P. Le yaourt, un marqueur « universel » de la qualité de la diète ? Cah Nutr Diététique 2017;52S:S35-47.
- [5] IRI. Accès le 16 août 2017. [www.iriworldwide.com/fr-FR/company/about-IRI](http://www.iriworldwide.com/fr-FR/company/about-IRI)
- [6] INSEE. Évolution de la population - Bilan démographique 2016 | INSEE 2017.
- [7] Hébel P. Comportements et consommations alimentaires en France. Tech&Doc Lavoisier 2007:120.
- [8] OQALI. Observatoire de la qualité de l'alimentation. Rapport sectoriel sur produits laitiers frais et assimilés. Données publiques 2019 et 2011, publication 2013. [www.oqali.fr/Publications-Oqali/Etudes-sectorielles](http://www.oqali.fr/Publications-Oqali/Etudes-sectorielles)
- [9] CIQUAL. Food composition table 2013. <https://pro.anses.fr/tablecical/>
- [10] OQALI. Observatoire de la Qualité de l'Alimentation. Rapport sectoriel sur les Fromages (données 2015, publication 2016). [www.oqali.fr/Publications-Oqali/Etudes-sectorielles](http://www.oqali.fr/Publications-Oqali/Etudes-sectorielles)
- [11] ANSES. Actualisation des repères du PNNS : élaboration des références nutritionnelles. Décembre 2016. [www.anses.fr/fr/system/files/NUT2012SA0103Ra-2.pdf](http://www.anses.fr/fr/system/files/NUT2012SA0103Ra-2.pdf)
- [12] Saint-Eve A, Mabillet A-C, Delarue J. Sucrage des yaourts : diversité des comportements et impact sur les apports en sucres. Cah Nutr Diététique 2017;52S:S80-6.
- [13] CRÉDOC. Le petit déjeuner, un repas essentiel de plus en plus délaissé et simplifié 2013. [www.credoc.fr/publications/abstract.php?ref=Sou2015-4291](http://www.credoc.fr/publications/abstract.php?ref=Sou2015-4291)
- [14] Hébel P. Comportements et consommations alimentaires en France. Tech&Doc Lavoisier 2012:120.
- [15] Kantar TNS. Discours anti-lait. Point n° 12. 2016.
- [16] Marteau P, Olivier S. L'intolérance au lactose. Cah Nutr Diététique 2017;52S:S13-8.
- [17] LSA commerce & consommation. Les boissons végétales se font plus gourmandes. 2012.