

Habitudes de petit-déjeuner

Influences croisées des situations sociales et des pratiques alimentaires au petit-déjeuner des étudiants

Bien que le rythme alimentaire de la population française soit très structuré, le petit-déjeuner reste le moins normalisé des trois repas. On y observe de plus fortes disparités entre les pratiques des différentes classes sociales. Dans un contexte de précarité étudiante décuplée par la crise sanitaire, les budgets restreints et les activités professionnelles en parallèle de la scolarité impactent particulièrement le premier repas de la journée. De même, la socialisation primaire joue un rôle majeur dans les habitudes alimentaires matinales des étudiants.

L'étude Individuelle Nationale des Consommations Alimentaires 2 (INCA 2) réalisée en 2006-2007 expose une diminution de prise systématique du petit-déjeuner avec l'âge chez les enfants de 3 à 17 ans, tandis que celle-ci augmente chez les adultes de 18 à 79 ans, soulignant ainsi la spécificité du passage à la vie étudiante. Période de transition, elle met à l'épreuve la transmission des habitudes alimentaires incorporées durant l'enfance. La reproduction des pratiques alimentaires inculquées par ses parents reste forte à l'âge adulte. (Menesson, Nicaise, Bertrand, Court, 2021). Cette enquête met par ailleurs en exergue la corrélation entre le niveau de diplôme du référant de l'enfant et la régularité de ses prises de petit-déjeuner, augmentant avec le niveau de diplôme.

De même, Marie-Clémence Le Pape et Marie Plessz présentent le premier repas de la journée comme révélateur de position sociale, à l'issue d'une enquête menée auprès de familles de la frange supérieure des classes populaires. Celles-ci se distinguent des prescriptions normatives alimentaires par un rythme alternatif. Ne pas prendre de petit-déjeuner résulte d'une adaptation aux conditions d'appartenance aux classes populaires, caractérisées par de plus fortes contraintes financières et professionnelles.

En effet, l'enquête de 2017 de l'Observatoire de la vie étudiante sur la restauration étudiante dénote une différence de comportement, concernant le déjeuner et le grignotage, entre les étudiants salariés et non-salariés.

Ces différentes études démontrent l'effet de l'héritage familial, de la position sociale et de l'activité professionnelle sur les pratiques

alimentaires. Ainsi, nous cherchons à analyser les habitudes de petit-déjeuner des étudiants au prisme des données recueillies dans l'enquête POF relatives à la position sociale, au nombre d'heure travaillée parallèlement à leur scolarité et à aux habitudes antérieures des étudiants. La classe sociale d'un étudiant influe-t-elle sur ses comportements liés au petit déjeuner ? Quelle est l'influence de la socialisation familiale sur les pratiques alimentaires des individus à l'âge adulte ? Quel est l'impact d'une activité professionnelle sur le premier repas de la journée ?

Encadré 1 : Présentation de l'enquête POF sur les pratiques alimentaires des étudiants

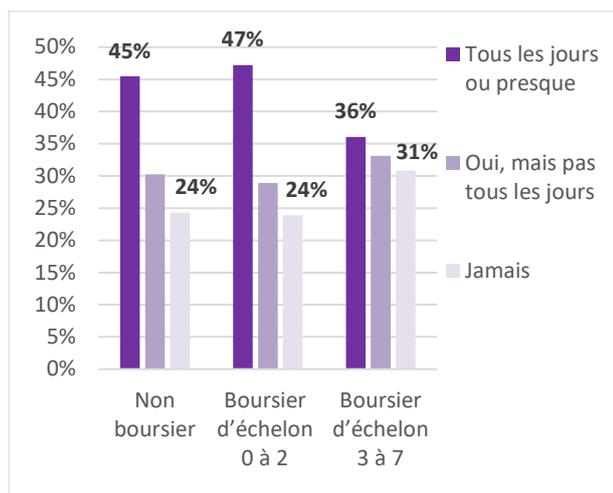
L'enquête POF 2021-2022 s'intéresse aux pratiques alimentaires des étudiants de huit universités (Caen, Brest, Grenoble, Le Havre, Nantes, Paris 8, Paris Nanterre, Tours). Cette enquête vise à dépeindre les habitudes alimentaires des étudiants au prisme du contenu, du rythme et du cadre de leur repas. De même, elle permet d'observer l'évolution des pratiques des étudiants relatives à l'alimentation depuis leur enfance, et ainsi d'analyser la transmission de celles-ci.

Cette enquête repose sur un questionnaire élaboré et administré (en ligne pour les étudiants de Grenoble, format papier pour les autres) au premier semestre par les étudiants de sociologie, d'AES et d'anthropologie des mêmes huit universités. La base de données que nous exploitons résulte de la saisie des réponses de 13 173 enquêtés sélectionnés aléatoirement. Cet échantillon vise à représenter les 159 819 étudiants inscrits cette année au sein des universités enquêtées.

Etudiants de classes populaires : boursiers et travailleurs

La bourse d'études est accordée par le CROUS aux étudiants de moins de 28 ans rencontrant des difficultés matérielles ne leur permettant pas de poursuivre des études supérieures. C'est une aide complémentaire à celle de la famille, la bourse est calculée à partir de critères sociaux (revenus annuels de l'étudiant et des parents). Les étudiants qui en bénéficient sont donc relativement défavorisés financièrement, ainsi donc le statut d'élève boursier est caractéristique de l'appartenance aux classes populaires. Les résultats de l'enquête POF ont révélé que la moitié des répondants sont boursiers. Il existe une corrélation entre l'appartenance aux classes populaires et les habitudes alimentaires au petit déjeuner (figure 1).

Figure 1 : Prise de petit-déjeuner en fonction du statut boursier des étudiants



Lecture : 24% des étudiants non boursiers et 31% des élèves boursiers d'échelon 3 à 7 ne prennent jamais de petit-déjeuner.

Test du Khi2 : Significatif au seuil de 5%.

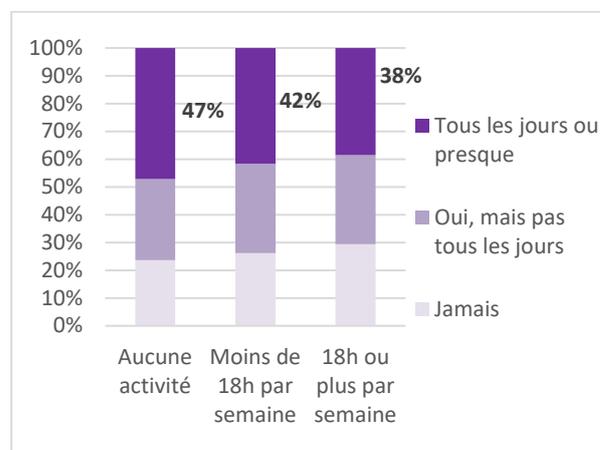
Source : Enquête POF 2021-2022 sur les pratiques alimentaires des étudiants.

Champ : Etudiants inscrits dans les universités de Caen, Brest, Grenoble, Le Havre, Nantes, Paris 8, Paris Nanterre, Tours en 2021-2022.

On observe un écart significatif entre les habitudes de petit-déjeuner des étudiants boursiers, notamment 31% de élèves boursiers échelon 3 à 7 ne prennent jamais de petit déjeuner, contre 24%

des élèves non boursiers. Cette situation sociale est doublement contraignante : la plupart des étudiants boursiers ont une activité professionnelle. Comme le montre Marie-Clémence Le Pape et Marie Plessz, les classes populaires ont un rythme de travail caractérisé par des horaires plus contraignante auxquelles les familles doivent s'adapter, et, en conséquence, adopter des pratiques alimentaires alternatives. Nous avons constaté qu'il existe un lien entre l'activité professionnelle et la prise de petit déjeuner (voir figure 2).

Figure 2 : Prise de petit-déjeuner selon l'activité professionnelle des étudiant



Lecture : 38% des étudiants travaillant 18h ou plus par semaine petit-déjeunent tous les jours ou presque.

Test du Khi2 : Significatif au seuil de 5%.

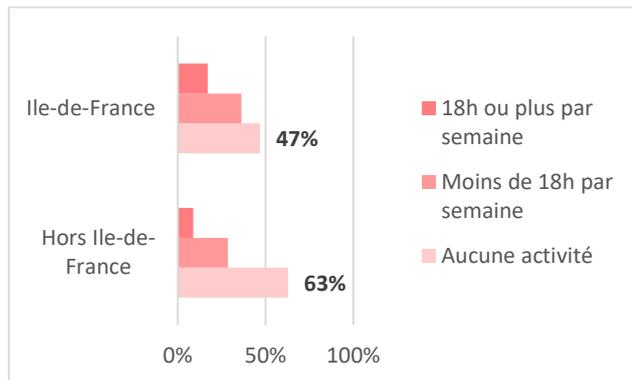
Source : Enquête POF 2021-2022 sur les pratiques alimentaires des étudiants.

Champ : Etudiants inscrits dans les universités de Caen, Brest, Grenoble, Le Havre, Nantes, Paris 8, Paris Nanterre, Tours en 2021-2022.

On observe un écart important de prises de petit-déjeuner entre les étudiant travaillant 18 heures par semaine ou plus et les étudiants sans activité professionnelles : respectivement 38% prennent un petit déjeuner tous les jours contre 47%. En effet, l'activité professionnelle contraint davantage l'étudiant concernant sa gestion du temps. Le fait de devoir conjuguer une activité professionnelle, notamment de 18h ou plus par semaine, et le rythme alimentaire tend à réduire la fréquence de consommation de petit-déjeuner. De plus, il existe

un lien entre l'activité professionnelle et le lieu de résidence. En effet, les résultats de l'enquête POF montrent que les étudiants résident en Île-de-France sont proportionnellement plus nombreux à travailler au moins 18 heures par semaine que les étudiants résident hors Île-de-France (Voir figure 3).

Figure 3 : Activité professionnelle en fonction de l'université d'inscription



Lecture : 63% des étudiants inscrits dans une université hors Ile-de-France n'ont aucune activité professionnelle.

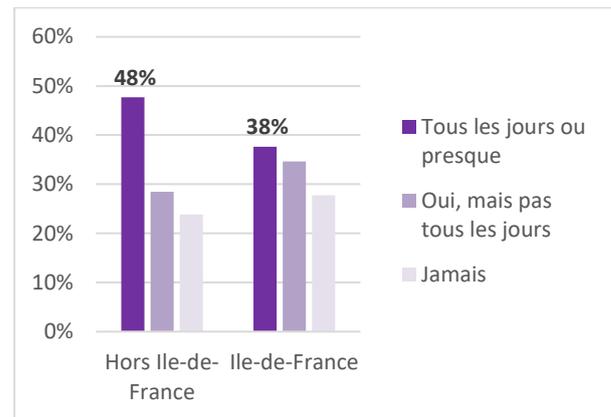
Test du Khi2 : Significatif au seuil de 5%.

Source : Enquête POF 2021-2022 sur les pratiques alimentaires des étudiants.

Champ : Etudiants inscrits dans les universités de Caen, Brest, Grenoble, Le Havre, Nantes, Paris 8, Paris Nanterre, Tours en 2021-2022.

L'écart est tel que 63% des étudiants résident hors îles de France n'ont aucune activité contre 47% résident en îles de France, soit plus de la moitié des enquêtés en île de France ont une activité professionnelle en dehors des études. On peut comprendre cet écart au regard du coût de la vie en milieu urbain et de la majorité des familles précaires résident en milieu périurbain. Ainsi donc la double contrainte du travail et du lieu de résidence peut affecter les habitudes alimentaires des étudiants au petit déjeuner (figure 4).

Figure 4 : Prise de petit-déjeuner selon l'universités d'inscription des étudiants



Lecture : 48% des étudiants inscrits dans une université hors Ile-de-France prennent un petit-déjeuner tous les jours ou presque.

Test du Khi2 : Seuil de 5%.

Source : Enquête POF 2021-2022 sur les pratiques alimentaires des étudiants.

Champ : Etudiants inscrits dans les universités de Caen, Brest, Grenoble, Le Havre, Nantes, Paris 8, Paris Nanterre, Tours en 2021-2022.

Au regard des situation sociale et professionnelle des étudiants, nous observons que la prise du petit déjeuner est moindre en île de France : 48% des répondants hors île de France prennent un petit déjeuner tous les jours ou presque contre 38% en îles de France, soit moins. En plus de la contrainte professionnelle, nous supposons ici que les répondants résident en îles de France vivent plus éloigné de leur université d'inscription, notre hypothèse est telle que les contraintes horaires du travail liées aux contraintes du temps de transport plus long affecte la prise de petit-déjeuner.

Ensuite, nous avons vu ce sont les étudiants issus de milieu populaire qui se retrouvent en situation sociale précaire, obligé d'effectuer un travail rémunéré pour financer leurs études, en plus de vivre en milieu périurbain éloigné de l'université. Cette situation sociale est en lien directe avec la situation sociale de la famille. Nous proposons ici de considérer l'héritage familiale des enquêtés comme indicateurs des pratiques alimentaires (voir encadré 2).

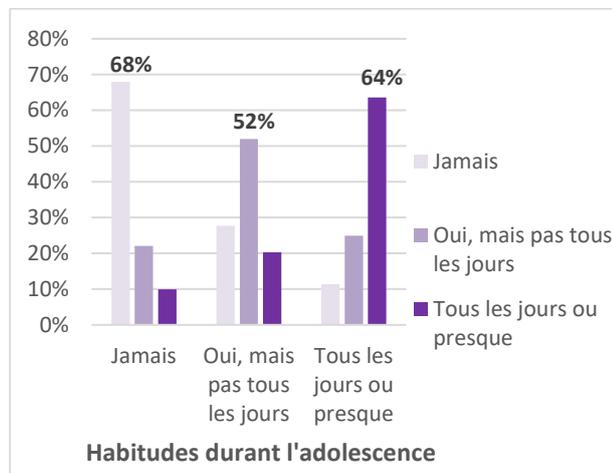
Encadré 2 : « Héritage familiale »

La socialisation familiale étant la transmission d'une culture et de normes, nous comprenons ce phénomène d'« héritage familiale » à travers la transmission de pratiques alimentaire incorporé dans l'enfance. Pour ce faire, nous mobilisons le croisement des variables de la prise de petit déjeuner à l'adolescence et aujourd'hui. Remarquant ainsi une continuité dans ces pratiques.

Socialisation familiale et petit-déjeuner

Contrairement aux résultats de recherche de l'enquête INCA, il n'y a pas de changement significatif des habitudes alimentaires au petit déjeuner lors du passage à l'âge adulte, au contraire, nous observons une continuité de ces habitudes entre l'adolescence et aujourd'hui (figure 3). En effet, la socialisation familiale entraîne la reproduction des situations sociales et « habitus » des individus.

Figure 5 : Prise de petit-déjeuner actuelle des étudiant en fonction de celle durant leur adolescence



Lecture : 68% des étudiants que ne prenaient jamais de petit-déjeuner à l'adolescence, n'en prennent jamais actuellement.

Test du Khi2 : Significatif au seuil de 5%.

Source : Enquête POF 2021-2022 sur les pratiques alimentaires des étudiants.

Champ : Etudiants inscrits dans les universités de Caen, Brest, Grenoble, Le Havre, Nantes, Paris 8, Paris Nanterre, Tours en 2021-2022.

Il existe donc une continuité intense entre les habitudes du petit déjeuner à l'adolescence et aujourd'hui, 68% des enquêtés qui ne prenaient jamais de petit déjeuner à l'adolescence n'en prennent jamais aujourd'hui, et 64% pour les étudiants prenant un petit déjeuner tous les jours ou presque, soit une majorité des répondants ont gardé les habitudes prise à l'adolescence.

Encadré 3 : Test du khi-deux

Afin de tester la fiabilité des résultats obtenus, nous utilisons le test du khi-2.

En effet, en comparant nos données à une situation d'indépendance, où il n'y a pas de lien entre les variables, on calcule le risque de se tromper. Le test du khi-deux mesure l'écart, entre le tableau des effectifs observés et le tableau des effectifs théoriques, appelée valeur-p. Le risque acceptable ici est de 0,05.

Conclusion

Les résultats empiriques de cette enquête mettent en lumière la disparité des pratiques alimentaires des étudiants au petit-déjeuner selon l'origine sociale, et l'importance d'étudier la transmission familiale de ces pratiques, révélatrice de la reproduction sociale.

Bibliographie

Dubuisson, Carine, « La consommation alimentaire des adultes et des enfants », *INCA 2*, 2006-2007, pp. 37-73.

Le Pape M.-C., Plessz M., « C'est l'heure du petit-déjeuner ? Rythme des repas, incorporation et classe sociale », *La revue sociologique*, vol. 67, 2017, pp. 73-106.

Menesson, Christine, et al. « Des corps de classe ? Stratégies éducatives familiales et inscription corporelle des inégalités sociales », Anne Dupuy éd., *Socialisation familiale des jeunes enfants*. Érès, 2021, pp. 63-74.

OVE, *Enquête nationale Conditions de vie des étudiant-e-s 2016*, fiche « La restauration étudiante », 2013, pp. 1-10.