

Contrer la malbouffe : des jeunes prêts à agir !



Avec ses publicités accrocheuses et ses nombreux restaurants aux abords des écoles, l'industrie de la malbouffe est partout où se trouvent les jeunes consommateurs. Alors qu'elle s'apprête à implanter un projet de dénormalisation de la malbouffe dans les écoles, la Fédération québécoise du sport étudiant (FQSE) a voulu explorer le contexte de la malbouffe auprès des jeunes... un public plutôt allumé !

En mars 2010, des groupes de discussion ont donc été menés par la FQSE et la firme MIRE, auprès de 76 jeunes de 10 à 17 ans. En tout, neuf groupes de discussion, composés à part égale de garçons et de filles, ont d'abord répondu à un questionnaire personnel, avant de discuter en groupe. Cette recherche qualitative a été réalisée dans le but de développer des interventions adaptées aux jeunes Québécois.

La majorité des jeunes estiment avoir une « bonne alimentation » (75 %) et savent qu'elle a un impact sur leur santé actuelle (72 %) et future (68 %). De façon générale, les jeunes distinguent les « bons » aliments des « moins bons » pour la santé et définissent assez clairement ce qu'on entend par malbouffe. Ils ont le sentiment que leurs « mauvaises » habitudes alimentaires sont plutôt contrôlées.

En ce qui a trait à la restauration rapide, il ressort que les jeunes fréquentant l'école secondaire y sont beaucoup plus exposés que ceux du primaire. Les « fast-food » sont souvent près de leurs écoles et les occasions de consommation sont fréquentes. Ce qui les motive à consommer de la malbouffe ? Ils la trouvent bonne au goût et pratique. Le prix abordable, la publicité, particulièrement les offres promotionnelles (rabais, primes, etc.), et la facilité d'accès sont des sources d'influence importantes.

L'étude révèle que les jeunes sont sensibles à la problématique de la malbouffe et de son marketing, mais qu'ils peuvent se sentir impuissants à cet égard. Toutefois, s'ils étaient en position de pouvoir (parent, directeur, ministre, etc.), ils n'hésiteraient pas à agir. Taxer la malbouffe, en interdisant la publicité, légiférer la restauration rapide, mener des actions de boycottage, diffuser des reportages sur la malbouffe figurent parmi les moyens proposés par les jeunes lors d'un exercice de groupe.

Les jeunes sont donc conscients de l'influence de l'environnement alimentaire sur leur consommation de malbouffe. Ils se disent disposés à en apprendre davantage sur le sujet et à agir concrètement. Ils seront plus enclins à s'engager si on leur propose des défis ou des moyens de se distinguer. Défi à relever, résultats immédiats, usage des nouvelles technologies (dont les médias sociaux) : autant de moyens, selon eux, de les toucher et de susciter leur engagement dans une optique de dénormalisation de la malbouffe.



Avez-vous apprécié cet article ? Merci de répondre à ce [sondage](#).

Documents sources :

Contrer la malbouffe : des jeunes prêts à agir !

<http://www.sportetudiant.com/fr/scolaire/denormalisation.cfm>

Personne-ressource : Sylvie Louise Desrochers, 514 987-3000, p. 3001, desrochers.sylvie@uqam.ca

D'autres faits saillants : www.grms.uqam.ca/production/faits-saillants

