



Fiche thématique sur la nutrition

Consommation de boissons en Suisse en 2014 et 2015

Il ressort de l'enquête nationale sur l'alimentation menuCH que la population suisse âgée de 18 à 75 ans consomme en moyenne 2 litres de boissons non alcoolisées par jour et par personne. Les plus jeunes boivent davantage d'eau et de boissons sucrées, alors que les personnes plus âgées préfèrent le café et le thé. Les hommes boivent plus de boissons sucrées et d'alcool, les femmes davantage de thé. En Suisse alémanique, la consommation de café et de boissons sucrées est deux fois plus élevée qu'en Suisse italienne.

Ces informations ont été recensées auprès de la population dans le cadre de deux sondages.

CONSOMMATION DE BOISSONS

Consommation de boissons en Suisse

En Suisse, les personnes âgées de 18 à 75 ans boivent en moyenne 1,2l d'eau du robinet ou d'eau minérale, 2,6 dl de café¹, 2,9 dl de thé², 0,6 dl de jus de fruits ou de légumes et 2,4 dl de boissons sucrées³. La consommation de boissons alcoolisées se chiffre à 2 dl en moyenne par personne.

Différences entre les classes d'âge

Les plus jeunes boivent quotidiennement davantage de boissons non alcoolisées que les personnes plus âgées. Les 18-34 ans boivent en moyenne 2,3l par jour, les 35-49 ans 2,1l, les 50-64 ans 1,9l et les 65-75 ans 1,6l. Les plus jeunes consomment davantage d'eau du robinet, d'eau minérale et de boissons sucrées, tandis que les personnes plus âgées préfèrent le café et le thé. La consommation moyenne d'alcool s'élève à 2 dl par jour, toutes classes d'âge confondues, sachant que les plus jeunes préfèrent la bière alors que les plus âgés privilégient le vin.

¹ Y compris les mélanges à base de café (p. ex. cappuccino, latte macchiato, café viennois, café au lait, avec ou sans sucre) et les substituts du café (p. ex. chicorée)

² Y compris les tisanes de fruits et de plantes

³ Y compris les jus de fruits dilués et gazéifiés (Schorle), les boissons énergisantes, le thé glacé, le sirop, les boissons light sans sucre et les boissons sans alcool (p. ex. bière, cidre)

Différences entre les sexes	Tant les hommes que les femmes boivent en moyenne 1,2l d'eau du robinet ou d'eau minérale par jour, ainsi que 0,6 dl de jus de fruits ou de légumes. La consommation varie toutefois selon le sexe pour les boissons suivantes: café (2,8 dl pour les hommes et 2,3 dl pour les femmes), thé (2,0 dl pour les hommes et 3,7 dl pour les femmes), boissons sucrées (3,1 dl pour les hommes et 1,7 dl pour les femmes) et alcool (2,8 dl pour les hommes et 1,1 dl pour les femmes).
-----------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Différences entre les régions linguistiques	La consommation quotidienne de boissons (sans alcool) en Suisse alémanique s'élève à 2,1 l par personne en moyenne, en Suisse romande et en Suisse italienne à 1,9 l. La consommation d'eau du robinet et d'eau minérale est plus élevée en Suisse italienne que dans les autres régions. Par contre, les Suisses italiens boivent moins de café, de thé, de boissons sucrées et de jus de fruits et de légumes. En ce qui concerne les boissons sucrées et le café en particulier, la consommation en Suisse alémanique est pratiquement deux fois plus élevée qu'en Suisse italienne. La quantité d'alcool consommée est quant à elle identique dans toutes les régions linguistiques.
---------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

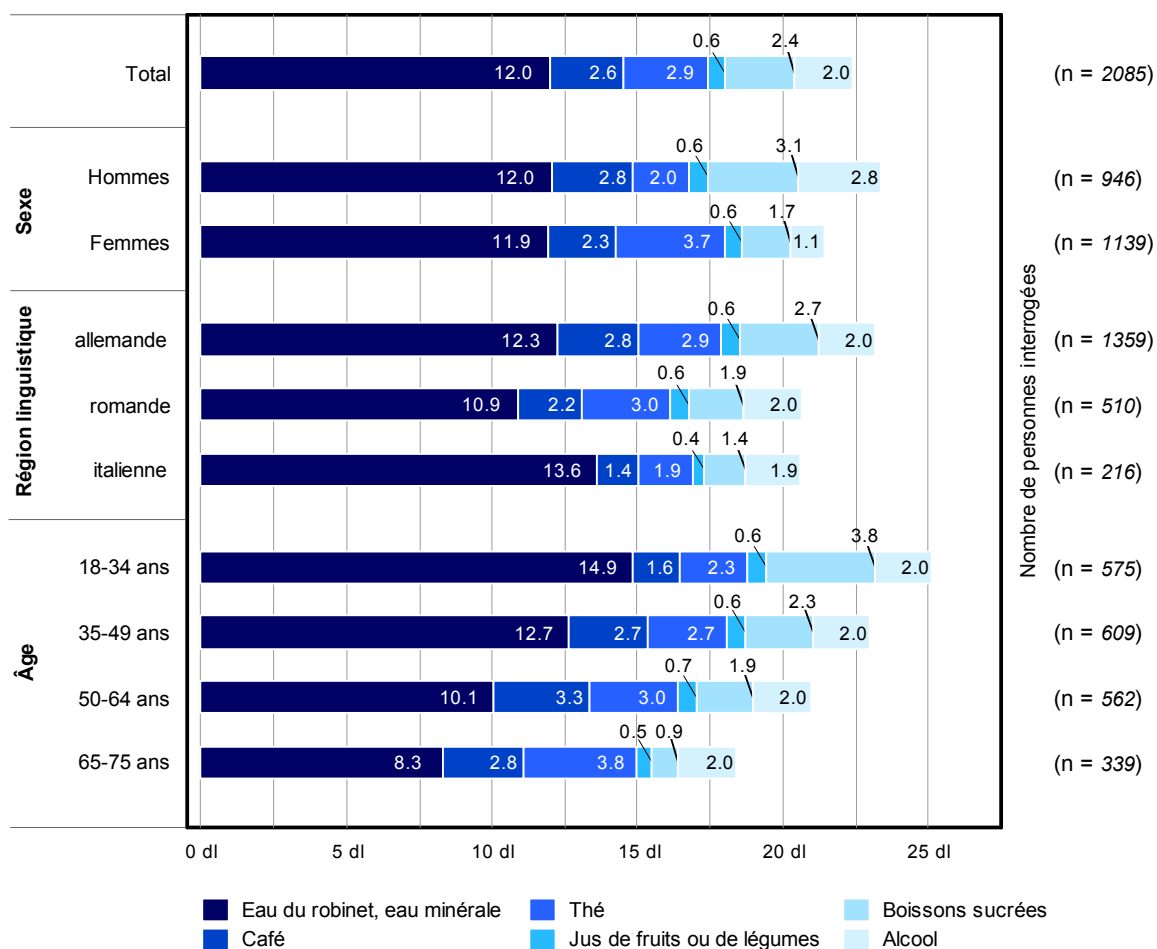
RECOMMANDATIONS

Conformément à la pyramide alimentaire suisse, il est conseillé de boire entre 1 et 2 litres par jour, de préférence sous forme de boissons non sucrées comme l'eau du robinet, l'eau minérale et les tisanes de fruits et de plantes. Les boissons contenant de la caféine telles que le café, le thé noir et le thé vert peuvent aussi contribuer à l'hydratation.

Consommation de boissons en Suisse comparée aux recommandations	En moyenne, les hommes et les femmes de 18 à 75 ans en Suisse respectent la recommandation d'hydratation, et ce dans les trois régions linguistiques.
-----------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Dans la mesure du possible, les différents ingrédients entrant dans la préparation des denrées alimentaires (p. ex. pizza, sandwich, tarte, mélange de boissons) ou plats composés (p. ex. risotto, chili con carne) ont été comptabilisés dans la catégorie d'aliment correspondant.

CONSOMMATION DE BOISSONS DE LA POPULATION ADULTE EN SUISSE (EN DÉCILITRES PAR PERSONNE ET PAR JOUR)



menuCH
Nationale Ernährungshebung
Enquête nationale sur l'alimentation
Sondaggio nazionale sull'alimentazione



«Enquête nationale sur l'alimentation menuCH»

MenuCH est la première enquête nationale sur l'alimentation menée en Suisse. Quelque 2000 personnes provenant de toutes les régions de Suisse ont été interrogées entre janvier 2014 et février 2015. Ces hommes et femmes âgés de 18 à 75 ans ont fourni des informations sur leurs habitudes alimentaires et leur activité physique. Leur taille et leur poids ont en outre été mesurés. L'enquête nationale sur l'alimentation menuCH est un projet de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires (OSAV), élaboré en collaboration avec l'Office fédéral de la santé publique (OFSP). L'Institut de médecine sociale et préventive de l'Université de Lausanne (IUMSP) a été chargé de réaliser l'enquête.

**Office fédéral de la sécurité alimentaire
et des affaires vétérinaires OSAV**

Evaluation des risques

www.osav.admin.ch
info@blv.admin.ch