

# Appréciation rapide de la qualité de l'alimentation

## OUTIL DE MESURE



TRANSFERT DES CONNAISSANCES

JUILLET 2023

Ce document fait partie de la *Boîte à outils pour réaliser un portrait-diagnostic et évaluer les effets d'une coopérative alimentaire*, développée dans le cadre de l'étude EffICAS de l'Institut national de santé publique du Québec. Cette boîte a notamment pour objectif d'outiller les acteurs dans la réalisation d'un portrait-diagnostic, une photographie à un temps donné, de l'accès aux aliments et d'une évaluation des effets d'une coopérative alimentaire sur les individus et les communautés.

Plus précisément, cet outil de mesure permet d'apprécier de manière rapide la qualité de l'alimentation. Comme la saine alimentation est un déterminant important de la santé (WHO, 2002), estimer la qualité globale de l'alimentation d'une population donnée s'avère intéressant, particulièrement lors de la réalisation d'un portrait de la situation ou lors de l'évaluation des effets d'une intervention.

## DÉFINITION ET SOURCE

L'outil bref d'évaluation de la qualité de l'alimentation utilisé dans l'étude EffICAS a été développé et validé par l'équipe de Lafrenière (Lafrenière *et al.*, 2019).

Sur la base de cet outil, une alimentation de qualité réfère à la conceptualisation de la saine alimentation présentée dans le Guide alimentaire canadien de 2007.

## QUESTIONNAIRE

Le questionnaire permettant d'apprécier rapidement la qualité de l'alimentation d'un groupe de personnes se présente ainsi :

- Une consigne générale;
- Une série de vingt (20) questions se déployant selon une arborescence spécifique. Sauf la première question, toutes les questions subséquentes sont conditionnelles aux réponses données précédemment. Ainsi, de trois à six questions seulement seront posées au répondant.
- Une échelle de réponse unique est utilisée pour toutes les questions.

**Consigne :** Pour les questions suivantes, nous vous demandons de répondre en vous référant à votre consommation habituelle.

**Questions, choix de réponse et valeurs associées et sauts de questions :**

1. Consommez-vous des charcuteries (ex. saucisses, viandes froides, terrines) plus de deux fois par semaine?
  - 1- Oui – *Allez à Q 2*
  - 2- Non – *Allez à Q 9*
2. Consommez-vous plus d'une pomme par jour?
  - 1- Oui – *Allez à Q 7*
  - 2- Non – *Allez à Q 3*
3. Consommez-vous de la salade cinq fois ou plus par semaine?
  - 1- Oui – *Allez à Q 6*
  - 2- Non – *Allez à Q 4*
4. Consommez-vous des noix deux fois ou plus par semaine?
  - 1- Oui – *Allez à Q 5*
  - 2- Non – *Fin du questionnaire*
5. Consommez-vous du café ou du thé plus de deux fois par jour?
  - 1- Oui – *Fin du questionnaire*
  - 2- Non – *Fin du questionnaire*
6. Consommez-vous de l'humus trois fois ou plus par mois?
  - 1- Oui – *Fin du questionnaire*
  - 2- Non – *Fin du questionnaire*
7. Consommez-vous du beurre d'arachides au moins une fois par mois?
  - 1- Oui – *Allez à Q 8*
  - 2- Non – *Fin du questionnaire*
8. Consommez-vous du jus de fruits presque tous les jours?
  - 1- Oui – *Fin du questionnaire*
  - 2- Non – *Fin du questionnaire*
9. Consommez-vous des boissons gazeuses plus d'une fois par mois (1 canette = 1 portion) ?
  - 1- Oui – *Allez à Q 13*
  - 2- Non – *Allez à Q 10*
10. Consommez-vous un verre de lait 2 % tous les jours ?  
Si vous consommez du lait écrémé, 1 % ou 3,25 %, veuillez cocher non.
  - 1- Oui – *Fin du questionnaire*
  - 2- Non – *Allez à Q 11*

11. Consommez-vous plus d'une pomme par semaine?
  - 1- Oui – *Fin du questionnaire*
  - 2- Non – *Allez à Q 12*
12. Consommez-vous des oignons plus d'une fois par semaine?
  - 1- Oui – *Fin du questionnaire*
  - 2- Non – *Fin du questionnaire*
13. Consommez-vous des noix trois fois ou plus par mois?
  - 1- Oui – *Allez à Q 14*
  - 2- Non – *Allez à Q 18*
14. Consommez-vous du jus de fruits cinq jours ou plus par semaine?
  - 1- Oui – *Allez à Q 17*
  - 2- Non – *Allez à Q 15*
15. Consommez-vous des frites plus d'une fois par semaine?
  - 1- Oui – *Allez à Q 16*
  - 2- Non – *Fin du questionnaire*
16. Consommez-vous du poisson trois fois ou plus par semaine?
  - 1- Oui – *Fin du questionnaire*
  - 2- Non – *Fin du questionnaire*
17. Consommez-vous de l'humus deux fois ou plus par mois?
  - 1- Oui – *Fin du questionnaire*
  - 2- Non – *Fin du questionnaire*
18. Consommez-vous du pain à grains entiers presque tous les jours?
  - 1- Oui – *Allez à Q 19*
  - 2- Non – *Fin du questionnaire*
19. Consommez-vous des pâtes tous les deux jours ou plus souvent?
  - 1- Oui – *Fin du questionnaire*
  - 2- Non – *Allez à Q 20*
20. Consommez-vous du brocoli plus d'une fois par semaine?
  - 1- Oui
  - 2- Non

## TRAITEMENT ET ANALYSE

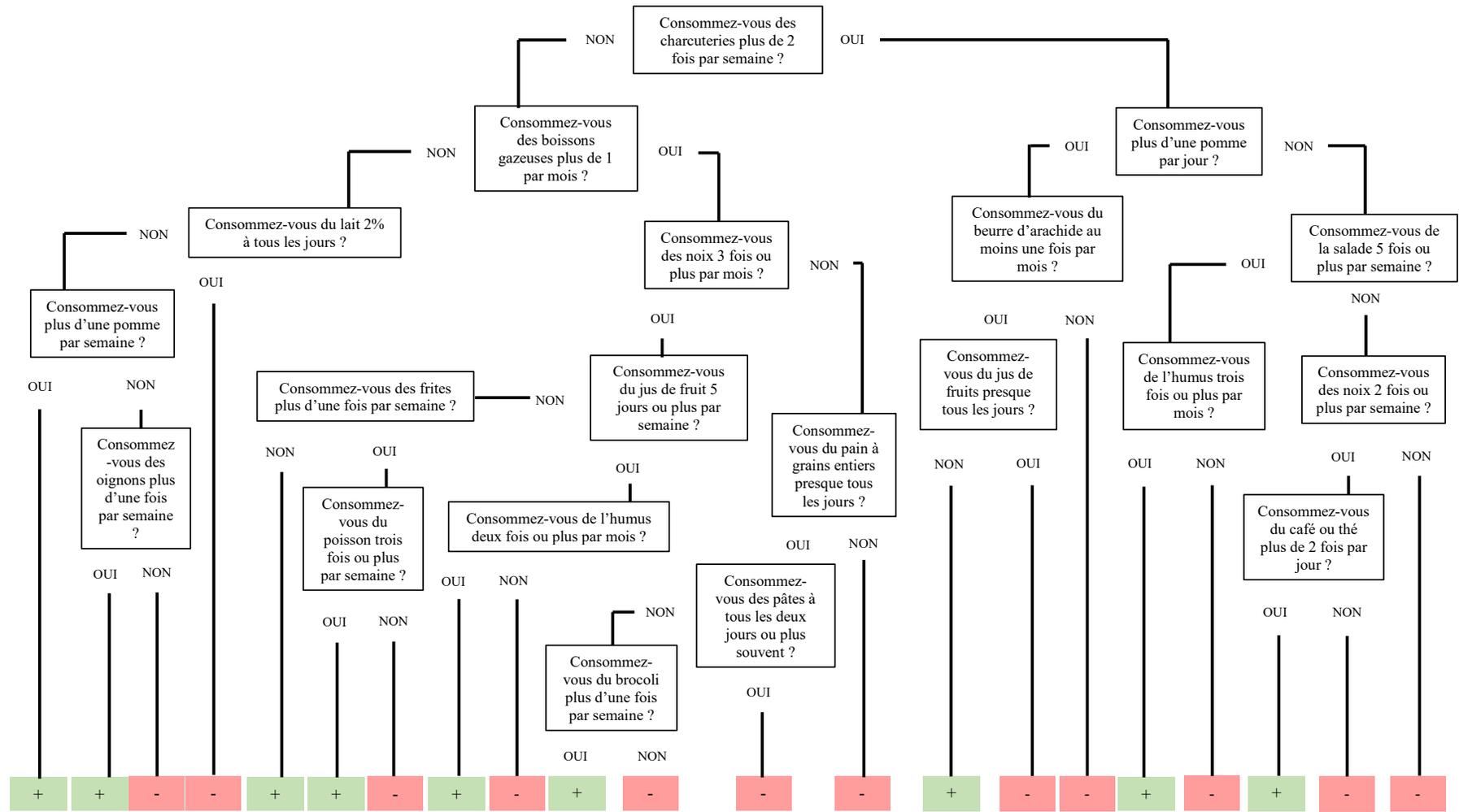
Le questionnaire peut générer vingt et un patrons de réponse différents. La désignation faible ou élevée de qualité de l'alimentation d'un individu est déterminée par la séquence et la dernière réponse qu'il a donnée. L'arbre décisionnel présenté à la figure 1 indique la finalité de chacun des patrons de réponses et le résultat de qualité de l'alimentation rattaché à chacun.

## INTERPRÉTATION

Cet indicateur produit un résultat dichotomique : l'alimentation est qualifiée soit « élevée », soit « faible ».

Cette mesure est une appréciation rapide de la qualité de l'alimentation

Figure 1 Arbre décisionnel\*



Légende Arbre décisionnel + = alimentation de qualité élevée; - = alimentation de faible qualité.

\* Figure traduite de Lafrenière *et al.* 2019.

## RÉFÉRENCES

Lafrenière, J., Harrison, S., Laurin, D., Brisson, C., Talbot, D., Couture, P., Lemieux, S., & Lamarche, B. (2019). Development and validation of a Brief Diet Quality Assessment Tool in the French-speaking adults from Quebec. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 16(1), 61.

<https://doi.org/10.1186/s12966-019-0821-6>

WHO. (2002). Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases: Report of a joint WHO/FAO expert consultation, Geneva, 28 January-1 February 2002.

<https://www.who.int/publications-detail-redirect/924120916X>

---

# Appréciation rapide de la qualité de l'alimentation

---

## AUTRICES

Gabrielle Durette, Dt.P., M. Sc., conseillère scientifique et coordonnatrice du projet de recherche EffICAS  
Marianne Dubé, assistante de recherche professionnelle  
Direction du développement des individus et des communautés

## SOUS LA COORDINATION DE

Caroline Delisle, M.A. CCPE, CRHA, cheffe d'unité  
Direction du développement des individus et des communautés

## COLLABORATION

Sabrina Rey, conseillère  
Chantal de Montigny, conseillère  
Systèmes alimentaires de proximité  
Vivre en ville

Mylène Gill, conseillère développement réseau  
ICI COOP Fédération des coopératives d'alimentation  
du Québec

Éric Robitaille, Ph. D. conseiller scientifique spécialisé  
et chercheur principal du projet de recherche EffICAS  
Marie-Claude Paquette, Ph. D., Dt.P., M. Sc., conseillère  
scientifique spécialisée et cochercheuse du projet  
Direction du développement des individus et  
des communautés, INSPQ

Olivier Arbour, technicien de recherche  
Patrick Morency, MD, Ph. D.  
Direction du développement des individus et  
des communautés, INSPQ

Caroline Tessier, conseillère scientifique  
Direction de la valorisation scientifique et qualité, INSPQ

## MISE EN PAGE

Sophie Michel, agente administrative  
Direction du développement des individus et  
des communautés

*Ce document est disponible intégralement en format électronique (PDF) sur le site Web de l'Institut national de santé publique du Québec au : <http://www.inspq.qc.ca>.*

*Les reproductions à des fins d'étude privée ou de recherche sont autorisées en vertu de l'article 29 de la Loi sur le droit d'auteur. Toute autre utilisation doit faire l'objet d'une autorisation du gouvernement du Québec qui détient les droits exclusifs de propriété intellectuelle sur ce document. Cette autorisation peut être obtenue en formulant une demande au guichet central du Service de la gestion des droits d'auteur des Publications du Québec à l'aide d'un formulaire en ligne accessible à l'adresse suivante :*

*<http://www.droitauteur.gouv.qc.ca/autorisation.php>, ou en écrivant un courriel à : [droit.auteur@cspq.gouv.qc.ca](mailto:droit.auteur@cspq.gouv.qc.ca).*

*Les données contenues dans le document peuvent être citées, à condition d'en mentionner la source.*

© Gouvernement du Québec (2023)