

---

# L'influence des facteurs cognitifs et sociales sur les comportements alimentaire des étudiants

Thèse

**Doctorants :**

Adoracion GUZMÁN GARCÍA

Un nombre important d'étudiants ne suivent pas un régime alimentaire équilibré, même s'ils déclarent avoir l'intention de le faire et s'intéresser à la nourriture et à ses effets sur le corps. L'objectif de ce projet est d'explorer cet écart entre ce que les étudiants déclarent consommer et leurs comportements alimentaires réels. Dans la première partie du projet, nous étudierons les barrières psychologiques et les biais cognitifs qui peuvent limiter la variété dans le choix des aliments et la consommation de fruits et légumes. En particulier, nous étudierons comment les normes sociales descriptives sont traitées par les individus et les différents biais cognitifs dans ce traitement qui peuvent guider à leur insu le comportement des étudiants.

**Extrait :**

L'un de ces biais est le biais d'inhérence, qui conduit les gens à expliquer les régularités observées en termes de caractéristiques inhérentes ou internes des entités concernées (par exemple, les céréales sont un aliment de petit-déjeuner et nous devrions les manger au petit-déjeuner parce qu'elles sont faciles à digérer le matin). Nous examinerons également les différences individuelles dans le traitement de l'information en fonction de leur perception de l'appartenance à un groupe ou de la présence de troubles alimentaires. Dans la deuxième partie du projet, et sur la base de nos résultats, nous concevrons et mettrons en œuvre une intervention ciblant ces barrières psychologiques et cognitives à une alimentation équilibrée. Nous nous éloignerons des interventions traditionnelles, qui ont généralement consisté à transmettre des informations nutritionnelles pour enrichir les connaissances des étudiants, mais qui ne parviennent souvent pas à induire les changements de comportement souhaités en faveur d'une alimentation plus saine. Nous privilégierons donc la transmission d'autres types d'informations. Par exemple, il a été récemment démontré que le biais d'inhérence peut être atténué, et la motivation à avoir une alimentation plus variée augmentée, avec des interventions qui transmettent des informations pour fournir des causes externes alternatives (par exemple, les céréales sont un aliment de petit-déjeuner parce que la famille Kellogg's a développé une campagne de marketing il y a quelques décennies qui les a annoncées comme telles). Notre intervention appliquera la méthodologie utilisée dans les sciences cognitives et comportementales pour encourager les élèves à choisir des aliments plus variés et à végétaliser leurs assiettes.

**Directeur de thèse :**

Jérémie Lafraire

**École doctorale :**

Laboratoire Cognitions humaine et artificielle (CHArt, RNSR 200515259U) - Ecole Doctorale 472, Paris Sciences et Lettres - École Pratique des Hautes Études

**Partenaires :**

Agence pour la recherche et l'information en fruits et légumes (Aprifel)

Château du Vivier - Ecully - France  
Tel: +33 (0)4 72 18 02 20

## Contact

Raphaëlle Mouillefarine  
*Partnerships Development*  
[Envoyer un email](#)  
+33 (0)4 26 20 97 63

## Carrière

>[Chercheur en sciences de la nutrition et du comportement alimentaire](#)

## Portrait de doctorant

>[Consulter la fiche d'Adoracion Guzman](#)