

# VITAMINE B2

AUTEUR

**Eveline TEPPERS**

## **Remerciements**

Ce travail n'aurait pu être réalisé sans la collaboration de toute une série de personnes. Nos remerciements vont particulièrement à :

Les participants à l'enquête et les enquêteurs qui ont collecté l'information ;

Loes Brocatus, Charlotte Stiévenart et Sofie Van den Abeele pour la préparation et l'organisation du travail de terrain, de même que leur apport dans la gestion de la base de données ;

Ledia Jani pour l'organisation et la logistique de l'enquête, de même que tout le travail en ce qui concerne le lay-out de ce rapport ;

Sarah Bel, Koenraad Cuypers, Karin De Ridder, Thérèse Lebacqz, Cloë Ost et Eveline Teppers pour la gestion et l'analyse des données ;

Koenraad Cuypers pour la coordination du projet.

## **Veillez référer aux résultats de ce chapitre de la manière suivante:**

Teppers E. Vitamine B2. In: Bel S, Tafforeau J (ed.). Enquête de Consommation Alimentaire 2014-2015. Rapport 4. WIV-ISP, Bruxelles, 2016

## TABLE DES MATIÈRES

RÉSUMÉ.....	5
1. Introduction .....	6
1.1. Recommandations nutritionnelles .....	6
1.1.1. Apports de référence de la population .....	6
1.1.2. Apport maximal tolérable .....	7
2. Instruments .....	8
2.1. Rappels de consommation alimentaire de 24 heures.....	8
2.2. Indicateurs .....	8
3. Résultats .....	9
3.1. Apports habituels .....	9
3.2. ApportS de référence de la population .....	10
3.3. Sources de vitamine B2 .....	12
4. Discussion .....	15
4.1. Conclusion .....	17
5. Tableaux .....	18
6. Bibliographie.....	44



## RÉSUMÉ

Il est important dans un contexte de santé publique d'avoir un apport suffisant en vitamine B2 provenant de l'alimentation. Cette vitamine joue en effet un rôle dans le maintien du système nerveux, la digestion et le métabolisme énergétique des protéines, des glucides et des lipides. La vitamine B2 est également importante pour la santé de la peau et pour la vue. On la trouve principalement dans le lait et les produits laitiers, mais aussi dans la viande et les produits carnés, les fruits, les légumes, le pain et les produits céréaliers. Une alimentation variée et équilibrée permettra certainement d'assurer les besoins en vitamine B2.

### Apports habituels

En Belgique, en 2014, la population âgée de 3 à 64 ans présente des apports habituels moyens en vitamine B2 provenant de l'alimentation de 1,25 mg par jour. Lorsque les apports en vitamine B2 provenant des compléments alimentaires sont également pris en compte, ces apports augmentent de 9 % pour passer à 1,36 mg par jour. La prise en compte des compléments génère une augmentation de la consommation habituelle surtout chez les femmes et en particulier chez les adultes.

Les apports habituels moyens en vitamine B2 provenant de l'alimentation sont plus élevés chez les hommes (1,38 mg par jour) que chez les femmes (1,12 mg par jour), mais lorsque les compléments sont également pris en compte, les apports moyens sont assez similaires pour les hommes et les femmes (respectivement, 1,40 et 1,33 mg par jour). Les apports moyens en vitamine B2 provenant de l'alimentation (avec ou sans prise en compte des compléments) sont similaires pour les enfants, les adolescents et les adultes.

Les personnes résidant en Wallonie (1,17 mg par jour) présentent des apports moyens en vitamine B2 provenant de l'alimentation moins élevés que les personnes résidant en Flandre (1,29 mg par jour). Enfin, en 2014, les apports moyens en vitamine B2 provenant de l'alimentation pour la population belge âgée de 15 à 64 ans (1,26 mg par jour) sont inférieurs à ceux de 2004 (1,47 mg par jour).

### Recommandations nutritionnelles

Les apports de référence de la population (ARP) pour la vitamine B2 correspondent à 0,8-1,0 mg par jour pour les jeunes enfants âgés entre 3 et 6 ans. De 7 à 64 ans ces apports ont été fixés à 1,2 mg par jour pour les femmes et 1,5 mg par jour pour les hommes.

En Belgique, en 2014, 63 % des hommes et 62 % des femmes (entre 3 et 64 ans) ont des apports en vitamine B2 provenant de l'alimentation qui sont inférieurs aux apports de référence de la population. Ce pourcentage tombe à 61 % pour les hommes et 56% pour les femmes lorsque les apports provenant des compléments sont également pris en compte.

Le pourcentage de la population qui se situe en dessous des ARP pour les apports en vitamine B2 est le plus faible chez les plus jeunes (3-5 ans) avec 25 % des jeunes enfants présentant des apports inférieurs aux normes. Ce pourcentage est par contre assez élevé, compris entre 54 et 67 %, chez les 6-64 ans. Ce pourcentage est aussi plus élevé en Wallonie (69 %) qu'en Flandre (58 %). Alors qu'en 2004, environ la moitié de la population belge entre 15 et 64 ans présentait des apports en vitamine B2 provenant de l'alimentation inférieurs aux ARP, ce chiffre est passé à environ 65 % en 2014.

### Sources alimentaires de vitamine B2

En Belgique, en 2014, les groupes alimentaires « Produits laitiers et substituts » (32 %), « Viande, produits dérivés et végétariens » (20 %) et « Céréales et produits céréaliers » (12 %) sont les principales sources de vitamine B2 dans la population âgée de 3 à 64 ans. En outre, les aliments des groupes « Légumes » (6 %) et « Boissons non alcoolisées » (5 %) représentent également une contribution non négligeable au total des apports en vitamine B2. Les compléments alimentaires représentent une contribution de 3% de ces apports.

## 1. INTRODUCTION

La vitamine B2 ou riboflavine est une substance cristalline, de couleur jaune (la riboflavine naturelle ou synthétique est également utilisée comme colorant alimentaire jaune (E101)), thermorésistante (elle est conservée pendant la cuisson), mais sensible à la lumière du soleil, et en particulier à la lumière UV, sous laquelle elle se dégrade rapidement. Il est donc conseillé de conserver dans l'obscurité les aliments qui contiennent de la vitamine B2.

La vitamine B2 joue un rôle dans le maintien du système nerveux, la digestion et le métabolisme énergétique des protéines, des acides aminés, des acides gras et des hydrates de carbone. Elle est également importante pour la santé de la peau, des ongles et des cheveux et pour la vue. En outre, la vitamine B2 est nécessaire pour la formation des globules rouges, la respiration, la production d'anticorps et la régulation de la croissance et de la reproduction.

Une carence en vitamine B2 provoque des lésions de la peau et des muqueuses, telles que dermatite séborrhéique du visage, stomatite, glossite (langue rouge, douloureuse et lisse) et crevasses au niveau des commissures. Au niveau des yeux, elle peut provoquer conjonctivite, opacification de la cornée et cataracte lenticulaire prématurée. Une carence en vitamine B2 peut aussi conduire à une diminution du taux d'hémoglobine et générer de la fatigue.

Une carence en vitamine B2 peut survenir à la suite d'un apport insuffisant provenant soit de l'alimentation résultant de la consommation d'une alimentation nutritionnellement pauvre, soit d'un trouble de l'absorption intestinale ou de sa consommation par les tissus. Dans la population, les carences en vitamine B2 ne sont cependant pas fréquentes, mais elles sont associées à un alcoolisme chronique et une malabsorption intestinale dans le cadre de diverses maladies intestinales (1).

Les sources alimentaires importantes de vitamine B2 sont le lait et les produits laitiers, la viande et les produits carnés, les fruits et légumes et les produits céréaliers. Une alimentation variée et équilibrée peut donc certainement fournir suffisamment de vitamine B2.

### 1.1. RECOMMANDATIONS NUTRITIONNELLES

#### 1.1.1. Apports de référence de la population

Les apports de référence de la population (ARP)<sup>1</sup> pour la vitamine B2 sont de 0,8 mg par jour chez les jeunes enfants ; ils augmentent avec l'âge pour atteindre 1,2 mg par jour pour les femmes et 1,5 mg par jour pour les hommes (Tableau 1). Ces apports de référence de la population belge n'ont pas changé par rapport à ceux formulés par le Conseil Supérieur de la Santé (CSS) en 2009 (1;2). Les ARP pour la vitamine B2 pour les adultes de plus de 64 ans, pendant la grossesse et l'allaitement ne sont pas pris en compte dans l'Enquête de Consommation Alimentaire 2014-15.

<sup>1</sup> Les ARP sont l'apport qui est estimé suffisant pour subvenir aux besoins de presque tous les individus en bonne santé (97,5 %) dans un groupe donné de la population.

**Tableau 1 |** Recommandations concernant les apports de référence de la population (ARP) en ce qui concerne la vitamine B2 (en mg par jour), par sexe et par âge, Conseil Supérieur de la Santé, Belgique, 2015

Age	Sexe	Vitamine B2, mg par jour
1-3 ans	H/F	0,8
4-6 ans	H	1,0
7-64 ans	F	1,5
	H/F	1,2

Source: Conseil Supérieur de la Santé, 2015 (1).

### 1.1.2. Apport maximal tolérable

Un apport élevé en vitamine B2 réduit l'absorption intestinale. Cela explique, du moins en partie, l'absence de toxicité de doses excessives de vitamine B2, pour laquelle aucune limite supérieure de sécurité ou apport maximal tolérable (AMT)<sup>2</sup> n'ont été définis. En outre, un excès de vitamine B2 est rapidement éliminé par excrétion urinaire.

<sup>2</sup> L'AMT est l'apport maximal considéré selon les données disponibles actuelles comme n'ayant pas d'effet négatif attendu ou observé sur la santé.

## 2. INSTRUMENTS

### 2.1. RAPPELS DE CONSOMMATION ALIMENTAIRE DE 24 HEURES

Les participants ont été interrogés à deux reprises par des nutritionnistes, qui avaient suivi une formation spécifique. Les questions ont porté sur les quantités et les types d'aliments qu'ils avaient consommés tout au long de la journée précédant l'interview. Afin de soutenir au maximum la mémoire des participants, les différents repas ont été passés en revue, par exemple, petit déjeuner, dix heures, etc. Dans un deuxième temps, les aliments et la quantité dans laquelle ils avaient été consommés lors de chaque repas ont été passés en revue. Cette procédure de collecte des données a été réalisée de manière standardisée au moyen du logiciel GloboDiet<sup>®3</sup>.

Après avoir effectué un contrôle de qualité, les aliments consommés ont été couplés à des tables de composition des aliments. Chaque table comprend des informations nutritionnelles relatives aux différents aliments. En d'autres termes, chaque aliment consommé a été associé à sa teneur en énergie, en macronutriments (lipides, glucides, protéines) et en micronutriments (vitamines, minéraux et oligo-éléments). Ceci qui permet notamment d'étudier l'apport de ces aliments en micronutriments, tels que la vitamine B2.

### 2.2. INDICATEURS

Deux séries d'analyses ont été réalisées sur base des données collectées lors des deux journées d'interview au moyen du logiciel SPADE (3;4)<sup>4</sup>. Le premier type d'analyses vise à réaliser une estimation des apports habituels en vitamine B2 provenant de l'alimentation (aliments enrichis inclus). Le second type permet d'estimer des apports habituels en vitamine B2 provenant non seulement de l'alimentation mais aussi d'un modèle évaluant la consommation journalière a été utilisé pour le premier type d'analyse. Pour le deuxième, un modèle a été conçu pour évaluer les apports combinés des aliments et des compléments alimentaires. Pour ces dernières analyses, il est nécessaire de prendre en compte la proportion d'individus qui ne consomment pas de compléments alimentaires contenant des vitamines B2 (information disponible via le questionnaire de fréquence de consommation alimentaire). Sur 2.349 personnes pour lesquels l'information était disponible, 1.908, soit 81,2 % de l'échantillon, ont indiqué ne jamais avoir consommé de compléments alimentaires contenant des vitamines B.

Les apports habituels en vitamine B2 sont exprimés en milligrammes par jour. Les résultats sont comparés avec les recommandations du Conseil Supérieur de la santé, qui fixe des apports de référence de la population (ARP) pour la vitamine B2 (Tableau 1) (1).

<sup>3</sup> Se référer à la Section « Introduction générale et méthodologie » de l'enquête pour davantage d'informations sur le rappel de consommation alimentaire.

<sup>4</sup> Se référer à la Section « Introduction générale et méthodologie » de l'enquête pour davantage d'informations concernant le fonctionnement du logiciel SPADE<sup>®</sup>.



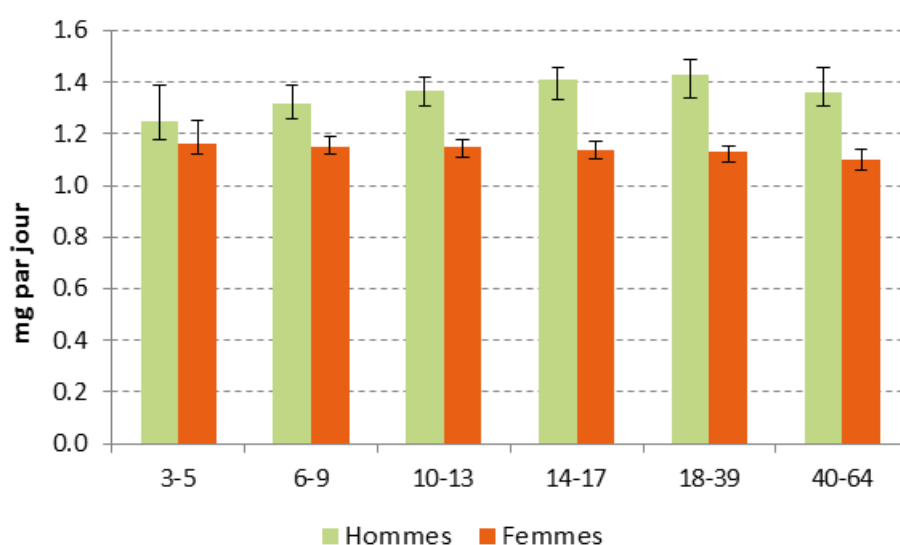
## 3. RÉSULTATS

### 3.1. APPORTS HABITUELS

En Belgique, en 2014, les apports habituels moyens en vitamine B2 provenant de l'alimentation s'élevaient à seulement 1,25 mg par jour. Lorsque les apports en vitamine B2 provenant de compléments alimentaires sont également pris en compte, les apports moyens en vitamine B2 augmentent significativement, de 9 %, pour passer à 1,36 mg par jour.

Les apports moyens en vitamine B2 provenant uniquement de l'alimentation sont significativement plus élevés chez les hommes (1,38 mg par jour) que chez les femmes (1,12 mg par jour). Cette différence en fonction du sexe se manifeste à partir de la fin de l'enfance (6-9 ans) (Figure 1).

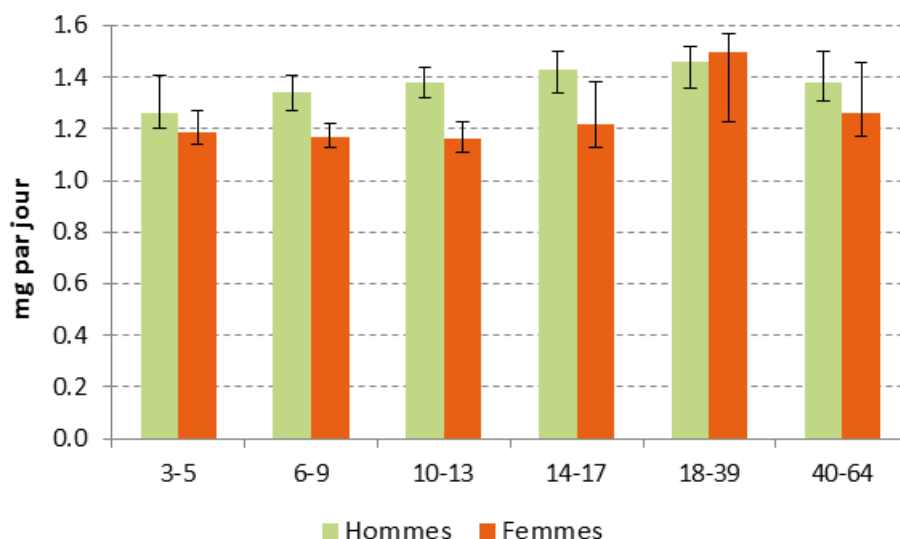
**Figure 1 | Apports habituels moyens en vitamine B2 (en mg par jour) provenant des aliments au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, par sexe et par âge, Enquête de consommation alimentaire, Belgique, 2014**



Si l'on prend en compte les compléments alimentaires, on observe une augmentation de l'apport moyen total de vitamine B2 de l'ordre de 1 % pour les hommes (1,40 mg par jour) et de 19 % pour les femmes (1,33 mg par jour). Les plus fortes augmentations sont observées chez les femmes dans les groupes d'âge 18-39 ans (+ 33 % : de 1,13 à 1,50 mg par jour) et 40-64 ans (+ 15 % : de 1,10 à 1,26 mg par jour).

La différence homme femme est moins marquée lorsque les apports en vitamine B2 provenant de l'alimentation et des compléments sont analysés. Il n'y a plus dans ce cas que dans les groupes d'âge 6-9 ans et 10-13 ans que les garçons présentent des apports significativement plus élevés que les filles : voir Figure 2.

**Figure 2 |** Apports habituels moyens en vitamine B2 (en mg par jour) provenant des aliments et des compléments alimentaires au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, par sexe et par âge, Enquête de consommation alimentaire, Belgique, 2014



Les apports habituels en vitamine B2 provenant de l'alimentation d'une part et de l'alimentation et des compléments d'autre part, ne diffèrent pas de manière significative en fonction de l'âge au vu des limites des intervalles de confiance à 95 %.

On n'observe pas non plus de différences significatives (sur base des limites des intervalles de confiance à 95 %) en ce qui concerne les apports habituels en vitamine B2 provenant de l'alimentation, en fonction des catégories d'IMC ou du niveau d'éducation.

Les apports habituels moyens en vitamine B2 provenant de l'alimentation sont significativement plus élevés en Flandre (1,29 mg par jour) qu'en Wallonie (1,17 mg par jour). Cette différence est présente aussi bien chez les hommes (1,45 contre 1,30 mg par jour) que chez les femmes (1,15 contre 1,05 mg par jour). Lorsque les apports en vitamine B2 provenant de l'alimentation et des compléments sont pris en compte, cette différence régionale est moins marquée (1,42 contre 1,30 mg par jour, avec un chevauchement des intervalles de confiance à 95 %).

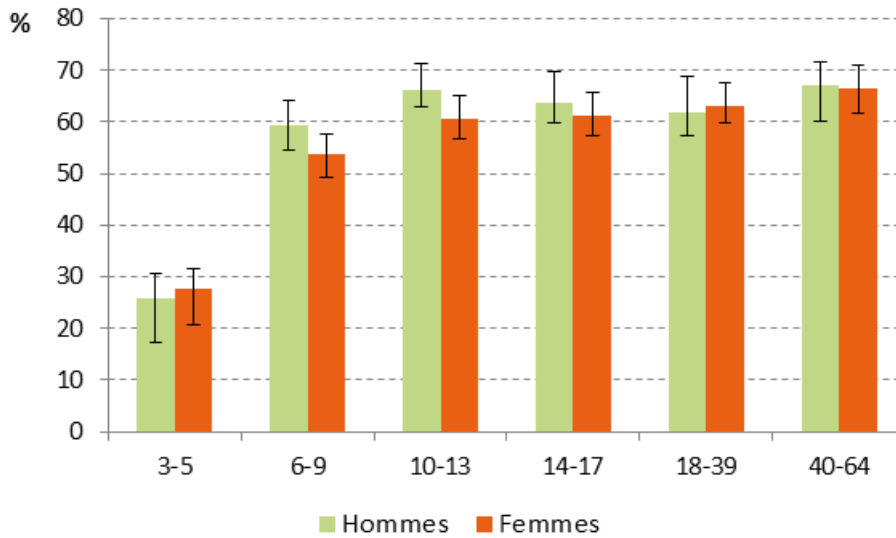
Par rapport à 2004 (1,47 mg par jour), les apports moyens en vitamine B2 provenant de l'alimentation pour la population (15 à 64 ans) ont diminué de manière significative en 2014 (1,26 mg par jour). Cette évolution est présente aussi bien chez les hommes (baisse de 1,64 à 1,41 mg par jour) que chez les femmes (baisse de 1,30 à 1,11 mg par jour).

### 3.2. APPORTS DE RÉFÉRENCE DE LA POPULATION

Étant donné que les apports de référence de la population (ARP) pour la vitamine B2 ont été définis de manière spécifique par l'âge mais aussi par sexe, les apports habituels ne peuvent être comparés avec les recommandations qui séparent pour les hommes et les femmes.

En Belgique, en 2014, 63 % des hommes et 62 % des femmes (entre 3 et 64 ans) présentent des apports habituels en vitamine B2 provenant de l'alimentation qui sont inférieurs aux ARP. On n'observe pas de différence à ce sujet entre les groupes d'âge (Figure 3).

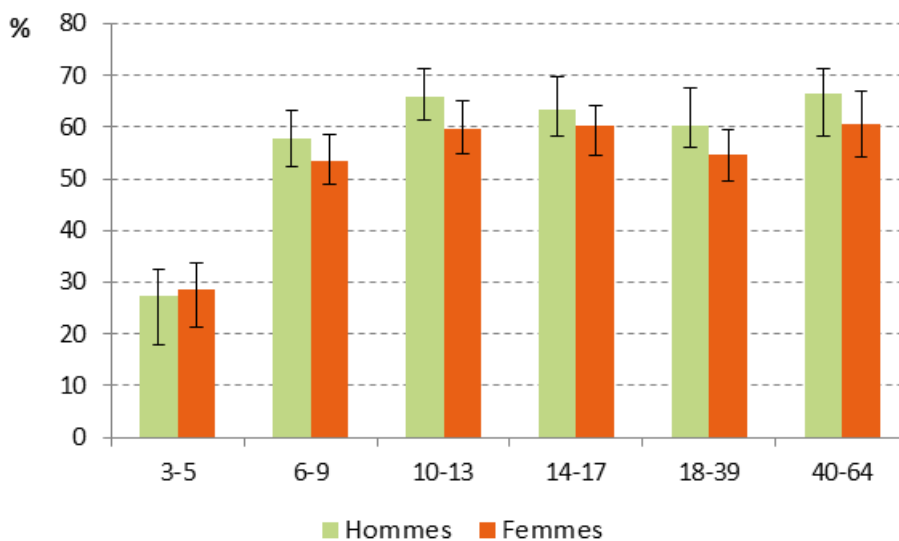
**Figure 3 |** Proportion de la population (3-64 ans) avec un apport habituel en vitamine B2 provenant des aliments qui se situe en dessous de l'ARP, par sexe et par âge, Enquête de consommation alimentaire, Belgique, 2014



Pour les apports en vitamine B2 basés sur l'alimentation et les compléments, 61 % des hommes et 56 % des femmes (entre 3 et 64 ans) présentent des apports en vitamine B2 qui sont inférieurs aux ARP. Encore une fois, il n'y a pas de différence significative à ce sujet entre les sexes (sur base des limites des intervalles de confiance à 95 %) : voir Figure 4. Le pourcentage d'hommes ne répondant pas à la directive ARP reste stable que l'on prenne en compte les apports provenant des compléments ou pas. Chez les femmes par contre, le pourcentage de personnes ne répondant pas à la directive ARP diminue d'environ 10 %.

Le pourcentage de la population qui a des apports en vitamine B2 inférieurs aux ARP est significativement plus faible chez les plus jeunes (3-5 ans) par rapport aux plus âgés (6 à 64 ans) : voir Figures 3 et 4. Ainsi, à peine un quart des jeunes enfants présentent des apports habituels en vitamine B2 qui sont inférieurs aux ARP, alors que ce taux passe à 54 et 67 % chez les personnes âgées de 6 à 64 ans (Figures 3 et 4). Chez les femmes, il y a en outre une différence significative entre les enfants plus âgés et les adultes (6-9 ans : 54 % ; 18-39 ans : 63 % ; 40-64 ans : 66 %) : voir Figure 3.

**Figure 4 |** Proportion de la population Belge (3-64 ans) avec des apports habituels en vitamine B2 provenant des aliments et des compléments alimentaires qui se situent en dessous de l'ARP, par sexe et par âge, Enquête de consommation alimentaire, Belgique, 2014



On n'observe pas ici de différences significatives (sur base des limites des intervalles de confiance à 95 %) en fonction du niveau d'éducation ou des catégories d'IMC. Cependant, il y a une variation significative en fonction du lieu de résidence : il y a plus d'hommes et de femmes résidant en Wallonie qui présentent des apports habituels en vitamine B2 provenant de l'alimentation qui sont inférieurs aux ARP qu'en Flandre, à savoir, pour les deux sexes : 69 contre 58 %.

En 2004, 47 % des hommes et 45 % des femmes (entre 15 et 64 ans) présentaient des apports en vitamine B2 provenant de l'alimentation inférieurs aux ARP. Ce pourcentage est significativement plus élevé en 2014, avec 63 % des hommes et 64 % des femmes.

### 3.3. SOURCES DE VITAMINE B2

En Belgique, en 2014, les groupes alimentaires « Produits laitiers et substituts », « Viande, produits dérivés et végétariens » et « Céréales et produits céréaliers » constituent les sources les plus importantes d'apport en vitamine B2 dans la population âgée de 3 à 64 ans. Leurs contributions moyennes respectives sont de 32,0 %, 19,9 % et 11,6 %. En outre, les aliments des groupes « Légumes » (5,5%) et « Boissons non alcoolisées » (5,3%) représentent également une contribution notable aux apports totaux en vitamine B2. Les compléments alimentaires représentent une contribution de 3,2% en comparaison avec les autres groupes alimentaires (Tableau 2).

**Tableau 2 | Contribution des différents groupes d'aliments à l'apport quotidien en vitamine B2 au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Enquête de consommation alimentaire, Belgique, 2014**

Groupes d'aliments	Contribution moyenne à l'apport en vitamine B2 en 2014 (%)	Intervalle de confiance à 95 %
Pommes de terre et autres tubercules	1,7	(1,5-1,9)
Légumes	5,5	(5,1-5,9)
Légumineuses	0,1	(0,1-0,2)
Fruits	2,8	(2,5-3,0)
Produits laitiers et substituts	32,0	(30,9-33,2)
Céréales et produits céréaliers	11,6	(11,1-12,2)
Viande, produits dérivés et végétariens	19,9	(18,9-20,9)
Poisson et crustacés	2,4	(1,9-2,8)
Œufs et produits dérivés	2,4	(2,0-2,7)
Matières grasses et huile	0,1	(0,1-0,2)
Sucre et confiseries	3,6	(3,2-4,0)
Pâtisseries et biscuits sucrés	4,3	(3,9-4,7)
Boissons non alcoolisées	5,3	(4,7-6,0)
Boissons alcoolisées	2,5	(2,0-3,0)
Condiments, sauces, épices	1,6	(1,2-2,0)
Bouillon	0,0	(0,0-0,0)
Divers*	0,3	(0,1-0,5)
Snacks**	0,6	(0,5-0,7)
Compléments alimentaires	3,2	(2,5-3,9)

Source: Enquête de consommation alimentaire, Belgique, 2014

Pourcentages pondérés pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\* Certains produits végétariens, substituts de repas, produits diététiques.

\*\* Chips, biscuits salés, apéritifs.

Voir la section « Tableaux » pour plus d'informations sur la contribution de chaque groupe alimentaire au total des apports en vitamine B2, ventilées par sexe, âge, indice de masse corporelle, niveau d'éducation, lieu de résidence et année d'étude (2004 contre 2014).

Les principales différences significatives sont en bref les suivantes :

- La contribution des légumes, des produits laitiers et des compléments aux apports en vitamine B2 plus élevée chez les femmes que chez les hommes. Par contre la contribution de la viande et des produits carnés est plus élevée chez les hommes que chez les femmes.
- La contribution des produits laitiers à leurs apports en vitamine B2 est plus élevée chez les enfants (3-9 ans). Par contre, la contribution de la viande et des produits carnés est plus faible chez les enfants que chez les adolescents et les adultes. La contribution des légumes est plus élevée chez

les adultes que chez les enfants et les adolescents, mais la contribution des céréales et produits céréaliers est moins élevée chez les adultes que chez les personnes âgées de 6 à 17 ans.

- La contribution des céréales et produits céréaliers à leurs apports totaux en vitamine B2 est plus élevée chez les personnes ayant un poids « normal » que chez les personnes en surpoids ou obèses. Inversement, chez les personnes souffrant d'obésité, la contribution de la viande et des produits carnés est plus élevée que chez les personnes ayant un poids « normal ».
- Chez les personnes ayant le niveau d'éducation le plus faible, la contribution de la viande et des produits carnés à leurs apports totaux en vitamine B2 est plus élevée que chez celles ayant le niveau le plus élevé.
- En 2014, la contribution des produits laitiers et de la viande au total des apports en vitamine B2 est plus élevée qu'en 2004, alors que la contribution des céréales et produits céréaliers est plus élevée en 2004 qu'en 2014.

## 4. DISCUSSION

La vitamine B2 est un micronutriment essentiel pour l'entretien du système nerveux, la digestion et le métabolisme énergétique. Elle est également importante pour la vue et la santé de la peau. Les apports de référence de la population (ARP)<sup>5</sup> correspondent à 0,8-1,0 mg par jour pour les jeunes enfants (3 à 6 ans) et chez les 7 à 64 ans, elle a été fixée à 1,2 mg par jour pour les femmes et 1,5 mg par jour pour les hommes.

Conformément à ce que l'on a observé dans d'autres études européennes (5-7), les groupes alimentaires des « Produits laitiers et substituts » (32 %), de « Viande, produits dérivés et végétariens » (20 %) et des « Céréales et produits céréaliers » (12 %) sont les principales sources alimentaires de vitamine B2. En outre, les groupes alimentaires des « Légumes » (6 %) et des « Boissons non alcoolisées » (5 %) représentent également une contribution non négligeable. La vitamine B2 étant une vitamine soluble dans l'eau et rapidement dégradée par les rayons UV, il est recommandé de conserver dans l'obscurité les aliments qui en contiennent et de les cuire avec peu d'eau (1). Par exemple, il est conseillé de conserver le lait en brique au réfrigérateur et de ne pas couper les légumes trop petits et de ne pas les cuire trop longtemps, et ce, dans peu d'eau.

Les compléments alimentaires contribuent pour seulement 3 % au total des apports en vitamine B2 en comparaison avec les autres groupes alimentaires. Malgré tout les apports habituels en vitamine B2 augmentent lorsque les compléments sont pris en compte, et ce surtout chez les femmes et les jeunes adultes. Les résultats de l'enquête de consommation alimentaire 2014-15 (ECA2014-15) révèlent que ce sont surtout les femmes qui consomment des compléments, et que les « vitamines » et « multivitamines et minéraux » sont les compléments les plus fréquemment consommés. Ces compléments spécifiques contiennent souvent des vitamines B, dont de la vitamine B2.

L'ECA2014-15 a permis d'estimer à 1,25 mg par jour les apports habituels moyens en vitamine B2 provenant de l'alimentation pour la population belge (3-64 ans). Ces apports augmentent de 9 % pour passer à 1,36 mg par jour lorsque les compléments sont également pris en compte. Les apports habituels en vitamine B2 restent stables depuis la petite enfance (3-5 ans) jusqu'à l'âge adulte. Le fait que les apports habituels en vitamine B2 sont identiques chez les enfants plus jeunes que dans les autres groupes d'âges, peut être dû à leur consommation relativement élevée de produits laitiers par rapport à leurs apports énergétiques. Dans ce contexte, les produits laitiers et substituts présentent la plus forte contribution aux apports en vitamine B2 chez les enfants les plus jeunes.

La population belge (3-64 ans) présente en 2014 des apports habituels moyens en vitamine B2 moins élevés que dans d'autres pays européens, dont l'Angleterre, la France, les Pays-Bas et l'Allemagne. Ceci ressort des comparaisons avec les données tirées d'un article de synthèse publié récemment (8). Cependant, ces différences doivent être interprétées avec la prudence nécessaire vu que les méthodes de mesure, les techniques d'analyse, l'année de l'étude, les classes d'âge et les tables de composition des aliments peuvent être différentes, ce qui a une influence sur les estimations en termes d'apports habituels pour les micronutriments. Ce n'est que pour les enfants les plus jeunes (3-5 ans) que les apports habituels moyens en vitamine B2 sont similaires en Belgique en 2014 par rapport à ceux des enfants néerlandais entre 4 et 6 ans (8).

Selon l'European Food Safety Authority (EFSA), les apports moyens en vitamine B2 provenant de l'alimentation sont estimés dans la plupart des pays européens à 1,8-3,1 mg par jour pour les femmes adultes et à 2,3-5,2 mg par jour pour les hommes adultes ; ces quantités assurent les besoins nutritionnels (9). Ces apports moyens sont plus élevés que les apports moyens provenant de l'alimentation pour les femmes adultes (1,10-1,13 mg par jour) et les hommes (1,36 à 1,43 mg par jour) dans l'ECA2014-15.

<sup>5</sup> Les ARP sont l'apport qui est estimé suffisant pour subvenir aux besoins de presque tous les individus en bonne santé (97,5 %) dans un groupe de population donné.

Il y a encore en Belgique une proportion importante de la population présentant des apports habituels en vitamine B2 inférieurs aux besoins nutritionnels. Ce n'est pas ce que l'on observe dans d'autres pays européens<sup>6</sup>. Ainsi, 63 % de la population belge présentent des apports habituels en vitamine B2 inférieurs aux apports de référence de la population (ARP) spécifiques à l'âge et au sexe. Ce taux tombe à respectivement 61 % et 56 % (pour les hommes et les femmes) lorsque les compléments sont pris en compte. À cet égard, il est important de noter qu'il est difficile de savoir si les personnes caractérisées par des apports en vitamine B2 inférieurs aux ARP présentent une réelle carence en vitamine B2 associée à des problèmes de santé (par exemple, inflammations de la peau et fatigue). Seules des mesures biochimiques (analyse de sang et/ou d'urine) permettent de conclure à des apports inadéquats en vitamine B2 ou à une carence réelle.

Lorsque l'on les compare avec les recommandations alimentaires, il s'avère également que les apports habituels en vitamine B2 chez les jeunes enfants entre 3 et 5 ans sont donc plus en ligne avec leurs besoins nutritionnels. En effet, environ les trois quarts des jeunes enfants présentent des apports habituels en vitamine B2 qui répondent aux ARP, alors que seulement 30 % à 45 % des enfants de plus de 6 ans, des adolescents et des adultes répondent aux ARP pour la vitamine B2.

Les hommes présentent des apports habituels moyens en vitamine B2 provenant de l'alimentation plus élevés (1,38 mg par jour) que les femmes (1,12 mg par jour). Cette différence se manifeste également dans d'autres pays européens (5-7;10) et constitue un résultat logique vu les besoins énergétiques supérieurs des hommes, et donc leur consommation plus importante d'aliments (dont viande, poisson, œufs et pain, biscottes et céréales pour le petit déjeuner). Toutefois, étant donné que les femmes consomment plus de compléments, elles présentent des apports habituels en vitamine B2 similaires à ceux des hommes lorsque les compléments sont également pris en compte (respectivement 1,40 et 1,33 mg par jour). Enfin, lorsque l'on compare ces apports aux seuils spécifiques qui ont été définis par âge et par sexe pour les apports de référence de la population (ARP), le pourcentage de femmes avec des apports en vitamine B2 conformes à ces ARP est égal à celui des hommes (que ce soit pour l'alimentation seule ou combinée avec les compléments).

On observe dans le cadre de l'ECA2014-15 une différence régionale pour les apports habituels en vitamine B2 provenant de l'alimentation, avec des apports plus faibles en Wallonie (1,17 mg par jour) qu'en Flandre (1,29 mg par jour). Il y a donc aussi plus de personnes en Wallonie (69 %) présentant des apports habituels en vitamine B2 provenant de l'alimentation inférieurs aux recommandations alimentaires qu'en Flandre (58 %). Cette différence régionale peut s'expliquer en partie par la consommation de produits laitiers et de produits à base de soja plus importante en Flandre (171 g par jour) qu'en Wallonie (140 g par jour). En outre, on observe aussi en Flandre une consommation de pain, biscottes et céréales pour le petit déjeuner (155 g par jour), qui sont également des sources alimentaires de vitamine B2, plus importante qu'en Wallonie (126 g par jour).

Enfin, les 15-64 ans présentent en 2014 des apports moyens en vitamine B2 provenant de l'alimentation moins élevés (1,26 mg par jour) que les 15-64 ans en 2004 (1,47 mg par jour). Il y a donc aussi plus de Belges (15-64 ans) en 2014 avec des apports habituels en vitamine B2 qui sont inférieurs aux recommandations nutritionnelles (environ 60%) qu'il n'y en avait en 2004 (environ 45%). Une telle différence peut s'expliquer en partie par le fait que les 15-64 ans consomment en 2014 un peu moins du pain, de biscottes et de céréales pour le petit déjeuner qu'en 2004 (142 contre 173 g par jour). La comparaison des données de consommation alimentaire entre les deux années doit cependant se faire avec la prudence nécessaire, car des tables de composition des aliments différentes sont utilisées pour relier les aliments aux valeurs en termes de micronutriments, ce qui peut aussi influencer les apports habituels pour la vitamine B2. Les tables de composition des aliments utilisées dans l'ECA2014-15 sont en effet plus souvent mises à jour, se basent sur de nouvelles techniques d'analyse et comportent moins de données manquantes.

<sup>6</sup> Il est difficile de faire des comparaisons entre pays européens en ce qui concerne l'adéquation des micronutriments, parce que non seulement les méthodes de mesure et techniques d'analyse, mais aussi les recommandations nutritionnelles utilisées dans un pays donné peuvent être différentes.



## 4.1. CONCLUSION

On peut donc conclure qu'au niveau de la population, les apports habituels en vitamine B2 peuvent encore être améliorés, puisque environ 60% de la population ne reçoit pas les apports recommandés. De plus, les apports habituels en vitamine B2 ont diminué en 2014 par rapport à 2004 (une différence d'environ 0,20 mg par jour). Les enfants plus de 6 ans, les adolescents et les adultes ainsi que les personnes résidant en Wallonie présentent le risque le plus élevé d'apports insuffisants en vitamine B2. Bien que la consommation de compléments, principalement de compléments vitaminés et multivitaminés, puisse augmenter les apports habituels en vitamine B2, il est plus important d'assurer les besoins en vitamine B2 par le biais d'une alimentation variée et équilibrée. Conformément aux recommandations pour d'autres vitamines B, il reste donc important de promouvoir une alimentation variée et équilibrée (y compris le lait et les produits laitiers, la viande et les produits carnés, les fruits, les légumes et les produits céréaliers) auprès de la population pour amener ainsi les apports habituels en vitamine B2 au niveau recommandé.

## 5. TABLEAUX

<b>Tableau 1  </b>	Recommandations concernant les apports de référence de la population (ARP) en ce qui concerne la vitamine B2 (en mg par jour), par sexe et par âge, Conseil Supérieur de la Santé, Belgique, 2015 .....	7
<b>Tableau 2  </b>	Contribution des différents groupes d'aliments à l'apport quotidien en vitamine B2 au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Enquête de consommation alimentaire, Belgique, 2014.....	13
<b>Tableau 3  </b>	Apports habituels en vitamine B2 (en mg par jour) provenant de l'alimentation, au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique .....	20
<b>Tableau 4  </b>	Apports habituels en vitamine B2 (en mg par jour) provenant de l'alimentation, chez les hommes âgée de 3 à 64 ans, Belgique.....	21
<b>Tableau 5  </b>	Apports habituels en vitamine B2 (en mg par jour) provenant de l'alimentation, chez les femmes âgée de 3 à 64 ans, Belgique .....	22
<b>Tableau 6  </b>	Apports habituels en vitamine B2 (en mg par jour) provenant de l'alimentation et des compléments alimentaires, au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, par sexe et par âge, Belgique, 2014 .....	23
<b>Tableau 7  </b>	Apports habituels en vitamine B2 (en mg par jour) provenant de l'alimentation et des compléments alimentaires, au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique, 2014.	24
<b>Tableau 8  </b>	Contribution moyenne des pommes de terre et autres tubercules au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique .....	25
<b>Tableau 9  </b>	Contribution moyenne des légumes au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique .....	26
<b>Tableau 10  </b>	Contribution moyenne des légumineuses au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique.....	27
<b>Tableau 11  </b>	Contribution moyenne des fruits au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique .....	28
<b>Tableau 12  </b>	Contribution moyenne des produits laitiers et substituts au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique .....	29
<b>Tableau 13  </b>	Contribution moyenne des céréales et produits céréaliers au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique.....	30
<b>Tableau 14  </b>	Contribution moyenne de la viande, des préparations à base de viande et des produits de substitution au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique .....	31
<b>Tableau 15  </b>	Contribution moyenne du poisson, des préparations à base de poisson, des coquillages et des crustacés au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique .....	32
<b>Tableau 16  </b>	Contribution moyenne des œufs et produits dérivés au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique .....	33
<b>Tableau 17  </b>	Contribution moyenne des matières grasses et des huiles au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique .....	34

<b>Tableau 18</b>	Contribution moyenne du sucre et des confiseries au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique .....	35
<b>Tableau 19</b>	Contribution moyenne des pâtisseries et biscuits sucrés au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique .....	36
<b>Tableau 20</b>	Contribution moyenne des boissons non alcoolisées au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique .....	37
<b>Tableau 21</b>	Contribution moyenne des boissons alcoolisées au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique .....	38
<b>Tableau 22</b>	Contribution moyenne des condiments, sauces et épices au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique, 2014 .....	39
<b>Tableau 23</b>	Contribution moyenne du bouillon au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique, 2014 .....	40
<b>Tableau 24</b>	Contribution moyenne des produits divers (certains produits végétariens, substituts de repas, produits diététiques) au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique, 2014.....	41
<b>Tableau 25</b>	Contribution moyenne des chips, biscuits salés et apéritifs au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique, 2014.....	42
<b>Tableau 26</b>	Contribution moyenne des compléments alimentaires au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique, 2014 .....	43

**Tableau 3 | Apports habituels en vitamine B2 (en mg par jour) provenant de l'alimentation, au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique**

		Moyenne	IC 95% Moyenne	P5	P50	P95	P97,5	n = N
SEXE	Hommes	1,38	(1,34-1,43)	0,73	1,31	2,31	2,57	1548
	Femmes	1,12	(1,09-1,15)	0,65	1,08	1,71	1,86	1598
AGE	3-5	1,27	(1,18-1,30)	0,68	1,21	2,05	2,26	454
	6-9	1,26	(1,21-1,29)	0,68	1,20	2,05	2,26	538
	10-13	1,26	(1,22-1,29)	0,68	1,20	2,04	2,25	449
	14-17	1,26	(1,23-1,30)	0,68	1,20	2,04	2,25	479
	18-39	1,25	(1,22-1,31)	0,67	1,19	2,02	2,23	620
	40-64	1,23	(1,19-1,28)	0,67	1,18	2,00	2,21	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	1,28	(1,22-1,31)	0,71	1,22	2,04	2,24	1970
	Surpoids	1,23	(1,21-1,32)	0,64	1,17	2,04	2,26	619
	Obésité	1,21	(1,21-1,38)	0,66	1,15	1,96	2,16	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	1,22	(1,18-1,28)	0,64	1,16	2,02	2,24	1290
	Supérieur de type court	1,24	(1,20-1,29)	0,69	1,18	2,00	2,21	885
	Supérieur de type long	1,28	(1,23-1,38)	0,71	1,23	2,04	2,24	916
REGION*	Flandre	1,29	(1,26-1,34)	0,70	1,23	2,09	2,31	1766
	Wallonie	1,17	(1,12-1,20)	0,61	1,11	1,94	2,15	1126
<b>TOTAL</b>		<b>1,25</b>	<b>(1,22-1,28)</b>	<b>0,67</b>	<b>1,19</b>	<b>2,02</b>	<b>2,23</b>	<b>3146</b>
ANNEE**	2004	1,47	(1,46-1,55)	0,76	1,39	2,45	2,72	1867
	2014	1,26	(1,28-1,36)	0,67	1,20	2,05	2,26	1599

Source: Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

Moyenne et percentiles pondérés pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

n = nombre de personnes ayant un apport positif en vitamine B2 au moins un des deux jours de rappel.

N = nombre total de personnes dans l'échantillon.

\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

\*\* La comparaison entre années comprend uniquement les personnes âgées de 15 à 64 ans.

**Tableau 4 | Apports habituels en vitamine B2 (en mg par jour) provenant de l'alimentation, chez les hommes âgés de 3 à 64 ans, Belgique**

		Moyenne	IC 95% Moyenne	P5	P50	P95	P97,5	% < ARP	n = N
AGE	3-5	1,25	(1,18-1,39)	0,66	1,18	2,08	2,31	26	230
	6-9	1,32	(1,26-1,39)	0,70	1,25	2,20	2,45	59	279
	10-13	1,37	(1,31-1,42)	0,73	1,30	2,28	2,54	66	210
	14-17	1,41	(1,33-1,46)	0,74	1,33	2,34	2,60	64	240
	18-39	1,43	(1,34-1,49)	0,76	1,35	2,38	2,64	62	305
	40-64	1,36	(1,31-1,46)	0,72	1,29	2,27	2,53	67	284
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	1,46	(1,35-1,49)	0,78	1,38	2,39	2,65	57	976
	Surpoids	1,38	(1,34-1,52)	0,71	1,30	2,34	2,61	63	310
	Obésité	1,29	(1,27-1,48)	0,69	1,22	2,14	2,38	70	153
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	1,38	(1,33-1,47)	0,71	1,30	2,35	2,63	63	642
	Supérieur de type court	1,35	(1,29-1,41)	0,72	1,28	2,23	2,48	65	436
	Supérieur de type long	1,39	(1,33-1,48)	0,77	1,32	2,26	2,50	62	440
REGION*	Flandre	1,45	(1,41-1,52)	0,78	1,37	2,41	2,68	58	854
	Wallonie	1,30	(1,21-1,34)	0,68	1,22	2,17	2,42	69	569
<b>TOTAL</b>		<b>1,38</b>	<b>(1,34-1,43)</b>	<b>0,73</b>	<b>1,31</b>	<b>2,31</b>	<b>2,57</b>	<b>63</b>	1548
ANNEE**	2004	1,64	(1,62-1,76)	0,84	1,55	2,77	3,08	47	922
	2014	1,41	(1,43-1,55)	0,72	1,33	2,39	2,67	63	771

Source: Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

Moyenne, percentiles et pourcentages pondérés pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

ARP = apports de référence de la population.

n = nombre de personnes ayant un apport positif en vitamine B2 au moins un des deux jours de rappel.

N = nombre total de personnes dans l'échantillon.

\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

\*\* La comparaison entre années comprend uniquement les personnes âgées de 15 à 64 ans.

**Tableau 5 | Apports habituels en vitamine B2 (en mg par jour) provenant de l'alimentation, chez les femmes âgées de 3 à 64 ans, Belgique**

		Moyenne	IC 95% Moyenne	P5	P50	P95	P97,5	% < ARP	n = N
AGE	3-5	1,16	(1,12-1,25)	0,68	1,12	1,77	1,92	28	224
	6-9	1,15	(1,12-1,19)	0,67	1,12	1,76	1,91	54	259
	10-13	1,15	(1,11-1,18)	0,67	1,11	1,75	1,90	61	239
	14-17	1,14	(1,10-1,17)	0,67	1,11	1,75	1,90	61	239
	18-39	1,13	(1,09-1,15)	0,65	1,09	1,72	1,87	63	315
	40-64	1,10	(1,06-1,14)	0,64	1,06	1,68	1,83	66	322
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	1,14	(1,09-1,17)	0,70	1,11	1,69	1,83	60	994
	Surpoids	1,09	(1,05-1,16)	0,60	1,05	1,70	1,85	65	309
	Obésité	1,10	(1,08-1,23)	0,64	1,07	1,69	1,84	64	157
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	1,06	(1,02-1,11)	0,62	1,03	1,62	1,76	68	648
	Supérieur de type court	1,14	(1,09-1,18)	0,66	1,09	1,77	1,93	61	449
	Supérieur de type long	1,18	(1,11-1,27)	0,67	1,13	1,82	1,99	56	476
REGION*	Flandre	1,15	(1,12-1,19)	0,67	1,12	1,75	1,90	58	912
	Wallonie	1,05	(1,00-1,08)	0,57	1,01	1,68	1,85	69	557
<b>TOTAL</b>		<b>1,12</b>	<b>(1,09-1,15)</b>	<b>0,65</b>	<b>1,08</b>	<b>1,71</b>	<b>1,86</b>	<b>62</b>	1598
ANNEE**	2004	1,30	(1,29-1,39)	0,73	1,25	2,06	2,26	45	945
	2014	1,11	(1,11-1,20)	0,66	1,08	1,68	1,82	64	828

Source: Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

Moyenne, percentiles et pourcentages pondérés pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

ARP = apports de référence de la population.

n = nombre de personnes ayant un apport positif en vitamine B2 au moins un des deux jours de rappel.

N = nombre total de personnes dans l'échantillon.

\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

\*\* La comparaison entre années comprend uniquement les personnes âgées de 15 à 64 ans.

**Tableau 6 | Apports habituels en vitamine B2 (en mg par jour) provenant de l'alimentation et des compléments alimentaires, au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, par sexe et par âge, Belgique, 2014**

		Moyenne	IC 95 % Moyenne	P5	P50	P95	P97,5	% < ARP	n = N
HOMMES	3-5	1,26	(1,20-1,41)	0,65	1,18	2,16	2,40	27	230
	6-9	1,34	(1,27-1,41)	0,69	1,26	2,25	2,52	58	279
	10-13	1,38	(1,32-1,44)	0,71	1,30	2,36	2,61	66	210
	14-17	1,43	(1,34-1,50)	0,74	1,33	2,43	2,81	63	240
	18-39	1,46	(1,36-1,52)	0,75	1,36	2,51	2,80	60	305
	40-64	1,38	(1,31-1,50)	0,70	1,28	2,38	2,69	66	284
	<b>Total</b>		<b>1,40</b>	<b>(1,35-1,46)</b>	<b>0,71</b>	<b>1,31</b>	<b>2,42</b>	<b>2,72</b>	<b>61</b>
FEMMES	3-5	1,19	(1,14-1,27)	0,67	1,14	1,84	2,00	29	224
	6-9	1,17	(1,13-1,22)	0,66	1,13	1,80	1,98	54	259
	10-13	1,16	(1,11-1,23)	0,66	1,12	1,81	1,97	60	239
	14-17	1,22	(1,13-1,38)	0,66	1,11	1,82	2,03	60	239
	18-39	1,50	(1,23-1,57)	0,66	1,15	3,21	4,78	55	315
	40-64	1,26	(1,17-1,46)	0,62	1,10	2,27	3,04	61	322
	<b>Total</b>		<b>1,33</b>	<b>(1,21-1,40)</b>	<b>0,65</b>	<b>1,12</b>	<b>2,28</b>	<b>3,38</b>	<b>56</b>

Source: Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

Moyenne, percentiles et pourcentages pondérés pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

ARP = apports de référence de la population.

n = nombre de personnes ayant un apport positif en vitamine B2 au moins un des deux jours de rappel.

N = nombre total de personnes dans l'échantillon.

**Tableau 7 | Apports habituels en vitamine B2 (en mg par jour) provenant de l'alimentation et des compléments alimentaires, au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique, 2014**

		Moyenne	IC 95% Moyenne	P5	P50	P95	P97,5	n = N
SEXE	Hommes	1,40	(1,35-1,46)	0,71	1,31	2,42	2,72	1548
	Femmes	1,33	(1,21-1,40)	0,65	1,12	2,28	3,38	1598
AGE	3-5	1,25	(1,21-1,33)	0,65	1,18	2,07	2,29	454
	6-9	1,27	(1,23-1,31)	0,67	1,20	2,09	2,33	538
	10-13	1,27	(1,23-1,31)	0,68	1,21	2,09	2,30	449
	14-17	1,30	(1,25-1,44)	0,67	1,21	2,14	2,37	479
	18-39	1,44	(1,32-1,52)	0,69	1,26	2,49	3,08	620
	40-64	1,34	(1,27-1,46)	0,66	1,21	2,32	2,75	606
REGION*	Flandre	1,42	(1,35-1,48)	0,70	1,28	2,47	2,98	1766
	Wallonie	1,30	(1,20-1,39)	0,61	1,15	2,22	2,68	1126
<b>TOTAL</b>		<b>1,36</b>	<b>(1,30-1,42)</b>	<b>0,67</b>	<b>1,22</b>	<b>2,31</b>	<b>2,72</b>	<b>3146</b>

Source: Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

Moyenne et percentiles pondérés pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

n = nombre de personnes ayant un apport positif en vitamine B2 au moins un des deux jours de rappel.

N = nombre total de personnes dans l'échantillon.

\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.



**Tableau 8 | Contribution moyenne des pommes de terre et autres tubercules au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique**

RIB_01_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	1,8	(1,5-2,0)	1,8	(1,5-2,1)	1548
	Femmes	1,6	(1,3-1,8)	1,6	(1,3-1,8)	1597
AGE	3-5	0,8	(0,6-1,0)	0,8	(0,6-1,0)	454
	6-9	1,1	(0,9-1,4)	1,1	(0,9-1,4)	538
	10-13	1,9	(1,4-2,4)	1,9	(1,4-2,4)	449
	14-17	2,3	(1,8-2,8)	2,3	(1,8-2,8)	479
	18-39	1,8	(1,4-2,2)	1,8	(1,4-2,2)	619
	40-64	1,6	(1,3-1,9)	1,6	(1,3-1,9)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	1,6	(1,4-1,9)	1,6	(1,3-1,9)	1969
	Surpoids	1,6	(1,2-2,0)	1,7	(1,3-2,0)	619
	Obésité	1,9	(1,3-2,4)	1,7	(1,2-2,2)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	1,9	(1,6-2,2)	1,9	(1,6-2,2)	1290
	Supérieur de type court	1,5	(1,2-1,7)	1,4	(1,2-1,7)	885
	Supérieur de type long	1,5	(1,1-1,9)	1,5	(1,0-1,9)	915
REGION***	Flandre	1,8	(1,5-2,1)	1,8	(1,5-2,1)	1766
	Wallonie	1,6	(1,3-2,0)	1,6	(1,3-1,9)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>1,7</b>	<b>(1,5-1,9)</b>			<b>3145</b>
ANNEE****	2004	4,3	(3,9-4,6)	4,2	(3,9-4,6)	1867
	2014	1,8	(1,5-2,0)	1,8	(1,5-2,0)	1598

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

\*\*\*\* A titre de comparaison, les contributions de pourcentage moyen sont calculées entre 2004 et 2014 par rapport à la consommation totale par les 14 comparables alimentaires Epic-Soft groupes. La comparaison entre années comprend uniquement les personnes âgées de 15 à 64 ans.

**Tableau 9 | Contribution moyenne des légumes au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique**

RIB_02_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	4,5	(4,1-5,0)	4,6	(4,1-5,0)	1548
	Femmes	6,4	(5,8-7,0)	6,4	(5,8-7,1)	1597
AGE	3-5	3,8	(3,1-4,4)	3,7	(3,1-4,4)	454
	6-9	3,7	(3,2-4,2)	3,7	(3,2-4,3)	538
	10-13	3,8	(3,3-4,3)	3,8	(3,3-4,3)	449
	14-17	4,3	(3,7-4,8)	4,3	(3,7-4,8)	479
	18-39	5,8	(4,9-6,7)	5,8	(4,9-6,6)	619
	40-64	6,1	(5,5-6,8)	6,1	(5,5-6,6)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	5,3	(4,7-5,9)	5,4	(4,8-6,1)	1969
	Surpoids	6,0	(5,3-6,7)	5,8	(5,2-6,5)	619
	Obésité	5,8	(4,9-6,7)	5,5	(4,6-6,3)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	5,0	(4,5-5,5)	5,0	(4,5-5,4)	1290
	Supérieur de type court	5,4	(4,7-6,0)	5,4	(4,7-6,0)	885
	Supérieur de type long	6,4	(5,4-7,4)	6,5	(5,5-7,4)	915
REGION***	Flandre	5,4	(5,0-5,8)	5,4	(5,0-5,8)	1766
	Wallonie	5,1	(4,6-5,7)	5,2	(4,6-5,8)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>5,5</b>	<b>(5,1-5,9)</b>			<b>3145</b>
ANNEE****	2004	6,0	(5,5-6,5)	6,2	(5,7-6,7)	1867
	2014	6,2	(5,7-6,6)	6,1	(5,7-6,6)	1598

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

\*\*\*\* A titre de comparaison, les contributions de pourcentage moyen sont calculées entre 2004 et 2014 par rapport à la consommation totale par les 14 comparables alimentaires Epic-Soft groupes. La comparaison entre années comprend uniquement les personnes âgées de 15 à 64 ans.

**Tableau 10 | Contribution moyenne des légumineuses au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique**

RIB_03_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	0,2	(0,0-0,3)	0,2	(0,0-0,3)	1548
	Femmes	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	1597
AGE	3-5	0,1	(0,0-0,1)	0,1	(0,0-0,1)	454
	6-9	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	538
	10-13	0,1	(0,0-0,1)	0,1	(0,0-0,1)	449
	14-17	0,1	(0,0-0,1)	0,1	(0,0-0,1)	479
	18-39	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	619
	40-64	0,2	(0,1-0,3)	0,2	(0,1-0,3)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	0,2	(0,1-0,3)	0,2	(0,1-0,4)	1969
	Surpoids	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,1)	619
	Obésité	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	1290
	Supérieur de type court	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	885
	Supérieur de type long	0,2	(0,0-0,4)	0,2	(0,0-0,4)	915
REGION***	Flandre	0,1	(0,0-0,1)	0,1	(0,0-0,1)	1766
	Wallonie	0,2	(0,0-0,3)	0,2	(0,0-0,3)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>0,1</b>	<b>(0,1-0,2)</b>			<b>3145</b>
ANNEE****	2004	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	1867
	2014	0,2	(0,1-0,2)	0,2	(0,1-0,3)	1598

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

\*\*\*\* A titre de comparaison, les contributions de pourcentage moyen sont calculées entre 2004 et 2014 par rapport à la consommation totale par les 14 comparables alimentaires Epic-Soft groupes. La comparaison entre années comprend uniquement les personnes âgées de 15 à 64 ans.

**Tableau 11 | Contribution moyenne des fruits au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique**

RIB_04_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	2,2	(1,9-2,5)	2,2	(2,0-2,5)	1548
	Femmes	3,3	(2,9-3,6)	3,3	(2,9-3,6)	1597
AGE	3-5	3,1	(2,6-3,5)	3,1	(2,6-3,5)	454
	6-9	2,8	(2,4-3,3)	2,8	(2,4-3,3)	538
	10-13	2,1	(1,7-2,6)	2,1	(1,7-2,6)	449
	14-17	1,7	(1,4-2,1)	1,7	(1,4-2,1)	479
	18-39	2,6	(2,1-3,0)	2,6	(2,1-3,0)	619
	40-64	3,2	(2,7-3,6)	3,1	(2,7-3,5)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	2,9	(2,6-3,2)	3,0	(2,6-3,4)	1969
	Surpoids	2,9	(2,4-3,4)	2,7	(2,3-3,2)	619
	Obésité	2,2	(1,7-2,8)	2,2	(1,7-2,6)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	2,3	(1,9-2,6)	2,3	(1,9-2,6)	1290
	Supérieur de type court	3,2	(2,7-3,8)	3,2	(2,7-3,7)	885
	Supérieur de type long	3,0	(2,6-3,4)	3,0	(2,6-3,4)	915
REGION***	Flandre	3,0	(2,7-3,3)	3,0	(2,7-3,3)	1766
	Wallonie	2,2	(1,8-2,6)	2,2	(1,8-2,5)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>2,8</b>	<b>(2,5-3,0)</b>			<b>3145</b>
ANNEE****	2004	2,6	(2,3-2,9)	2,6	(2,3-3,0)	1867
	2014	3,0	(2,7-3,2)	2,9	(2,7-3,2)	1598

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

\*\*\*\* A titre de comparaison, les contributions de pourcentage moyen sont calculées entre 2004 et 2014 par rapport à la consommation totale par les 14 comparables alimentaires Epic-Soft groupes. La comparaison entre années comprend uniquement les personnes âgées de 15 à 64 ans.

**Tableau 12 | Contribution moyenne des produits laitiers et substituts au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique**

RIB_05_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	28,9	(27,3-30,5)	28,6	(27,0-30,2)	1548
	Femmes	35,0	(33,4-36,6)	35,0	(33,4-36,6)	1597
AGE	3-5	47,3	(44,7-49,9)	47,3	(44,8-49,9)	454
	6-9	39,8	(37,6-41,9)	39,8	(37,6-41,9)	538
	10-13	33,8	(31,5-36,1)	33,8	(31,5-36,1)	449
	14-17	29,5	(27,3-31,6)	29,5	(27,3-31,6)	479
	18-39	29,5	(27,4-31,6)	29,5	(27,4-31,6)	619
	40-64	31,4	(29,3-33,4)	31,0	(29,1-33,0)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	33,3	(31,9-34,8)	32,0	(30,4-33,7)	1969
	Surpoids	30,5	(28,2-32,9)	31,3	(29,1-33,4)	619
	Obésité	30,7	(27,3-34,2)	32,0	(29,0-35,0)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	30,5	(28,7-32,3)	30,7	(28,9-32,5)	1290
	Supérieur de type court	34,2	(31,9-36,5)	33,8	(31,6-35,9)	885
	Supérieur de type long	31,9	(29,9-33,9)	31,4	(29,4-33,3)	915
REGION***	Flandre	32,7	(31,2-34,2)	32,6	(31,1-34,1)	1766
	Wallonie	31,9	(30,0-33,7)	31,5	(29,6-33,4)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>32,0</b>	<b>(30,9-33,2)</b>			<b>3145</b>
ANNEE****	2004	27,7	(26,4-29,0)	27,5	(26,2-28,9)	1867
	2014	31,7	(30,3-33,1)	31,6	(30,2-32,9)	1598

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

\*\*\*\* A titre de comparaison, les contributions de pourcentage moyen sont calculées entre 2004 et 2014 par rapport à la consommation totale par les 14 comparables alimentaires Epic-Soft groupes. La comparaison entre années comprend uniquement les personnes âgées de 15 à 64 ans.

**Tableau 13 | Contribution moyenne des céréales et produits céréaliers au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique**

RIB_06_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	12,0	(11,2-12,8)	11,8	(11,0-12,6)	1548
	Femmes	11,3	(10,5-12,0)	11,2	(10,5-12,0)	1597
AGE	3-5	13,1	(11,3-14,8)	13,1	(11,4-14,8)	454
	6-9	15,0	(13,5-16,5)	15,0	(13,5-16,5)	538
	10-13	16,1	(14,3-17,9)	16,1	(14,3-17,9)	449
	14-17	16,2	(14,7-17,8)	16,2	(14,7-17,7)	479
	18-39	11,6	(10,6-12,7)	11,6	(10,6-12,7)	619
	40-64	9,5	(8,6-10,4)	9,5	(8,6-10,4)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	12,6	(11,7-13,4)	12,0	(11,0-13,1)	1969
	Surpoids	10,3	(9,3-11,3)	11,0	(10,0-12,0)	619
	Obésité	10,3	(9,0-11,5)	11,4	(10,1-12,6)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	11,8	(10,9-12,8)	11,8	(10,9-12,8)	1290
	Supérieur de type court	11,1	(10,2-12,0)	10,9	(10,0-11,8)	885
	Supérieur de type long	11,9	(11,0-12,9)	11,7	(10,6-12,7)	915
REGION***	Flandre	11,5	(10,9-12,2)	11,5	(10,8-12,1)	1766
	Wallonie	12,0	(10,9-13,0)	11,7	(10,7-12,8)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>11,6</b>	<b>(11,1-12,2)</b>			<b>3145</b>
ANNEE****	2004	12,8	(12,1-13,5)	12,1	(11,4-12,9)	1867
	2014	11,2	(10,5-11,8)	11,1	(10,4-11,7)	1598

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

\*\*\*\* A titre de comparaison, les contributions de pourcentage moyen sont calculées entre 2004 et 2014 par rapport à la consommation totale par les 14 comparables alimentaires Epic-Soft groupes. La comparaison entre années comprend uniquement les personnes âgées de 15 à 64 ans.

**Tableau 14 | Contribution moyenne de la viande, des préparations à base de viande et des produits de substitution au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique**

RIB_07_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	22,3	(20,7-23,9)	22,5	(20,8-24,2)	1548
	Femmes	17,6	(16,3-18,9)	17,6	(16,3-18,9)	1597
AGE	3-5	11,6	(10,3-12,9)	11,6	(10,3-12,9)	454
	6-9	14,8	(13,5-16,2)	14,8	(13,5-16,2)	538
	10-13	19,2	(17,2-21,2)	19,1	(17,2-21,1)	449
	14-17	19,9	(18,0-21,8)	19,9	(18,0-21,8)	479
	18-39	21,1	(19,2-22,9)	21,1	(19,2-22,9)	619
	40-64	20,7	(18,8-22,6)	20,9	(19,0-22,8)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	18,4	(17,2-19,7)	18,7	(17,2-20,2)	1969
	Surpoids	19,9	(17,8-21,9)	19,4	(17,6-21,2)	619
	Obésité	25,8	(22,5-29,1)	24,2	(21,4-27,0)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	21,3	(19,7-22,9)	21,2	(19,6-22,8)	1290
	Supérieur de type court	20,5	(18,4-22,6)	21,0	(18,8-23,1)	885
	Supérieur de type long	17,0	(15,3-18,7)	17,3	(15,4-19,1)	915
REGION***	Flandre	19,4	(18,0-20,7)	19,5	(18,1-20,8)	1766
	Wallonie	21,6	(20,0-23,3)	21,9	(20,2-23,6)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>19,9</b>	<b>(18,9-20,9)</b>			<b>3145</b>
ANNEE****	2004	16,2	(15,3-17,0)	16,4	(15,5-17,3)	1867
	2014	21,4	(20,1-22,6)	21,5	(20,2-22,8)	1598

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

\*\*\*\* A titre de comparaison, les contributions de pourcentage moyen sont calculées entre 2004 et 2014 par rapport à la consommation totale par les 14 comparables alimentaires Epic-Soft groupes. La comparaison entre années comprend uniquement les personnes âgées de 15 à 64 ans.

**Tableau 15 | Contribution moyenne du poisson, des préparations à base de poisson, des coquillages et des crustacés au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique**

RIB_08_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	2,6	(1,8-3,3)	2,7	(1,9-3,5)	1548
	Femmes	2,2	(1,7-2,7)	2,2	(1,7-2,7)	1597
AGE	3-5	1,1	(0,7-1,5)	1,1	(0,7-1,5)	454
	6-9	1,3	(0,8-1,8)	1,3	(0,8-1,8)	538
	10-13	1,0	(0,6-1,3)	1,0	(0,6-1,3)	449
	14-17	1,5	(0,9-2,2)	1,6	(0,9-2,2)	479
	18-39	1,7	(1,3-2,2)	1,7	(1,3-2,2)	619
	40-64	3,6	(2,6-4,6)	3,6	(2,7-4,6)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	2,4	(1,8-3,1)	3,1	(2,0-4,2)	1969
	Surpoids	2,9	(2,0-3,9)	2,6	(1,8-3,3)	619
	Obésité	1,5	(0,9-2,2)	1,4	(0,9-1,9)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	2,2	(1,6-2,9)	2,2	(1,6-2,8)	1290
	Supérieur de type court	2,1	(1,4-2,9)	2,1	(1,4-2,9)	885
	Supérieur de type long	2,8	(1,9-3,6)	3,0	(2,0-4,0)	915
REGION***	Flandre	2,5	(1,9-3,1)	2,5	(1,9-3,1)	1766
	Wallonie	1,7	(1,2-2,1)	1,7	(1,3-2,1)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>2,4</b>	<b>(1,9-2,8)</b>			<b>3145</b>
ANNEE****	2004	2,4	(2,0-2,7)	2,4	(2,0-2,8)	1867
	2014	2,8	(2,3-3,4)	2,9	(2,3-3,4)	1598

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

\*\*\*\* A titre de comparaison, les contributions de pourcentage moyen sont calculées entre 2004 et 2014 par rapport à la consommation totale par les 14 comparables alimentaires Epic-Soft groupes. La comparaison entre années comprend uniquement les personnes âgées de 15 à 64 ans.



**Tableau 16 | Contribution moyenne des œufs et produits dérivés au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique**

RIB_09_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	2,6	(2,1-3,1)	2,6	(2,1-3,2)	1548
	Femmes	2,2	(1,7-2,7)	2,2	(1,7-2,7)	1597
AGE	3-5	2,5	(1,6-3,5)	2,5	(1,6-3,5)	454
	6-9	2,1	(1,5-2,7)	2,1	(1,5-2,7)	538
	10-13	2,4	(1,7-3,1)	2,4	(1,7-3,1)	449
	14-17	2,6	(1,7-3,4)	2,6	(1,7-3,4)	479
	18-39	2,1	(1,5-2,7)	2,1	(1,5-2,7)	619
	40-64	2,7	(2,0-3,3)	2,7	(2,0-3,4)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	2,2	(1,8-2,6)	2,2	(1,7-2,8)	1969
	Surpoids	2,8	(1,9-3,6)	2,5	(1,8-3,3)	619
	Obésité	2,5	(1,5-3,4)	2,4	(1,6-3,2)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	2,6	(2,0-3,2)	2,6	(2,0-3,2)	1290
	Supérieur de type court	2,0	(1,4-2,6)	2,1	(1,4-2,7)	885
	Supérieur de type long	2,4	(1,8-3,0)	2,5	(1,8-3,2)	915
REGION***	Flandre	2,1	(1,7-2,5)	2,1	(1,7-2,5)	1766
	Wallonie	2,5	(1,8-3,1)	2,6	(1,9-3,3)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>2,4</b>	<b>(2,0-2,7)</b>			<b>3145</b>
ANNEE****	2004	3,1	(2,5-3,7)	3,1	(2,5-3,8)	1867
	2014	2,5	(2,0-2,9)	2,5	(2,1-2,9)	1598

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

\*\*\*\* A titre de comparaison, les contributions de pourcentage moyen sont calculées entre 2004 et 2014 par rapport à la consommation totale par les 14 comparables alimentaires Epic-Soft groupes. La comparaison entre années comprend uniquement les personnes âgées de 15 à 64 ans.

**Tableau 17 | Contribution moyenne des matières grasses et des huiles au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique**

RIB_10_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	0,1	(0,1-0,2)	0,1	(0,1-0,2)	1548
	Femmes	0,2	(0,0-0,3)	0,2	(0,0-0,3)	1597
AGE	3-5	0,1	(0,0-0,3)	0,1	(0,0-0,2)	454
	6-9	0,0	(0,0-0,1)	0,0	(0,0-0,1)	538
	10-13	0,0	(0,0-0,1)	0,0	(0,0-0,1)	449
	14-17	0,1	(0,0-0,3)	0,1	(0,0-0,3)	479
	18-39	0,2	(0,0-0,4)	0,2	(0,0-0,4)	619
	40-64	0,1	(0,1-0,2)	0,1	(0,1-0,2)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	0,2	(0,0-0,3)	0,2	(0,0-0,3)	1969
	Surpoids	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	619
	Obésité	0,1	(0,0-0,1)	0,1	(0,0-0,1)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	0,1	(0,1-0,1)	0,1	(0,1-0,1)	1290
	Supérieur de type court	0,1	(0,1-0,1)	0,1	(0,1-0,1)	885
	Supérieur de type long	0,3	(0,0-0,6)	0,3	(0,0-0,6)	915
REGION***	Flandre	0,1	(0,0-0,1)	0,1	(0,0-0,1)	1766
	Wallonie	0,1	(0,1-0,2)	0,1	(0,1-0,2)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>0,1</b>	<b>(0,1-0,2)</b>			<b>3145</b>
ANNEE****	2004	3,1	(2,5-3,8)	3,3	(2,6-4,0)	1867
	2014	0,2	(0,1-0,3)	0,2	(0,1-0,3)	1598

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

\*\*\*\* A titre de comparaison, les contributions de pourcentage moyen sont calculées entre 2004 et 2014 par rapport à la consommation totale par les 14 comparables alimentaires Epic-Soft groupes. La comparaison entre années comprend uniquement les personnes âgées de 15 à 64 ans.

**Tableau 18 | Contribution moyenne du sucre et des confiseries au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique**

RIB_11_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	3,4	(3,0-3,9)	3,3	(2,9-3,8)	1548
	Femmes	3,8	(3,1-4,4)	3,7	(3,1-4,4)	1597
AGE	3-5	4,1	(3,4-4,9)	4,1	(3,4-4,8)	454
	6-9	5,5	(4,7-6,4)	5,5	(4,7-6,4)	538
	10-13	5,3	(4,5-6,2)	5,3	(4,5-6,2)	449
	14-17	4,9	(4,0-5,8)	4,9	(4,0-5,8)	479
	18-39	3,4	(2,8-4,0)	3,4	(2,8-4,0)	619
	40-64	2,9	(2,1-3,7)	2,9	(2,1-3,6)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	4,0	(3,5-4,6)	3,8	(3,1-4,5)	1969
	Surpoids	3,3	(2,5-4,0)	3,6	(2,8-4,3)	619
	Obésité	1,9	(1,3-2,6)	2,4	(1,7-3,2)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	3,6	(3,0-4,2)	3,6	(3,0-4,2)	1290
	Supérieur de type court	3,2	(2,7-3,7)	3,1	(2,5-3,6)	885
	Supérieur de type long	4,0	(3,1-5,0)	4,0	(3,0-5,1)	915
REGION***	Flandre	3,5	(3,0-4,1)	3,5	(3,0-4,0)	1766
	Wallonie	4,1	(3,3-4,9)	3,9	(3,1-4,8)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>3,6</b>	<b>(3,2-4,0)</b>			<b>3145</b>
ANNEE****	2004	3,0	(2,7-3,3)	2,8	(2,4-3,1)	1867
	2014	3,3	(2,9-3,8)	3,3	(2,8-3,8)	1598

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

\*\*\*\* A titre de comparaison, les contributions de pourcentage moyen sont calculées entre 2004 et 2014 par rapport à la consommation totale par les 14 comparables alimentaires Epic-Soft groupes. La comparaison entre années comprend uniquement les personnes âgées de 15 à 64 ans.

**Tableau 19 | Contribution moyenne des pâtisseries et biscuits sucrés au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique**

RIB_12_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	4,6	(4,0-5,2)	4,5	(3,9-5,2)	1548
	Femmes	4,0	(3,5-4,4)	3,9	(3,5-4,4)	1597
AGE	3-5	4,8	(4,0-5,6)	4,8	(4,0-5,6)	454
	6-9	6,2	(5,2-7,2)	6,2	(5,2-7,1)	538
	10-13	6,9	(5,7-8,1)	6,9	(5,7-8,1)	449
	14-17	6,3	(5,2-7,5)	6,3	(5,2-7,5)	479
	18-39	4,2	(3,5-5,0)	4,2	(3,5-5,0)	619
	40-64	3,2	(2,6-3,8)	3,2	(2,6-3,9)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	4,7	(4,1-5,2)	4,4	(3,7-5,2)	1969
	Surpoids	3,7	(2,9-4,4)	4,1	(3,4-4,9)	619
	Obésité	2,6	(1,9-3,2)	2,7	(2,1-3,3)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	4,1	(3,5-4,6)	4,1	(3,5-4,6)	1290
	Supérieur de type court	4,5	(3,6-5,3)	4,5	(3,6-5,3)	885
	Supérieur de type long	4,4	(3,7-5,2)	4,4	(3,5-5,2)	915
REGION***	Flandre	3,7	(3,2-4,1)	3,6	(3,2-4,1)	1766
	Wallonie	4,8	(4,1-5,5)	4,7	(4,0-5,4)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>4,3</b>	<b>(3,9-4,7)</b>			<b>3145</b>
ANNEE****	2004	3,9	(3,5-4,4)	3,8	(3,3-4,3)	1867
	2014	4,0	(3,5-4,5)	4,0	(3,5-4,5)	1598

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

\*\*\*\* A titre de comparaison, les contributions de pourcentage moyen sont calculées entre 2004 et 2014 par rapport à la consommation totale par les 14 comparables alimentaires Epic-Soft groupes. La comparaison entre années comprend uniquement les personnes âgées de 15 à 64 ans.

**Tableau 20 | Contribution moyenne des boissons non alcoolisées au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique**

RIB_13_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	6,1	(5,0-7,3)	6,2	(5,0-7,4)	1548
	Femmes	4,6	(4,0-5,2)	4,6	(4,0-5,2)	1597
AGE	3-5	4,1	(2,6-5,5)	4,1	(2,6-5,5)	454
	6-9	4,1	(2,7-5,5)	4,1	(2,7-5,4)	538
	10-13	3,3	(2,3-4,4)	3,3	(2,3-4,4)	449
	14-17	3,8	(2,5-5,1)	3,8	(2,5-5,1)	479
	18-39	5,7	(4,4-7,0)	5,7	(4,4-7,1)	619
	40-64	5,9	(4,9-6,9)	6,0	(4,9-7,0)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	4,7	(3,8-5,7)	5,0	(3,8-6,3)	1969
	Surpoids	6,0	(4,9-7,1)	6,0	(4,9-7,2)	619
	Obésité	6,6	(4,8-8,5)	6,4	(4,7-8,1)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	6,4	(5,2-7,5)	6,4	(5,2-7,6)	1290
	Supérieur de type court	4,0	(3,2-4,9)	4,1	(3,3-4,9)	885
	Supérieur de type long	5,1	(3,9-6,4)	5,2	(4,0-6,4)	915
REGION***	Flandre	5,2	(4,4-6,1)	5,2	(4,4-6,1)	1766
	Wallonie	5,0	(4,1-5,9)	5,1	(4,2-6,0)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>5,3</b>	<b>(4,7-6,0)</b>			<b>3145</b>
ANNEE****	2004	6,8	(6,0-7,6)	7,0	(6,1-7,9)	1867
	2014	5,9	(5,1-6,7)	6,0	(5,2-6,8)	1598

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

\*\*\*\* A titre de comparaison, les contributions de pourcentage moyen sont calculées entre 2004 et 2014 par rapport à la consommation totale par les 14 comparables alimentaires Epic-Soft groupes. La comparaison entre années comprend uniquement les personnes âgées de 15 à 64 ans.

**Tableau 21 | Contribution moyenne des boissons alcoolisées au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique**

RIB_14_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	4,0	(3,1-4,9)	4,2	(3,2-5,2)	1548
	Femmes	1,1	(0,8-1,4)	1,1	(0,8-1,4)	1597
AGE	3-5	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	454
	6-9	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	538
	10-13	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	449
	14-17	0,7	(0,3-1,1)	0,7	(0,3-1,1)	479
	18-39	2,8	(2,1-3,5)	2,9	(2,2-3,6)	619
	40-64	3,6	(2,6-4,6)	3,8	(2,7-4,8)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	2,4	(1,8-2,9)	3,0	(2,3-3,8)	1969
	Surpoids	3,5	(2,2-4,8)	2,8	(1,9-3,8)	619
	Obésité	2,0	(1,1-2,9)	1,5	(0,9-2,1)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	2,4	(1,5-3,4)	2,4	(1,6-3,3)	1290
	Supérieur de type court	2,4	(1,7-3,1)	2,5	(1,8-3,3)	885
	Supérieur de type long	2,9	(2,2-3,6)	3,2	(2,4-4,0)	915
REGION***	Flandre	2,8	(2,1-3,5)	2,9	(2,2-3,6)	1766
	Wallonie	2,1	(1,4-2,7)	2,3	(1,6-3,0)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>2,5</b>	<b>(2,0-3,0)</b>			<b>3145</b>
ANNEE****	2004	3,9	(3,4-4,4)	4,2	(3,6-4,8)	1867
	2014	3,2	(2,6-3,8)	3,3	(2,7-3,9)	1598

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

\*\*\*\* A titre de comparaison, les contributions de pourcentage moyen sont calculées entre 2004 et 2014 par rapport à la consommation totale par les 14 comparables alimentaires Epic-Soft groupes. La comparaison entre années comprend uniquement les personnes âgées de 15 à 64 ans.

**Tableau 22 | Contribution moyenne des condiments, sauces et épices au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique, 2014**

RIB_15_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	1,7	(1,2-2,1)	1,6	(1,2-2,1)	1548
	Femmes	1,6	(0,9-2,3)	1,6	(0,9-2,3)	1597
AGE	3-5	0,8	(0,6-1,0)	0,8	(0,6-1,0)	454
	6-9	1,4	(0,9-1,8)	1,4	(0,9-1,8)	538
	10-13	1,5	(1,1-2,0)	1,5	(1,1-2,0)	449
	14-17	1,7	(1,2-2,3)	1,7	(1,2-2,3)	479
	18-39	2,4	(1,3-3,5)	2,4	(1,3-3,5)	619
	40-64	1,1	(0,8-1,4)	1,1	(0,8-1,4)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	1,7	(1,3-2,1)	1,8	(1,3-2,3)	1969
	Surpoids	1,3	(0,7-1,8)	1,3	(0,8-1,8)	619
	Obésité	2,1	(0,1-4,0)	2,4	(0,4-4,3)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	1,9	(1,1-2,8)	1,9	(1,1-2,7)	1290
	Supérieur de type court	1,2	(0,9-1,4)	1,2	(0,9-1,4)	885
	Supérieur de type long	1,7	(1,0-2,3)	1,6	(1,0-2,2)	915
REGION***	Flandre	1,9	(1,3-2,6)	2,0	(1,3-2,6)	1766
	Wallonie	1,2	(0,9-1,5)	1,2	(0,8-1,5)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>1,6</b>	<b>(1,2-2,0)</b>			<b>3145</b>

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

**Tableau 23** | Contribution moyenne du bouillon au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique, 2014

RIB_16_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	1548
	Femmes	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	1597
AGE	3-5	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	454
	6-9	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	538
	10-13	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	449
	14-17	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	479
	18-39	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	619
	40-64	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	1969
	Surpoids	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	619
	Obésité	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	1290
	Supérieur de type court	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	885
	Supérieur de type long	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	915
REGION***	Flandre	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	1766
	Wallonie	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>0,0</b>	<b>(0,0-0,0)</b>			<b>3145</b>

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.



**Tableau 24 | Contribution moyenne des produits divers (certains produits végétariens, substituts de repas, produits diététiques) au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique, 2014**

RIB_17_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	0,2	(0,0-0,4)	0,2	(0,0-0,4)	1548
	Femmes	0,4	(0,1-0,7)	0,4	(0,1-0,8)	1597
AGE	3-5	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	454
	6-9	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	538
	10-13	0,0	(0,0-0,1)	0,0	(0,0-0,1)	449
	14-17	0,6	(0,0-1,3)	0,6	(0,0-1,2)	479
	18-39	0,3	(0,1-0,5)	0,3	(0,1-0,5)	619
	40-64	0,4	(0,1-0,8)	0,4	(0,1-0,8)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	0,3	(0,0-0,5)	0,3	(0,0-0,5)	1969
	Surpoids	0,4	(0,0-0,7)	0,4	(0,0-0,8)	619
	Obésité	0,6	(0,0-1,3)	0,4	(0,0-0,9)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	0,3	(0,0-0,5)	0,2	(0,0-0,5)	1290
	Supérieur de type court	0,3	(0,0-0,7)	0,3	(0,0-0,7)	885
	Supérieur de type long	0,5	(0,0-0,9)	0,5	(0,0-0,9)	915
REGION***	Flandre	0,4	(0,1-0,7)	0,4	(0,1-0,6)	1766
	Wallonie	0,3	(0,0-0,6)	0,3	(0,0-0,7)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>0,3</b>	<b>(0,1-0,5)</b>			<b>3145</b>

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

**Tableau 25 | Contribution moyenne des chips, biscuits salés et apéritifs au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique, 2014**

RIB_18_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	0,7	(0,5-1,0)	0,7	(0,5-0,9)	1548
	Femmes	0,5	(0,4-0,7)	0,5	(0,4-0,6)	1597
AGE	3-5	0,3	(0,2-0,4)	0,3	(0,2-0,4)	454
	6-9	0,5	(0,3-0,7)	0,5	(0,3-0,7)	538
	10-13	0,9	(0,6-1,2)	0,9	(0,6-1,2)	449
	14-17	1,4	(0,9-2,0)	1,4	(0,9-2,0)	479
	18-39	0,9	(0,6-1,2)	0,9	(0,5-1,2)	619
	40-64	0,3	(0,1-0,4)	0,3	(0,1-0,4)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	0,7	(0,5-0,9)	0,6	(0,4-0,8)	1969
	Surpoids	0,5	(0,3-0,7)	0,5	(0,3-0,7)	619
	Obésité	0,4	(0,1-0,7)	0,5	(0,2-0,8)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	0,6	(0,4-0,8)	0,6	(0,4-0,8)	1290
	Supérieur de type court	0,8	(0,5-1,2)	0,9	(0,5-1,2)	885
	Supérieur de type long	0,4	(0,3-0,5)	0,3	(0,2-0,4)	915
REGION***	Flandre	0,7	(0,5-0,8)	0,6	(0,5-0,8)	1766
	Wallonie	0,6	(0,4-0,9)	0,6	(0,3-0,9)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>0,6</b>	<b>(0,5-0,7)</b>			<b>3145</b>

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

**Tableau 26 | Contribution moyenne des compléments alimentaires au total des apports en vitamine B2 (en %) au sein de la population âgée de 3 à 64 ans, Belgique, 2014**

RIB_20_pcs*		Moyenne brute	IC 95% brut	Moyenne stand**	IC 95% stand	N
SEXE	Hommes	2,1	(1,3-2,9)	2,1	(1,3-3,0)	1548
	Femmes	4,3	(3,1-5,4)	4,3	(3,1-5,5)	1597
AGE	3-5	2,4	(1,4-3,5)	2,4	(1,4-3,4)	454
	6-9	1,4	(0,8-2,1)	1,4	(0,8-2,1)	538
	10-13	1,6	(0,7-2,5)	1,6	(0,7-2,5)	449
	14-17	2,3	(1,2-3,4)	2,3	(1,2-3,5)	479
	18-39	3,8	(2,4-5,2)	3,7	(2,4-5,1)	619
	40-64	3,5	(2,3-4,7)	3,5	(2,2-4,7)	606
INDICE DE MASSE CORPORELLE	Normal	2,4	(1,6-3,2)	2,5	(1,5-3,5)	1969
	Surpoids	4,2	(2,6-5,9)	4,0	(2,6-5,5)	619
	Obésité	3,0	(1,4-4,5)	2,9	(1,3-4,4)	310
NIVEAU D'EDUCATION	Sans diplôme, primaire, secondaire	2,9	(1,9-4,0)	2,9	(1,9-4,0)	1290
	Supérieur de type court	3,3	(2,0-4,7)	3,5	(2,0-4,9)	885
	Supérieur de type long	3,6	(2,1-5,0)	3,5	(2,1-4,9)	915
REGION***	Flandre	3,2	(2,3-4,1)	3,2	(2,3-4,1)	1766
	Wallonie	3,1	(2,0-4,1)	3,1	(2,0-4,1)	1126
<b>TOTAL</b>		<b>3,2</b>	<b>(2,5-3,9)</b>			<b>3145</b>

Source : Enquête nationale de consommation alimentaire 2014-2015, Belgique.

\* Contribution exprimée sous forme de pourcentage moyen par rapport à la consommation totale des 18 groupes d'aliments repris dans Epic-Soft et des compléments alimentaires. Moyennes pondérées pour l'âge, le sexe, la saison et le jour de la semaine.

\*\* Standardisation pour l'âge et/ou le sexe sur base d'un modèle de régression linéaire (population belge de 2014 comme référence).

\*\*\* Bruxelles n'a pas été considérée dans la comparaison entre régions de résidence. Les trois régions (Flandre, Wallonie et Bruxelles) ont, par contre, été reprises dans toutes les autres analyses.

## 6. BIBLIOGRAPHIE

- (1) Hoge Gezondheidsraad. Voedingsaanbevelingen voor België - Partim I: vitamines en sporenelementen. Brussel: HGR; 2015. Report No.: Advies nr. 9164 & 9174.
- (2) Hoge Gezondheidsraad. Voedingsaanbevelingen voor België. Herziening 2009, nr. 8309. Brussel: Hoge Gezondheidsraad; 2009.
- (3) Dekkers A, Verkaik-Kloosterman J, van Rossum C, Ocké M. SPADE: Statistical Program to Assess habitual Dietary Exposure. User's manual. Version 2.0. National Institute for Public Health and the Environment (RIVM); 2014 Dec 1.
- (4) Dekkers AL, Verkaik-Kloosterman J, van Rossum CT, Ocke MC. SPADE, a new statistical program to estimate habitual dietary intake from multiple food sources and dietary supplements. *J Nutr* 2014 Dec;144(12):2083-91.
- (5) O'Brien MM, Kiely M, Harrington KE, Robson PJ, Strain JJ, Flynn A. The North/South Ireland food consumption survey: vitamin intakes in 18GÇö64-year-old adults. *Public health nutrition* 2001;4(5a):1069-79.
- (6) Whitton C, Nicholson SK, Roberts C, Prynne CJ, Pot GK, Olson A, et al. National Diet and Nutrition Survey: UK food consumption and nutrient intakes from the first year of the rolling programme and comparisons with previous surveys. *British journal of nutrition* 2011;106:1899-914.
- (7) National Institute for Public Health and the Environment. Dutch National Food consumption Survey 2007-2010. 2011.
- (8) Mensink GBM, Fletcher R, Gurinovic M, Huybrechts i, Lafay L, Serra-Majem L, et al. Mapping low intake of micronutrients across Europe. *British journal of nutrition* 2013;110(04):755-73.
- (9) EFSA - European Food Safety Agency. Tolerable upper intake levels for vitamins and minerals. 2006.
- (10) Technical University of Denmark. Dietary habits in Denmark 2011-2013. Main results. 2015. 30-3-2016. <http://www.food.dtu.dk/english/News/2015/03/Positive-trends-in-the-Danish-diet?id=898548f9-9dbc-4ca4-8a95-23243ee8a979>