



Qualité nutritionnelle

UNE STRATÉGIE GLOBALE

Nouer avec les industries agroalimentaires des partenariats et améliorer ainsi la qualité nutritionnelle des produits mis sur le marché, mobiliser la recherche publique sur le thème de l'alimentation et communiquer...

Le ministère de l'Agriculture et de la Pêche est en phase avec le deuxième Programme national nutrition santé 2006-2010.

Perpétuer les valeurs du modèle alimentaire français », selon la formule de Dominique Bussereau, n'est pas contradictoire avec l'amélioration de la qualité nutritionnelle des aliments. « Il faut une pédagogie de l'alimentation au niveau

national : donner à saisir le lien entre les aliments et les produits agricoles, faire comprendre l'importance de l'équilibre alimentaire, inciter les jeunes à la consommation de fruits et légumes. L'Institut national de la recherche agronomique (Inra) avec lequel nous avons défini le contrat d'objectifs pour quatre ans, développe plusieurs projets pédagogiques en ce sens, avec l'ambition de placer l'alimentation et le goût au cœur de ses réussites scientifiques », précise le ministre de l'Agriculture et de la Pêche.

Le second Plan national nutrition santé (PNNS 2) présenté par Xavier Bertrand, ministre de la Santé et des Solidarités, le 6 septembre dernier, ambitionne d'améliorer la qualité de l'offre alimentaire par des actions en direction des industries agroalimentaires. Cet objectif s'appuie notamment sur l'expérience et les acquis du groupe de travail sur les glucides mis en place il y a un an par le ministère de l'Agriculture et de la Pêche. Ce groupe⁽¹⁾ a pour mission d'étudier la faisabilité, tant tech-

nique qu'économique, d'une des recommandations du PNNS 1 : diminuer dans les préparations alimentaires mises sur le marché les teneurs en glucides simples (comme le sucre blanc) au profit des glucides complexes (comme l'amidon) et des fibres.

Fort de cette première approche, basée sur le volontariat des partenaires économiques, l'État va inciter les Industries agroalimentaires à signer, sur un mode individuel ou collectif, des engagements portant sur la composition nutritionnelle, la présentation et la promotion des produits mis sur le marché. Un cahier des charges type sera rédigé par un comité d'experts à échéance du printemps 2007.

Dans le même esprit, les entreprises de restauration collectives sont invitées à souscrire à des engagements similaires dès janvier prochain. La restauration scolaire disposera d'un référentiel définissant, par voie réglementaire, courant mars 2007, des normes nutritionnelles communes. Les élèves usagers des cantines scolaires se verront ainsi proposer des menus plus équilibrés répondant aux recommandations du PNNS*.

Selon les recommandations du Conseil national de l'alimentation (CNA)⁽²⁾, un observatoire de la qualité alimentaire des produits sera mis en place, par les ministères en

charge de l'agriculture, de la santé et de la consommation avec la participation des professionnels de l'agroalimentaire. Il s'appuiera sur les expertises de l'Inra* et de l'Afssa*. Sa mission sera de faire le suivi de la qualité, notamment nutritionnelle, des produits alimentaires, en analysant l'état du marché de l'offre alimentaire sur des paramètres tant sanitaires qu'économiques. Le futur observatoire publiera, sur la base d'indicateurs spécifiques, un rapport annuel de l'état nutritionnel de l'offre alimentaire.

En amont des industries de transformation, l'apport et l'implication des filières agricoles dans la qualité nutritionnelle des aliments constitue un enjeu d'importance. C'est là l'objet d'une mission parlementaire confiée par le Premier ministre au député de la Mayenne, Yannick Favennec (voir interview p.19).

Outre ces nouveautés par rapport au premier PNNS*, ce second programme reprend et développe une stratégie globale de lutte contre la prévalence de l'obésité en œuvrant pour une meilleure hygiène nutritionnelle.

Depuis les années 1990, 16% des enfants en âge scolaire sont en surpoids, contre seulement 5% en 1980. Cette tendance est liée dans 90% des cas à une alimentation trop riche en sucre, en graisses et déficiente en fruits et légumes. Ces mauvaises habitudes alimentaires favorisent une augmentation des pathologies associées à une nutrition déséquilibrée : maladies cardiovasculaires, diabète gras qui touche deux millions de Français, mais aussi certains cancers, l'ostéoporose et même l'anorexie. Les maladies cardiovasculaires entraînent la mort de 170 000 personnes par an.

La sédentarisation de la population qui pratique de moins en moins d'activités physiques (déplacements pédestres pour se rendre à l'école, au travail et faire les courses) accentue ces risques pathologiques.

Agir au plus tôt

La prise en charge préventive de l'obésité se révèle d'autant plus efficace qu'elle se fait tôt. Dans son avis du 30 mars 2006, le CNA* va jusqu'à préconiser une information en direction des femmes en âge de procréer ou enceintes. Chez les futures mères, une alimentation variée et équilibrée, la pratique d'exercices physiques et la non consommation d'alcool ou de tabac sont des facteurs qui font baisser la prévalence des nouveau-nés en surpoids. Le CNA* recommande l'allaitement maternel. Les nourrissons allaités régulent leurs prises alimentaires et les excès de poids y sont plus rares que chez les bébés nourris autrement.

Constatant que l'augmentation de l'obésité est un phénomène multifactoriel, notamment chez les enfants et les adolescents, le PNNS* recommande une approche pluridisciplinaire associant les professionnels de la santé (médecin traitant, médecine scolaire) mais aussi des acteurs non médicaux de l'école, des collectivités et des associations (éducateurs sportifs, animateurs de centre de loisir). Les actions de ces différents intervenants doivent être concertées et coordonnées. L'organisation d'un réseau de soins permettra de répondre à ces objectifs. Les contextes de vie et l'environnement familial doivent également être pris en compte. Cette nécessité d'agir au

plus tôt est confirmée par les recherches menées par l'Inra* sur les comportements alimentaires aux cours des premières phases de la vie et leur stabilité dans le temps. Une étude des chercheurs de l'Inra* et de la faculté de médecine de Dijon a démontré que les préférences alimentaires, bonnes ou mauvaises, acquises à deux ou trois ans se répercutent ultérieurement même si une légère évolution apparaît, notamment après l'adolescence (lire les résultats de cette enquête dans le *Bimagri* n° 1512 de janvier 2005, p.12). Une quinzaine de scientifiques de disciplines variées (évaluation sensorielle, biologie, médecine, psychologie, sociologie, éthologie et statistique) ont donc créé un observatoire des préférences alimentaires du nourrisson et de l'enfant (Opaline). Opaline a pour mission de comprendre l'origine de la variété des préférences alimentaires et d'observer leur évolution au fil de la vie. Cet observatoire suivra les expériences chimio-sensorielles, depuis la vie in utero jusqu'à l'âge de deux ans. Enfin, avec le programme EduSens⁽³⁾, l'Inra* veut établir expérimentalement dans quelle mesure une éducation sensorielle peut modifier le comportement alimentaire des enfants de 8 à 10 ans. Par la suite, l'éducation sensorielle du goût et des aliments pourrait ainsi être intégrée dans les programmes scolaires.

Le quatrième programme, LudoAliment, évalue la consommation des aliments ludiques.

De son côté, le Docteur Jean-Marie Bourre, directeur de recherche à l'Inserm* (voir encadré p.21), a entrepris une synthèse scientifique sur les apports nutritionnels du poisson et leur rôle dans la prévention de certaines maladies.

Lutter contre la stigmatisation des obèses

Dans ses recommandations, le CNA* avait noté que la stigmatisation de l'obésité et du surpoids constitue un facteur de dégradation de la trajectoire scolaire et sociale et d'altération de la socialisation alimentaire de l'enfant et de l'adolescent. Le PNNS 2*, étendant cette problématique à l'ensemble de la population, veut modifier le regard porté sur les personnes obèses et lutter contre les discriminations qu'elles rencontrent dans la vie courante. Des représentants des associations d'obèses seront intégrés dans les structures de réflexion sur la communication nutritionnelle, le dépistage et la prise en charge de l'obésité. Une information sera faite en direction des médias et des publicitaires pour que l'obésité ne soit plus un objet de stigmatisation.

Les populations défavorisées

« Nous pensons aux personnes économiquement défavorisées. Elles sont de plus en plus nettement touchées par l'obésité (25 % des enfants en surpoids). Seul un travail de terrain qui s'inscrit dans le temps peut être à la hauteur », a convenu Xavier Bertrand, ministre en charge de la santé. Les réseaux sociaux et les travailleurs sociaux seront formés dans ce sens. Les outils du PNNS* (brochures, dépliants, etc.) seront adaptés à ces populations et diffusés dans les bureaux des services sociaux concernés. Le plan *Alimentation et insertion* mis en œuvre par



© Cheick Saïdou/MAP

À Paris, à la sortie du métro, une distribution de fruits dans le cadre de la semaine de la Fraich'attitude. Cet événement, organisé sur toute la France, est l'occasion de faire redécouvrir les fruits et légumes frais.

LES TRANSFERTS D'INNOVATION

Le ministère de l'Agriculture et de la Pêche œuvre pour que les IAA* puissent s'appuyer pleinement sur la recherche publique afin d'améliorer la qualité nutritionnelle de l'offre alimentaire. Il encourage des projets de thèmes d'étude communs public-privé à travers la création de groupements d'intérêt scientifique (GIS) favorisant les échanges d'amont en aval. Dans le secteur laitier un GIS est déjà en place. D'autres vont être mis en place dans le secteur très demandeur des céréales.



L'ACCESSIBILITÉ AUX FRUITS ET LÉGUMES

En dépit des campagnes publicitaires, la France compte 60 % de sous-consommateurs de fruits et légumes. Ce déficit s'explique par des difficultés d'accessibilité, une notion qui recouvre plusieurs aspects dont les principaux sont :

- la proximité et le nombre de points d'approvisionnement ;
- la facilité d'achat de consommation et de préparation ;
- la garantie de saveur des fruits et légumes ;
- le prix et la perception de la valeur des fruits et légumes.

Un groupe de travail piloté par le ministère de l'Agriculture et de la Pêche réunissant les acteurs de la filière commence à préconiser des actions pour rendre les fruits et légumes plus accessibles.

Catherine Vautrin, ministre délégué à la Cohésion sociale, offrira à ces populations une alimentation de qualité, avec une plus grande part faite aux fruits et légumes issus des stocks retirés du marché au titre de la régulation des prix agricoles.

« Parce que c'est un enjeu trop vite marginalisé dans nos sociétés de l'abondance, parce que l'obésité et tous les troubles de l'alimentation, sans compter les maladies qu'ils engendrent, ne cessent de progresser, la nutrition est devenue une politique de santé publique à part entière, elle doit devenir une habitude quotidienne pour chacun d'entre nous », conclut Xavier Bertrand ¹.

(1) Ce groupe réunit les secteurs agroalimentaires concernés par les objectifs du PNNS, des représentants des consommateurs, les administrations l'INPES, le Credoc, l'Insee, le SCEES etc.

(2) Le CNA, Conseil national de l'alimentation a vocation d'être consulté par les ministres en charge de l'Agriculture, de la Santé et de la Consommation sur la définition des politiques alimentaires françaises. Il est composé de 47 membres représentant toutes les composantes de la chaîne alimentaire et de la société civile.

(3) Contact scientifique : Patrick Etiévant, chef du département Alimentation humaine, Inra de Dijon. E-mail : alimh@clermont.inra.fr

* Consulter le glossaire p. 3

Yannick Favennec

Les agriculteurs ont un rôle essentiel à jouer !

Particulièrement attentif aux relations entre santé et alimentation, le député de la Mayenne, Yannick Favennec réalise actuellement, à la demande du Premier ministre, une mission sur la contribution des filières agricoles à la qualité nutritionnelle des aliments. Entretien.



© Éloïse Kémbaun

Bimagri : Quel est l'objectif de cette mission ?

Yannick Favennec : Il s'agit d'étudier les relations existant entre la production alimentaire brute et l'alimentation et de voir comment les filières agricoles, tous acteurs confondus, peuvent contribuer à une meilleure alimentation de nos concitoyens. Depuis 1945, l'alimentation est en progrès constant : abondance, diversité, qualité, sécurité. D'un marché où la demande était supérieure à l'offre, nous sommes passés à un marché saturé et très segmenté. Or, du fait du développement préoccupant de l'obésité, un des fléaux majeurs du XXI^e siècle, les aspects de santé publique vont croissants et l'alimentation, sur un plan qualitatif, joue un rôle essentiel. Il s'agit de trouver

des clés pour donner aux producteurs toute leur place, car les produits bruts sont la base incontournable d'une alimentation saine.

Bimagri : Quel pourrait être l'apport des agriculteurs dans la qualité nutritionnelle des aliments ?

Yannick Favennec : Le produit brut issu de l'agriculture ou de l'élevage est de qualité satisfaisante. Au fil des entretiens que j'ai eus avec les organisations professionnelles, les responsables de filières, de la transformation, de la distribution, de la restauration, les consommateurs, l'Afssa* et l'Inra*, il ressort nettement que les problèmes se posent en termes de choix alimentaires, d'hygiène de vie et de sédentarité. Les producteurs ne ressentent pas encore leur implication comme une nécessité alors qu'ils ont un rôle capital à jouer. Ils ont tout à gagner en développant leur communication, compte-tenu des enjeux sanitaires et économiques.

Bimagri: Quelles suggestions pour renforcer ce rôle ?

Yannick Favennec: Elles sont multiples. En matière de communication, je suggère que les chaînes publiques de radio et de télévision réservent un espace, avec des conditions d'accès facilitées, à la promotion des produits bruts qu'il faut revaloriser. On sait que les médias jouent un rôle de premier plan dans l'information des consommateurs, les médecins n'occupant que la quatrième place en termes de vecteurs d'information !

Je propose aussi de faciliter l'organisation des rencontres entre producteurs et consommateurs. Cela permet une prise de conscience des attentes alimentaires et une meilleure connaissance des réalités de la production, la plupart du temps ignorées. De ce rapprochement devrait naître une consommation plus attentive à la qualité et à l'authenticité. La qualité est un élément fort de valeur ajoutée sur un marché très concurrentiel. C'est une chance à ne pas laisser passer.

De même, la place de la nutrition dans l'enseignement agricole doit être renforcée, au-delà des questions de pure sécurité alimentaire, afin de sensibiliser les futurs agriculteurs à cette dimension.

Bimagri: Avec l'alimentation, nous sommes à l'intersection des questions de santé et d'agriculture.

Comment concilier ces deux préoccupations ?

Yannick Favennec: C'est là l'objet d'une autre proposition, celle d'un groupe interministériel sur l'alimentation, associant l'agriculture, la santé, le commerce, l'environnement, l'industrie, et la recherche, ainsi que les acteurs de l'ensemble de la chaîne, du producteur au consommateur. Cet outil fédérateur permettrait une approche croisée et des actions complémentaires autour de la mise en place de méthodes de production adaptées, de repères nutritionnels, des bonnes pratiques alimentaires. Le PNNS* n'associe pas suffisamment les acteurs de la filière agricole qui ont beaucoup à apporter et c'est très dommage. C'est pourquoi il me paraît indispensable qu'ils entrent dans le comité de pilotage du PNNS*. Dans le contexte actuel de lutte contre l'obésité et les maladies liées à une mauvaise nutrition, il est urgent de rapprocher tous les acteurs impliqués.

* Consulter le glossaire p. 3



Étiquetage nutritionnel Favoriser une consommation responsable

L'étiquetage nutritionnel, qui informe le consommateur sur la composition nutritionnelle des aliments, est réglementé par une directive européenne et jugé peu compréhensible au terme de divers sondages effectués auprès des consommateurs. D'où l'interrogation de l'ensemble des acteurs – pouvoirs publics, professionnels, consommateurs – sur l'amélioration de cet étiquetage.

Les initiatives se multiplient, et les différents modèles proposés peuvent se résumer ainsi : on distingue ceux qui apportent

une information sur la teneur des aliments par rapport aux apports journaliers recommandés (AJR), ceux qui classent les aliments en « bons », « moyens » ou « mauvais », à l'instar du feu tricolore mis en œuvre en Grande-Bretagne, ou qui attribuent un logo « bon produit » au regard de certains critères de composition.

Dans un souci d'harmonisation, la Commission Européenne a prévu de réviser la législation à ce sujet. En France, les travaux du Conseil National de la Consommation, de même qu'une enquête confiée à l'association CLCV* par la Direction générale de l'alimentation du ministère de l'Agriculture et de la Pêche ont permis de dégager des souhaits communs entre professionnels et consommateurs.

Des souhaits et des rejets communs

Ainsi, tous rejettent les étiquetages portant un jugement de valeur sur un aliment, car cela s'avère réducteur par rapport à la

complexité d'un aliment et à son intégration dans l'alimentation globale d'un individu. Par exemple, une consommation mesurée de fromages traditionnels ou de lait entier sera bénéfique, mais pourra s'avérer source de déséquilibres en cas de consommation excessive.

Nouvelles propositions début 2007

C'est l'information sur les teneurs en énergie et nutriments, rapportées aux apports journaliers recommandés qui a la faveur des instances consultées. Simple et compréhensible, elle permet au consommateur d'exercer un choix libre et responsable, à condition que des mesures d'éducation alimentaire soient mises en place en parallèle. La Commission européenne devrait faire une proposition de texte début 2007.

* Consulter le glossaire p. 3.



Poissons, coquillages et crustacés Un intérêt nutritionnel majeur à nouveau démontré

On ne le répétera jamais assez : le poisson, c'est bon pour la santé ! C'est ce qui ressort de l'étude confiée par l'Ofimer* au Docteur Jean-Marie Bourre, directeur de recherche à l'Inserm* et membre de l'Académie de Médecine. Cette synthèse de travaux scientifiques internationaux démontre, une fois de plus, l'intérêt des produits de la mer et de l'aquaculture dans la satisfaction des besoins nutritionnels du corps humain.

Ces produits proposent une combinaison de nutriments très variés, regroupés dans un seul type d'aliment, ce qu'aucun autre groupe d'aliments ne présente à lui seul. En effet, les poissons, fruits de mer et crustacés sont quasiment les seuls à pouvoir couvrir une part importante des besoins humains en acides gras Oméga-3, en vitamines B12 et D, en iode (pour les produits

de la mer) et en sélénium. Les fruits de mer quant à eux sont particulièrement riches en manganèse, cuivre et zinc.

Les protéines apportées par ces aliments sont d'excellente qualité et nombre d'entre eux contiennent quantité appréciable d'autres vitamines et minéraux.

Manger du poisson deux fois par semaine limite les risques cardiovasculaires, en favorisant la prévention de certains cancers, de même que les affections liées aux articulations ou à la peau.

Nombreuses sont encore ses vertus : la vitamine D contribue à renforcer les os et l'iode favorise le bon développement du cerveau (c'est particulièrement recommandé au cours de la grossesse et pendant l'allaitement), le phosphore dynamise la mémoire et le sélénium lutte contre les radicaux libres, ennemis déclarés du vieillissement.

Une question demeure : pourquoi se priver de tous ces bienfaits ? Les Français consomment actuellement 34,2 kg de poisson par an et par habitant. En 2002, la consommation moyenne pour l'Europe des quinze était de 26,3 kg avec de grandes disparités : 58 kg au Portugal, 48 kg en Espagne, 23 kg en Italie, 21 kg en Angleterre et 15 kg en Allemagne. Cette consommation est depuis dix ans en augmentation régulière de 3 %, alors que la consommation de viande reste stable sur la même période.

* Consulter le glossaire p. 3



LES NEUF OBJECTIFS NUTRITIONNELS DU PROGRAMME NATIONAL NUTRITION SANTÉ 2006-2010

- 1** Augmenter la consommation de fruits et légumes car 45 % de la population française n'en mange pas suffisamment pour atteindre un bon équilibre nutritionnel.
- 2** Augmenter la consommation de calcium pour réduire de 25 % le nombre des personnes ayant des apports calciques en dessous des normes conseillées par les nutritionnistes.
- 3** Réduire la contribution moyenne des apports lipidiques totaux à moins de 35 % des apports énergétiques journaliers.
- 4** Augmenter la consommation des glucides complexes (amidon) et réduire la consommation des glucides simples.
- 5** Diminuer la consommation annuelle d'alcool par habitant pour passer au-dessous de 8,5 litres/an/habitant.
- 6** Réduire de 5 % le taux de cholestérol (LDL cholestérol) moyen de la population adulte.
- 7** Réduire la moyenne de la pression artérielle systolique chez les adultes.
- 8** Réduire de 20 % la prévalence du surpoids et de l'obésité chez les adultes et interrompre la croissance de la prévalence du surpoids et de l'obésité chez les enfants.
- 9** Augmenter l'activité physique quotidienne pour arriver à une demi-heure d'activité physique d'intensité modérée au moins cinq fois par semaine.