

# Prise de position: Les composants alimentaires critiques sur le plan nutritionnel

## Lead

*La Communauté d'intérêt du commerce de détail suisse (CI du commerce de détail) œuvre à la réduction, dans les aliments, de la part des composants critiques sur le plan nutritionnel. Pour ce faire, elle mise sur l'efficacité de mesures volontaires et soutient un important travail de sensibilisation des consommateurs à une alimentation plus saine.*

## Abstract

Promouvoir une alimentation saine est une priorité pour la CI du commerce de détail. Ses membres, qui sont les plus grandes entreprises du commerce de détail suisse, s'associent à l'éducation et à l'information de la population sur la consommation de composants critiques sur le plan nutritionnel tels que le sel, le sucre et les graisses. Attachés plus que tout à la liberté de choix des consommateurs, ils permettent à ceux-ci d'opérer des choix éclairés en pratiquant une déclaration transparente des valeurs nutritionnelles. Ils sont par contre sceptiques quant à l'opportunité d'instaurer un système de feu tricolore pour ces valeurs. Toute mesure de réduction des composants critiques doit répondre à trois impératifs: maintien des qualités gustatives, acceptation par la clientèle et faisabilité technique. Elle doit aussi reposer sur le volontarisme des fabricants, ce système ayant clairement fait ses preuves en Suisse. Il n'y a pas lieu de légiférer dans ce domaine. Les limitations, les interdictions et les contraintes fiscales n'ont pas l'effet escompté (détourner le consommateur des aliments "malsains" au profit des "sains") et sont en outre mal vues des clients. Enfin, ce type de mesures ne fait qu'aggraver le tourisme d'achat, ce qu'il faut éviter à tout prix.

## 1. Exposé de la situation

### 1.1 Situation générale

Les deux problèmes majeurs de santé publique sont aujourd'hui l'augmentation du nombre de personnes en surpoids et le développement de maladies non transmissibles (MNT) telles que le cancer, le diabète ou les maladies cardiovasculaires. Le premier de ces problèmes tient principalement à la forte diminution de l'activité physique dans les loisirs comme dans la vie professionnelle et à une alimentation inappropriée.

La Stratégie mondiale pour l'alimentation, l'exercice physique et la santé publiée par l'OMS<sup>1</sup> en 2004 et la stratégie "Nutrition, surcharge pondérale et obésité" publiée par la Commission européenne en 2007 ont incité de nombreux pays à prendre des initiatives pour promouvoir une alimentation saine. Dans un premier temps, la plupart de ces initiatives se sont focalisées sur le sel, mais une étude

---

<sup>1</sup> OMS: Organisation mondiale de la santé

publiée en 2015 révèle que les graisses et le sucre font désormais également l'objet d'une attention croissante dans de nombreux pays.

## **1.2 Actions menées jusqu'ici en Europe**

Les mesures appliquées par les pays européens consistent, grosso modo, en réglementations d'une part et en mesures volontaires d'autre part. Quatre types d'instruments sont mis en œuvre:

### **1.2.1 Les systèmes de labellisation**

Ces systèmes impliquent des investissements pour développer un label et le faire connaître. Selon une étude<sup>2</sup> commandée par l'OSAV<sup>3</sup>, un tel système rencontrerait en Suisse une forte résistance. Il risquerait en effet d'être mal compris par les consommateurs en les incitant à privilégier les produits labellisés, même s'ils proviennent d'une catégorie a priori moins saine, par rapport aux produits non labellisés d'une catégorie a priori plus saine.

### **1.2.2 Les promesses d'actions volontaires**

Plusieurs pays européens, dont la Suisse, recourent aux promesses d'actions volontaires. Ces promesses portent sur la composition et l'offre de denrées alimentaires. Elles sont négociées au cas par cas, ce qui permet de fixer un potentiel de réduction pour chaque entreprise. L'expérience acquise jusqu'ici montre que les fabricants de nombreux pays européens ont déjà modifié leurs recettes afin de réduire la teneur en sel, en sucre et en matières grasses.

### **1.2.3 Les limitations et les interdictions**

Un nombre réduit d'États européens ont fixé des teneurs maximales pour un seul type de composant: les graisses trans. Une telle limitation serait toutefois difficile à appliquer à d'autres composants. Quelques rares pays ont par ailleurs interdit certains types de produits. La Lituanie, par exemple, a interdit les boissons énergétiques. En Grèce, une loi interdit la vente de certains produits aux cantines scolaires. L'étude de l'OFEV montre que les limitations et les interdictions peuvent entraîner chez les consommateurs des effets indésirables de substitution ou de compensation.

### **1.2.4 Les impôts et les taxes**

Les graisses et les sucres font l'objet d'un impôt dans quatre États européens seulement, mais en tant que catégorie de produits et non en tant que composant. Ce genre d'impôt peut, comme les limitations, entraîner chez les consommateurs des réactions de substitution indésirables, et ce non seulement s'agissant de leur comportement alimentaire, mais aussi en termes de tourisme d'achat. Selon l'étude de l'OSAV, la mise en place d'impôts efficaces sur des substances spécifiques est une opération complexe et coûteuse. Des sondages d'envergure menés auprès des consommateurs ont révélé que ces derniers rejettent ce genre d'impôt, principalement par crainte de voir les prix augmenter. L'étude de l'OSAV montre en même temps qu'en Europe, la charge des impôts est toujours répercutée sur les consommateurs.

## **1.3 La situation en Suisse**

En Suisse, la Stratégie de nutrition 2017-2024 de l'OSAV met en œuvre des mesures visant à améliorer l'alimentation de la population.

Selon le 3<sup>e</sup> sondage "Alimentation et exercice physique" réalisé en 2018 pour le groupe d'information Boissons rafraîchissantes, la responsabilité individuelle prime clairement les mesures étatiques dans

<sup>2</sup> *Übersicht über Reformulierungsinitiativen in Europa [Vue d'ensemble des initiatives de nouvelles recettes en Europe]*, Rapport final, 2015, pas de version française (ci-après: "étude de l'OSAV")

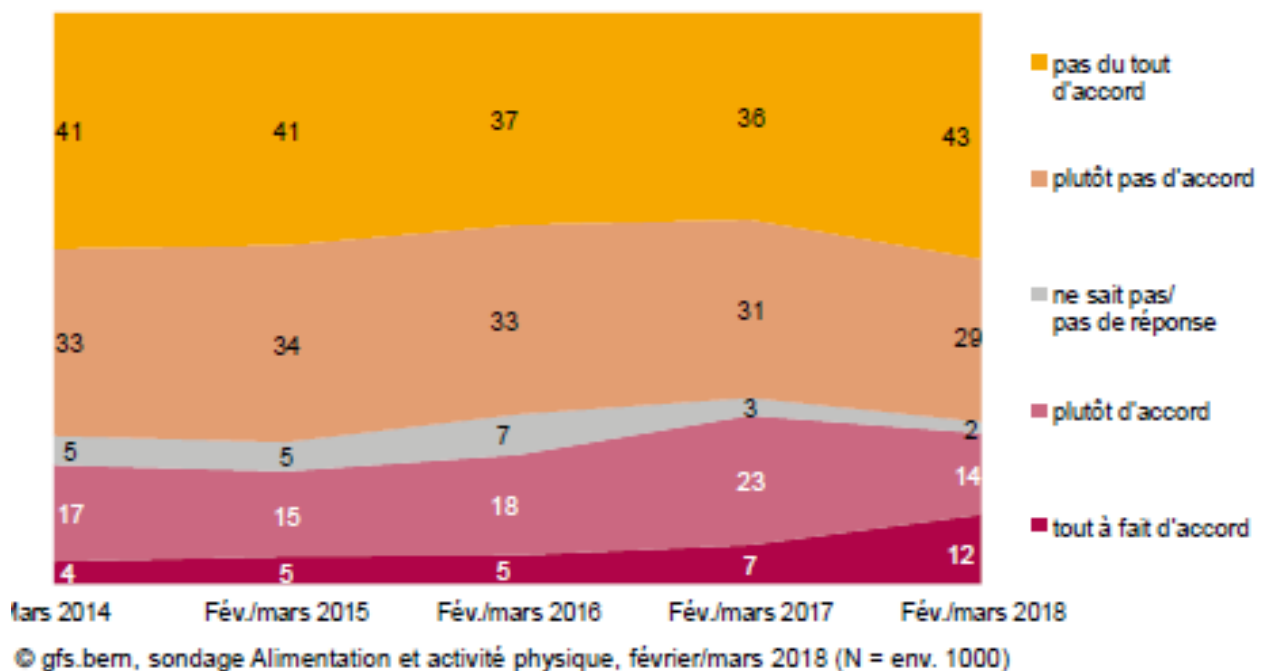
<sup>3</sup> OSAV: Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires

la lutte contre le surpoids. 84% des Suisses interrogés estiment qu'il faut continuer d'orienter les comportements alimentaires par l'information et la sensibilisation. Pas question pour eux d'accepter de nouveaux impôts ni d'autres interventions de l'Etat. La plupart craignent en effet que de telles mesures n'entraînent une augmentation des prix.

## Introduction d'un impôt sur les aliments à teneur en glucides, sel et lipides : tendance

« Dans d'autres pays, des impôts supplémentaires ont été introduits dans certains cas sur les denrées alimentaires à teneur en glucides, sel et lipides afin d'en gérer la consommation. Seriez-vous tout à fait d'accord, plutôt d'accord, plutôt pas d'accord ou pas du tout d'accord avec l'introduction d'un tel impôt ? »

en % des votants



## 2. Position de la CI du commerce de détail

La CI du commerce de détail s'est fixé deux objectifs: contribuer à réduire la consommation d'ingrédients critiques du point de vue nutritionnel et favoriser les modes de vie sains. Les efforts dans ce domaine doivent répondre à trois impératifs: maintien des qualités gustatives, acceptation par la clientèle et faisabilité technique. La CI du commerce de détail œuvre sur plusieurs fronts à la fois pour atteindre ces objectifs et considère les principes suivants comme incontournables à cet égard:

- Tous les acteurs concernés doivent aborder les thèmes de la "malbouffe" et des maladies liées à l'alimentation ensemble, et dans leur globalité.
- Les mesures de prévention telles que les programmes d'information et de motivation doivent être efficaces et contribuer à sensibiliser la population suisse aux avantages d'une alimentation saine.
- Les entreprises doivent continuer de prendre des mesures volontaires en fonction de l'évolution de la situation en Europe. Il n'y a pas lieu de légiférer dans ce domaine.

- La CI du commerce de détail est toujours prête à dialoguer avec la Confédération. Elle examine régulièrement les moyens de réduire les ingrédients critiques tels que le sel, le sucre et les graisses.

### **3. Thèmes prioritaires**

#### **3.1 Déclaration nutritionnelle**

##### **3.1.1 Des informations nutritionnelles transparentes**

Conformément à la nouvelle ordonnance du DFI concernant l'information sur les denrées alimentaires (OIDAI), qui remplace l'ordonnance sur l'étiquetage et la publicité des denrées alimentaires (OEDAI), la déclaration nutritionnelle est désormais obligatoire pour la plupart des aliments. Elle doit comporter les 7 indications principales suivantes: valeur énergétique et teneurs en lipides, en acides gras saturés, en glucides, en sucre, en protéines et en sel. La CI du commerce de détail approuve ce changement de système.

Une déclaration nutritionnelle réduite (valeur énergétique et teneur en matières grasses, en glucides, en protéines et en sel) reste possible. Cette dérogation est importante pour la CI du commerce de détail, car les consommateurs sont de plus en plus demandeurs de restauration rapide. Mentionner toutes les 7 indications principales serait impraticable dans le domaine du convenience et de la vente de produits non emballés.

##### **3.1.2 Un système de feu tricolore pour les valeurs nutritionnelles**

Le système de feu tricolore vise à transmettre un message simple et facile à comprendre, c'est-à-dire une information permettant de pratiquer une alimentation saine. Chaque couleur évalue un composant unique, et non le produit entier. Le système a été instauré pour la première fois en Grande-Bretagne en 2004.

L'inconvénient de ce système, c'est que les valeurs de référence et les recommandations ont été conçues pour l'ensemble de l'alimentation et qu'on ne peut pas les ramener à des aliments individuels. En effet, dans ce domaine, il est nécessaire de raisonner sur l'alimentation globale car la qualité d'un régime alimentaire ne tient pas à un seul aliment mais à la somme des aliments consommés. De plus, le système tricolore est susceptible de compliquer le choix des consommateurs puisqu'un même aliment peut afficher différents composants "rouges", "orange" et "verts".

Par ailleurs, la recherche empirique n'a à ce jour produit que peu de résultats concrets indiquant quels systèmes d'étiquetage exercent une influence mesurable sur les comportements alimentaires. L'EUFIC<sup>4</sup> indique qu'un étiquetage, aussi clair et précis soit-il, n'entraîne pas automatiquement un comportement alimentaire plus sain mais ne constitue qu'une pièce d'un vaste puzzle à observer dans sa globalité<sup>5</sup>. Compte tenu de ces éléments, la CI du commerce de détail considère le système de feu tricolore comme simpliste et trompeur.

##### **3.1.3 Le Nutri-Score**

Contrairement à d'autres systèmes d'évaluation, le Nutri-Score ne distingue pas les produits par groupe d'aliments. Ses calculs sont effectués pour 100 g, sans tenir compte de la portion standard. Le

<sup>4</sup> EUFIC: Conseil européen de l'information sur l'alimentation

<sup>5</sup> <http://www.eufic.org/en/healthy-living/article/eufic-reviews-european-evidence-on-whether-nutrition-labelling-has-helped-e> (pas de version française)

résultat manque de transparence et est difficile à comprendre pour les consommateurs: il n'indique pas si un produit doit son mauvais score à sa densité énergétique ou à sa teneur en acides gras saturés, en sucre ou en sel. Avec ce système de calcul, il peut arriver qu'un yogourt sans sucres ajoutés et un yogourt sucré (contenant donc deux fois plus de sucre) obtiennent le même Nutri-Score. De plus, ce système qui évalue un produit dans sa globalité ne s'accorde pas avec la tendance actuelle de privilégier une alimentation personnalisée qui tient compte des besoins nutritionnels de chacun. Le Nutri-Score peut-il vraiment modifier les habitudes d'achat et de consommation? Il est permis d'en douter. La CI du commerce de détail estime en tout cas que ce n'est pas prouvé. Tant qu'on ne peut pas démontrer de corrélation entre une couleur et un comportement de consommation, le rapport coût-efficacité doit être remis en question.

## **3.2 Le sel**

Le sodium et le chlorure qui composent le sel ont tous deux une fonction physiologique, d'où la nécessité de doser leur apport dans l'alimentation. L'OMS considère qu'une consommation excessive de sel augmente le risque de maladie cardiovasculaire<sup>6</sup>. Selon un rapport de la COFA<sup>7</sup>, une forte consommation de sel peut avoir des répercussions négatives sur la santé, notamment par suite d'une augmentation de la tension artérielle, et en particulier chez les groupes les plus vulnérables (personnes âgées, obèses, hypertendues ou sensibles au sel). A titre préventif, il paraît toutefois opportun de rechercher des stratégies visant à réduire les apports en sel de cuisine dans l'ensemble de la population<sup>8</sup>.

Pour réduire la consommation de sel en Suisse, l'OSAV a lancé en 2008 la Stratégie sel, qui concernait en priorité le pain et les produits convenience. Les mesures actuelles découlent de la Stratégie sel 2013-2016 et ont déjà fait leurs preuves. En 2011, la teneur en sel du pain artisanal avait baissé en moyenne de 16 %, celle de différents produits cuisinés de 10 %.

### **3.2.1 Fonctions du sel et limites technologiques à la réduction de la teneur en sel**

Lorsqu'on parle de réduire la teneur en sel des aliments, il faut en priorité tenir compte de la sécurité alimentaire: pour certains produits en effet, la teneur en sel a une importance qu'il ne faut pas sous-estimer.

Tout d'abord, le sel a une fonction de conservation. En réduisant la teneur en eau des aliments, il limite la prolifération des germes pathogènes et des agents d'altération. Ensuite, le sel agit sur le goût. Si on veut réduire la teneur en sel des aliments, il faut tenir compte des éléments suivants:

- sapidité;
- acceptation par les clients;
- sécurité alimentaire;
- faisabilité technologique;
- fonction nutritive;
- toxicologie;
- comportement d'achat;
- présence naturelle de sel dans les aliments non transformés.

---

<sup>6</sup> OMS: Report of the joint WHO/FAO Expert Consultation on Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases. World Health Organisation. Technical Report Series, 916, 2003.

<sup>7</sup> CFA: Commission fédérale de l'alimentation

<sup>8</sup> Office fédéral de la santé publique: Sel et hypertension, rapport des experts de la Commission fédérale de l'alimentation, Office Fédéral de la Santé Publique, Berne, 2004

### 3.3 Le sucre

À l'heure actuelle, de nombreux aliments transformés affichent une densité énergétique élevée. On suppose que la consommation excessive de sucre ajouté, en particulier dans les boissons, accroît fortement l'absorption de calories. Il en résulte un déséquilibre de l'alimentation, ce qui accroît les risques de maladies non transmissibles (MNT) telles que l'obésité et le diabète de type 2. Il existe en outre une forte corrélation entre consommation de sucre et apparition de caries. La conclusion du 6<sup>e</sup> rapport sur la nutrition en Suisse attribue l'un des plus gros potentiels de prévention à la réduction du sucre, avec celle du sel, des graisses et de la consommation d'alcool. Il faut souligner ici que l'examen nutritionnel du sucre donne parfois lieu à des affirmations contradictoires, qui justifient une approche différenciée. Par exemple, la nécessité de réduire les sucres ajoutés est prônée de la même façon que la recommandation de consommer cinq portions de fruits et légumes par jour, alors que certains fruits affichent une teneur en sucre très élevée.

Le 4 août 2015, des producteurs suisses de denrées alimentaires, des représentants du commerce de détail et le conseiller fédéral Alain Berset ont signé à Milan, à l'occasion de l'Exposition universelle, un "memorandum of understanding" appelé "Déclaration de Milan". Cet accord vise à réduire graduellement, d'ici à la fin 2018, la quantité de sucre dans les yogourts et les céréales pour petit-déjeuner. Afin de pouvoir contrôler l'efficacité de cette déclaration, l'OSAV a effectué un premier état des lieux en 2016<sup>9</sup>. Sur la base des données collectées, il définit à présent des valeurs-cibles pour la réduction de la teneur en sucre des yogourts et des céréales pour petit-déjeuner. La CI du commerce de détail tient à ce que la réduction de la teneur en sucre n'affecte en rien les qualités organoleptiques et technologiques des produits. Il faut savoir que le sucre est parfois ajouté aux yogourts pour améliorer la conservation de certains des ingrédients (notamment ceux qui sont peu acides comme la vanille, le chocolat et le caramel). Dans le cas des céréales pour le petit-déjeuner, le sucre a notamment un impact sur la qualité de l'enrobage des corn flakes et sert de vecteur d'arômes dans le cadre des processus de torréfaction et de caramélisation.

### 3.4 Les graisses

Les huiles et les graisses sont des éléments essentiels de notre alimentation. Excellents fournisseurs d'énergie, elles sont aussi particulièrement rassasiantes en raison de leur passage très lent dans l'estomac. En plus de ces qualités et de donner du goût aux aliments, elles remplissent dans notre corps des fonctions importantes. Elles permettent l'absorption des vitamines liposolubles A, D, E et K. Elles contiennent des acides gras polyinsaturés qui servent à fabriquer des cellules et des hormones. Elles constituent une réserve d'énergie, nous isolent du froid et protègent nos organes internes.

Au point de vue de la santé, la nature et la qualité des graisses absorbées est aussi importante, sinon plus, que leur quantité. Toutes les graisses alimentaires contiennent un mélange d'acides gras saturés, monoinsaturés et polyinsaturés. Alors que le corps produit lui-même des acides gras saturés, il a besoin de trouver certains acides gras insaturés dans la nourriture. C'est la raison pour laquelle il faut privilégier les graisses et les huiles riches en acides gras monoinsaturés et polyinsaturés (p. ex. huiles de colza ou d'olive, noix, végétaux et poissons gras).

Si on envisage de réduire la teneur en matières grasses des aliments, il faut tenir compte du fait, par exemple, qu'un aliment moins gras se dessèche plus vite. S'agissant de la viande, il faut anticiper une hausse des coûts de production (la viande maigre coûte plus cher).

---

*Le sucre dans les yogourts et les céréales pour petit-déjeuner, Etat des lieux un an après la signature de la Déclaration de Milan, Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires, janvier 2017*