Aprifel
RECHERCHE & INFORMATION

EQUATION NUTRITION

POLITIQUES PUBLIQUES : UN LEVIER POUR PROMOUVOIR UNE ALIMENTATION SAINE

N°238 - Mai 2023

EDITO

La notion de "**systèmes alimentaires**" englobe tous les **éléments** et **activités** liés à la **production** et à la **consommation** de **denrées alimentaires**, ainsi qu'à leurs **effets économiques**, **sanitaires** et **environnementaux**. Comme souligné par le rapport 2021 de l'OCDE «Améliorer les politiques pour les systèmes alimentaires« , les systèmes alimentaires doivent à la fois :

- **Garantir** la **sécurité alimentaire** et la **nutrition** d'une **population croissante**,
- **Assurer** la **subsistance** de millions d'**agriculteurs** et d'autres **acteurs** de la **chaîne alimentaire**,
- **Améliorer** la **viabilité environnementale** du secteur.

Ainsi, les systèmes alimentaires sont **confrontés** au « **triple défi** » d'**atteindre simultanément** ces objectifs. Pour y parvenir, il est nécessaire d'**élaborer de meilleures politiques**. Toutefois, **répondre** aux **enjeux** d'une des dimensions de ce triple défi peut en **affecter** d'**autres**, tant de manière **positive** que **négative**. **Concevoir** des **politiques efficaces** peut ainsi s'avérer **difficile** compte tenu des **interactions complexes** au sein des **systèmes alimentaires**.

Ce numéro d'Équation Nutrition présente trois articles soulignant le **rôle** des **politiques destinées à relever les défis** des systèmes alimentaires, avec des **exemples spécifiques** de **stratégies** et de **programmes** déployés dans différents pays.

Le premier article vise à évaluer la **mise en œuvre** de **politiques relatives** à l'**amélioration** des **environnements alimentaires** dans différents pays européens et à **identifier** les **actions prioritaires** à mener par les gouvernements. Les auteurs recommandent notamment :

- De **fixer** des **normes** pour les **nutriments à risque** contenus dans les aliments transformés,
- D'**améliorer l'environnement alimentaire** dans les **écoles**,
- De **subventionner les fruits et légumes**,
- De **taxer les aliments et boissons de mauvaise qualité nutritionnelle** et,
- De **restreindre la commercialisation d'aliments malsains** auprès des enfants.

Le deuxième article examine l'**impact environnemental** et la **viabilité nutritionnelle** d'un programme brésilien de **restauration scolaire** – le Sustainable School Program – visant à **améliorer la qualité des repas**. Appliqué dans 155 écoles de 4 municipalités de la province de Bahia, ce programme proposait la mise en place progressive de **menus durables**, associés à de **faibles empreintes carbone**. Ce travail a notamment a démontré qu'un tel dispositif permettait une **réduction substantielle de l'impact sur le climat** des menus servis et constituait une **source d'inspiration** pour d'autres régions et pays.

Dans le troisième article, une équipe de chercheurs australiens propose une **nouvelle approche holistique** et **innovante** pour l'**étiquetage des aliments** en combinant la **classification nutritionnelle** et le **degré de transformation**. Cette étude démontre notamment que le système présenté constitue une **alternative pertinente** aux modèles existants pour évaluer le **potentiel santé** des aliments à des fins politiques.

Cécile Giner
Analyste politique – OCDE, France

A PROPOS DE L'AUTEUR

Céline Giner est analyste politique à l'OCDE où elle travaille à la direction des échanges et de l'agriculture au sein de la Division des échanges et des marchés agroalimentaires. Elle mène et dirige des recherches sur les politiques liées aux systèmes alimentaires mondiaux, y compris les politiques visant à encourager des choix alimentaires plus sains et plus durables, les politiques qui traitent de l'inégalité entre les sexes dans les systèmes alimentaires et les programmes d'aide alimentaire. Céline est responsable du Réseau d'analyse de la chaîne alimentaire de l'OCDE, un groupe d'experts d'analyse des systèmes agroalimentaires. Elle a été formée à l'économie quantitative et à l'économétrie à l'École nationale de la statistique et de l'analyse des données à l'Université d'Essex. Elle a récemment participé à un atelier professionnel sur l'analyse des systèmes agroalimentaires.

☑ Note de l'équipe d'Aprifel : également à découvrir dans ce numéro d'Equation Nutrition

- Notre infographie – Politiques alimentaires : une opportunité pour répondre à de nombreux enjeux
- L'avis d'expert – Deux questions à Louis-Georges Soler sur l'impact de politiques publiques pour une alimentation saine et riche en fruits et légumes
- 10 conseils pratiques pour atteindre facilement les recommandations nutritionnelles du PNNS
- 5 articles récents issus de notre veille scientifique

EUROPE : AMÉLIORER LES ENVIRONNEMENTS ALIMENTAIRES DEMANDE D'ÉLABORER COLLECTIVEMENT DES POLITIQUES

Si les environnements alimentaires sont aujourd'hui reconnus comme des facteurs de risque majeur vis-à-vis de l'obésité et des maladies non transmissibles associées, les données relatives au déploiement de politiques sur ce sujet restent toutefois limitées. Afin combler cette lacune, une étude récente a évalué le niveau de mise en œuvre des politiques alimentaires dans 11 pays européens entre 2019 et 2021. Ce travail a notamment permis d'identifier les actions prioritaires à mener par les gouvernements pour créer des environnements alimentaires plus sains.

De nombreux travaux ont montré que **l'augmentation** de la **prévalence** de **l'obésité** et des **maladies non transmissibles** est **associée** à une **exposition accrue** à des **environnements obésogènes** (Swinburn, 2013). En effet, ces dernières années, la **disponibilité** et l'**accessibilité accrue** de **produits ultra-transformés**, à **forte densité énergétique,** ont participé à la **création d'environnements alimentaires obésogènes**, en particulier pour les **populations défavorisées** (FAO, 2016). Par ailleurs, les **conséquences** d'une **alimentation de mauvaise qualité** entraînent des **coûts directs et indirects considérables** qui pèsent sur les **systèmes de santé** ainsi que sur les **dépenses sociales** (Commission européenne, 2018).

Dans ce contexte, les **gouvernements** constituent des **acteurs majeurs** pour **élaborer** des **politiques** visant à **améliorer les environnements alimentaires** et ainsi **réduire les inégalités socio-économiques** et de **santé** (Hawkes, 2013 ; Backholer, 2014 ; Harrington, 2020). En Europe, plusieurs **initiatives** telles que la stratégie "de la ferme à l'assiette" ou le plan d'Action 2014-2020 contre l'obésité – ont ainsi été envisagées afin de **répondre à ces enjeux**. Cependant, il n'existe à ce jour **aucune évaluation globale et harmonisée** de la **mise en œuvre** de telles **politiques** au sein de l'Union Européenne. Pour y palier, une étude récente Pineda, 2022) a évalué **l'élaboration** et le **niveau déploiement** de deux types de **politiques alimentaires** (voir méthodologie) au sein de 11 pays européens

Des politiques encore peu déployées dans la majorité des pays étudiés

L'**ensemble** des **pays** inclus dans cette étude ont obtenu de **meilleurs indicateurs** de **mis en œuvre** pour les politiques visant à **renforcer** les **infrastructures** que pour celles visant à **créer** des **environnements**

alimentaires plus sains.

La Finlande et le Portugal affichent notamment le **taux de mise en œuvre le plus important** en ce qui concerne les **politiques relatives** à l'**environnement alimentaire** (voir exemples tableau 1). A l'inverse, l'Allemagne, l'Irlande, les Pays-Bas et la Pologne ne disposent d'**aucun indicateur** de **mise en œuvre** "**élevée**" pour ces politiques et l'Allemagne, les Pays-Bas et l'Espagne affichent la **plus forte proportion** d'indicateurs de **politiques de prévention faiblement déployées** (voir figure 1a).

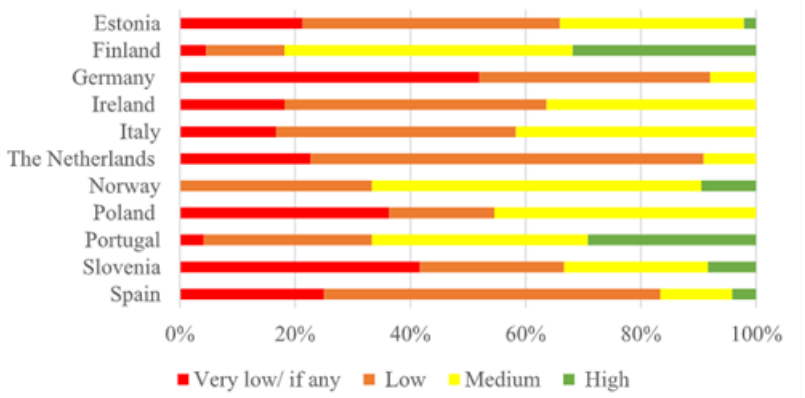


Figure 1a: Proportion d'indicateurs de politiques relatives à l'environnement alimentaire dont la mise en œuvre est « très faible, voire nulle », « faible », « moyenne » ou « élevée » dans chaque pays étudié par rapport aux bonnes pratiques internationales (Pineda, 2022).

En matière de **renforcement** des **infrastructures**, le domaine de la **santé** est celui dont le **niveau de mise en œuvre** de **politiques associées** est **le plus faible**. L'**étiquetage alimentaire** ainsi que la **vente au détail** des denrées alimentaires sont également des **politiques faiblement déployées** dans l'ensemble des pays étudiés. La Finlande est le pays où le **niveau de mise en œuvre** -"élevé" et "moyen" – de **politiques** de **renforcement** des infrastructures est **le plus élevé**, suivie par l'Irlande (voir figure 1b).

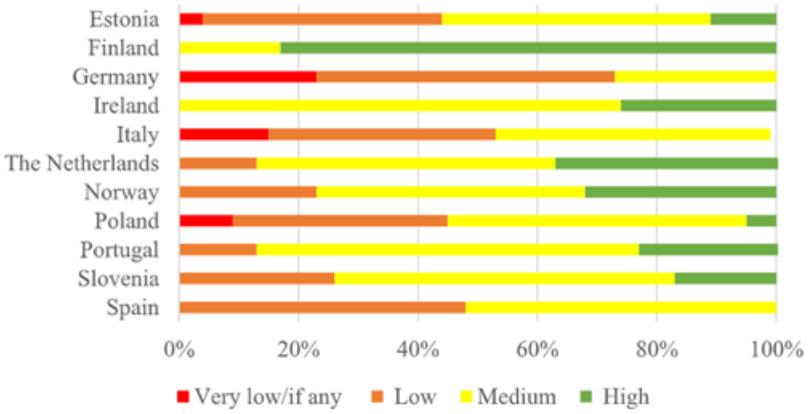


Figure 1b: Proportion d'indicateurs des politiques de renforcement des infrastructures dont la mise en œuvre est « très faible, voire nulle », « faible », « moyenne » ou « élevée » dans chaque pays étudié par rapport aux bonnes pratiques internationales (Pineda, 2022).

Politiques	Finlande	Portugal

Composition des aliments	Décret du ministère de l'Agriculture et de la Forêt : "Déclarer la teneur en sel de certains aliments" (10/2014) Objectif : aider le secteur alimentaire et la conception de produits alimentaires industriels à atteindre les principaux objectifs des recommandations nutritionnelles	Engagement renforcé signé en mai 2019 entre la Direction générale de la santé, l'Institut national de la santé, l'Association portugaise des entreprises du secteur de la distribution et la Fédération de l'industrie agroalimentaire portugaise Objectif : reformuler la teneur en sel, en sucre et en acides gras trans de divers produits alimentaires.
Marketing alimentaire		Loi N° 30/2019 du 23 avril Objectif : Restrictions de la publicité auprès enfants (<16 ans) d'aliments malsains dans les écoles, les aires de jeux publiques…
Prix des denrées alimentaires		Taxe douanière sur les boissons contenant des sucres ajoutés ou d'autres édulcorants (février 2017) avec une révision par la loi n° 71/2018 du 31 décembre – Budget de l'État pour 2019.
Approvisionnement en denrées alimentaires	Lignes directrices nationales en matière de nutrition définies pour plusieurs groupes de population	Législation sur la distribution de denrées alimentaires dans les écoles et dans les établissements de santé

Tableau 1 : Exemples de politiques mises en œuvre à un niveau élevé en Finlande et au Portugal

Quatre actions prioritaires pour créer des environnements alimentaires plus sains

De nombreux programmes déployés au cours des dernières années – tels que la stratégie "de la ferme à l'assiette" et le plan d'action de l'Union Européenne contre l'obésité infantile 2014-2020 – soulignent la **nécessité d'élaborer des politiques alimentaires plus ambitieuses** pour atteindre les objectifs mondiaux en matière de **nutrition**.

Pour la **majorité des pays** inclus dans cette étude, les différentes **actions recommandées** concernent notamment les **politiques d'approvisionnement en denrées alimentaires**. Si les experts de chaque pays ont explicitement formulé et **hiérarchisé** des actions visant à **améliorer l'environnement alimentaire** et la **santé publique,** cette étude met en évidence certains **points communs** et **identifie les principales actions politiques** qui devraient être **envisagées collectivement** :

Amélioration de l'environnement alimentaire dans les écoles

Les experts de 6 pays européens ont spécifiquement souligné la **nécessité d'introduire dans les programmes d'enseignement des matières liées à la nutrition et à l'alimentation**, ainsi que de proposer des **repas scolaires sains**. De même, l'importance de la **réglementation** et du **contrôle** de **l'approvisionnement** en denrées alimentaires sont soulignés.

2. Système d'étiquetage en face avant des emballages et règlementation des aliments transformés

Selon les experts de Pologne, d'Espagne et de Finlande, un **étiquetage précis sur la face** avant des produits emballés est **nécessaire** pour **mieux informer les consommateurs** sur la **qualité nutritionnelle** des produits.

Par ailleurs, les experts des Pays-Bas, d'Espagne, d'Italie et du Portugal **insistent** sur la **nécessité** d'agir sur la **composition des aliments,** notamment sur la **reformulation** des **produits ultra-transformés**, à forte densité énergétique et pauvres en nutriments – en éliminant par exemple les acides gras trans.

3. Taxation des aliments et boissons de mauvaise qualité nutritionnelle et subvention pour les fruits et légumes

Les **politiques fiscales** étant considérées comme un **axe prioritaire et réalisable**, les experts recommandent **d'augmenter** le **montant** des taxes, de **taxer les aliments ultra-transformés** (en complément des taxes portant sur les boissons sucrées) et d'affecter les **recettes fiscales** à des **investissements** pour la **santé publique**. Les experts irlandais recommandent également de **subventionner les aliments sains** – comme les fruits et légumes – afin d'**encourager les habitudes alimentaires saines.**

4. Restriction sur la commercialisation d'aliments malsains à destination des enfants

La majorité des pays considèrent **l'interdiction** de la **commercialisation d'aliments malsains** auprès des **enfants** comme une **priorité**. En effet, **l'impact positif de** cette mesure a été observé à Québec, où les **taux d'obésité infantile** sont **plus faibles** que dans d'autres villes du Canada.

Renforcement des infrastructures : la nécessité d'une collaboration étroite entre les parties prenantes

Afin de **renforcer** les **infrastructures**, les experts des différents pays recommandent de :

- **Faire preuve de leadership et d'engagement en matière de prévention** de **l'obésité** et de **politiques de santé publique** (Irlande, Portugal, Norvège) ;
- **Allouer des fonds et des ressources** pour instaurer une **éducation nutritionnelle** (Allemagne, Norvège, Pologne) ;
- Proposer des **campagnes** et des **supports au grand public** (Estonie),
- **Rembourser** les **consultations** auprès des **diététiciens** (Pologne) ;
- Intégrer un **programme d'alimentation saine** dans les **services de soins de santé primaire** (Portugal).

Il est également **nécessaire** de **favoriser** la **collaboration** et le **transfert de connaissances** entre le **gouvernement**, la **société civile** et les **experts** en **santé publique**, et de **soutenir** les **autorités locales**.

Basé sur : Pineda E et al. Policy implementation and priorities to create healthy food environments using the Healthy Food Environment Policy Index (Food-EPI): A pooled level analysis across eleven European countries. Lancet Reg Health Eur. 2022 Nov 16; 23:100522.

Méthodologie

- Pour évaluer le niveau de mise en œuvre des politiques en matière d'infrastructures et d'environnement alimentaire dans 11 pays européens, l'indice de politique d'environnement alimentaire sain – développé par INFORMAS – (Food-EPI) a été utilisé.
- L'outil Food-EPI comprend :

  – 7 indicateurs politiques qui couvrent des aspects clés des environnements alimentaires : composition des aliments, étiquetage, promotion des aliments, prix, approvisionnement, vente au détail et commerce et investissement dans le secteur alimentaire ;
  – 6 indicateurs liés au renforcement des infrastructures : leadership, gouvernance, financement et ressources, suivi et données, plateformes d'interaction et santé.
- Dans chaque pays, des données sur la mise en œuvre de l'environnement alimentaire ont été rassemblées et validées par des représentants du gouvernement. Des experts nationaux ont évalué la mise en œuvre des politiques et ont identifié des actions prioritaires.
- Une échelle de Likert en cinq points a été utilisée pour évaluer la mise en œuvre des politiques : 1 = 0-20 % de mise en œuvre (= très faible), 2 = 20-40 % de mise en œuvre (= faible), 3 = 40-60 % de mise en œuvre (= moyenne), 4 = 60-80 % de mise en œuvre (= moyenne) et 5 = 80-100 % de mise en œuvre (= élevée).

Messages clés

- Les experts nationaux des pays européens ayant participé à cette étude considèrent que les politiques relatives à l'offre alimentaire, la promotion, la vente au détail, au contrôle du financement et à la santé constituent les enjeux les plus importants des politiques.
- En ce qui concerne la transition des systèmes alimentaires, il est urgent de mettre en œuvre des politiques et de renforcer les infrastructures priorisant des environnements alimentaires sains afin de lutter contre le fardeau de l'obésité et des maladies non transmissibles liées à l'alimentation en Europe.
- Pour prévenir l'obésité et les maladies non transmissibles, il est nécessaire de se concentrer sur les populations vulnérables, notamment les enfants et les personnes défavorisées.

Références

Eurostat. Over Half of Adults in the EU are Overweight 2021

Commission E. Cost of Non-Communicable Diseases in the EU. 2018. https://knowledge4policy.ec.europa.eu/health-promotion-knowl- edge-gateway/cost-non-communicable-diseases-eu_en.

Backholer KBeauchamp A, Ball K, et al. A framework for evaluating the impact of obesity prevention strategies on socioeconomic inequalities in weight. Am J Public Health. 2014;104 (10):e43–e50.

Harrington JM LC, Twohig CH, Vandevijvere S, for the Food-EPI Project Team. Policies for Tackling Obesity and Creating Healthier Food Environments in Ireland: Food-EPI 2020. Current Policies & Priority Actions. Ireland: Cork, School of Public Health, University College Cork; 2020.

Hawkes C, Jewell J, Allen K. A food policy package for healthy diets and the prevention of obesity and diet-related non-communicable diseases: the NOURISHING framework. Obes Rev. 2013;14(S2):159–168

BRÉSIL : LE PROGRAMME POUR UNE ÉCOLE DURABLE PERMETTRAIT DE RÉDUIRE SIGNIFICATIVEMENT LES ÉMISSIONS DE GAZ À EFFET DE SERRE

Alors que plus d'un quart des émissions de gaz à effet de serre sont issues des systèmes alimentaires, il est nécessaire de les faire évoluer vers plus de durabilité. Pour répondre à ces enjeux, le programme brésilien pour une école durable – visant à intégrer la durabilité dans l'élaboration des repas scolaires – a été proposé en 2018 auprès de 32 000 élèves et étudiants. Une étude récente a évalué les potentiels avantages environnementaux, ainsi l'impact nutritionnel associés. D'après ce travail, les menus retravaillés présentent un profil nutritionnel globalement similaire aux menus habituels mais permettent une réduction significative des émissions de gaz à effet de serre.

Face au **changement climatique**, les efforts actuels visent à **diminuer l'impact de l'activité humaine**. A cette fin, des données récentes suggèrent que la **modification** des **régimes alimentaires** est une **mesure clé** pour **réduire** les **émissions de gaz à effet de serre** (Springmann, 2018). Dans ce but, les **écoles** constituent un **lieu intéressant** puisqu'elles permettent d'**atteindre une population importante** et d'**induire des changements de comportement sur le long terme** (Sidaner, 2013).

Au Brésil, le **programme national d'alimentation scolaire** constitue l'une des **politiques publiques les plus anciennes**. Crée en 2014 pour lutter contre la faim et la malnutrition, les **objectifs** de ce programme nécessitent toutefois d'être **réexaminés** afin de **répondre aux défis actuels** liés au **changement climatique**. Face à ces enjeux, un nouveau programme pour une **école durable** a été élaboré.

Visant à **améliorer la qualité des repas scolaires** en y **intégrant** la **durabilité**, ce programme a été mis en place dans 155 écoles de 4 municipalités de la province de Bahia, touchant ainsi **plus de 32 000 élève**s. Pour cela, le programme proposait une **refonte** des **menus habituels** et une **adoption progressive** de **menus durables** constitués, de préférence, d'ingrédients d'**origine végétale** (voir méthodologie). Une étude récente (**Kluczkovski, 2022**) a évalué l'**impact environnemental** et la **pertinence nutritionnelle** de ce dispositif.

Des menus nutritionnellement équivalents mais encore trop transformés

D’après ce travail, le **profil nutritionnel** des **menus habituels** et des **menus durables** est **sensiblement équivalent**. En crèche et en école maternelle, les seules **différences statistiquement significatives** concernent les **apports en fer**, le **menu durable** présentant des **teneurs plus élevées**. Dans les écoles élémentaires, les établissements secondaires et autres établissements de formation supérieure, le **menu durable** présente des **teneurs significativement plus importantes en magnésium**. Tous âges confondus, les **apports en calcium** et en **cholestérol** étaient **significativement plus élevés** dans le **menu habituel**.

En ce qui concerne le **degré de transformation** des repas, le **menu durable** proposé en crèche et en maternelle présente un **apport calorique plus élevé** en **aliments transformés** et **ultra-transformés** et **plus faible en aliments non transformés** que le menu habituel. Ce résultat était **escompté** car **certains aliments** du menu habituel comme la viande, les produits laitiers et les œufs ont été **substitués** par du soja et des cacahuètes, **riches en protéines** mais **plus faibles en calories**. Cette substitution **réduit automatiquement** le **pourcentage** de **calories** provenant d’**aliments non transformés** et **augmente la participation calorique** des **autres groupes alimentaire**s.

Dans les écoles élémentaires et les autres établissements de formation supérieure, on observe l’**inverse** où le **menu durable** présente un **apport calorique plus élevé** en **aliments non-transformés** et **plus faible** en **produits transformés** et **ultra-transformés**.

> Toutefois, il convient de souligner que les deux menus étudiés sont constitués à plus de 58% d’aliments ultra-transformés.
>
> **Kluczkovski, 2022**

L’adoption d’un menu durable permettrait de réduire jusqu’à 17% les émissions de gaz à effet de serre

Pour les deux tranches d’âge étudiées, les **émissions globales de gaz à effet de serre** des **menus durables** étaient **inférieures** à celles des **menus habituels**. De plus, la quantité totale d’émissions de gaz à effet de serre semble **diminuer** avec la **mise en place de menus durables**. En effet, l’**adoption** d’un **menu durable 4 jours par semaine** permettrait de **réduire les émissions de gaz à effet de serre** :

- De **400kg CO2/an à 240kg CO2/an** pour les menus proposés en crèche et en écoles maternelles ;
- De **242kg CO2/an à 132 kg CO2/an** pour les menus proposés en écoles élémentaires et dans les établissements secondaires.

Enfin, ce travail démontre que **passer du menu habituel 4 jours par semaine à deux jours par semaine** a permis de **réduire de 15% les émissions de gaz à effet de serre** pour les **crèches** et **écoles maternelles** et de **17%** pour les **autres groupes scolaires**. En **augmentant** la **part** de **menus durables** dans les cantines, cette **réduction** pourrait atteindre **40 à 45%** selon les groupes scolaires.

Une initiative qui pourrait inspirer les politiques publiques dans d’autres régions du monde

En tant que **première tentative** de **calcul** de l’**impact des menus scolaires** sur le **climat**, cette étude démontre que l’**adoption de menus durables** représente une **stratégie efficace** pour **réduire les émissions de gaz à effet de serre** tout en **améliorant la qualité des apport nutritionnels**.

Les résultats de ce travail fournissent une **base solide** pour la **mise en œuvre** et le choix de **stratégies durables efficaces**. Cette étude fournit également aux **restaurateurs** et aux **décideurs politiques** des **informations** sur la manière d’adapter et de modifier les menus, ainsi que sur les **programmes éducatifs** à mettre en place pour **réduire l’impact** de l’**alimentation** sur le **climat**.

Cette étude constitue un projet pilote qui pourrait être transposé dans d’autres régions du Brésil ainsi que dans d’autres pays du monde.

Basé sur : Kluczkovski A, et al. An Environmental and Nutritional Evaluation of School Food Menus in Bahia, Brazil That Contribute to Local Public Policy to Promote Sustainability. Nutrients. 2022 Apr 6;14(7):1519.

Méthodologie

- Les menus ont été analysés séparément en fonction des groupes scolaires :

  – Groupe 1 : crèches et écoles maternelles (enfants âgés de 0 à 5 ans)
  – Groupe 2 : écoles élémentaires et établissements secondaires (enfants âgés de plus de 6 ans)

- Les menus ont été définis sur la base d'un échantillon composé des 15 repas les plus consommés pour le groupe 1 et des 10 repas les plus consommés pour le groupe 2.
- Le menu habituel était constitué d'aliments d'origine animale et adopté 3 fois par semaine. Le menu durable était composé exclusivement d'aliments d'origine végétale et mis en œuvre 2 fois par semaine.
- La composition nutritionnelle a été déterminée à l'aide du logiciel en ligne Dietbox®, en utilisant la table de composition des aliments de l'Institut brésilien de géographie et de statistique.
- Le degré de transformation des aliments a été évalué à l'aide de la classification NOVA.
- Les impacts environnementaux ont été analysés à l'aide de deux bases de données : Garzillo et al. et Poore & Nemecek.

Messages clés

- Les menus habituels et durables sont équivalents en termes d'apports en nutriments, à l'exception du calcium, du fer, du magnésium et du cholestérol.
- Les menus durables ont permis de réduire les émissions de gaz à effet de serre jusqu'à 17 % en fonction du groupe scolaire étudié.
- Le programme pour une école durable démontre qu'il est possible de réduire de manière substantielle l'impact des menus scolaires sur le climat et peut servir d'inspiration pour d'autres régions du Brésil et d'autres pays.

Références

Crippa M, et al. Food systems are responsible for a third of global anthropogenic GHG emissions. Nat Food. 2021 Mar;2(3):198-209.

Swinburn BA, et al. The Global Syndemic of Obesity, Undernutrition, and Climate Change: The Lancet Commission report. Lancet. 2019 Feb 23;393(10173):791-846.

Global Nutrition Report: Action on Equity to End Malnutrition. Development Initiatives; Bristol, UK: 2020.

FAO. The State of Food and Agriculture 2016: Climate Change, Agriculture and Food Security. Food and Agriculture Organization of the United Nations; Rome, Italy: 2017. 9789251093740.

Pérez-Escamilla R. Food Security and the 2015-2030 Sustainable Development Goals: From Human to Planetary Health: Perspectives and Opinions. Curr Dev Nutr. 2017 Jun 20;1(7):e000513.

Sidaner E, et al. The Brazilian school feeding programme: an example of an integrated programme in support of food and nutrition security. Public Health Nutr. 2013 Jun;16(6):989-94.

Brasil Portal Brasileiro de Dados Abertos. Alunos Atendidos pelo PNAE. [(accessed on 13 January 2022)]; Available online: https://dados.gov.br/dataset/alunos-atendidos-pelo-pnae-2014

Garzillo J.M.F., et al. Footprints of Foods and Culinary Preparations Consumed in Brazil. Faculdade de Saúde Pública da USP; São Paulo, Brazil: 2020.

Poore J, Nemecek T. Reducing food’s environmental impacts through producers and consumers. Science. 2018 Jun 1;360(6392):987-992.

PROFILS NUTRITIONNELS : UNE APPROCHE HOLISTIQUE POUR MIEUX ORIENTER LES POLITIQUES PUBLIQUES

Une alimentation de mauvaise qualité nutritionnelle constitue un facteur de risque majeur pour les maladies chroniques. Afin de limiter leur progression, les politiques publiques mettent en œuvre des mesures – tel que l'emballage en face avant des aliments – visant à mieux informer les consommateurs. Basé sur des systèmes de profils nutritionnels, le recours à de tels outils comporte toutefois des limites et ne permettrait qu'une évaluation partielle de la qualité des aliments. Pour y pallier, une étude récente présente une nouvelle approche combinant le profilage nutritionnel et le degré de transformation des aliments. Ce nouveau modèle permettrait notamment de garantir aux consommateurs un étiquetage précis, synthétique, et innovant.

Afin d'**améliorer** la **qualité des régimes alimentaire**s, les décideurs politiques ont de plus en plus recours aux **systèmes de profils nutritionnels**. Permettant d'**évaluer** le **potentiel santé des aliments**, ces outils ont notamment contribué à l'**élaboration de politiques publiques** tels que la restriction du marketing alimentaire, l'étiquetage en face avant des emballages, ainsi que la règlementation des allégations de santé (OMS, 2013 ; OMS, 2016 ; Fond mondial de recherche sur le cancer, 2017).

Des données récentes suggèrent néanmoins que les **systèmes actuels** – tels que le **Nutri-Score** et la **classification NOVA** – ne permettent d'**évaluer** que de **façon binaire** la **qualité** des aliments (Monteiro, 2009 ; Dickie, 2020 ; Romero Ferreiro, 2021). Dans une étude récente (Dickie, 2023), une équipe d'experts australiens a présenté une **nouvelle approche plus globale**, combinant **profil nutritionnel** et **niveau de transformation des aliments**.

Les systèmes de profils nutritionnels actuels ne fournissent qu'un aperçu partiel du potentiel santé des aliments

Il existe une **grande diversité** de systèmes de profilage, généralement classés en 3 **grandes catégories** (Dickie S, 2022) selon qu'ils sont basés sur :

- les **nutriments** ;
- les **aliments** ;

- le **régime alimentaire**.

Ces méthodes utilisent différents algorithmes basés sur la **teneur** en **nutriments** et/ou les objectifs de **transformation industrielle** – ajout d'additif, degré de transformation – et ne fournissent ainsi qu'un **aperçu partiel** de la **valeur santé** des aliments. Par ailleurs, les systèmes existants interprètent de **manière binaire et stricte** la notion de « **mauvais pour la santé** » et procèdent rarement à une **évaluation exhaustive** des aliments, notamment en ce qui concerne le **degré de transformation** (Monteiro C, 2008).

Ainsi, les auteurs considèrent qu'il est nécessaire d'**améliorer les modèles existants** afin de fournir une **meilleure information aux consommateurs**. Cette étude suggère notamment qu'une **approche holistique "descendante"**, comprenant dans un premier temps l'**évaluation du degré de transformation**, puis la **définition des seuils supérieurs de nutriments à risque**, représente une piste intéressante d'amélioration.

Modèle australien : une approche combinant l'évaluation du degré de transformation et la composition nutritionnelle

Dans cette optique, les experts australiens ont proposé un **nouveau système de classification** basé sur le **degré de transformation des aliments**. Reposant sur une **approche binaire simple**, ce système se veut toutefois **plus complexe** que ses homologues qui ne tiennent pas compte des potentiels synergies et/ou antagonismes et se basent uniquement sur le degré de transformation.

Le modèle proposé combine une évaluation du **degré de transformation** – en accord avec le système de classification NOVA – et de la **composition nutritionnelle**. La **pertinence** de ce modèle a été **évaluée** par le biais d'un classement d'aliments et de boissons issues de l'offre alimentaire australienne. Les résultats ont ensuite été comparés aux résultats des outils existants, conformément à la méthode de validation scientifique dédiée (Cooper S, 2016 ; Mozaffarian D, 2021). À titre d'exemple, le modèle proposé a classé la **majorité des produits alimentaires** dans les catégories associées du système NOVA, avec une **concordance d'environ 90 %**. De même, une **proportion importante d'aliments** associés à des **effets positifs sur la santé** – fruits, légumes, œufs – ont été classés comme sains. A l'inverse, la **majorité** des **produits** associés à des **effets négatifs** ont été **classés** comme malsains.

Ces résultats sont **conformes** à la plupart des **recommandations alimentaires nationales** (Herforth A, 2019) et soulignent la **nécessité d'adopter une approche plus globale** des **systèmes de profilage nutritionnel**, tenant compte de toutes les dimensions de la nutrition : les nutriments et leurs seuils et les marqueurs d'ultra-transformation. La **connaissance** de tels **marqueurs** est nécessaire et doit être mise à jour pour **garantir la stabilité du modèle**, impliquant la **transparence** et un **partenariat** avec les **industries alimentaires.**

Un outil pertinent pour guider les politiques publiques

Conçu pour **guider** les **politiques publiques**, ce nouveau système **tient** également **compte** de certaines **limites** identifiées dans les méthodes existantes. Il s'agit notamment de la **classification** parfois **ambiguë** de certaines catégories d'aliments ainsi que l'**évaluation biaisée de nutriments** comme les matières grasses totales, qui **pénalise** par exemple les aliments complets.

Les résultats de ce travail démontrent qu'un tel modèle – bien que perfectible – peut s'avérer **utile** pour les **consommateurs** au travers d'un **étiquetage en face avant simple à comprendre**. En effet, en proposant comme première étape une **évaluation du degré de transformation des aliments**, ce système peut **limiter la promotion d'aliments ultra- transformés** et garantir qu'ils soient **conformes à la règlementation.**

Ainsi, le système proposé pourrait constituer une **alternative pertinente** pour déterminer le **potentiel santé** de différents aliments à des **fins politiques.**

Basé sur : Dickie S, & al. A novel food-processing-based nutrition classification scheme for guiding policy actions applied to the Australian Food Supply. Frontiers in Nutrition, 20 january 2023.

Méthodologie

- Conception de deux modèles basés sur les sept modèles techniques des systèmes existant : niveau de transformation, identification de catégories d'aliments spécifiques considérées comme saines ou malsaines, teneur en nutriments des aliments du groupe 3 de la NOVA, substitution d'ingrédients transformés, évaluation des nutriments ajoutés, ajustement spécifique pour les nutriments à risque ou ajustements spécifiques pour les seuils supérieurs.
- Utilisation d'une association de bases de données de 2011 à 2019.
- Tous les aliments et boissons (n = 7 322) issus d'un ensemble de données combinant la base de données australienne sur la composition des aliments (AUSNUT 2011-2013) et la base de données mondiale sur les nouveaux produits de Mintel (2014-2019) ont été classés à l'aide des deux modèles.

Messages clés

- Il est nécessaire de remodéliser les systèmes de profilage nutritionnel actuels pour qu'ils soient adaptés aux actions politiques et harmonisés au niveau international.
- Un système de classification combinant une évaluation du degré de transformation et une classification des nutriments montre une concordance substantielle avec la classification NOVA et constitue ainsi une alternative pertinente aux modèles existants.

Références

Monteiro C, & al. Ultra-processed foods, diet quality and health using the NOVA classification system. FAO, 2019.

Monteiro C., &al. All the harmful effects ofultra-processed foods are not captured by the nutrient profiling. Public Health Nutrition, 2009.

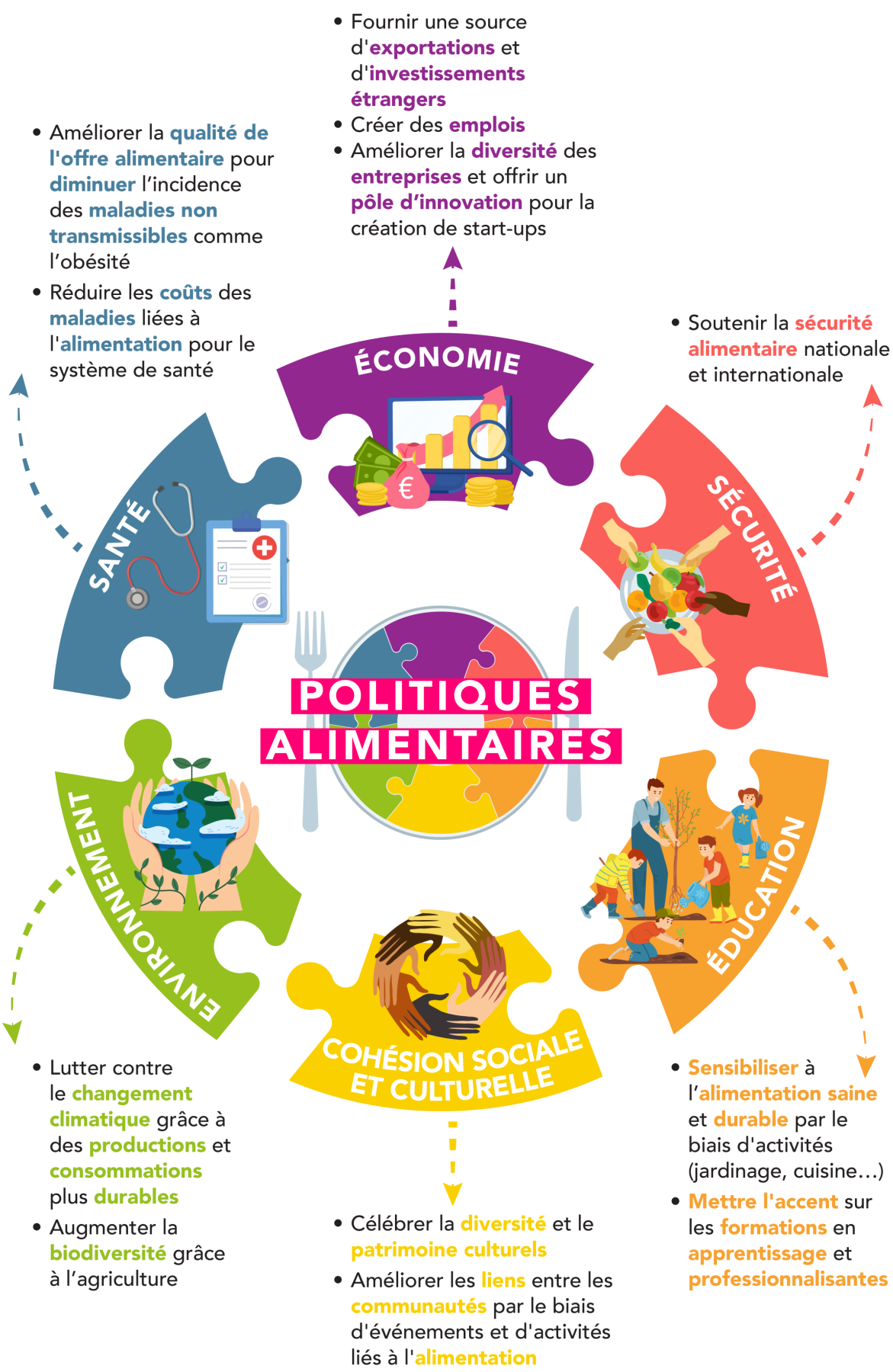
Dickie S., &al. Nutrition classification scheme for informing nutrition policy in Australia nutrition-based, food-based, or Dietary based ? Curry dev Nutr. 2022

Poon T., &al. Comparison of nutrient profiling models for assessing the nutritional quality of foods : a validation study. Br J Nutr 2018

Cooper S, &al. Construct the criterion-related validation of nutrient profiling models : a systematic review of literature. Appetite, 2016.

INFOGRAPHIE – POLITIQUES ALIMENTAIRES : UNE OPPORTUNITÉ POUR RELEVER DE NOMBREUX DÉFIS

Les **systèmes alimentaires** sont au cœur de **défis majeurs** auxquels notre société est actuellement confrontée. Afin d'y répondre, le rôle **des politiques publiques** suscite de plus en plus d'intérêt. En effet, ces politiques s'étendent sur un **réseau complexe d'institutions**, impliquent des **leviers variés** et peuvent intervenir à **différentes échelles,** allant du **local** au **global**. Collectivement, les politiques alimentaires influencent notre **alimentation** et notre **santé**, notre **mode de vie** et nos **communautés**, ainsi que l'environnement et le climat, aujourd'hui et pour les générations futures. L'adoption d'une **approche intégrée** des politiques alimentaires permettrait de renforcer la **contribution de l'alimentation** à la résolution des **défis sanitaires**, **environnementaux, économiques et sociaux** de notre époque.


• Fournir une source d'exportations et d'investissements étrangers
• Créer des emplois
• Améliorer la diversité des entreprises et offrir un pôle d'innovation pour la création de start-ups
ÉCONOMIE
• Améliorer la qualité de l'offre alimentaire pour diminuer l'incidence des maladies non transmissibles comme l'obésité
• Réduire les coûts des maladies liées à l'alimentation pour le système de santé
SANTÉ
• Soutenir la sécurité alimentaire nationale et internationale
SÉCURITÉ
POLITIQUES ALIMENTAIRES
ENVIRONNEMENT
• Lutter contre le changement climatique grâce à des productions et consommations plus durables
• Augmenter la biodiversité grâce à l'agriculture
COHÉSION SOCIALE ET CULTURELLE
• Célébrer la diversité et le patrimoine culturels
• Améliorer les liens entre les communautés par le biais d'événements et d'activités liés à l'alimentation
ÉDUCATION
• Sensibiliser à l'alimentation saine et durable par le biais d'activités (jardinage, cuisine…)
• Mettre l'accent sur les formations en apprentissage et professionnalisantes

Sources

Hawkes C, Parsons K. Brief 1. Tackling Food System Challenges: The Role of Food Policy. In: Rethinking Food Policy: A Fresh Approach to Policy and Practice. London: Centre for Food Policy, 2019.

Parsons K, Hawkes C. Brief 4 : Embedding Food Policies. In: Rethinking Food Policy: A Fresh Approach to Policy and Practice. London: Centre for Food Policy, 2019.

AVIS D'EXPERT – POLITIQUES PUBLIQUES POUR UNE ALIMENTATION SAINE ET RICHE EN FRUITS ET LÉGUMES – 2 QUESTIONS À LOUIS GEORGES SOLER

Louis-Georges Soler
Economiste et spécialiste des filières agricoles et agroalimentaire -INRAE)

A PROPOS DE L'AUTEUR

Louis-Georges Soler est, depuis 2018, directeur scientifique adjoint « Alimentation et bioéconomie » à l'INRAe. Il est économiste et spécialiste des filières agricoles et agroalimentaires. Au cours des dernières années, il a participé à de nombreux projets de recherche aux niveaux national et européen sur les déterminants de la consommation alimentaire, les comportements des entreprises et des filières en matière de qualité et de sécurité des aliments, et l'évaluation des politiques publiques dans les domaines de l'alimentation, de la santé et de l'environnement.

VRAI OU FAUX ?

QUESTION 1

Informer la population sur l'équilibre alimentaire suffit pour induire des changements de comportements alimentaires ?

Faux

Au niveau international, les études sur les **campagnes d'information** visant à **promouvoir la consommation de fruits et légumes** montrent en général des **effets relativement faibles à court terme** sur le **changement** de **comportements alimentaires.** Toutefois, ces **campagnes sont justifiées** pour au moins deux raisons. D'une part, elles participent à l'**évolution progressive** des normes sociales, susceptible de favoriser des changements à **plus long terme** dans les **modes de consommation**. Ainsi, les sociologues observent que les repères de consommation de fruits et légumes font moins l'objet d'oppositions ou de rejet qu'il y a une quinzaine d'années, en particulier au sein des classes populaires.

D'autre part, ces **campagnes** sont généralement jugées comme **rentables** d'un point de vue coût/efficacité. En effet, même si l'**effet direct** à court terme est **faible**, **les gains liés aux bénéfices pour la santé qui en découlent** (NDLR prévention des maladies chroniques et de leur impacts) sont **supérieurs aux coûts** des campagnes d'information (Irz, 2015).

Modifier les comportements alimentaires est un objectif **difficile à atteindre. L'information n'est jamais suffisante pour y parvenir.** Cela demande de **jouer simultanément sur de nombreuses composantes**, y compris du côté de **l'offre** en rendant notamment les produits plus disponibles et accessibles dans l'ensemble de l'environnement alimentaire.

QUESTION 2

La mise en place de subventions pour les fruits et légumes est une stratégie efficace pour augmenter leur consommation

Vrai & Faux

Afin de **prévenir** l'apparition de certaines **maladies** liées à l'alimentation (obésité, maladies cardiovasculaires, diabète de type 2…), l'Organisation Mondiale de la Santé recommande la mise en œuvre de **politiques fiscales** telles que des **subventions** pour les fruits et légumes, combinées à la **taxation d'aliments riches en sucre, sel, graisses saturées et des boissons sucrées** (OMS, 2022). Des actions ciblées sur les populations défavorisées peuvent également viser à **soutenir** la **consommation** de fruits et légumes au travers de coupons et de bons d'achats (Buscail, 2018).

De la même façon que pour les campagnes d'information, ces politiques fiscales ont des **effets** qui vont dans le **bon sens** d'un point de vue **nutritionnel**. Une analyse récente du World Cancer Research Fund International menée sur 30 pays européens a mis en exergue certaines **priorités** pour les politiques, notamment l'**utilisation d'outils économiques** pour aborder la question de **l'accessibilité** des aliments et des **incitations à l'achat** telles que les **subventions pour les aliments sains** (WCRF, 2023). Toutefois, les **effets** sont là aussi généralement **assez modestes.** Les **achats alimentaires** sont **sensibles aux prix,** mais sont aussi déterminés par des **facteurs plus rigides,** comme les **préférences sensorielles**, les **habitudes alimentaires**, qui n'évoluent que sur le long terme.

L'environnement alimentaire, au-delà du prix, est aussi un **déterminant majeur.** L'étude des **actions ciblées** sur des populations **défavorisées** montrent que, pour être **efficace**, la mise en place de telles **subventions** doit être **accompagnée** par **d'autres dispositifs,** basés notamment sur **l'accompagnement** (pratiques culinaires).

L'évolution de l'**offre alimentaire** à l'école et en **restauration collective** peut aussi être un **support de changement.**

EN PRATIQUE : 10 CONSEILS POUR ATTEINDRE FACILEMENT LES RECOMMANDATIONS NUTRITIONNELLES DU PNNS

Au cours des vingt dernières années, la mise en place d'une politique nutritionnelle est apparue, comme une priorité de santé publique. Adopter une alimentation saine au quotidien, combinée à une activité physique régulière sont en effet des facteurs de prévention de plusieurs maladies non transmissibles (maladies cardiovasculaires, cancers, ou le diabète de type 2). Depuis 2001, le Programme national nutrition santé (PNNS) a ainsi pour objectif l'amélioration de l'état de santé de la population française en agissant sur l'un de ses déterminants majeurs : la nutrition. Le PNNS 4 (2019-2023) encourage la population générale à améliorer ses habitudes alimentaires de manière progressive suivant 3 notions : « Augmenter », « Aller vers » et « Réduire ». Voici 10 astuces pour atteindre facilement les recommandations issues du dernier PNNS.

Augmenter

1 **Sa consommation de fruits et légumes**

Grâce notamment à leurs teneurs intéressantes en eau, fibres, vitamines et minéraux, les fruits et légumes ont un **rôle protecteur vis à vis de nombreuses maladies** non transmissibles. Dans l'idéal l'objectif est de de consommer au moins 5 portions (80 à 100g) de fruits et légumes par jour. Cela peut être exemple : un jus d'orange au petit déjeuner, une pomme en collation, un bol de carottes râpées et une portion de haricots verts au déjeuner et une soupe de légumes au dîner et le tour est joué. Si la marche vous parait trop haute, gardez en tête que chaque portion en plus est bénéfique pour la santé. La clé est d'**y aller progressivement, chacun à son rythme**, en fonction de ses possibilités.

2 Ses apports en légumineuses

Les légumineuses sont naturellement riches en fibres, la recommandation est d'en consommer au moins **deux fois par semaine** : lentilles, pois chiches, haricots blancs, ou rouges ... Vous avez l'embarras du choix. Pour les intégrer plus facilement dans votre alimentation, certaines recettes sont simples et délicieuses. Pourquoi ne pas tester lors d'un prochain repas un houmous de pois chiche, un chili con carne, ou bien encore un dahl de lentilles corail ?

3 Son activité physique

Il est recommandé de pratiquer au minimum 30 min d'activité physique dynamique par jour. L'important est de trouver une activité adaptée à vos goûts et envies : danse, marche, vélo, bricolage, jardinage... De plus, bouger n'est pas forcément synonyme de sport. **Se déplacer autant que possible à pied** est un moyen simple d'être plus actif. Aller chercher le pain, faire le tour du pâté de maison pour passer ses appels, emmener les enfants à l'école... Tous les petits gestes du quotidien peuvent être une occasion de bouger plus.

Aller vers

4 Les céréales complètes

Les céréales complètes sont à privilégier car les **fibres** qu'elles contiennent jouent un rôle essentiel sur notre santé elles contribuent aux : contrôle de la glycémie, diminution du cholestérol sanguin, santé digestive, effet de rassasiement pendant le repas, augmentation de la sensation de satiété...
Pain aux céréales ou au levain, pâtes, farine ou riz complètes ou semi-complètes, il existe de nombreuses alternatives que vous pouvez trouver facilement en magasin et intégrer dans vos recettes préférées.

5 Le poisson

L'idéal est de consommer **deux portions de poisson par semaine dont un poisson gras** (maquereau, sardines, saumon...). Le poisson contient des protéines, du fer mais également de bons lipides comme les omégas, essentiels au bon fonctionnement de notre organisme. Pour atteindre ces recommandations facilement, il existe des repas simples, délicieux et à petits prix : tartinades de sardines, truite en papillote, salade de riz et thon, salade de pommes de terre aux anchois.

6 Huile de colza, noix et huile d'olive

Pour vos apports en matières grasses, certaines huiles végétales sont particulièrement recommandées (en alternance) dans vos assiettes : huiles de colza et noix riches en oméga 3 et d'olive riche en omega 9. Les acides-gras oméga 3 sont essentiels car ils participent notamment à la bonne santé cardio-vasculaire, mais aussi de la rétine et du cerveau. L'objectif ? Intégrer à chaque repas **une cuillère à soupe d'huile végétale** et réserver de préférence le beurre pour les tartines du petit déjeuner.

7 Les produits laitiers (yaourt, lait, fromage)

Les produits laitiers apportent notamment à notre organisme du calcium, essentiel à la formation des os et des dents. Il est ainsi recommandé d'en manger **deux par jour**. Pour les intégrer au quotidien, pensez par exemple à ajouter du fromage (râpé, fromage de chèvre...) dans vos quiches et tartes, ou encore de mélanger un fromage blanc à votre bol de muesli du matin..

Réduire

8 Réduire la viande : porc, bœuf, agneau, abats

Pour votre consommation de viande, il est conseillé de **privilégier la volaille** et de **limiter la quantité d'autres viandes** (porc, bœuf, veau, mouton, agneau, abats) **à 500g par semaine** (soit 3 à 4 steaks). Pour varier vos sources de protéines dans la semaine, pensez à alterner volailles, viandes rouges, poissons, œufs mais aussi légumes secs qui associés à un féculent sont une bonne alternative végétale.

9 Les boissons sucrées et produits ultra-transformés

Pour s'hydrater, l'**eau est la seule boisson recommandée, vous pouvez également alterner avec la tisane, le thé et le café non sucrés (sans excès). Il est recommandé de limiter le plus possible les boissons sucrées type sodas ainsi que les boissons « énergisantes » à un verre maximum par jour.**
Par ailleurs, les produits ultra-transformés souvent trop riches en graisses, sucres et sel sont eux aussi déconseillés. Afin d'éviter d'en consommer en excès, privilégiez si possible le « fait-maison », il vous permettra de connaître et maîtriser les ingrédients contenus dans votre assiette.

10 L'alcool

La consommation d'alcool doit être **limitée à deux verres par jour maximum et pas tous les jours** pour les personnes adultes en bonne santé et hors grossesse. Pour réduire votre consommation, au cours d'un repas, buvez lentement, en alternant avec de l'eau.

En savoir plus

- Nos conseils pratiques pour mieux bouger, mieux manger et mieux dormir : https://www.aprifel.com/fr/article-revue-equation-nutrition/en-pratique-10-conseils-pour-mieux-bouger-mieux-dormir-mieux-manger/

Références

https://www.mangerbouger.fr/l-essentiel/les-recommandations-sur-l-alimentation-l-activite-physique-et-la-sedentarite/aller-vers/aller-vers-les-feculents-complets

https://www.mangerbouger.fr/l-essentiel/les-recommandations-sur-l-alimentation-l-activite-physique-et-la-sedentarite

https://www.mangerbouger.fr/manger-mieux/la-fabrique-a-menus/recettes?diet=ALL&page=1

EN BREF

Découvrez 5 articles récents issus de notre veille scientifique.

En bref

Obésité : une consommation accrue de fruits et légumes est associée à une réduction des marqueurs de l'inflammation et du stress oxydatif

Le stress oxydatif et l'inflammation sont des phénomènes susceptibles de relier l'obésité au diabète. Une étude récente a évalué les effets d'une consommation accrue de fruits et légumes sur ces paramètres. Au total, 965 participants ont été recrutés puis classés en fonction de leur consommation quotidienne de fruits et légumes. Les facteurs de risque métabolique ont ensuite été comparés pour chaque groupe. La consommation accrue de fruits et légumes a été associée à une diminution significative des marqueurs inflammatoires et des marqueurs de stress oxydatif comme les TBARS, ainsi qu'à une augmentation des teneurs en enzymes antioxydantes. Chez les sujets obèses, les bienfaits de cette consommation étaient indépendants des variations du poids corporel et du tour de taille, et sont restés constants au cours du suivi.

Gariballa S, Al-Bluwi GSM, Yasin J. Increased Fruit and Vegetable Consumption Mitigates Oxidative Damage and Associated Inflammatory Response in Obese Subjects Independent of Body Weight Change. Nutrients. 2023 Mar 28;15(7):1638.

Allonger la durée des repas pris en famille augmente la consommation de fruits et légumes chez les enfants

Les repas représentent un cadre propice pour façonner les choix et les préférences alimentaires des enfants. Une étude d'intervention a examiné l'effet de l'allongement de la durée des repas sur la consommation de fruits et légumes chez les enfants. Deux groupes de participants ont été suivis : un groupe contrôle pour lequel la durée de repas était habituelle et un groupe d'intervention pour lequel cette durée s'allongeait de 50%. Les résultats montrent que la consommation de fruits et légumes, ainsi que l'état de satiété étaient significativement plus importants chez les enfants du groupe intervention. De même, le nombre de bouchées par minute était significativement plus faible. Ce travail suggère ainsi qu'augmenter la durée des repas en famille permettrait d'améliorer la qualité de l'alimentation et les comportements alimentaires des enfants.

Dallacker M, Knobl V, Hertwig R, Mata J. Effect of Longer Family Meals on Children's Fruit and Vegetable Intake: A Randomized Clinical Trial. JAMA Netw Open. 2023 Apr 3;6(4):e236331.

Europe : la transition vers des systèmes alimentaires circulaires permettrait de générer de nombreux bénéfices pour la santé humaine et planétaire

Redéfinir les systèmes alimentaires sur la base des principes de circularité permettrait de générer de nombreux bénéfices pour l'environnement. Dans ce contexte, une étude récente a évalué les effets de l'adoption de trois scénarios de production alimentaire sur les systèmes alimentaires en Europe et au Royaume-Uni. D'après ce travail, le deuxième scénario proposé permettrait de réduire de 71% l'utilisation des terres agricoles et de 29 % les émissions de gaz à effet de serre par habitant. En cas de pénurie alimentaire, les économies réalisées sur les terres agricoles permettraient de nourrir 767 millions de personnes supplémentaires en dehors de l'Union Européenne, en augmentant cependant les émissions globales de gaz à effet de serre de 55%. Ce travail démontre que la transition vers des systèmes alimentaires circulaires implique des changements séquentiels entre toutes ses composantes et permettrait de préserver la santé humaine et planétaire

van Zanten, H.H.E., Simon, W., van Selm, B. et al. Circularity in Europe strengthens the sustainability of the global food system. Nat Food 4, 320–330 (2023)

L'adhésion à un régime alimentaire sain et complet est associée à une réduction du risque de fausse couche chez les femmes en âge de procréer

Une revue récente examine les données disponibles sur l'association entre la qualité du régime alimentaire et le risque de fausse couche chez les femmes en âge de procréer. Au total, 20 études ont été inclues dans ce travail. D'après l'analyse des données recueillies, l'adhésion à un régime alimentaire complet constitué d'aliments sains ou présentant un indice élevé d'antioxydants alimentaires est associée à une réduction du risque de fausse couche. En revanche, une alimentation riche en produits ultra-transformés est associée à un risque accru de fausse couche. Les preuves concernant la consommation de viande, de matières grasses et d'édulcorants restent insuffisantes pour établir un lien avec le risque de fausse couche.

Chung Y, Melo P, Pickering O, Dhillon-Smith R, Coomarasamy A, Devall A. The association between dietary patterns and risk of miscarriage: a systematic review and meta-analysis. Fertil Steril. 2023 Apr 13:S0015-0282(23)00296-0.

Alimentation durable : pas de régime idéal, mais un compromis à trouver entre différentes dimensions

Une étude américaine a comparé les émissions de gaz à effet de serre ainsi que le coût et la qualité de l'alimentation de 5 modèles alimentaires reposant sur une restriction dans la consommation de certains aliments/composants ou dans les prises alimentaires. Les résultats montrent que le régime à teneur limitée en matières grasses présente la meilleure qualité de l'alimentation alors que le régime limité dans le temps disposait du plus faible score de qualité d'alimentation. Le régime végétal est le moins coûteux et celui générant le moins d'émissions de gaz à effet de serre. Le régime à teneur limitée en glucides présentait le coût le plus élevé, mais une qualité d'alimentation et des émissions de gaz à effet de serre intermédiaires. Ainsi, ce travail démontre que la plupart des modèles alimentaires sont associés à des compromis en matière de durabilité. La nature de ces compromis pourrait contribuer à éclairer les discussions sur la politique alimentaire aux États-Unis.

Zach Conrad, Adam Drewnowski, Martha A. Belury, David C. Love, Greenhouse gas emissions, cost, and diet quality of specific diet patterns in the United States, The American Journal of Clinical Nutrition, 2023.