

Compte-rendu de la Rencontre Aprifel .
30 novembre 2017 – Ministère des Solidarités et de la Santé

Consommer au moins 5 fruits et légumes : Un enjeu collectif de santé publique

Si la recommandation de manger 5 fruits et légumes par jour est aujourd’hui bien connue et largement démontrée, elle est loin d’être appliquée. En France, un quart des adultes la respecte, et seulement 6 % des enfants ¹ ! La Rencontre Aprifel, organisée en novembre dernier au Ministère des Solidarités et de la Santé, a mobilisé l’ensemble des parties prenantes : scientifiques, professionnels des fruits et légumes, consommateurs et parlementaires. Mise en place avec le soutien du sénateur Pierre Médevielle (Haute-Garonne), cette journée a permis de faire un état des lieux des questions posées et de recenser les initiatives -prises ou à prendre- pour relever collectivement ce défi.

Au plan scientifique, le constat est clair et partagé par l’ensemble des autorités sanitaires : la consommation de fruits et légumes est bénéfique pour la santé. Comme l’a rappelé Ambroise Martin, professeur en nutrition et biochimie à l’Université de Lyon et expert auprès de l’Autorité européenne de sécurité des aliments (EFSA), une consommation d’au moins 400g de fruits et légumes par jour (soit 5 portions) permet de couvrir les besoins de l’organisme en divers nutriments (vitamines, minéraux, fibres,...). Mais elle joue également un rôle protecteur vis-à-vis de certains cancers, des maladies cardiovasculaires et freine le développement du surpoids et de l’obésité². Plus encore, une sous-consommation de fruits et légumes devient un facteur de risque pour ces pathologies. « *On évalue à plusieurs millions le nombre de décès dans le monde dus à une sous-consommation de fruits et légumes . Pour la France, le chiffre s’élèverait à 18 500 pour les fruits et plus de 13 000 pour les légumes* », estime Michele Cecchini, analyste des politiques de santé à l’OCDE³ à Paris.

Une consommation à relancer

Malgré les bénéfices manifestes et les campagnes d’information menées depuis plus de 15 ans, les consommations moyennes de fruits et légumes restent en deçà des recommandations. La situation en France est d’ailleurs en dessous de la moyenne des pays de l’OCDE. « *Pire, ces consommations baissent régulièrement et les jeunes générations consomment deux fois moins que leurs aînés au même âge* », constate Martine Padilla, professeure au CIHEAM⁴ de Montpellier. Au-delà des moyennes, la proportion de très petits consommateurs (moins de 2 portions quotidiennes), augmente fortement : 45% en 2016 (contre 32% en 2010). Les déterminants de la consommation sont nombreux : prix considéré trop élevé, niveau de revenus du foyer, éducation, âge, méconnaissance, voire faible désirabilité des produits (surtout pour les légumes)... Cependant, les critères classiques de disparités entre catégories de population s’estompent. La baisse de la consommation de fruits et légumes est un phénomène global de société, lié au mode de vie et à une méconnaissance des produits et des savoir-faire culinaires.

Au-delà de ces freins, une des questions-clés posée à la filière fruits et légumes concerne l’utilisation des pesticides, notamment au niveau de la production. Selon le sociologue Claude Fischler, tous les sondages -dont l’Eurobaromètre- montrent la place prépondérante et croissante des risques chimiques

¹ Données Crédoc juillet 2017

² Voir notamment les études du WCRF (World Cancer Research Fund International), de l’INCa (Institut National du cancer), de l’EFSA (Agence Européenne de santé des aliments) et plus récemment l’Anses (Agence nationale de sécurité sanitaire de l’alimentation de l’environnement et du travail).

³ Organisation de coopération et de développement économiques

⁴ Centre international de hautes études agronomiques méditerranéennes

dans les représentations des craintes des consommateurs. Les fruits et légumes ont spontanément une image originelle de « naturalité » (sans traitement, sans transformation...) qui explique la percée des produits biologiques. Mais cette image *a priori* positive est entachée par la présence résiduelle de pesticides qui pose question aux consommateurs. C'est bien là un des paradoxes des fruits et légumes auxquels les professionnels sont confrontés. Du point de vue scientifique, si on examine la balance bénéfique/risque de la consommation de fruits et légumes, comme l'a fait l'Institut National de Santé Publique du Québec⁵, « *les bénéfiques sont très largement supérieurs aux éventuels risques, estimés faibles* », précise Ambroise Martin. L'ensemble des études épidémiologiques fait apparaître un bénéfice pour la santé à consommer des fruits et légumes, quel que soit leur mode de production. Il s'agit bien d'un bénéfice net, puisque l'effet observé est à la fois la résultante des effets bénéfiques des fruits et légumes consommés et des risques éventuels liés aux contaminants qu'ils sont susceptibles de contenir (pesticides, métaux lourds, mycotoxines).

Le développement d'alternatives aux pesticides, un travail de longue haleine

Consciente des enjeux environnementaux liés à l'usage des pesticides et des attentes de la société en la matière, la filière est engagée depuis de nombreuses années dans la recherche et la mise en place de méthodes alternatives pour la protection des cultures. Sur le premier chantier, les organismes de recherche sont très impliqués. Ainsi le CTIFL⁶ travaille sur des méthodes alternatives pour maîtriser les maladies et les bioagresseurs des cultures et des vergers, mais il n'existe pas de solution unique. Première difficulté, ces cultures sont très nombreuses et spécifiques. En France, on compte 77 espèces de légumes et 40 espèces de fruits avec des itinéraires techniques très variés pour assurer une production en quantité et en qualité toute l'année. Cette diversité des cultures et des systèmes multiplie d'autant les problèmes posés et ne facilite pas la recherche de solutions. Celles-ci vont de la parcelle aux écosystèmes, sans oublier la sélection variétale, aujourd'hui majoritairement conduite par des opérateurs privés, ou de nouvelles méthodes, parfois plus coûteuses, comme le bio-contrôle. De ce fait, les recherches sont souvent longues, complexes (vu la somme de connaissances exigée) et surtout très inégales selon les espèces. Les solutions proposées ont une efficacité relative ; elles supposent de combiner plusieurs techniques complémentaires comme le choix de variétés résistantes, la lutte biologique, la prévention... Pour le seul biocontrôle, qui ne peut être la panacée, le contexte réglementaire est, par ailleurs, loin d'être stabilisé et les demandes d'homologation affluent.

En la matière, la production fruitière, et notamment la filière pommes et poires, s'est engagée depuis longtemps dans des démarches de progrès. La lutte biologique est appliquée et organisée comme telle dès les années 50⁷ ; le concept de protection intégrée est reconnu en 1973 par l'OMS. « *Nous sommes désormais dans une démarche de progrès continu* », affirme Daniel Sauvaitre, président de l'Association Nationale Pommes et Poires (ANPP). Pour preuve, l'association ANPP a mis en place une charte de protection intégrée en 1997, puis un label « Vergers écoresponsables » et plus récemment un plan de contrôle avec de nombreux indicateurs. Ceux-ci portent sur la gestion de l'eau, la réduction des intrants, la présence d'insectes pollinisateurs et d'auxiliaires...et même le bon voisinage. Les suivis dans les vergers mettent bien en évidence la baisse du nombre de traitements (IFT) et des interventions. Une enquête récente sur 656 vergers (et près de 13 000 ha) témoigne des pratiques et de leur évolution. Ainsi, la quasi-totalité des surfaces (86%) sont protégées grâce à la confusion sexuelle. La lutte biologique contre l'araignée rouge est un succès (82% des exploitations), de même que la gestion de la tavelure par broyage des feuilles tombées au sol. En outre, les deux tiers des surfaces sont équipées d'infrastructures favorables à la biodiversité, comme des nichoirs à mésanges (plus de 4200 !)... « *Aux côtés de l'agriculture biologique, la production intégrée est un chemin des crêtes qui optimise les moyens et les connaissances du moment* », rappelle Daniel Sauvaitre.

Une économie...sous tensions

Autres attentes des consommateurs vis-à-vis de la filière: le prix et l'origine des produits. L'organisation des producteurs, encouragée aux échelons français et européen, est une bonne base pour répondre aux attentes du marché. Il faut en profiter pour tisser des liens avec les consommateurs et soutenir le

⁵INSPQ – Rapport « Évaluation du risque toxicologique pour la population québécoise à la suite de l'exposition aux résidus de pesticides présents dans les fruits et les légumes » - février 2017

⁶ Centre Technique Interprofessionnel des Fruits et Légumes

⁷ L'Organisation Internationale de Lutte Biologique (OILB) est créée dès 1956.

maintien, voire le développement de la production française. « *La production nationale est en chute de 25%, quand l'Espagne est devenue le 1^{er} pays producteur, sans parler de la concurrence des pays de l'Est* », précise François Lafitte, président de la Gefel⁸. A l'occasion des Etats généraux de l'alimentation, l'interprofession a présenté son « plan de filière ». Parmi les pistes évoquées pour répondre aux enjeux des professionnels et aux attentes des consommateurs, la montée en gamme à travers des signes d'identification de la qualité et de l'origine (SIQO) dont l'agriculture biologique. Egalement président d'une coopérative productrice de kiwis, François Lafitte est bien placé pour évaluer l'impact des signes de qualité (parfois masquée par les marques distributeurs) et comparer les modes de production, dont la bio. D'ailleurs, une partie de son propre verger est conduite en bio. « *Cela reste un segment de marché, mais l'agriculture biologique nous a également obligé à progresser, à penser autrement* », avoue-t-il. Si les marchés de proximité sont également une piste à valoriser, il ne faut pas oublier que 80% des fruits et légumes sont encore achetés en GMS. Si le marché semble là, la concurrence aussi. Reste la question du prix et par conséquent du revenu des producteurs, car la situation économique de l'amont se rajoute aux difficultés de la filière.

Côté européen, la filière fruits et légumes est en passe de devenir la 1^{ère} filière à égalité avec la production de viande. Le soutien européen s'est longtemps limité dans le cadre de l'OCM (Organisation commune de marché) aux politiques de retrait, aujourd'hui en chute libre. Actuellement, le soutien va plus vers l'adaptation des marchés, et l'organisation des producteurs (OP, AOP à travers les programmes opérationnels) et même des Interprofessions. Ainsi, l'Europe apporte son soutien aux politiques de promotion⁹ dont le secteur des fruits et légumes est un des principaux bénéficiaires (30% du budget, soit 143M€ sur 3 ans). Mais le contexte budgétaire à venir reste difficile et encore plus incertain avec le Brexit. L'évolution pressentie de la PAC (38% du budget européen) irait vers un rôle plus important des Etats dans la mise en œuvre des politiques agricoles. Au regard de son poids dans l'économie et l'emploi, la filière est au final très peu soutenue. Elle ne manque pourtant pas d'arguments pour trouver sa place dans la politique agricole... et surtout une politique alimentaire, où les bénéfices des fruits et légumes au sein de systèmes alimentaires durables seraient reconnus et soutenus. Les questions de nutrition relèvent actuellement de plusieurs politiques (agricole, mais aussi santé, éducation).

Promouvoir la consommation, un investissement gagnant

En la matière, les décideurs doivent avoir en tête qu'une politique de prévention défendant l'investissement dans la promotion des fruits et légumes est à la fois bénéfique et efficace : des dépenses de santé en moins et des consommateurs en meilleure santé, sans oublier les effets positifs sur l'environnement (diminution des gaz à effet de serre). Une politique nutritionnelle cohérente et efficace pourrait ainsi permettre une économie de plusieurs milliards d'euros sur les cancers comme sur les maladies cardio-vasculaires. A l'échelle nationale, les politiques publiques autour des fruits et légumes sont d'abord centrées sur la dimension nutritionnelle. Pour Serge Hercberg, président du PNNS, « *la situation est moins compliquée par rapport à la cacophonie antérieure* ». On est passé d'une vision des fruits et légumes à travers les seuls nutriments à une vision plus large de l'alimentation. Si le « catéchisme nutritionnel » est reconnu (« au moins 5 fruits et légumes par jour », soit au moins 400g par jour), « *les difficultés apparaissent dès qu'on veut passer à la mise en œuvre des recommandations* », précise le Dr Hercberg. Les freins pour faire bouger la consommation sont importants. La représentante de l'association de consommateurs UNAF¹⁰, Dominique Allaume-Bobe, estime également qu'il faut aider les gens –et notamment les jeunes- à faire des choix simples pour retrouver le chemin des fruits et légumes, sous réserve de veiller à la qualité gustative (le plaisir d'en manger) et à l'accessibilité (prix et disponibilité).

Plusieurs voies sont possibles pour augmenter la disponibilité, mieux informer, dissuader et taxer les produits malsains... Pour ce faire, une meilleure coopération entre les parties prenantes (entreprises, recherche, gouvernements, société civile...) est indispensable, car « *l'alimentation est l'affaire de*

⁸ Gouvernance économique des fruits et légumes

⁹ Outre les opérations de promotion (« Fruit à la Récré »), la Commission Européenne soutient également l'aide aux plus démunis.

¹⁰ UNAF : Union Nationale des Associations familiales

tous »¹¹. C'est précisément l'ambition du programme européen « *Un fruit à la récré* », dédié à la promotion des fruits et légumes dans les écoles. Associée à l'évaluation de ce programme, Mme Padilla en tire quelques enseignements pour la France. En premier lieu, ces programmes profitent surtout aux gros consommateurs. Ensuite une distribution fréquente de fruits et légumes n'augmente pas le niveau de consommation global. Enfin, la participation active des enfants favorise leur connaissance des fruits et légumes. « *Si la France est apparemment moins engagée dans le programme « Un fruit à la récré », ce n'est sûrement pas par manque d'intérêt* », précise Bruno Dupont, président d'Interfel, « *mais en raison de difficultés pratiques de mise en œuvre comme la logistique d'approvisionnement, les avances de trésorerie...* » Il suggère d'ailleurs d'en confier la gestion aux professionnels de terrain au niveau des collectivités et des territoires. Les sénateurs présents – Elisabeth Doineau (Mayenne), Jean-Pierre Moga (Lot-Et-Garonne) et Pierre Médevielle (Haute Garonne)- tout comme les élus locaux, ont d'ailleurs témoigné de l'engagement des collectivités territoriales pour soutenir la filière et encourager la consommation de fruits et légumes, notamment d'origine locale.

Une meilleure consommation, au bénéfice de tous

Chacun imagine les voies de sortie par le haut. Mme Padilla donne plusieurs pistes de solutions : cibler les femmes enceintes et allaitantes, diversifier les apports très tôt, favoriser la structuration des repas et encourager la promotion à l'école dans le cadre de politiques nutritionnelles et économiques plus soutenues et surtout « plus cohérentes ». « *Si les messages ne passent pas dans une société devenue très majoritairement urbaine, il faut chercher à mieux comprendre les raisons* », rajoute Bruno Dupont. Dominique Allaume-Bobe, représentante des consommateurs, plaide pour un renouveau de la consommation de produits bruts et de la cuisine. Le Dr Serge Hercberg, promoteur du Nutriscore (étiquetage nutritionnel) verrait bien les fruits et légumes bénéficier du label vert (A) et prône un marketing alimentaire plus raisonnable en matière de santé publique.

Bruno Dupont attend beaucoup des Etats généraux de l'alimentation et du plan d'investissement pour accompagner la transition de la filière et des PME, très nombreuses dans ce secteur. Parmi ces axes de travail, la filière souhaiterait pouvoir communiquer collectivement sur les avantages des fruits et légumes. Le programme court *E=M6 spécial Nutrition*, parrainé par Aprifel et diffusé d'octobre à décembre 2017, témoigne du besoin d'information des consommateurs sur ces thématiques. Le débat public reste compliqué avec des attentes immédiates pas toujours compatibles avec les délais d'adaptation des producteurs. Le mot de la fin revient à Bernard Chevassus-au-Louis, président d'Humanité et biodiversité. : « *Vous êtes assis sur un trésor. Mais il faut écouter les consommateurs, analyser, expliquer, convaincre, s'inscrire dans les plans alimentaires territoriaux ! Mettez sur la valeur de naturalité, qui est une valeur refuge et revendiquez de créer de la biodiversité !* »

La rencontre Aprifel du 30 novembre 2017 s'est tenue au Ministère des Solidarités et de la Santé en présence de trois sénateurs : Pierre Médevielle (Haute-Garonne), Elisabeth Doineau (Mayenne) et Jean-Pierre Moga (Lot-et-Garonne).

Rédaction : Rémi Mer, journaliste-consultant et Aprifel

Pour en savoir plus

www.aprifel.com

Twitter @Aprifel_FR Facebook Aprifel

Youtube Graines de savoir / Aprifel

¹¹ Voir aussi les travaux de l'OCDE sur la santé et l'obésité.