

LES TABLES RONDES « DEVELOPPEMENT DURABLE »

L'ETIQUETAGE NUTRITIONNEL : POUR MIEUX COMPRENDRE UN DEBAT HAUT EN COULEURS

Table ronde du mardi 24 novembre 2015 – Débat conçu et animé par la Mission Agrobiosciences

Avec **Béatrice DE REYNAL**, nutritionniste au sein de NutriMarketing, **Nicole DARMON**, nutritionniste, épidémiologiste et directrice de recherche à l'Inra à l'UMR NORT, **Chantal JULIA**, médecin nutritionniste et enseignant chercheur rattachée à l'Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (EREN)



www.agrobiosciences.org

Mission Agrobiosciences
Enfa BP 72 638
31 326 Castanet-Tolosan
TEL : 05 62 88 14 50


enfa
TOULOUSE-AUZEVILLE

LANGUEDOC
ROUSSILLON
LA RÉGION MIDI
PYRÉNÉES


Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
MINISTÈRE
DE L'AGRICULTURE
DE L'AGROALIMENTAIRE
ET DE LA FORÊT

LE SUJET

L'ETIQUETAGE NUTRITIONNEL : POUR MIEUX COMPRENDRE UN DEBAT HAUT EN COULEURS

La dernière loi-santé à l'examen au Sénat, et obligatoire à partir de décembre 2016, propose d'instaurer un nouvel étiquetage nutritionnel volontaire permettant d'aider les consommateurs à diriger leurs achats vers les produits les plus sains et les plus équilibrés. En accord avec la législation européenne, cette loi prévoit d'y associer un logo simple et intuitif, en face avant des emballages. Plusieurs propositions ont alors émergé : du 5C (cinq couleurs) issu du rapport de Serge Hercberg remis au ministère de la Santé, au SENS (Système d'Etiquetage Nutritionnel Simplifié) soutenu par la FCD (Fédération du commerce et de la distribution) en passant par les RNJ (repères nutritionnels journaliers) mis en avant par l'Ania (Agence nationale des industries alimentaires), le débat est pour le moins tendu...

Avec 17% d'adultes touchés par l'obésité, 32% des décès dus aux maladies cardiovasculaires ou encore la flambée de cancers et diabètes, les maladies chroniques dans lesquelles les facteurs nutritionnels sont impliqués constituent des enjeux majeurs de santé publique en France. Depuis près de 30 ans, les pouvoirs publics tentent d'enrayer cette épidémie, à grands renforts de Plans « nutrition santé », livrets pédagogiques et autres slogans.

Mais ce nouvel étiquetage ne risque-t-il pas d'accroître l'inquiétude des mangeurs, déjà embrouillés par la cacophonie des discours nutritionnels ? Quid des messages de plaisir, de modération, de variété, de l'éducation au goût, d'une agriculture plus respectueuse, d'une industrie plus vertueuse ? Cette table ronde se veut un moment d'intelligence collective, capable de clarifier les arguments, d'identifier les avantages, limites, idées reçues et effets pervers du code 5C et des autres modèles.

LES TABLES RONDES « DEVELOPPEMENT DURABLE »

Pensées comme des moments de culture, ces Tables Rondes, conçues et animées par la Mission Agrobiosciences, s'inscrivent depuis quatre ans dans le cadre de l'Unité d'Enseignement « *Introduction au développement durable* » de l'Ecole nationale supérieure agronomique de Toulouse (INP-ENSAT). Destinés aux élèves-ingénieurs de 2^{ème} année mais aussi ouverts à tous publics, ces éclairages et ces échanges ré-interrogent les savoirs, appréhendent différentes approches et placent les futurs agronomes en état de questionnement et de réflexion.

A l'issue de chaque rencontre, la Mission Agrobiosciences publie sous forme de cahier l'intégralité des échanges.

En savoir plus :
www.agrobiosciences.org



Béatrice DE REYNAL

Nutritionniste au sein de NutriMarketing, agence de communication à destination des professionnels de l'alimentation, de la nutrition et de la cosmétofood.

Spécialisée en Innovation alimentaire, elle réalise des études marketing, des évaluations nutritionnelles, et de l'expertise de marketing nutritionnel. Elle est rédactrice en chef de « *Consultation Nutrition* » destinée aux médecins et praticiens de santé et elle a co-signé plusieurs ouvrages professionnels dont « *Additifs* » (Tec & Doc Lavoisier) et le « *Guide d'audit nutritionnel* » avec l'ACTIA, ainsi que des livres grand public.



Nicole DARMON

Nutritionniste, épidémiologiste et directrice de recherche à l'Inra à l'UMR NORT, à Marseille, spécialiste reconnue des inégalités sociales en nutrition, étudie plus généralement les contraintes qui pèsent sur l'alimentation (préférences individuelles ou contraintes d'accès physique ou économique à une alimentation de qualité).

Elle conduit aussi bien des recherches interventionnelles que des approches théoriques (modélisation de rations, profilage nutritionnel des aliments...) pour traduire les recommandations (nutritionnelles, toxicologiques, environnementales...) en choix alimentaires réalistes, plus sains et plus durables.



Chantal JULIA

Médecin nutritionniste et enseignant chercheur rattachée à l'Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (EREN), à l'Université Paris 13. En tant qu'épidémiologiste de la nutrition, elle développe des recherches autour des relations entre nutrition et inflammation chronique de bas grade dans des études de cohorte (*Etude SU.VI.MAX* et *NutriNet-Santé*) ainsi que des études portant sur l'évaluation des politiques publiques de santé en Nutrition.

Elle participe au développement d'études d'observation en population générale ou particulière ainsi que des études d'intervention. Elle est co-auteur du rapport, présenté par le Pr Serge Hercberg, président du PNNS, « *propositions pour un nouvel élan de la politique nutritionnelle française de santé publique* ».

INTRODUCTION DES ELEVES – INGENIEURS DE L'ENSAT

En amont de la rencontre, les élèves – ingénieurs de l'Ensat ont planché collectivement sur le sujet, pour définir les fils saillants de la problématique. Ils livrent en introduction de la table ronde le fruit de leur réflexion.

L'obésité, touchant actuellement 17% des adultes, est un des précurseurs aux maladies cardiovasculaires, cancers et diabètes. Les facteurs nutritionnels sont donc au cœur du débat sur la santé publique. De nombreuses démarches ont été mises en place pour tenter de prévenir ce phénomène. La dernière loi-santé à l'examen au Sénat propose d'instaurer un nouvel étiquetage nutritionnel volontaire à partir de décembre 2016 de type logo, plus aisé à comprendre que le tableau des valeurs nutritionnelles chiffrées. L'idée est de donner un coup de pouce aux consommateurs et l'inciter à acheter des produits plus sains facilitant l'atteinte de l'équilibre alimentaire. Il est proposé que la qualité nutritionnelle de l'aliment soit alors traduite en une couleur : du vert au rouge selon son degré de « qualité » en termes nutritionnels. Seulement, cela fait débat !

Nous retrouvons effectivement une opposition entre acteurs de ces changements : industriels, nutritionnistes, médecins, associations de consommateurs sont partagés. Des industriels ne souhaitent pas apposer de « connotation » sur leurs étiquettes alors que certains nutritionnistes souhaitent par exemple que l'acheteur prenne pleinement conscience de l'apport calorique de ce qu'il consomme. D'autres interviennent pour mettre en avant les questions de modalités et de fréquences de consommation. La nécessité d'une démarche pédagogique préalable a donc été régulièrement citée au sein des groupes de l'INP-ENSAT. Ce serait donc avant tout une question d'éducation en amont pour éviter toute confusion de la part des acheteurs.

Et qu'en est-il des classements intra et inter-catégories ? Les élèves ont évoqué un évident problème de stigmatisation de produits, notamment ceux de la gastronomie française, couplée à leur ségrégation au sein même d'une catégorie. Il faudrait alors apposer des combinaisons d'étiquettes. Néanmoins ceci induirait de multiples indications qui

entraîneraient une évidente confusion chez le consommateur face à la démultiplication des couleurs et des logos ! Il n'y prêterait même plus attention... De plus, le problème des multi-facteurs a fait débat : faut-il apposer un étiquetage sur le produit global ou sur les différents composants types sucres ou graisses ?

Par ailleurs, serait-on au cœur d'un conflit d'intérêts ? L'aspect économique a été un sujet particulièrement récurrent au cours de nos séances de travaux dirigés. Pourquoi les politiques ne cherchent-elles pas davantage à valoriser la transparence des produits si cette dernière permet de résoudre le problème de santé publique lié à l'obésité ? Quels intérêts trouve-t-elle à favoriser les industries plutôt que les consommateurs ? Ainsi, quels enjeux économiques retrouve-t-on dans cet arbitrage entre consommateurs et industriels ? Des problèmes de contournement et dérives de systèmes nous ont interpellés.

Le rôle des politiques ne s'arrête pas là : par exemple, les coûts sont plus onéreux lorsqu'il s'agit d'animaux nourris sans OGM. Comment l'Etat pourrait-il jouer sur les prix pour éviter les disparités sociales engagées par ces différences d'achat ? Les taxes sur les calories vides ont également été évoquées au cours de nos séances et ont suscité de nombreux questionnements.

Enfin, comment les consommateurs pourraient-ils avoir un poids, un pouvoir décisionnel dans ce débat ? Et ce nouveau système d'étiquetage nutritionnel changera-t-il réellement le comportement de chacun dans ses habitudes alimentaires ? Et ce, à long terme ? Car manger est avant tout un plaisir, n'est-ce pas se voiler la face de croire que le consommateur va se restreindre aux produits sains et éviter tout caprice participant à son bien-être ? Doit-on envisager une reconsidération de notre rapport à l'alimentation ?

ET SI CE N'ETAIT PAS SI SIMPLE ?

Sylvie Berthier - Mission Agrobiosciences (MAA). Peut-être les intervenantes souhaitent-elles réagir rapidement à cette introduction. Quelle est votre lecture des premiers questionnements des élèves-ingénieurs sur l'étiquetage nutritionnel ?

Béatrice de Reynal. Première réaction à froid. Vous dites « le consommateur ne doit-il pas reprendre le pouvoir ? ». En réalité, dans l'acte d'achat, c'est évidemment le consommateur qui a le pouvoir, puisque c'est lui qui peut décider d'acheter ou de ne pas acheter, et qui est libre de le faire. Lorsque l'aliment dispose d'un étiquetage clair et honnête, le consommateur a toutes les chances d'être bien informé.

Nicole Darmon. Une touche de naïveté et une vision très manichéenne m'ont beaucoup frappée : les bons nutritionnistes et les mauvais industriels. La réalité est pourtant beaucoup plus complexe. Des débats existent au sein de chaque milieu.

Chantal Julia. Juste un élément par rapport à la fameuse loi de santé. Un article de cette loi discute de la mise en place d'un système en

face avant et cet article est relativement consensuel (entre les différents acteurs). La loi de santé dans son ensemble a connu de nombreux allers-retours. Elle a été votée une première fois à l'Assemblée Nationale au mois d'avril, puis au Sénat, mais avec énormément d'amendements qui ont « détricoté » la loi (sur d'autres aspects non liés à l'étiquetage). Actuellement, elle est revenue à l'Assemblée Nationale.

Mise à jour de Chantal Julia

(février 2016) :

La loi a été votée définitivement en décembre 2015, et l'article 5 a été voté sans amendement majeur.

Il n'empêche que cet article-là n'est pas celui sur lequel il y a le plus de controverses parce qu'il n'indique que le fait qu'il va y avoir un système en face avant. Il ne précise pas lequel, ni la forme. Il y a un certain consensus pour dire que le système actuel avec les valeurs nutritionnelles à l'arrière aurait intérêt à être simplifié avec un modèle complémentaire en face avant.

ETIQUETAGE NUTRITIONNEL : RUPTURE OU TRANSITION ?

Avant toute chose, il importe de contextualiser, de définir les termes, saisir quelles sont les évolutions qui ont permis à la nutrition d'investir le champ politique et d'aboutir aujourd'hui à un nouvel étiquetage.

Yann Kerveno (journaliste) : Comment est-on arrivé à ce besoin de devoir signifier l'innocuité ou la nocivité des produits ? Autrement dit, comment est-on passé de l'alimentation de subsistance, en passant par le plaisir, au lien actuel entre phénomène alimentaire et protection de la santé ?

Des produits plus denses face à de moindres besoins

Béatrice de Reynal. Pourquoi en est-on arrivé là ? D'abord parce l'offre alimentaire n'a jamais été plus vaste qu'aujourd'hui. Nous ne sommes pas devenus « gros » depuis que les industries sont apparues mais parce que notre mode de vie évolue.

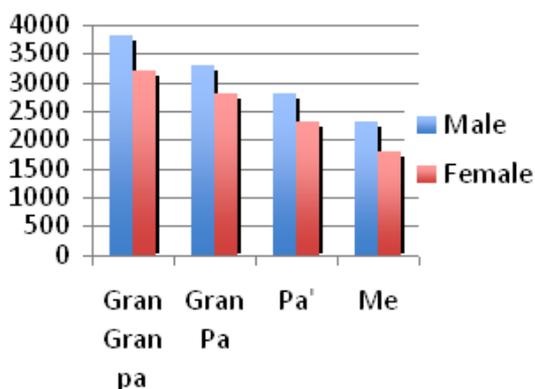


Figure 1. Nos besoins énergétiques s'amenuisent - ©Béatrice de Reynal - Nutrimarketing

Nos besoins énergétiques décroissent. A contrario, les rayons des grandes surfaces comprennent de plus en plus de produits prêts à l'emploi, qui sont de fait bien plus denses et riches. Evidemment, on en mange globalement

moins. Mais comme nous ne lisons plus les étiquettes, nous ne savons pas trop ce qu'il y a dedans. Et comme ils sont denses, si on les surconsomme, des problèmes de surpoids apparaissent rapidement.

Ceci dit, notre alimentation est aujourd'hui bien meilleure que par le passé, et la qualité nutritionnelle, bien meilleure que celle de l'alimentation de nos parents et nos grands parents. La densité nutritionnelle va même en évoluant dans le bon sens (même s'il existe des exceptions : on trouve sur les marchés des produits bon marché qui sont de très mauvaise qualité nutritionnelle).



Image 1. Nos aliments se concentrent - ©Béatrice de Reynal - Nutrimarketing

Pour moi, le problème relève en premier lieu de l'information : comment vais-je expliquer à mes patients si une pizza est bonne ou pas, s'ils peuvent en consommer ou non. Car je ne peux pas toujours répondre par un simple « oui » ou « non ». Je suis obligée de nuancer : « celle-ci, oui, à condition que... » etc. Il est donc assez compliqué de s'y retrouver... Une information très brève en « facing » qui indiquerait des « degrés » de pizzas en fonction de leur qualité nutritionnelle pourrait alors être pertinent.

La culture alimentaire comme frein à la nutrition

MAA. Dans les pays anglosaxons, notamment aux Etats-Unis, une pyramide nutritionnelle (avec les calories notamment) existe depuis très longtemps. En Asie, le lien alimentation-santé n'est plus à établir. Dans nos pays « latins », le rapport à l'alimentation est plus convivial, en lien avec le plaisir. Il me semble donc qu'il y a une rupture culturelle à parler d'alimentation-nutrition. Etes-vous d'accord avec cela et si oui, à quand remonte cette rupture selon vous ?

Yann Kerveno. J'ajoute : cette rupture est-elle faite ou encore à faire ?

Béatrice De Reynal. Les Européens du Sud, disons les Romains, n'aiment pas la biochimie. Un cours de biochimie sur un étiquetage alimentaire ne les satisfait donc pas. C'est peut-être pour cette raison qu'ils ne le regardent pas. Par ailleurs, notre éducation nutritionnelle¹ se fait entre 0 et 10 ans environ. Et lorsqu'on est enfant, on ne nous dit pas « mange de la vitamine C, de l'acide ascorbique, ... » mais « finis ta viande, mange tes légumes ». On nous apprend des grandes catégories alimentaires, avec beaucoup de règles, notamment des tabous vis-à-vis de l'horaire : « on déjeune à midi, pas à 11h ni à 16h » ou « on prend un croissant au petit déjeuner et pas en dessert ». Le problème est qu'avec les produits tout faits, les choses ne sont plus aussi nettes et certains tabous et contraintes tombent.

En terme d'information, il s'agit de déterminer ce qui est nécessaire. Est-ce de savoir de quoi sont fait vos aliments ? Ou est-ce d'aller plus loin dans les promesses nutritionnelles ? Votre médecin ne vous dit pas « madame, il vous faut de l'acide acétylsalicylique » mais « prenez une pilule de ceci et une pilule de cela à telle

heure ». De ce fait, les latins ont un rapport beaucoup plus intuitif à la nourriture.

Mais attention, les temps et les gens changent. Aujourd'hui, l'offre alimentaire est telle qu'on ne peut pas ne pas s'intéresser de plus près aux produits et à ce qu'ils « ont dans le ventre ».

De l'alimentation spontanée à l'alimentation réfléchie : la naissance du PNNS

Nicole Darmon. Je rebondis sur votre question visant à savoir si une transition de l'alimentation spontanée vers l'alimentation plus réfléchie était déjà faite ou en train de se faire. Je pense qu'en France, il y a une date importante : 2001 et le PNNS (Programme National Nutrition Santé), avec des repères de consommation sur les grands groupes alimentaires et les premiers apports nutritionnels conseillés, révisés et diffusés. Cela a pris un certain temps mais ils sont désormais très largement diffusés dans la population, y compris dans les milieux défavorisés. Bien qu'elles soulignent des difficultés d'accès (financières), les mères de foyers pauvres ou en difficulté² savent très bien qu'il est important de donner des fruits et des légumes à leurs enfants.

Maintenant que les grandes lignes sont bien installées et à peu près connues, on constate qu'il y a un décalage entre ces recommandations de santé publique très génériques voire un peu « angéliques » (parce que ce sont de grands groupes : fruits et légumes, viande-poisson-œufs, etc.) et des produits sur le marché qui n'ont pas leur place dans ces grands groupes. On ne sait pas où mettre la pizza par exemple car elle est composée à la fois de légumes, de féculents, de produits laitiers et de matières grasses. Ce décalage est donc apparu progressivement entre les recommandations sur les groupes d'aliments et la vraie vie avec les moments d'achat où l'on doit faire des choix.

¹ Accéder au cahier « Alimentation. La naissance du goût », Nathalie Rigal : http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=0790

² Alimentation et précarité. Qui va faire ceinture ? (interview originale, 2010) : http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=2771

Yann Kerveno. En fait, on passe d'un système intuitif du « bien manger », basé sur les représentations, à des aliments nouveaux qu'il nous faut intégrer dans ces systèmes-là ? Et c'est pour cela peut-être que nous avons besoin de la science ?

Nicole Darmon. Il manquait un chaînon entre, d'une part, les recommandations sur les grands groupes et, d'autre part, les recommandations beaucoup plus précises et scientifiques sur les nutriments (nos besoins en vitamine C, fer, protéine, zinc, etc.). Mais on ne mange pas des « nutriments », on mange des aliments. Pour faire la translation de nos besoins nutritionnels en nos consommations alimentaires, les recommandations à grands traits comme celles du PNNS sont utiles. Mais en situation réelle d'achat, face à l'offre alimentaire complexe à laquelle nous sommes confrontés, elles ne suffisent pas.

Les maladies du siècle

MAA. Vous avez mentionné la naissance du PNNS en 2001. Cette date arrive dans un contexte de flambée de l'obésité, des maladies cardiovasculaires, etc. Pour bien recontextualiser, peut-être pouvez-vous nous rappeler Chantal, quand on parle de nutrition-santé, quelles maladies faut-il vraiment combattre ? Que représentent-elles en termes d'individus ? Sont-elles sur une courbe ascendante ou descendante ?

Ensuite, la question de l'alimentation et de la santé est seulement une des facettes d'une maladie. En effet, si on prend l'obésité, on sait aujourd'hui qu'elle est liée à un manque d'activité physique, à la mal-bouffe, mais il y a aussi un terrain génétique... Alors un petit logo au milieu de cet ensemble de facteurs va-t-il changer les choses ? Que sait-on vraiment du lien entre ces maladies du siècle à combattre et la nutrition ?

Chantal Julia. Sur les maladies nutritionnelles, la tendance est à revenir toujours sur l'obésité³. Il y a pourtant

énormément de maladies en lien avec la nutrition. L'OMS a placé les facteurs de risque nutritionnel comme le premier facteur de risque de maladies chroniques. Actuellement, les maladies liées à la surcharge (l'obésité, les maladies cardio-vasculaires et les cancers qui sont aussi liés à l'alimentation) sont en passe de devenir dans le monde plus importantes que les problèmes liés à la malnutrition. Certains pays ont d'ailleurs autant de problèmes de malnutrition que de maladies liées à la surcharge. Il ne faut donc pas se limiter uniquement à l'obésité, qui n'est qu'une facette. N'oublions pas que les maladies cardio-vasculaires et les cancers expliquent plus de la moitié de la mortalité en France.

En ce qui concerne l'évolution au cours du temps, l'obésité de l'adulte est en effet en augmentation constante depuis des décennies. La situation en France n'est pas dramatique par rapport à d'autres pays européens, en particulier par rapport à la Grande-Bretagne. Depuis 10 ans, on assiste à une stabilisation de la prévalence de l'obésité chez l'enfant en France. Autre donnée (qui nécessite d'être confirmée) : l'obésité croît moins vite qu'avant chez l'adulte, même si cela ne veut pas dire qu'elle se stabilise.

S'il n'y avait que la nutrition...

Notons que ces maladies sont multifactorielles. Il est trop simpliste de dire que « l'obésité, c'est parce que je mange trop et que je ne fais pas assez d'activité physique ».

Figure 2. Obesity System Influence Diagram (avec au centre : la balance énergétique) :

<http://www.shiftn.com/obesity/Full-Map.html>

Voici un travail scientifique mené pour essayer de montrer les différents facteurs entrant en ligne de compte dans l'étiologie (c'est-à-dire l'origine) de l'obésité. C'est très compliqué... L'obésité, au départ, vient d'un déséquilibre de

³ Pourra-t-on nous protéger de l'obésité ? Avancées et limites des recherches (publication originale, 2004) :

http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=1267

la balance énergétique (trop d'apports et pas assez de dépenses). Mais l'équation n'est pas si simple... C'est même très réducteur.

Qu'est-ce qui fait que vous avez trop d'apports et que vous ne faites pas assez d'activité physique ? Maints domaines interagissent les uns avec les autres : votre patrimoine génétique, le comportement alimentaire de vos parents, les données économiques (la capacité d'avoir un choix dans les aliments) et lorsque vous faites vos courses : la faim, les envies physiologiques, les promotions, l'arrivée d'un nouvel aliment sur le marché... vos choix alimentaires sont déterminés par tous ces éléments.

Alors, est-ce que ce système est une panacée ? Non, car le « médicament miracle »⁴ n'existe pas. Mais le PNNS constitue un ensemble d'éléments d'éducation. De nombreuses actions ont lieu à différents niveaux : au niveau local, dans les mairies, dans les entreprises... Des chartes d'engagement sont signées par les industriels pour améliorer la qualité nutritionnelle des produits par exemple. C'est un élément complémentaire dans une stratégie globale. Ce ne sera jamais qu'un élément parmi tant d'autres. Et c'est aussi pour cela qu'on aura probablement beaucoup de mal à dire si cet élément-là a contribué et dans quelle mesure il aura contribué à réduire un jour la prévalence de l'obésité.

Le règlement Inco : étiquetage obligatoire en face arrière...

Yann Kerveno. Nicole Darmon, vous avez évoqué la date de 2001. Depuis quand l'étiquetage est-il obligatoire pour ces valeurs nutritionnelles justement ?

Nicole Darmon. L'étiquetage nutritionnel est en fait obligatoire depuis peu en Europe, suite

⁴ "Obésité : le tapage autour de la pilule Alli me paraît être un non évènement", *Commentaire de Max Lafontan* : http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=2596

à un règlement européen qui s'appelle Inco⁵ (Information du consommateur). Il oblige tous les fabricants à donner un tableau d'information nutritionnelle avec les mêmes informations dans des formats qui sont très précisément définis (cela va jusqu'à définir la taille minimale des caractères pour cet étiquetage nutritionnel). Aujourd'hui, nous sommes en phase intermédiaire : les industriels doivent commencer à faire le nécessaire pour étiqueter le plus vite possible ces informations. En décembre 2016, tout le monde devra être en conformité.

Exemple de tableau nutritionnel obligatoire (pour une soupe)

Valeurs nutritionnelles	Pour 100 g
Énergie	200 kJ (45 kcal)
Graisses totales	3 g
Acides gras saturés	2,5 g
Glucides	4,5 g
Sucres	1 g
Protéines	0,7 g
Sel	0,9 g

Image 2. Exemple de tableau nutritionnel - ©Nicole Darmon - powerpoint

La première grande partie de ce règlement est ce tableau des valeurs nutritionnelles, qui est lui obligatoire. Les industriels sont tenus d'étiqueter la valeur énergétique, les graisses totales dont les acides gras saturés, les glucides dont les sucres, les protéines et le sel (et non le sodium parce que cela parle plus au consommateur). Ceci doit être fait sur toutes les denrées pré-emballées (qui arrivent emballées sur le lieu de vente) et ne va donc pas concerner les produits en vrac, ni les boucheries installées au sein des grandes surfaces. Cette mise en conformité donne déjà beaucoup de travail aux industriels. Selon la taille des industries, il est plus ou moins facile de tenir cette obligation.

⁵ Pour plus d'informations : <http://www.economie.gouv.fr/information-des-consommateurs-sur-les-denrees-alimentaires-reglement-europeen-inco>

... et volontaire en face avant

En sus de ceci et parce que cet étiquetage n'est pas facile à comprendre, une proposition vise à pouvoir l'accompagner d'un étiquetage simplifié en face avant, qui soit une vision synthétique de la qualité nutritionnelle et de la composition nutritionnelle des produits.

MAA. Ce dont vous parlez ici, c'est donc du cadre réglementaire européen. Mais ce qui est actuellement discuté en France est-il discuté partout en Europe ?

Nicole Darmon. La France se fait écho d'un problème discuté à l'échelle européenne suite à ce règlement qui fait mention de formes complémentaires facultatives, comme mentionné par l'article 35. J'ai pris l'exemple d'un logo très largement utilisé par les industriels et préconisé d'ailleurs par l'ANIA (Association Nationale des Industries alimentaires) qui s'appelle Pourcentage des RNJ (cf. image 4, page 11). Beaucoup d'industriels pensent que l'information est clairement et simplement synthétisée comme cela.

Et si on regarde un peu plus dans le détail ce que stipule l'article 35 (image 3), il faut que ces « formes d'expression et de prévention complémentaires » s'appuient sur des références harmonisées, donc soient la traduction de recommandations officielles. Dans l'article lui-même, une annexe liste les nutriments qui peuvent ou doivent être concernés par l'étiquetage avec les valeurs recommandées. Il est également stipulé que ces formes d'expression complémentaires doivent

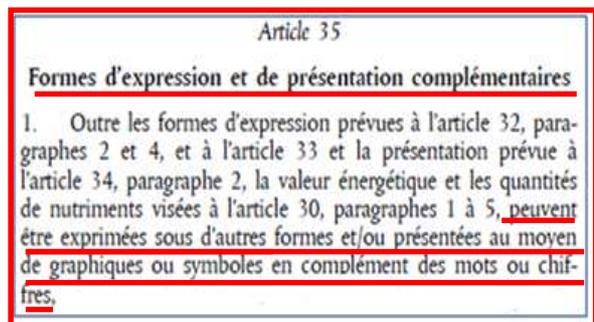
être le résultat de la consultation d'un large éventail de groupes d'intérêt. C'est très important puisqu'il s'agit d'un étiquetage facultatif. Si on veut qu'il puisse être appliqué, il faut qu'il soit adopté, intégré, et que ceux qui doivent l'appliquer y trouvent un intérêt, sinon ils ne le feront pas.

Yann Kerveno. Une question de bétien : pour les apports de référence harmonisés, tout le monde est-il d'accord en Europe ou dans le monde, ou y a-t-il encore des discussions ?

Nicole Darmon. Au sein d'Inco, il y a la référence qui marche avec Inco. Mais ces lois sont toujours écrites de manière à laisser des portes ouvertes. Une de ces portes dit que ce sont soit ces apports de référence à l'article 13, soit des références qui peuvent être justifiées sur le plan scientifique ou institutionnel. En fait, il n'y a pas de consensus absolu.

Une étudiante. A quelle date ce règlement a-t-il été publié ?

Image 3. Article 35 du règlement Inco –
©Nicole Darmon - powerpoint



- a) ces formes se fondent sur de solides études auprès des consommateurs, scientifiquement valides, et n'induisent pas le consommateur en erreur, comme indiqué à l'article 7;
- b) leur mise au point est le résultat de la consultation d'un large éventail de groupes d'intérêts;
- c) elles visent à faciliter la compréhension par le consommateur de la contribution de la denrée alimentaire à l'apport en énergie et en nutriments d'un régime alimentaire, ou de l'importance, à cet égard, de la denrée considérée;
- d) elles sont étayées par des éléments scientifiquement valides prouvant que le consommateur moyen comprend la façon dont l'information est exprimée ou présentée;
- e) dans le cas des autres formes d'expression, elles se fondent, soit sur les apports de référence harmonisés fixés à l'annexe XIII, soit, en l'absence de telles valeurs, sur des avis scientifiques généralement admis concernant les apports en énergie ou en nutriments;
- f) elles sont objectives et non discriminatoires; et
- g) leur mise en œuvre ne fait pas obstacle à la libre circulation des marchandises.

Chantal Julia. La date à laquelle le règlement Inco est sorti importe moins que la date à laquelle il entre en application. Il s'agit d'un texte juridique, employant un jargon particulier et développé sur des pages et des pages... Il y a certes une partie sur la déclaration nutritionnelle, mais également une partie sur les allergènes. Il va définir exactement tout ce qui doit être pris en compte dans les mentions à l'arrière du paquet, incluant la « *déclaration nutritionnelle* » (le tableau des valeurs nutritionnelles à l'arrière du paquet).

L'obligation entre en application à partir du 15 décembre 2016. Les industriels qui font des produits pré-emballés doivent à cette date avoir un étiquetage qui soit en rapport avec la réglementation Inco. Elle définit ce qui est obligatoire, mais toute une série de choses est d'ordre volontaire. De nombreux autres éléments peuvent être ajoutés à la déclaration nutritionnelle, qui est aussi définie par le règlement Inco. Ce règlement va également donner des pistes pour mettre en place un système volontaire en face avant. Encore une fois, c'est d'ordre juridique : si l'on veut passer sous les fourches caudines de la réglementation européenne, il faut que la proposition d'étiquetage en face avant réponde à l'ensemble de ces critères.

Un étudiant. Personne ne lit le système en face arrière ou même ne le comprend. Alors pourquoi le laisse-t-on ?

Béatrice De Reynal. Le tableau nutritionnel en face arrière restera puisqu'il sera rendu obligatoire bientôt. Il est certes mal compris, mais certaines personnes le lisent. L'autre étiquetage vient en complément du premier.

La portion, bête noire de la nutrition ?

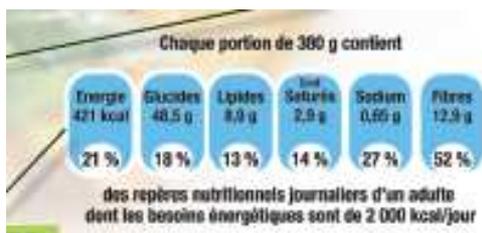


Image 4. Exemple d'étiquetage RNJ –
©Nicole Darmon Powerpoint

Béatrice De Reynal : Je voudrais éclaircir l'étiquetage des RNJ (en pourcentage) car je ne suis pas sûre que tout le monde le comprenne correctement. Il faut savoir que pour les apports de référence, l'individu moyen est une femme avec 1900 calories de besoin. Voici comment comprendre cet étiquetage : une portion de l'aliment apporte tant de « ... ».

Maintenant, additionner ou comparer des choses devient vite compliqué... Par exemple, à l'heure du goûter, je ne pourrai jamais comparer des gâteaux, un yaourt et de la pâte à tartiner. Parce que pour le nutella, la portion va être de 3,5g et pour les gâteaux, ce sera encore différent... Tout cela pour dire que les étiquetages, même s'ils sont plein de bonne volonté, sont souvent extrêmement complexes. Et la population française a énormément de mal à les comprendre.

Intervention de Denis Corpet (Chercheur à l'Inra, spécialiste des relations alimentation-cancer). Les repères journaliers, ce sont aussi des choses qu'il ne faut pas manger en trop grande quantité. Concernant les lipides saturés ou le sodium, ce n'est pas un drame d'en manger, mais on ne dit pas « il faut manger tant de sucre », on dit « ça, c'est le maximum qu'il serait souhaitable de manger ». Pareil pour le sel.

Question du public. Est-ce que le fait de ramener les portions à 100g comme on peut le voir sur beaucoup d'aliments ne permet pas, justement, de faciliter cette comparaison ? Et est-ce obligatoire désormais que les portions soient de 100g ?

Béatrice De Reynal. Il y a une information qu'on ne vous a encore pas donnée. L'étiquetage nutritionnel en France a commencé par être facultatif. C'est-à-dire que certains industriels ont apposé spontanément l'étiquetage nutritionnel (souvent, au dos ou au dessous du paquet). Donc certains des aliments que vous consommez régulièrement ont cet étiquetage nutritionnel pour 100g. Et dedans, on trouve les calories, protéines, lipides, glucides et sodium (et non pas le sel), parfois les vitamines (quand on avait le droit de les mettre) et parfois le détail des acides gras ou des sucres.

Aujourd'hui, le règlement Inco va devenir obligatoire, c'est-à-dire que tout le monde devra le faire. De toute façon, l'esprit de la loi reste le même. Les protéines sont en bas alors qu'elles étaient en numéro deux. Vous avez les graisses totales, qui avant s'appelaient lipides. Et les glucides, dont sucre. Les fibres sont assez souvent en premier.

Une autre chose que nous avons omis de vous dire : si l'industriel veut étiqueter sur un minéral, sur des fibres ou des vitamines, il le rajoute tout simplement. Par contre, ce qui devient optionnel, c'est un étiquetage en « facing » qui peut être des cartouches comme en exemple ou ce que vous voulez.

Un étudiant. J'aurais aimé savoir comment sont déterminées ces portions (qui sont parfois ridiculement petites) et comment se repérer par rapport à cela ?

Béatrice De Reynal. Cela fait partie de ce que j'appelle les opportunités du marketing nutritionnel. Pour Nutella®, la portion indiquée est de 5g alors que la portion moyenne des adolescents est de 60g. Pareil pour Kellogg's® dont la portion est à 30g alors que l'on se sert 60 ou 75g.

MAA. La portion est donc arbitraire ?

Béatrice De Reynal. L'industriel indique sur l'étiquette ce qu'il considère être une portion sachant qu'il a intérêt à faire comprendre aux consommateurs qu'il y a de nombreuses portions et également un intérêt nutritionnel pour que le consommateur sous-estime l'apport en regardant le tableau. Donc effectivement, pour les produits qui ne sont pas en portions réelles (par exemple, les biscuits en sachets individuels ou les yaourts), si le consommateur compare les portions, il se trompe forcément.

Chantal Julia. Nous avons regardé pour les céréales du petit déjeuner. Les portions vont de 25 à 40g. Cela varie du simple au double en fonction du type de céréale ou du type d'opérateur. Les biscuitiers disent que la portion dépend de l'âge de l'enfant et de son activité physique. Mais pour les gâteaux Prince® par exemple, souvent la portion

comprend 2 biscuits alors que lorsqu'ils sont emballés en sachet individuel, il y en a 4 à 6...

Nicole Darmon. Les aliments proposés en grande portion incitent à la surconsommation. Et la portion est le point faible des profils nutritionnels. Les RNJ fonctionnent à la portion. Et on vient de « démonter » la portion. En tout cas, il ne faut absolument pas qu'elle soit autoproclamée par l'industriel. Mais à part ce système de profilage-là, les autres systèmes fonctionnent en général pour 100g ou 100ml pour les liquides. On pourrait se dire que cette standardisation est bénéfique et qu'il n'y a pas d'a priori. En même temps, est-ce vraiment une bonne idée de comparer 100g d'huile avec 100g de carottes ?

Portion : peut-on la déjouer ?

Une autre façon d'approcher la portion est d'exprimer les choses pour 100kcal. Car plus les aliments sont denses en énergie, moins on en consomme : 10 à 15g pour le beurre, contre 200 à 300g pour les légumes par exemple. Il est important pour moi qu'un système de profil nutritionnel puisse intégrer très explicitement et directement la densité énergétique.

D'ailleurs, dans le système Sens (basé sur le Sain et le Lim) que nous aborderons tout à l'heure, on a choisi une double référence puisque le Lim (les aspects négatifs) est exprimé pour 100g mais le Sain (les aspects positifs) représente très directement une densité nutritionnelle, c'est-à-dire exprimée pour 100kcal. On peut plus facilement comparer les qualités nutritionnelles des aliments quand on se base sur 100kcal parce qu'on s'approche de la « portion » et on sait que la densité énergétique et la portion sont très fortement corrélées.

Une étudiante. Je suis totalement sceptique par rapport aux 100kcal parce que cela représente de l'énergie. Ce n'est pas visible, ce n'est pas une masse. On ne sait donc pas du tout ce que cela représente. Alors que 100g d'un aliment, on sait à peu près se le représenter...

Nicole Darmon. Je me suis mal exprimée. Les 100kcal interviennent dans l'algorithme (voir « *Le profil nutritionnel* », p. 16 à 18). Ils n'interviennent pas dans l'étiquetage qui est standardisé (couleur, taille de la police...) et exprimé en grammes. En revanche, dans l'algorithme, tenir compte de la densité énergétique et de la densité nutritionnelle, c'est-à-dire, la quantité de nutriments pour 100kcal, permet de s'approcher de façon objective (non arbitraire) de la portion.

Nouvelle charge pour les entreprises ou avantage concurrentiel ?

Question du public. Une grande partie des industriels de l'agroalimentaire sont des PME. N'est-ce pas une nouvelle charge pour ces petites entreprises qui vont devoir changer tous leurs emballages à cause d'un nouvel étiquetage ; cela au risque de les discriminer, voire de les éradiquer ?

Chantal Julia. Sur la réglementation Inco en face arrière, cela fait cinq ans que les industriels sont au courant et ils avaient cinq ans pour s'y mettre. L'idée était de leur laisser le temps pour cette face arrière. Encore une fois, cette réglementation pose ce qui est obligatoire en face arrière. Là, nous allons parler d'un système volontaire en face avant.

Béatrice De Reynal. Une PME peut faire l'évaluation de sa recette. Théoriquement, elle n'est même pas obligée de payer les analyses. Et deuxièmement, des structures existent dans toute la France : ce sont des centres techniques, à qui on peut faire appel pour se faire aider. Donc cela ne coûte pas si cher globalement.

En revanche, fabriquer les emballages coûte vraiment cher. C'est pour cela que la loi donne un délai de cinq ans pour se mettre en conformité. Notons que cela coûte bien plus cher aux multinationales qui ont beaucoup d'emballages qu'aux PME qui n'en ont que quelques uns. De surcroît, les emballages, qu'ils soient de PME ou de multinationales, changent régulièrement. Il faut donc profiter de ce cycle pour se mettre peu à peu en conformité avec la loi.

Question du public. On taxe aujourd'hui les cigarettes car nous savons qu'elles sont à l'origine de pathologies. Pourquoi ne pourrions-nous pas taxer les mauvais élèves alimentaires pour rendre plus accessible la bonne nourriture ?

Nicole Darmon. En France, une taxe sur les sodas existe déjà. Les taxes⁶ ont des effets pervers, notamment elles pèsent de manière disproportionnées sur les épaules de ceux qui ont un petit revenu. Pour cette raison, on parle de « taxe dégressive ». Autre chose : si on taxe les mauvais élèves, ils auront peut-être tout intérêt à rester mauvais voire même à devenir pires que ce qu'ils étaient déjà. Les solutions sont toujours complexes. En général, mes collègues économistes sont plutôt en faveur de mesures mixtes.

Un étudiant. Vous parlez uniquement des effets pervers mais ne pensez-vous pas que si l'Etat décide, même de manière symbolique, de taxer les mauvais aliments, cela susciterait une prise de conscience ? Pour reprendre le mécanisme économique de Pareto⁷, la modification d'un tout petit élément peut avoir de grands effets. Les entreprises taxées n'auront-elles pas plutôt tout intérêt à retirer les mauvais éléments du marché pour rester concurrentielles ?

Chantal Julia. Cette taxe est très controversée en Europe. Certains pays européens ont mis en place des systèmes de taxe. Dans le rapport⁸ que Serge Hercberg a rendu en 2014 (auquel

⁶ Très "chère" alimentation. Retour sur les projets de taxation des produits trop gras, trop sucrés ou trop salés (revue de presse, 2011) :

http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=3216

⁷ De l'économiste italien Vilfredo Pareto (fin du 19^{ème}) : principe selon lequel environ 80% des effets sont le produit de 20% des causes.

⁸ « Propositions pour un nouvel élan de la politique nutritionnelle française de santé publique » : <http://www.ladocumentationfrancaise.fr/var/storag/e/rapports-publics/144000068.pdf>

j'ai participé), il y a en réalité quinze propositions dont trois qui se basent sur un profil nutritionnel des aliments (un classement des aliments). La première est effectivement de mettre en place un système en face avant des emballages (ce dont on va discuter aujourd'hui). La deuxième est de taxer en fonction de la qualité nutritionnelle des produits. Et la troisième, de réguler la publicité⁹ (ce qui a été fait en Angleterre : si un produit alimentaire n'est pas suffisamment bon, vous n'avez pas le droit de faire la publicité de votre produit).

Il y a énormément de choses qui entrent en ligne de compte sur les taxes. D'abord, il y a la question de la « régressivité de la taxe » : comme nous le disions, quand vous taxez, ceux qui ont un petit portefeuille vont porter plus lourdement la taxe que ceux qui ont un gros portefeuille. C'est la même chose pour la TVA.

La question est aussi de savoir comment vont réagir les industriels ? On a un peu de recul sur

la taxe sur les sodas. Cette taxe visait au départ uniquement les sodas avec des sucres ajoutés. Finalement, cela n'a pas été possible et l'ensemble des sodas (y compris les *light*) ont été concernés. C'était une « taxe d'assise », c'est-à-dire que plus vous produisez, plus vous êtes taxé. On a constaté ensuite que les industriels réagissaient en modifiant leurs prix. Les grandes compagnies type Coca-Cola[®] ont absorbé le coût de la taxe (sans modification de prix). En revanche, les produits des distributeurs (dont les prix étaient en général plus bas) ont augmenté (ils ont répercuté la taxe sur le prix de leur produit). Donc, même si on décide de taxer, peu de données nous permettent de savoir qui va augmenter ses prix et qui ne va pas le faire.

Un certain nombre de théories expliquent qu'il faut taxer de manière proportionnelle à la qualité nutritionnelle, en se disant : si vous améliorez votre produit, vous allez diminuer votre taxe.

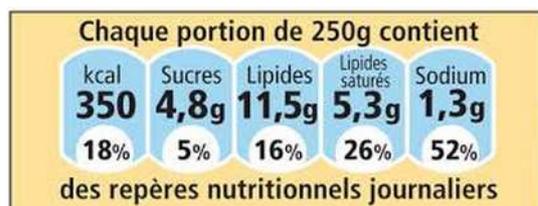
⁹ *Deux doigts coupe-faim ? Les enfants face aux messages sanitaires dans les publicités (chronique originale, 2007) :*
http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=2281

LE VOLTE-FACE DE L'ETIQUETAGE

Quel logo en face avant ?

Yann Kerveno. Nous avons abordé la face arrière des produits et allons désormais parler de la face avant. C'est d'ailleurs ici que tout se complique... Est-on tous d'accord pour dire ce que doit être un étiquetage nutritionnel simplifié ? Deuxième chose : est-on en mesure d'élaborer un étiquetage simple et intuitif comme le demande la loi ?

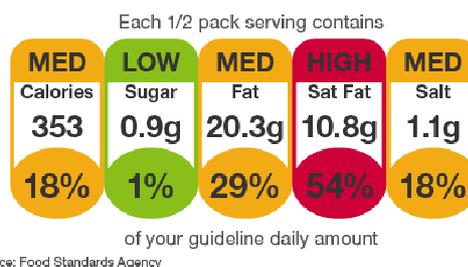
Nicole Darmon. Il n'y a pas de consensus. Comme le disait Chantal tout à l'heure, la loi française, comme la loi européenne, est d'accord sur le principe d'un étiquetage simplifié en face avant. Mais quel logo ? Comment le calcule-t-on ? Y a-t-il des couleurs ou est-ce monochrome ? Tout cela n'est pas du tout écrit dans la loi. J'ai fait une tentative de catégorisation des différents types de logos.



*Image 5. Logo monochrome % RNJ –
©Nicole Darmon Powerpoint*

Le premier logo monochrome est celui du pourcentage des RNJ qui affirme fournir une information factuelle sur le contenu nutritionnel. Quand nous en avons parlé, en une ou deux minutes, nous nous sommes bien rendus compte que ce n'était pas si factuel que cela. Par exemple, le fait de mettre au même niveau le sel et les protéines ne marche pas du tout. Il ne faut pas se dire « je vais essayer d'atteindre 100% » et ce sera bien, car finalement, pourquoi atteindre 100% du sel ? Si vous n'êtes qu'à 50%, c'est mieux ! On

entrevoit donc déjà les premières difficultés liées à cet étiquetage.



*Image 6. Feux tricolores multiples –
©Nicole Darmon Powerpoint*

Deuxièmement, les feux tricolores multiples. Pourquoi multiples ? Parce que pour chaque nutriment, il va y avoir un jugement sur la teneur de ce nutriment dans l'aliment. Ici, vous avez un exemple avec cinq nutriments. Puis, selon la teneur, cela va être étiqueté soit vert, soit orange, soit rouge (vert quand c'est bien et rouge quand il y en a trop). Beaucoup d'études menées montrent que c'est relativement bien compris mais que c'est quand même confusant. En terme de décision, cela ne nous aide pas forcément. Par exemple, dans un produit comme celui-là où il y a à la fois du vert, du orange, du rouge, on ne sait pas trop quoi faire... C'est un étiquetage qui existe au Royaume-Uni depuis déjà plusieurs années. Un premier retour sur expérience est donc possible.



*Image 7. Logos santé positifs –
©Nicole Darmon Powerpoint*

D'autres étiquetages existants sont les logos santé positifs. Le parti pris est ici de faire porter le logo uniquement à des aliments qui dépassent un certain seuil, qui peuvent faire la

preuve d'une bonne qualité nutritionnelle, d'un bon profil nutritionnel. Tous les autres ne sont tout simplement pas marqués. Là aussi, on sait qu'il y a des effets pervers notamment l'« effet halo » : si les consommateurs voient sur un aliment un étiquetage positif comme la clef verte ou le logo *Choices*[®], ils ont tendance à penser que l'aliment est bon dans sa globalité et peut-être à en surconsommer ou alors à s'autoriser des aliments moins intéressants par ailleurs. Ces logos existent aussi. *Choices*[®] est largement utilisé par le groupe Unilever.

Chantal Julia. *Choices*[®] est actuellement mis en oeuvre aux Pays-Bas et en Pologne. Et la clef verte, au Danemark au départ, puis en Norvège et en Finlande.



Image 8. Deux exemples de logos coloriels simples (Simple Traffic Lights) – ©Nicole Darmon Powerpoint

Nicole Darmon. Ensuite, dernier type de logo sur lequel Chantal et moi travaillons actuellement : les logos coloriels simples. Pourquoi simples ? Parce qu'on va juger l'aliment dans sa globalité et celui-ci va porter une couleur, une note ou un classement. Le principe est un chapelet de couleurs d'un côté ou bien des pyramides plus ou moins pleines, mais aussi avec des couleurs. Ici, on se base vraiment sur un système de profilage nutritionnel : un algorithme de calcul qui, une fois l'algorithme rempli, va nous dire si l'aliment est vert ou orange, ou bien s'il aura telle ou telle note et s'il sera étiqueté comme ci ou plutôt comme cela.

Chantal Julia. Sur l'étiquetage nutritionnel simplifié, on peut synthétiser encore plus l'information. Il y a deux types : ceux qui vont donner une information nutriment par nutriment (avec ou sans couleur), et ceux qui vont être un indicateur unique soit (coloriels) simples, soit comme nous les appelons : les

logos graduels. Ces derniers nécessitent derrière un profil nutritionnel qui est un indicateur unique continu et qui permet de classer les aliments les uns par rapport aux autres.

Yann Kerveno. Comment sont-ils classés ? En fonction de leur nocivité ?

Chantal Julia : Les profils nutritionnels sont nombreux... Ici, ce sont juste les deux exemples qui sont proposés en France mais dans les logos graduels, un certain nombre existe déjà aux Etats-Unis. Un autre, monochrome et qui va de zéro à cinq étoiles, a été très récemment mis en place en Australie et en Nouvelle-Zélande. Un autre système américain et sous brevet s'intitule le *Nuval*[®] : il va de 1 à 100 (1 pour le moins bon et 100 pour le meilleur). Toute une série de logos existe donc déjà sous cette forme, c'est-à-dire à partir d'un profil nutritionnel.

Le profil nutritionnel

Yann Kerveno. Qu'est-ce qu'un profil nutritionnel ?

Béatrice De Reynal. Pour un aliment, ce sont ses caractéristiques en termes de macronutriments et éventuellement de micronutriments. Un aliment n'est rarement composé que d'une seule catégorie d'éléments. C'est donc la totalité de ces critères par rapport à l'adéquation avec les besoins de l'humanité.

MAA. Les logos qui sont actuellement en débat sont les deux logos coloriels simples (ABCDE et celui en terme de fréquence). Alors pourquoi y a-t-il tant des tensions ? Qu'est-ce qui diffère dans l'approche pour choisir l'un ou l'autre ? N'envisagez-vous pas ce qu'est la qualité nutritionnelle de la même façon ? La calculez-vous de manière différente ? En fait, quels sont les éléments qui vous rapprochent et quels sont ceux qui vous éloignent ?

Nicole Darmon. Depuis toujours, je plaide pour une solution collective et collaborative. Pour ce faire, je m'appuie sur un rapport de l'OMS (Organisation mondiale de la santé)

paru il y a quelques années et qui s'appelle « *What works* »¹⁰ : qu'est-ce qui marche en terme d'intervention sur l'alimentation et l'activité physique ? L'OMS dit que les solutions qui fonctionnent sont celles qui intègrent les acteurs à toutes les étapes du processus, de la conception jusqu'à l'applicatif. Selon moi, seul un système qui a été réfléchi et intégré par les opérateurs (distributeurs, industriels, consommateurs) depuis le début du processus peut marcher, et non pas un système imposé, « parachuté » et qu'ils ne comprennent pas.

Ma démarche est donc de travailler dans un processus collaboratif avec des industriels et des distributeurs. Et je peux vous assurer qu'ils ont fait du chemin. Maintenant, ils ont compris comment le système marche et l'intelligence qu'on peut injecter dans un tel système.

Je conserve la même approche en recherche. Par exemple, concernant mes recherches interventionnelles auprès des populations défavorisées, je vais commencer par discuter avec les personnes qu'on a envie d'intégrer dans un processus dynamique, pour ne pas que l'intervention soit parachutée et ne soit qu'un simple cours de diététique. Pour moi, c'est vraiment cela l'essentiel de la différence.

Chantal Julia. Nous sommes chercheurs et nous avons pour objectif d'éclairer si possible la décision politique avec des données scientifiques, collectées de façon indépendante et validées, pour éviter effectivement le « parachutage » d'une idée.

Depuis plusieurs années, depuis que cette proposition a été mise sur la table, nous travaillons sur la validation. Il y a deux choses dans ce processus. D'abord, comment classe-t-on les aliments les uns par rapport aux autres ? C'est une première étape de validation. Et la deuxième étape : comment traduit-on ce classement dans un système d'information nutritionnel ? En effet, ce n'est pas parce que votre profil classe bien (enfin, comme vous le

voudriez) les aliments les uns par rapport aux autres que ce que vous proposez ensuite est compris par les consommateurs et qu'ils sont capables de l'utiliser. Notre travail a donc été de fournir le plus de validations possible.

Alors non, nous n'avons pas travaillé avec des industriels... Car je pense qu'il est indispensable, quelle que soit la proposition, qu'il y ait une évaluation indépendante menée par des scientifiques. C'est le rôle des agences indépendantes, que ce soit l'Anses (Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail) ou le Haut Conseil de la Santé Publique (instance indépendante qui est chargée de transformer les connaissances scientifiques brutes en des applications de santé publique).

« 5C »...

Yann Kerveno. Comment arrive-t-on, à partir d'un profil nutritionnel, à assigner une lettre ou une couleur ?

Chantal Julia. Le 5C, fait appel à un profil nutritionnel des aliments. Nous nous appuyons sur un profil développé par les Anglais durant deux ans et issu d'un groupe de travail en concertation avec des distributeurs et des scientifiques pour la validation du document final. A partir du tableau en face arrière d'un produit pour 100g, vous prenez d'abord le sel, les acides gras saturés, l'énergie et les sucres simples. Vous leur donnez individuellement entre 0 et 10 points. Vous faites une première somme qui va de 0 jusqu'à 40 pour les pires.

Ensuite, vous prenez les fibres, les protéines et le pourcentage de fruits et légumes dans l'élément, et vous attribuez entre 0 et 5 points. Et vous retranchez à la somme précédente. Donc, si vous êtes à 0 pour l'énergie par exemple, vous pouvez aller jusqu'à -15 pour les meilleurs produits. Et vous pouvez monter théoriquement à +40 pour les moins bons. Ensuite, des seuils ont été calculés pour déterminer quels aliments allaient dans quelle catégorie. Au départ, le score est donc continu, il va de -15 à 40 pour classer les aliments les uns par rapport aux autres. Les -15 ont A et les +40 sont en rouge (mais ils n'existent pas).

¹⁰ Pour en savoir plus :

<http://www.who.int/dietphysicalactivity/whatworks/en/>

Nicole Darmon. Il faut bien savoir qu'un système d'étiquetage nutritionnel simplifié est composé d'un algorithme de classement, d'un logo et d'une communication autour du logo.

Je reviens à l'algorithme qui est derrière le système que nous avons développé en relation avec les industriels et les distributeurs. Il est basé sur un système qui avait également été développé de façon collaborative et indépendante dans un groupe de travail de l'Afssa (aujourd'hui appelée Anses) en 2008. Ce qui veut dire que cette question est sur la table depuis longtemps. En 2008, pourquoi un groupe de travail de l'Anses avait-il été constitué pour développer un système de profil nutritionnel ? C'était en référence à une autre réglementation européenne sur les allégations nutritionnelles et de santé sortie en 2006, qui stipulait que n'auraient le droit d'apposer une allégation que les aliments ayant un bon « profil nutritionnel ». C'est la première fois que ce terme était utilisé dans un texte officiel. Cela a suscité beaucoup de travaux, des groupes de travail, des publications, ... Une « mayonnaise » a pris à cette époque, comme on le voit aujourd'hui avec le règlement Inco et l'étiquetage simplifié.

Donc, ce groupe de travail a développé le système Sain et Lim basé sur deux scores : un score Sain (score d'adéquation individuelle aux recommandations nutritionnelles) et un score Lim (score des nutriments à limiter dans le cadre d'une alimentation équilibrée, score plutôt négatif). En combinant ces deux scores de façon graphique et en posant des seuils sur ces deux scores, on arrivait à 4 classes. Je parle au passé parce que, pour aboutir au système qui s'appelle Sens (Système d'étiquetage nutritionnel simplifié) aujourd'hui, on est parti du système Sain et Lim pour le faire évoluer de façon à l'adapter à la question de l'étiquetage (puisqu'au départ, il avait été développé pour la question des allégations). On peut désormais classer les aliments de façon ordonnée, ce qui n'était pas le cas initialement.

MAA. Béatrice, quel regard portez-vous sur ces deux propositions qui sont en débat aujourd'hui en France ? Vous travaillez aussi beaucoup avec l'industrie agroalimentaire, qui ne souhaitait pas de logo. L'Ania, elle, défend les RNJ...

Béatrice De Reynal. Comme toute arrivée de nouvelle norme, les groupes professionnels et l'industrie réagissent vivement parce qu'on leur impose souvent des contraintes supplémentaires donc du travail, de l'argent, des taxes et des frais additionnels. Il faut aussi savoir que même au 21^{ème} siècle, la nutrition est encore une « arlésienne » dans beaucoup d'industries alimentaires. Même les grosses industries ne savent pas forcément ce qu'il y a dans leurs produits et, tant que les produits se vendent, cela ne semble pas poser de problème. Je pense donc d'abord qu'il faut que les industriels sachent un peu mieux ce que leurs produits « ont dans le ventre ».

Ce qui m'importe ensuite le plus, c'est qu'il y ait une communication loyale vis-à-vis du consommateur moyennement informé. Et je m'intéresse à comment l'industriel va mettre en avant les atouts de son produit sans pour autant occulter les faiblesses, voire même les aspects négatifs ? Par exemple, si l'on propose un aliment avec des vitamines ajoutées alors que l'aliment est au départ médiocre nutritionnellement, j'estime que ce n'est pas loyal. Le consommateur va voir qu'il y a de la vitamine et va penser que c'est bien alors que sa matrice n'est pas bonne.

Un logo comme nouvel outil pédagogique...

Après, en tant que nutritionniste, je préfère avoir les gens en face de moi et leur donner de l'information. Je préfère informer le consommateur (même avec du détail) plutôt que de lui dire ce qu'il doit faire ou de lui dire « attention, manger tue », ce qui est un non-sens phénoménal. D'ailleurs, les industriels ont l'impression qu'on leur impose la même chose que pour les cigarettes : au lieu de « Fumer

tue », ce serait « Manger tue ». Notons au passage que les fumeurs continuent à fumer, ils retournent juste le paquet pour masquer l'information...

MAA. Vous dites vous adresser au consommateur moyen, cela passe donc par de l'éducation, des conférences ? Ou comment imaginez-vous cela ? Et pourquoi tient-on toujours plus le consommateur par la main pour le guider dans ses achats au lieu de l'éduquer ou de lui donner quelques notions de gestion du risque ?

Béatrice De Reynal. L'explication nutritionnelle prend du temps. Le logo est un concentré, un repère. Mais il faut avoir des bases de connaissances pour pouvoir comprendre toute la portée de ce logo. C'est là la difficulté. Je pense qu'effectivement, il aurait mieux valu avoir une solide information nutritionnelle, qui commence à la maison.

Mais les mères de famille ne peuvent pas donner d'information sur des aliments qui n'existent pas encore. Aujourd'hui, les magasins regorgent d'aliments qui n'existaient pas quand vous étiez petits. Il faut donc d'autres relais, au-delà des parents et des enseignants. Nous sommes en défaut d'instruction nutritionnelle, et à tous les niveaux, y compris les praticiens.

La seule chose que l'on peut apprendre est à s'intéresser à l'alimentation, à la façon dont sont faits les aliments de façon à avoir un œil un peu plus critique lors du choix des aliments, de manière intuitive et culinaire. L'étiquetage n'est qu'un repère. Si vous achetez tout avec des pastilles vertes, vous n'aurez pas pour autant une alimentation équilibrée. Dans l'équilibre alimentaire, l'étiquetage n'est qu'une toute petite partie d'un grand ensemble.

Il faut aussi que les consommateurs pensent important de lire les étiquettes. La seule chose intéressante sur un étiquetage nutritionnel est la liste des ingrédients, et pas le tableau, ni les logos. Et personne ne la lit... Elle est pourtant lisible et obligatoire. Je suis donc assez méchante sur cet aspect mais je dis : on ne vous vend pas n'importe quoi, vous achetez n'importe quoi !

MAA. On parle d'éducation nutritionnelle alors qu'il me semble plutôt important de parler d'éducation à l'alimentation et de rappeler qu'il faut manger varié.

Chantal Julia. L'étiquetage n'est qu'un outil. Ce n'est pas un guide pour vous dire que vous ne devez manger que vert. Déjà, ce n'est pas possible techniquement et en plus, ce ne sera pas forcément plus équilibré. La question est : comment allez-vous utiliser cet outil ? L'objectif est, pour les personnes qui ne souhaitent pas changer la structure de leur alimentation, de substituer des aliments pour d'autres d'une meilleure qualité nutritionnelle, juste en prenant en compte ce code couleur. In fine, ces petites substitutions peuvent faire une différence dans votre équilibre alimentaire global et dans vos apports nutritionnels. Mais ce n'est qu'un petit pas de plus dans une démarche globale qui implique de comprendre ce qu'est une portion ou un groupe alimentaire, ou comment équilibrer sa journée, etc.

... dans un processus plus global d'éducation du consommateur

Si ce système est mis en place, il faut instaurer également un système d'éducation qui permettent aux gens de s'en emparer et de savoir comment il faut s'en servir. Cela ne va pas tout résoudre. Il y aura toujours une nécessité d'avoir une éducation alimentaire beaucoup plus large sur les différents groupes alimentaires et sur leur intégration à l'intérieur d'une alimentation équilibrée. Et vous n'allez pas pouvoir le faire avec un seul élément sur un emballage.

Yann Kerveno. On n'arrête pas de nous dire qu'on nous simplifie la tâche du « manger » en nous préparant des produits. Mais ça nous la rend beaucoup plus compliquée au bout du compte. C'est un paradoxe amusant...

Question du public. On a beaucoup parlé de l'efficacité des logos, mais ne manque-t-il pas une communication et une explication de ces logos ?

Nicole Darmon. Le système d'information simplifié est en effet un ensemble : le logo, l'algorithme de classement et les éléments de langage, la communication, l'éducation, le « marketing social » (c'est-à-dire l'accompagnement pédagogique visuel qui va forcément de pair avec l'installation de ce repère). Le repère ne s'installe d'ailleurs qu'à cette condition.

Un étudiant. On cherche à toucher les gens qui ne lisent pas les étiquettes à l'arrière. Est-ce bien opportun d'ajouter encore une étiquette, cette fois à l'avant ? Pourquoi ne se concentre-t-on pas sur l'éducation à l'existant plutôt que de vouloir inventer toujours de nouvelles étiquettes et de complexifier ainsi l'éducation ?

Nicole Darmon. Quand on fait de l'éducation, on se dote d'outils pédagogiques : des jeux, des figures, des images qui vont permettre à ceux qui sont en face de vous comprendre. Eh bien, l'étiquetage est un outil pédagogique et fait partie de l'éducation.

Chantal Julia. Pourquoi changer l'existant ? L'étiquetage en face arrière n'est pas lu et est mal compris, même chez les intéressés. Et personne n'a la capacité en temps de faire des courses en comparant un à un les systèmes en face arrière. L'idée est d'avoir un outil pour résumer ce qu'il y a en face arrière pour prendre une décision rapide dans une situation d'achat.

On veut simplifier la tâche cognitive qui est dévolue au consommateur. Il faut un indicateur très simple qui va permettre à n'importe qui de prendre en main ce choix, même s'il n'a pas l'éducation nécessaire. Certes, cela n'empêche pas qu'il faille faire de l'éducation. Mais si on veut aider les gens à faire des choix alimentaires quand ils sont dans un magasin et qu'ils n'ont pas le temps, c'est un des meilleurs outils.

Yann Kerveno. A propos d'éducation, n'hésitez pas à consulter le site collaboratif *Open Food Facts*¹¹ sur lequel vous pouvez regarder les étiquettes des produits avant

¹¹ Pour en savoir plus : <http://fr.openfoodfacts.org/>

d'aller faire les courses et vous pouvez participer en renseignant l'étiquette, la composition des différents produits que vous achetez.

Un étiquetage pour palier les disparités socio-économiques ?

MAA. Pour revenir sur ce fameux logo, vous dîtes que nous sommes informés qu'il faut varier les sources d'approvisionnement, les menus, etc. Mais concernant les populations défavorisées (économiquement, socioculturellement) qui ont accès à une alimentation moins diversifiée, est-ce à eux qu'est destiné ce logo ?

Béatrice de Reynal. Lorsque vous achetez des produits qui sont très simples (carottes, pommes de terre ou bananes), c'est beaucoup moins cher que d'acheter des pizzas toutes faites, même si elles sont « premier prix ». C'est surtout une question de temps. Effectivement, une personne qui est défavorisée, qui travaille beaucoup, qui passe beaucoup de temps dans les transports pour aller travailler, n'aura sûrement pas le temps ni l'envie de cuisiner un pot-au-feu en arrivant.

En plus, elle a besoin d'un certain réconfort. C'est en cela que le problème de l'alimentation et des choix alimentaires dépasse l'achat strictement alimentaire. C'est aussi un achat de réconfort, hédonique, qui apporte du plaisir. Au-delà du plaisir strictement gustatif ou physiologique, c'est aussi un plaisir intellectuel. Une personne a besoin de se faire plaisir et de faire plaisir à ses enfants. Pour ce faire, elle va leur acheter des produits de marque, souvent chers : pizzas, gâteaux, bonbons... des aliments facultatifs. Et quand vous additionnez cela toute la journée, au bout du compte, votre alimentation n'est pas forcément saine.

Nicole Darmon. Je travaille sur l'alimentation des populations défavorisées depuis plus de quinze ans. Aujourd'hui en France, cela ne va pas trop mal. Le différentiel socioéconomique des consommations alimentaires semble s'être beaucoup atténué. Il y a un gradient, certes,

mais il ne faut surtout pas caricaturer en disant que d'un côté, il y a les pauvres qui mangent mal et de l'autre, les riches qui mangent bien sous prétexte qu'ils vont aux AMAP¹², etc.

La première cible devrait en effet être le consommateur pressé, stressé, sous contrainte économique et en difficulté. C'est vraiment à lui qu'est destiné cet étiquetage intuitif. Là-dessus, je serai un peu pessimiste, ou en tout cas, modeste. J'ai mené deux études d'étiquetage successives en conditions réelles. L'une à la demande du Ministère de la Santé dans des magasins Casino. Et ces étiquetages ont volontairement été conduits dans des zones défavorisées (le quartier Nord de Marseille). Il ne faudrait pas que cela fonctionne uniquement chez les plus éduqués et qu'on ait un gradient qui fasse que cela marche de moins en moins bien quand les gens sont peu éduqués et ont peu de moyens. On ne ferait alors qu'une chose : creuser les inégalités qui existent (même si je dis que ça s'atténue et que ce n'est pas une catastrophe).

Quid de l'efficacité ?

La première étude était plutôt sur un logo de type santé positif, apposé sur le meilleur tiers de trois catégories d'aliments : les plats cuisinés, les produits laitiers et les snacks. La mise en place de cette expérimentation en conditions réelles a représenté un gros travail. Il y a toujours des perturbations liées à la vie du magasin : la rentrée des classes, Halloween, Noël, les différentes promotions... En bref, nous n'avons pas vu d'effet. Mais l'expérience n'avait duré que deux mois, ce n'était que sur certaines catégories d'aliments et qu'avec des logos positifs.

¹² *Association pour le maintien d'une agriculture paysanne (AMAP) : système de paniers (de légumes ou autres) hebdomadaires impliquant un engagement sur l'année, qui sécurise donc les débouchés pour le producteur.*

Pour aller plus loin, accéder au cahier « Une alimentation de proximité pour couper court aux crises ? » :
http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=3598

L'année d'après, nous avons donc recommencé dans le cadre d'une étude d'intervention que je mène depuis plusieurs années dans les quartiers Nord de Marseille et maintenant en PACA et ailleurs, qui s'appelle *Opticourses*, un vaste programme d'intervention avec un volet demande et un volet offre. Dans le volet offre, une proposition était de tester un étiquetage qui ciblait les aliments de bonne qualité nutritionnelle pour leur prix ; une tentative d'association de ces deux critères. L'expérience a eu lieu dans des magasins Dia, fréquentés dans des quartiers défavorisés mais avec des prix relativement abordables. Cette fois-ci, l'expérimentation a duré six mois. L'accent a été mis davantage sur le marketing et la communication autour de l'expérimentation.



*Image 9. Etude d'intervention « Opticourses » dans un magasin Dia –
©Nicole Darmon Powerpoint*

Voici une photo d'un des deux magasins Dia dans lesquels nous avons fait le test. Tout était vraiment visuel : de grandes affiches très colorées, etc.

Et cela n'a pas marché non plus. Nous n'avons pas vu de différence au bout de six mois. Ce qui ne signifie pas que cela ne marchera pas ou jamais, mais qu'il n'y aura pas une solution miracle ! Quand les gens font leurs courses, surtout dans ces quartiers-là, ils ont « la tête dans le guidon », ils vont au plus vite, ils sont stressés. Faire bouger les lignes est compliqué...

A chaque logo, ses limites et ses biais

MAA. Chantal, quelles populations sont – elles visées ? Y a-t-il des limites, des freins ou des effets pervers, des biais ?

Chantal Julia. Oui, il y en a et il y en aura, quelque soit le système qui est proposé. En revanche, on sait que tout système en face avant, quel qu'il soit, est mieux que rien, quoi qu'il arrive. C'est mieux pour que les gens comprennent la composition des aliments. C'est mieux pour attirer leur attention parce qu'ils ne vont pas retourner le paquet de manière spontanée. Mais la question qui se pose est : que met-on en face avant ? On sait qu'ils ne sont pas tous aussi efficaces, et que cela varie en fonction des gens.

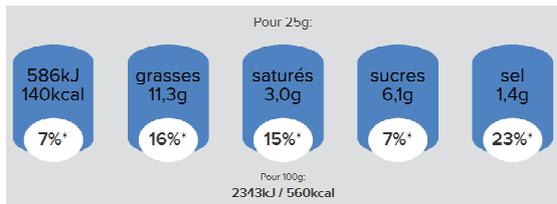


Image 10. Autre exemple d'étiquetage RNJ (par « nutriments spécifiques ») - ©Chantal Julia Powerpoint

Par exemple, l'avantage des RNJ, puisqu'ils viennent des industriels, est qu'ils se présentent toujours de la même façon, sous la forme de cartouches. C'est normalisé, ils sont tous identiques. Le problème est qu'il s'agit de l'indicateur qui marche le moins bien parce qu'il y a plein d'informations (cinq au maximum) et, en plus, elles sont chiffrées. Pour décoder ces informations chiffrées, il faut avoir un certain niveau d'éducation. Et comme on traite « nutriment par nutriment », il faut être capable de savoir ce que sont le sodium, les acides gras saturés ou les sucres par rapport aux glucides.

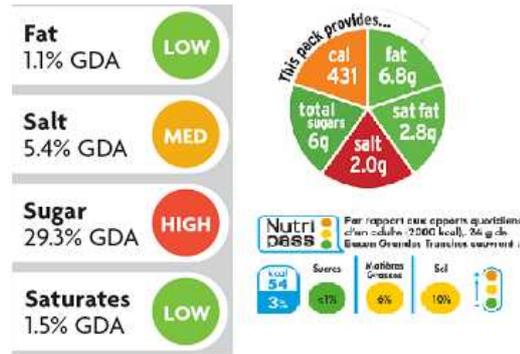


Image 11. Les divers feux tricolores multiples (par « nutriments spécifiques ») - ©Chantal Julia Powerpoint

La petite amélioration de ce dernier est la version « nutriments » mais avec des couleurs. Il a commencé en Grande-Bretagne en 2005. L'erreur est d'avoir breveté seulement la couleur. C'est-à-dire qu'il peut y avoir plein de formats différents. Et comme les formats ne sont pas identiques, on a du mal à vraiment comparer les aliments entre eux. On sait aussi que les gens qui utilisent les feux tricolores s'en servent en comptant le nombre de verts, le nombre d'oranges, et le nombre de rouges pour pouvoir comparer les aliments entre eux. Donc, il s'en servent comme si c'était un indicateur unique. Mais ce type d'indicateur nécessite de pouvoir hiérarchiser les nutriments les uns par rapport aux autres. La dernière chose est qu'un acte d'achat dure environ trente secondes...



Image 12. Les « indicateurs uniques » simples - ©Chantal Julia Powerpoint

Par conséquent, les logos simples sont a priori ceux qui sont les plus compris et par tout le monde. Et entre les logos simples, qui vont être uniquement estampillés sur les bons produits d'une catégorie, et les logos graduels, le logo graduel semble être le plus efficace chez tout le monde. Des études ont été menées sur l'utilisation et la compréhension de ces logos (étude *NutriNet-Santé*). Effectivement, il y a peut-être un biais de sélection mais il y a

quand même des chômeurs et des gens avec un faible niveau d'éducation. On a essayé de comparer l'efficacité des quatre types d'éléments : les RNJ, les logos simples (qui ressemblaient un peu à *Choices*[®], un feu tricolore multiple et le 5C.



Image 13. Les « indicateurs uniques » graduels -
©Chantal Julia Powerpoint

On s'est d'abord rendu compte que n'importe lequel était mieux que rien pour comprendre comment les aliments se classent les uns par rapport aux autres. Et ensuite, on a pu voir que le logo 5C était celui qui était le plus efficace, mais surtout qu'il était efficace chez tout le monde, y compris chez ceux qui connaissaient le moins de choses en nutrition. Et le plus important est de réussir à atteindre la population qui justement n'y connaît rien.

Nutrition et porte-monnaie

Question du public. Ce logo peut faire peur car si les industriels innovent pour que leurs produits passent au « vert » et répercutent cette amélioration nutritionnelle par une augmentation du prix, les consommateurs les plus pauvres auront tendance à s'orienter vers des produits moins bons nutritionnellement mais moins chers...

Nicole Darmon. Il ne faut pas penser que le vert est cher et que le rouge ou violet n'est pas cher. Les études qui ont été faites pour comparer la qualité nutritionnelle d'une même gamme d'aliments démontrent qu'il n'y a pas de lien entre le prix de l'aliment et sa qualité nutritionnelle.

De façon générale, les aliments de forte densité énergétique sont des calories pas chères. Mais cela est différent ! Un biscuit, de marque ou

pas, sera de toute façon un apport de calories pas cher par rapport à des légumes qui n'apportent pas de calories mais qui ont l'avantage d'apporter beaucoup de vitamines et de minéraux. Il ne faut absolument pas faire l'équation « bonne qualité nutritionnelle = prix élevé » parce que c'est faux.

Pouvoir classer les produits dans un même rayon

Chantal Julia. L'avantage des systèmes graduels est qu'ils permettent en général deux choses. D'une part, de respecter la hiérarchie des groupes alimentaires les uns par rapport aux autres. Les fruits et légumes sont mieux classés que les produits de snacking. Mais cela permet surtout de comparer les produits dans une même catégorie.

Par exemple, si quelqu'un qui s'y connaît un peu en nutrition doit choisir une pizza, il se dira que la « 4 saisons » est sûrement mieux que la « 4 fromages ». Par contre, si vous optez pour une « margarita », il y a une énorme variabilité dans la composition des produits entre les marques. Et avec les cinq couleurs, vous pouvez prendre une margarita verte ou une margarita orange ou rouge. L'avantage, c'est que vous pouvez comparer pour un même type d'usage.

C'est-à-dire que vous n'allez pas forcément modifier la structure complète de votre alimentation (vous ne mangerez pas des fruits et légumes à la place de manger votre pizza) mais si vous avez envie, vous pouvez le prendre en compte. En outre, c'est coloré donc on le voit plus vite. Vous pouvez alors comparer des produits les uns par rapport aux autres, tout en gardant les mêmes types de produits.

Une étudiante. Vous avez utilisé la technique du score entre -15 et 40 pour classer vos produits avec des seuils pour chaque catégorie. Et vous dites que le 5C peut permettre de comparer à la fois au sein d'une catégorie et des catégories différentes ? Alors, est-ce bien le même indicateur qui permet de dire que les fruits sont meilleurs que les pizzas mais aussi que certaines pizzas sont meilleures que d'autres ?

Chantal Julia. On a l'impression qu'une même catégorie de produits est composée de la même façon. Mais, en réalité, de très nombreuses choses entrent en ligne de compte. Par exemple, pour une pizza : les qualités des aliments, la qualité des céréales utilisées, la quantité de légumes par rapport à la pâte, le type et la quantité de fromage, etc. Il existe donc une variabilité nutritionnelle importante entre aliments de marques différentes et nous n'en avons pas conscience. On a donc une carte à jouer pour révéler cette différence qu'on ne perçoit pas actuellement.

Mais cela respecte une certaine hiérarchie. Les fruits et légumes sont d'ailleurs tous verts. Vous n'aurez pas de surprise. Les charcuteries, les produits chocolatés, les produits gras et sucrés vont être plutôt dans le rouge. Et les produits connus pour avoir une bonne qualité nutritionnelle, les produits complets par exemple, sont plutôt vers le vert. Mais nous parlons là de la hiérarchie des aliments les uns par rapport aux autres, en moyenne. L'idée n'est pas de s'en servir pour hiérarchiser les groupes alimentaires les uns par rapport aux autres mais surtout pour comparer au sein d'un même rayon, dans une même catégorie. Il n'y a d'ailleurs pas de vert dans tous les groupes alimentaires. Il n'y en aura par exemple pas pour les biscuits.

MAA. Mais il n'y a pas non plus d'interdit à manger du rouge...

Manquements, critiques et... validité ?

Question du public. Pourquoi l'étiquetage permet-il d'opérer un choix entre des pizzas entre elles, mais pas entre des fruits et légumes ?

Béatrice de Reynal. Tous les aliments qui ne sont pas déjà emballés ne sont pas obligés d'être étiquetés.

Nicole Darmon. J'ai très envie de réagir là-dessus. Moi, je pense que c'est dommage. Pourquoi le législateur n'a pas demandé à ce que l'étiquetage englobe aussi les produits en vrac ? Pour ces produits, on sait pourtant bien dire leur origine et leur mode de transport.

Serait-ce vraiment si compliqué d'ajouter un code couleur ? C'est la même chose pour les fruits et légumes... Il s'agit de quelque chose que je ne comprends pas.

Chantal Julia. La réponse à la question « pourquoi les fruits et légumes sont tous verts ? » est « Parce qu'on veut qu'ils soient tous verts ». Pour les fruits, on peut discriminer entre les fruits au sirop et les fruits simples, naturels. L'objectif est de favoriser la classe des fruits et légumes. Les légumes sont donc quasiment tous verts. Mais c'est finalement plutôt rassurant.

Béatrice de Reynal. Pour revenir sur tout ce qui s'est dit aujourd'hui, l'étiquetage en question ne prend absolument pas en compte la densité nutritionnelle des aliments, c'est à dire, leur contenu en vitamines, minéraux, fibres et nutriments. C'est dommage. Mais tout ce qui est simple est simpliste et forcément partiel. On peut aller effectivement plus loin dans l'étiquetage nutritionnel de tous les aliments, en particulier dans la classe des fruits et légumes. Certains apportent beaucoup de choses et d'autres n'apportent rien ou de l'eau. Mais ce sera pour l'étape suivante.

Une étudiante. Vous voulez que les fruits et légumes soient classés dans le vert. Du coup, ne pourrait-on pas extrapoler et dire qu'il y a des catégories d'aliments que vous voulez rouges ? Alors, cela ne serait plus tellement objectif... Cela devient politique et ne représente plus une véritable information sur la qualité nutritionnelle.

Nicole Darmon. Vous posez la question de la validité du système de classement. En réalité, il s'agit d'un gros problème. L'OMS a écrit un rapport spécifiquement pour décrire ce que sont les systèmes de profil nutritionnel, quelle est la démarche à adopter pour développer puis valider un tel système. La première chose dite sur le sujet de la validation est que l'on manque de « Gold standard » (référence absolue et consensuelle). Le seul « Gold standard » qu'on ait aujourd'hui est notre bon sens nutritionnel, la connaissance des spécialistes de la qualité des aliments. En revanche, je peux développer un système de profil nutritionnel qui est un algorithme de

calcul de façon à atteindre un résultat précis et faire qu'au bout du compte, les tomates seront vertes et le beurre sera rouge.

Chantal Julia. Il y a malgré tout un certain nombre de consensus sur certains groupes alimentaires et la santé. La consommation de fruits et légumes est associée à un meilleur état de santé, à une diminution du risque de cancer en particulier, etc. C'est cela qui oriente la façon dont on construit un profil nutritionnel. On se dit que les aliments connus pour avoir un effet bénéfique doivent être verts et ceux connus pour avoir des effets délétères (par exemple, la charcuterie) doivent être plutôt dans le rouge.

Autant peut-on avoir une idée sur ces « extrêmes » en terme de groupes alimentaires, autant il est difficile de classer les aliments qui vont être au centre (et c'est la grosse majorité des aliments). Pour cela, il n'y a pas de consensus. D'où l'intérêt d'utiliser un profil nutritionnel qui va permettre d'établir un classement sur la base d'un algorithme et de s'écarter du seul « bon sens ».

Nicole Darmon. Par rapport à la justification des classements, il y a toute une batterie de tests de validation. Exemple d'une validation que nous menons dans notre laboratoire : on part d'un panier individuel ou d'un panier moyen qu'on améliore de façon à lui faire respecter l'ensemble des recommandations nutritionnelles. Et on regarde comment évoluent les classes dans le panier pour atteindre l'amélioration de la qualité nutritionnelle. En fonction de l'augmentation de chaque classe et de la hiérarchie dans le changement des consommations des différentes classes d'aliments (par exemple, la classe verte est plus augmentée que la classe bleue qui est elle-même plus augmentée que la classe orange, etc), on peut valider ou non le fait que les classes sont bien ordonnées par rapport à ce qu'on attend d'elles, c'est-à-dire de prédire la capacité d'un aliment à s'intégrer à une alimentation équilibrée.

Un étudiant. Puisqu'on parle d'un système graduel transversal et pour sortir de l'exemple des pizzas, si l'on prend le vin ou le fromage, le système sera-t-il capable de les différencier

entre eux ou seront-ils dans un intervalle allant de violet à rouge ?

Chantal Julia. Les boissons alcoolisées ne sont pas « notées » car ce profil nutritionnel ne prend pas en compte l'alcool. Il est donc absurde de vouloir l'appliquer au vin par exemple. Pour les fromages, on peut les différencier mais comme on essaie de maintenir une hiérarchie entre les aliments, les fromages n'iront pas jusqu'au vert. C'est l'intérêt d'un système transversal par rapport à un système par catégorie qui implique qu'il y ait du vert dans toutes les catégories, et qui devient plus compliqué et confusant pour le consommateur.

MAA. Le beurre et l'huile sont-ils rouges ?

Chantal Julia. Non, le beurre est rouge. L'huile, en fonction de celle considérée peut être rose ou orange ; la taille de la portion étant sous-entendue dans le système. On sous-entend donc pour ces produits, que c'est moins fréquent et que les portions sont plus petites.

Industrie et innovation

Un étudiant. Ce logo implique pour les industriels un nouveau coût marketing. Les MDD (marques de distributeurs) copient et produisent le produit par la suite avec des coûts beaucoup moins importants et une qualité quasi-équivalente. Ce logo ne serait-il pas un frein à l'innovation chez les industriels et ne favoriserait-il pas les MDD au détriment des autres entreprises ?

Chantal Julia. Il y a des industriels qui utilisent les profils nutritionnels (c'est-à-dire les algorithmes qui sont derrière ces logos) pour l'innovation, avec l'idée d'innover pour obtenir des produits de meilleure qualité nutritionnelle. Ils se servent donc de ces profils pour reformuler leurs aliments. Cela peut donc être au contraire un élément de plus dans l'innovation.

Le fait que l'information apparaisse en face avant donne aussi un avantage compétitif. Sur un même type de produit, si vous avez un concurrent qui est capable d'avoir une meilleure classification avec un logo en face

avant, vous avez tout intérêt à innover pour que votre produit soit classé au moins aussi bien. On espère donc que ce sera vertueux et que nous irons vers des produits de meilleure qualité nutritionnelle.

Nicole Darmon. C'est effectivement une opportunité formidable pour améliorer leur formulation existante et innover. En fait, il faut avoir une idée un petit peu plus large de ce qu'est l'innovation. Les nouvelles contraintes pour les industriels (ayant souvent un bénéfice pour le consommateur) ont toujours généré des n'y aura-t-il pas dans l'esprit des gens que les produits étiquetés sont toujours nutritionnellement positifs ?

Chantal Julia. Bien sûr, les industriels ont des intérêts économiques et ceux qui sont les mieux classés dans une catégorie seront les premiers à entrer dans le système. Des études de comportement montrent que si les logos ne sont pas présents sur tous les aliments, les consommateurs font plus confiance aux produits qui affichent un logo (quel que soit ce logo, y compris s'il est rouge). Et ce, parce qu'ils ont été transparents jusqu'à mettre un logo en face avant. Donc, il y a toujours un gain à mettre un logo en face avant. Mais évidemment, les industriels les plus réticents sont ceux dont les produits ont le plus de chance d'être dans le rouge.

Une étudiante. Je suis apprentie dans une PME. Si les industriels utilisent l'étiquetage pour obtenir une vision positive de leur produit, même s'il est rouge, je pense que les

innovations très fortes et très intéressantes. Le règlement Inco qui impose un étiquetage peut donc être un moteur de l'innovation pour les entreprises. Il vaut donc mieux l'accueillir « positivement » plutôt que « négativement ».

Question du public. Si l'étiquetage est facultatif au départ, les industriels qui commercialisent des produits diététiques ou nutritionnellement positifs ne vont-ils pas s'emparer de cet étiquetage comme d'un nouvel outil marketing ? Et le jour où cela deviendra obligatoire pour tous les produits, grosses industries vont être une fois de plus favorisées. Vous disiez que cela n'impactait pas les PME... Ma responsable qualité est seule et dans l'impossibilité de prendre de l'avance sur cet étiquetage nutritionnel. Et je pense qu'on ne se saisit pas assez de cette partie économique alors que 80% des entreprises de l'agroalimentaire sont des PME, surtout s'il s'agit de changer tous les emballages...

Chantal Julia. Lorsqu'on a développé le 5C, on s'est dit qu'on essaierait d'utiliser dans l'algorithme de classement uniquement les données déjà présentes en face arrière. C'est-à-dire qu'on essaie d'éviter de demander le calcul de nutriments supplémentaires, surtout si ces mesures ne sont pas consensuelles (s'il y a plusieurs méthodes notamment). L'algorithme derrière le 5C repose essentiellement sur des nutriments qui sont obligatoires avec l'Inco. Ce qui fait qu'on est déjà capable de le calculer pour un certain nombre de produits.

ÉTIQUETAGE NUTRITIONNEL ET DEVELOPPEMENT DURABLE

Toute la difficulté d'un étiquetage multidimensionnel

Question du public. Ce nouvel étiquetage nutritionnel n'est-il pas trop restrictif ? Ne perd-t-on pas de l'information ? Je trouve cela un peu dommage de restreindre un aliment à sa composition nutritionnelle en excluant les valeurs durables et économiques dans ces étiquettes...

Chantal Julia. Nous sommes tous d'accord pour dire qu'il s'agira d'un étiquetage en face avant qui va se réduire à la qualité nutritionnelle et qui ne prendra pas en compte tout le reste du produit, l'aspect hédonique notamment. Il faut rester humble car ce système n'aura que vocation à parler de nutrition. Intégrer tous ces éléments n'est pas possible dans un seul indicateur... On a déjà du mal à se mettre d'accord sur la partie nutritionnelle pure alors s'il faut se mettre d'accord sur un système de valeurs...

Nicole Darmon. On ne peut pas tout faire dire à cet étiquetage. Aujourd'hui, c'est l'étiquetage nutritionnel. Demain, ce sera l'étiquetage environnemental. D'ailleurs, il avait même été question de le mettre en place avant l'étiquetage nutritionnel... Se posent alors les questions du conflit entre les différentes informations et de la complexité à gérer ces informations chez le consommateur.

La réponse est pour après-demain et résidera sûrement dans des systèmes « Smart » où le consommateur va pouvoir entrer ses préférences et sa hiérarchie d'intérêts : environnement, coût, nutrition, toxicologie (déjà prise en compte au niveau réglementaire), etc. Ce sera la seule solution pour arriver à « digérer » cette information multidimensionnelle.

Une étudiante. Nous sommes à la veille de la COP 21 et d'un débat sur toutes les problématiques environnementales, de développement durable, etc. Pourquoi cette mesure qui concerne l'alimentation de toute la population ne prend-t-elle pas en compte cette dimension ?

Chantal Julia. Il s'agit d'un système portant uniquement sur la nutrition. On peut étudier dans quelle mesure est-ce qu'il s'associe avec l'autre critère qu'est la durabilité de l'alimentation. Mais ce sont deux dimensions qui semblent être indépendantes l'une de l'autre. Si elles ne le sont pas, il faut qu'on puisse l'étudier. Elles vont ensuite agir en interaction l'une avec l'autre. Cela reste donc très complexe d'un point de vue « modélisation ». On fait donc des hypothèses qui peuvent être très éloignées de la réalité...

Nicole Darmon. La durabilité m'intéresse beaucoup car je travaille dessus depuis quelques années. Ce n'est pas si complexe que cela en fait. Nous avons déjà essayé de façon théorique d'intégrer un système de profil de durabilité, qui a différentes dimensions : la dimension nutrition (ici, Sain sur Lim pour n'avoir qu'une seule dimension), une dimension environnementale (on a pris l'impact carbone car c'est là qu'on a le plus d'informations et c'est une variable très bien associée à d'autres variables environnementales) et une troisième variable qui est le coût. A partir de là, nous avons développé une classification des aliments en plus ou moins durable. C'est possible. Mais certains produits seront exclus ; par exemple, s'ils sont bons en nutrition mais pas en environnement ou trop chers. Il s'agit donc d'un système encore plus restrictif, avec moins d'élus dans la classe verte si l'on veut qu'elle tienne compte de la totalité des dimensions.

Denis Corpet. Je voudrais faire un petit plaidoyer pour garder séparées les informations nutritionnelles et les informations de développement durable. Certains aliments sont très mauvais nutritionnellement parlant et très bons d'un point de vue durable, et inversement. Les gens doivent donc tenir compte de ces deux critères eux-mêmes. Et cela nécessite une éducation, qui n'est pas simple.

Un étudiant. Pourquoi les additifs alimentaires n'ont pas été pris en compte, que ce soit dans le système Sens ou le système 5C ?

Béatrice De Reynal. Les additifs alimentaires n'apportent pas de calorie ou d'énergie. Il s'agit là d'un étiquetage strictement nutritionnel et on ne parle pas de qualité.

Quelles perspectives ?

Yann Kerveno. A-t-on essayé d'imaginer quels pouvaient être les résultats à long terme ? Quels résultats attend-t-on ?

Chantal Julia. La question est : quels sont les gains, en population, que l'on peut espérer par la substitution d'aliments ? On part du principe que ce système va permettre aux gens de substituer des aliments au profit d'aliments de meilleure qualité nutritionnelle. Alors, que se passe-t-il si 100% de la population décident de substituer 100% de leurs aliments ou si 20% n'en modifient que 20% ? Et que peut-on espérer de cette mesure dans le cadre des objectifs du PNNS (qui va donner des objectifs chiffrés pour améliorer la consommation de fruits et légumes : le nombre de gens qui vont rentrer dans le « repère » des fruits et légumes, le nombre de gens dont les apports en acides gras saturés sont suffisamment bas, etc.). Nous sommes en train de travailler dessus.

Dans le long terme, c'est une modélisation encore plus complexe car il faut essayer de modéliser non seulement le changement de comportement des individus (ce que nous ne sommes pas capables de faire à l'heure actuelle à part d'un point de vue purement théorique) mais il faut aussi relier ce changement de comportement à un risque. On n'a donc pas encore commencé à le faire.

Yann Kerveno. Et à court terme ou à moyen terme, avez-vous une idée de ce qui peut se passer ?

Chantal Julia. Trop d'éléments doivent être pris en compte... La façon dont les industriels vont entrer dans le système (puisque cela restera volontaire), la façon dont ils vont réagir avec les prix (un industriel avec un produit rouge peut décider de baisser son prix pour garder un certain avantage compétitif, et à l'inverse, un produit vert peut entraîner une augmentation du prix), le changement de comportement du consommateur face à ce système-là, le temps de mise en place d'un nouvel équilibre économique entre les opérateurs face à ce nouvel étiquetage, etc. Cela nécessitera donc des années de travail.

Yann Kerveno. Est-ce que le système a vocation à devenir obligatoire, comme l'Inco ?

Chantal Julia. Pour l'instant, l'Inco ne rend pas possible le fait de mettre un logo obligatoire en face avant. En 2017, il y aura de nouveau une discussion au niveau européen sur la question de l'harmonisation des systèmes en face avant. Et là, se reposera la question de la mise en place d'un système harmonisé européen et peut-être obligatoire. Mais en tout cas, à l'heure actuelle, face à la réglementation, il est impossible de rendre un système obligatoire.

Un étudiant. Lors de la lecture des textes au début du débat, nous avons abordé le modèle anglosaxon avec la méthode des feux tricolores, qui n'a pas fonctionné... Alors ne va-t-on pas mettre en place un autre système en vain ?

Béatrice De Reynal. Plusieurs essais ont été faits en Europe, notamment au Danemark ou au Royaume-Uni avec les feux tricolores. Il faut attendre de ce genre de mesure seulement ce qu'elle peut apporter. Ce n'est pas quelque chose d'universel. Tout dépend comment cela va être porté par les industriels et compris du public, avec toute l'information que cela implique à côté. Nous parlions tout à l'heure de communication. Je pense effectivement qu'il est extrêmement important de former et

d'informer les consommateurs. Nous sommes tous concernés. Mais encore un fois, ce n'est qu'un indicateur.

Un étudiant. En tant que nutritionnistes aujourd'hui devant nous, public de citoyens et de consommateurs souffrant potentiellement de pathologies liées à une mauvaise alimentation, quels sont les messages que vous souhaiteriez faire passer à propos de cet étiquetage ?

Béatrice De Reynal. Concernant les pathologies qui peuvent être liées à la nutrition (l'obésité en est une par exemple), le choix alimentaire n'est qu'une toute petite partie d'un ensemble et souvent, l'obésité est une maladie de comportement alimentaire et pas strictement d'achat ou d'aliment. A mon sens, le plus important est que le consommateur

sache ce qu'il achète et ne soit pas trompé par le marketing, un emballage ou une portion. Cette transparence-là est importante. Ensuite, comment allez-vous manipuler ces informations et les utiliserez-vous bien ou mal ? C'est tout l'enjeu de la question.

Chantal Julia. Concernant des pathologies moins complexes (que l'obésité) ou très spécifiques, je pense par exemple aux diabétiques qui ont besoin de contrôler leurs apports en sucre ou en graisses saturées, ou aux hypertendus qui font attention au sel, le système d'étiquetage en face avant n'enlèvera pas celui en face arrière. Quelqu'un qui a besoin de faire attention à son apport en sel pourra toujours se référer aux informations en face arrière.

CONCLUSION DE DEUX ELEVES - INGENIEURS DE L'ENSAT

Pour revenir d'abord sur des aspects politiques, la réglementation qui va être mise en place en 2016 avec le règlement Inco porte à la fois sur un tableau de valeurs nutritionnelles qui va être obligatoire en face arrière des emballages et sur un logo en face avant, qui sera lui facultatif. La forme du second doit encore être choisie et le débat d'aujourd'hui portait sur ce thème. Rappelons aussi que l'origine de cette discussion est un problème de santé national, avec des morts et des répercussions économiques fortes. Alors, quelles sont les avantages et les limites, les biais et les effets pervers de ce nouvel étiquetage nutritionnel ?

Quels vont être les effets de cet étiquetage sur les agents économiques ? On peut penser que l'impact sera plus significatif chez les PME avec une augmentation des prix alors que cet effet pourra être lissé dans de plus grosses industries avec une absorption des nouvelles charges. Concernant les consommateurs, quid des budgets les plus réduits ?

Le débat se focalisait aujourd'hui sur l'aspect purement nutritionnel. Pour ce qui est du développement durable, il s'agit d'un autre étiquetage, qui existe déjà en France (labels bio, origine, qualité, etc.). Le consommateur devra opérer un choix entre ces deux étiquetages parallèles.

En France, l'alimentation fait partie intégrante de la culture. La cuisine française est un patrimoine. Les consommateurs vont privilégier le plaisir gustatif à la qualité nutritionnelle. Un logo va-t-il réellement changer leur comportement ? Certaines expériences, comme celle menée à Dia, nous permettent d'en douter... Il faudra qu'il soit

simple et compréhensible, même s'il sera forcément réducteur. Notons d'ailleurs que l'algorithme sous-jacent dans le profil nutritionnel, présente un premier biais dans sa construction, notamment du fait de la non prise en compte de la « portion ».

En outre, il s'agit souvent d'une problématique de temps pour les achats, pour la cuisine, etc. L'attitude des consommateurs est souvent paradoxale : ils demandent plus d'information mais pour autant, ne lisent pas les étiquettes, notamment en face arrière et ne passent pas plus de trente secondes à choisir un produit dans un rayon. Alors il nous semble nécessaire de faire attention à la surcharge d'informations ainsi qu'aux effets pervers : surconsommation des produits verts, arrêt de consommation des produits rouges, effet de halo...

Malgré tout, il semble que ce logo en face avant puisse être un nouvel outil pédagogique intéressant mais nous avons bien pris conscience du fait que, quelle que soit sa forme, il aura forcément des limites, que nous pouvons en revanche tenter de palier via une meilleure éducation.

L'importance de l'éducation du consommateur a d'ailleurs été soulignée. Bien sûr, il faut avant tout que les étiquettes soient lisibles, faciles à comprendre. Mais bien que l'éducation nutritionnelle soit lente et compliquée et qu'un simple logo ne suffise pas, il faut aussi éduquer le consommateur en amont. Pour cela, ont été citées l'éducation familiale, l'éducation scolaire à tous les niveaux, mais cela passe aussi par les nutritionnistes et professionnels de la santé.

POUR ALLER PLUS LOIN

Alimentation : nouvelles règles de conduite (revue de presse, 2014)

→ http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=3754

Changement de régime ? A propos du 3ème Programme national « Nutrition Santé ». (entretien original, 2011)

→ http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=3266

Alimentation. "Quand le marketing hausse le ton" (interview originale, 2011)

→ http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=3289

L'éducation alimentaire est une forme d'humanisme ! (entretien original, 2008)

→ http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=2413

Alimentation et Cancer. Le Dossier du Nouvel Observateur « Comment je combats le Cancer ? », commenté par Laurence Payraste. Biologiste à l'Unité Xénobiotiques de l'INRA (revue de presse commentée, 2007).

→ http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=2165

Alimentation et cancer : un débat pour faire la part des certitudes, des hypothèses et des croyances (Publication des grandes lignes du débat « Alimentation et Cancer : qui croire ? que savoir ? », 2008)

→ http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=2487

« Les politiques nutritionnelles en balance : des bienfaits aux excès. » (2006, PDF, 28p)

→ http://www.agrobiosciences.org/IMG/pdf/Conversation_sur_les_politiques_nutritionnelles.pdf

Le goût de nourrir, la soif de transmettre... (2003, PDF, 5p)

→ <http://www.agrobiosciences.org/IMG/pdf/maggy-bieulac-64-67.pdf>

En savoir plus en se rendant sur notre site, rubrique « **Alimentation et Société** » :

→ <http://www.agrobiosciences.org/?rubrique0059>

Et consulter tous les **cahiers** publiés par la Mission Agrobiosciences dans le cadre **des Tables Rondes du Développement Durable** :

→ http://www.agrobiosciences.org/rubrique.php3?id_rubrique=111