

**Au Menu - Le point sur ...** Les résultats de l'enquête INCA 2 - **Mieux comprendre** : Bibliographie en nutrition - **Initiatives** : ILSI, un institut scientifique reconnu aux nombreuses compétences ▫ Evolution des recommandations sur la publicité alimentaire - **Engagements et actions de l'industrie alimentaire** : Remise du Prix ISICA 2009 ▫ Actualisation des Questions-réponses ANIA-FCD ▫ Findus signe une charte d'engagements volontaires de progrès nutritionnels ▫ Fondation française pour l'Alimentation et la Santé

## Le point sur

### Les résultats de l'enquête INCA 2 (aliments)

Les résultats de la seconde étude Individuelle des Consommations Alimentaires (INCA 2), qui analyse les consommations en 2006/ 2007 de près de 2600 adultes et 1500 enfants vivant en France, viennent d'être publiés et sont disponibles sur [www.afssa.fr/PN6901.htm](http://www.afssa.fr/PN6901.htm).

Nous nous intéresserons ici aux **principales évolutions de consommations d'aliments** depuis INCA 1 (1999) et aux **apports en énergie et nutriments**.

#### Evolution des consommations alimentaires des adultes :

Les adultes consomment en moyenne 2744 g d'aliments et de boissons par jour, dont plus de la moitié sous forme liquide.

Comparativement à 1999, les Français consomment :

- Plus de fruits et légumes (+10%).
- Moins d'aliments sucrés (-11%), de viandes (-10%), d'œufs (-16%), de laits (-24%), de sel\* provenant des aliments (-5,2%) et légèrement moins de féculents (-3%).

Au sein de certains groupes d'aliments, des substitutions apparaissent. Par exemple, les consommations de pâtes et riz augmentent au détriment du pain et des pommes de terre. De même, la consommation de viennoiseries, pâtisseries, gâteaux et biscuits sucrés diminue au profit des glaces et du chocolat.

Certaines de ces évolutions sont fonction du sexe. Ainsi, la consommation de fruits et légumes a augmenté plus fortement chez les femmes (+14% contre +6% chez les hommes).

\*Les résultats sont exprimés en «équivalent en sel» par rapport à la teneur totale en sodium des aliments.

#### Evolution des consommations alimentaires des enfants :

Les consommations quotidiennes moyennes varient en fonction de l'âge : 1624 g/jour chez les 3-10 ans, 1883 g/jour chez les 11-14 ans, 1955 g/jour chez les 15-17 ans, dont la moitié en moyenne sous forme liquide.

Comparativement à 1999, les enfants consomment :

- Moins de féculents pour les 3-14 ans (consommation stable pour les 15-17 ans).
- Moins de produits sucrés chez les 3-14 ans (chute de 20-25% des consommations de sucres et dérivés, pâtisseries, viennoiseries, biscuits et barres céréalières). La consommation de produits sucrés est restée stable pour les 15-17 ans.
- Moins de produits laitiers chez les 3-14 ans, en particulier du fait de la diminution de la consommation de lait (-15%). Consommation stable chez les 15-17 ans.

- Autant de fruits et légumes, bien que la consommation de compotes ait particulièrement augmenté chez les 3-14 ans (+76% chez les 3-14 ans et +17% chez les 15-17 ans).

A noter que les consommations d'ultra-frais laitiers, de fromages, de fruits et compotes, pâtisseries et gâteaux, glaces, huile et eau augmentent avec le niveau d'éducation.

#### Evolution des apports en énergie et nutriments des adultes :

Les adultes ont des apports énergétiques totaux (AET) de 2162 kcal/jour en moyenne (1855 kcal/jour pour les femmes et 2500 kcal/jour pour les hommes). Les apports énergétiques sans alcool (AESA) sont plus faibles (2066 kcal). Les apports énergétiques sont stables depuis INCA 1 et proviennent pour 16% du petit déjeuner, 39% du déjeuner, 36% du dîner et 9% entre les repas.

INCA 2 comme INCA 1 montrent que les adultes consomment :

- Trop de lipides (39,1% de l'AESA). Les acides gras saturés et mono-insaturés restent majoritairement consommés.
  - Trop de protéines (16,9%).
  - Toujours pas assez de glucides (44%). La consommation de glucides complexes reste majoritaire mais la part en glucides simples augmente.
- Les contributions des lipides et de l'alcool à l'AET ainsi que la part des glucides simples dans les glucides totaux augmentent avec le niveau d'éducation.

#### Evolution des apports en énergie et nutriments des enfants :

Les enfants de 3-17 ans ont un AET moyen de 1777 kcal/jour (1635 kcal/jour chez les filles et 1897 kcal/jour chez les garçons). L'AESA diffère très peu (1770kcal/jour). Les apports en énergie et macronutriments ont diminué chez les 3-14 ans mais sont restés stables chez les 15-17 ans. L'AET des enfants provient pour 19% du petit déjeuner, 34% du déjeuner, 13% du goûter et 31% du dîner, le reste provenant des consommations prises en dehors des repas.

L'AESA des enfants est constitué à hauteur de :

- 46,6% par les glucides. La répartition entre glucides simples et glucides complexes est identique entre INCA 1 et INCA 2 (50/50% environ).
- 38% par les lipides (dont 47% d'acides gras saturés et 38% d'acides gras mono-insaturés).
- 15,4% par les protéines.

Les résultats de cette étude servent de base à l'élaboration des recommandations de santé publique concernant la nutrition et l'alimentation.

## Mieux comprendre

### Bibliographie en nutrition

Voici quelques pistes (non exhaustives) de bibliographies en nutrition :

#### Bases de données :

- PubMed : [www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez)
- Embase (sur abonnement) : [www.embase.com](http://www.embase.com)
- Science Direct : [www.sciencedirect.com](http://www.sciencedirect.com)
- High Wire Press : <http://highwire.stanford.edu/>

#### Revue spécialisée :

- American Journal of Clinical Nutrition : [www.ajcn.org/](http://www.ajcn.org/)
- British Journal of Nutrition : <http://journals.cambridge.org/action/displayJournal?jid=BJN>

- Journal of Nutrition : <http://jn.nutrition.org/>
- European Journal of Clinical Nutrition : [www.nature.com/ejcn/index.html](http://www.nature.com/ejcn/index.html)
- Nutrition Reviews : [www3.interscience.wiley.com/cgi-bin/home?CRETRY=1&SRETRY=0](http://www3.interscience.wiley.com/cgi-bin/home?CRETRY=1&SRETRY=0)
- Journal of the American Dietetic Association : [www.sciencedirect.com/science/journal/00028223](http://www.sciencedirect.com/science/journal/00028223)

#### Revue française :

- Cahiers de Nutrition et Diététique : [www.em-consulte.com/revue/cnd](http://www.em-consulte.com/revue/cnd)
- Information Diététique : [www.adlf.org/information-dietetique.html?&L=0](http://www.adlf.org/information-dietetique.html?&L=0)

- NAFAS : [www.editionsdesante.fr/services/revues/nafas/e-parus/00/00/01/D1/sommaire.phtml](http://www.editionsdesante.fr/services/revues/nafas/e-parus/00/00/01/D1/sommaire.phtml)

*Il faut généralement être abonné aux revues pour pouvoir accéder au texte intégral d'un article. En revanche, la recherche et l'accès aux résumés sont gratuits.*

#### Pour commander un article :

- INIST (Institut de l'Information Scientifique et Technique) : [www.inist.fr](http://www.inist.fr)
- Directement sur le site web des éditeurs
- Une autre mine d'informations : le site de l'IFN, [www.ifn.asso.fr](http://www.ifn.asso.fr)

### ■ ILSI : un institut scientifique reconnu aux nombreuses compétences

L'International Life Sciences Institute (ILSI) est une organisation internationale qui fait avancer la science dans les domaines de la nutrition, de la sécurité alimentaire, et de l'environnement.

Plusieurs centaines d'experts reconnus des secteurs industriel, académique et des instances gouvernementales - nationales et internationales - sont impliqués dans les différents groupes de travail et les activités.

L'ILSI Europe fondée en 1986 collabore étroitement avec de nombreuses organisations internationales, notamment la Commission européenne (projet BRAFO sur l'analyse des bénéfices/ risques des aliments et projet EURRECA sur les recommandations relatives aux micronutriments en Europe), l'AESA (Autorité Européenne de Sécurité des Aliments), l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) et la FAO (Organisation des Nations Unies pour l'Alimentation et l'Agriculture).

Ce forum neutre répond aux grandes questions d'actualité telles que : effets à long terme de la nutrition pré et post natale,

méthodologie des études de consommation alimentaire, allégations santé et bio marqueurs, fibres, pré et probiotiques, contrôle de l'appétit et satiété, allergies, nanoparticules, génotoxicité, seuils de toxicité, qualité de l'eau en industrie alimentaire, développement durable etc..

Chaque année l'ILSI Europe organise une dizaine de conférences/ ateliers et produit de nombreuses publications ...

Pour plus d'informations sur les projets et les publications de l'ILSI Europe : <http://europe.ilsii.org> ou [info@ilsieurope.be](mailto:info@ilsieurope.be)

### ■ Evolution des recommandations sur la publicité alimentaire

Une charte «pour promouvoir une alimentation et une activité physique favorables à la santé dans les programmes et les publicités diffusés à la télévision» a été signée le 18 février 2009, par laquelle les représentants des Professionnels de la Communication, l'Union des Annonceurs et les chaînes de télévision s'engagent dans une démarche volontaire de soutien à la politique nationale de santé publique, dont le Programme National Nutrition Santé (PNNS).

Cette charte s'articule autour de cinq axes :

- 1) Renforcement de la démarche «qualité» du contenu des publicités alimentaires.
- 2) Octroi par les chaînes de télévision et leurs régies publicitaires de conditions tarifaires adaptées aux campagnes collectives faisant la promotion des produits dont il convient d'augmenter la consommation afin de leur permettre l'accès aux écrans publicitaires.
- 3) Diffusion de programmes sur l'alimentation et l'activité physique.
- 4) Promotion régulière sur les chaînes de télévision du site [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr) ou de tout autre site émanant du ministère de la Santé.
- 5) Suivi de la mise en œuvre de cette charte par le Conseil supérieur de l'audiovisuel (aspects éditoriaux des programmes et contenu légal des publicités).

*Nous vous tiendrons informés de l'évolution de ces dossiers dans de prochaines Lettres Alimentation Nutrition.*

## Engagements et actions de l'industrie alimentaire

### ■ Remise du Prix ISICA 2009

ISICA, Pôle alimentaire du groupe AG2R-LA MONDIALE a créé, en mars 2006, la Fondation d'entreprise ISICA qui s'est fixée pour objectif de mener des actions visant à favoriser les bons comportements alimentaires tout au long de la vie auprès des différents acteurs du secteur de l'alimentation. Le «Prix annuel» de la Fondation récompense des entreprises et branches du secteur alimentaire ayant réalisé ou initié une action au profit de leurs salariés, pour les unes, et des consommateurs, pour les autres. Le «Prix Branche» a été remis cette année à l'ANIA pour les actions de sensibilisation engagées auprès de ses salariés et adhérents en matière de mode de vie et d'alimentation sains et équilibrés. Tandis que le «Prix Entreprise» revenait à Danone et Panzani, le «Prix du Public» à AFFLEC et le «Prix Coup de cœur du jury» à la Chocolaterie d'Aquitaine (Groupe CEMOI).

### ■ Actualisation des questions-réponses ANIA/ FCD sur les allégations nutritionnelles et de santé et l'addition de nutriments

Deux ans après la publication des questions-réponses sur les allégations nutritionnelles et de santé et sur l'addition de vitamines, minéraux et autres substances, l'ANIA et la FCD viennent de mettre à la disposition des opérateurs français de l'agroalimentaire des versions actualisées de ces deux outils pratiques très utilisés par les services

réglementaire, marketing et recherche et développement.

*A noter* : ces deux mises à jour n'ont pas à l'heure actuelle été validées par la DGCCRF. Pour recevoir ces questions-réponses mises à jour, contactez Sylvie Pillon : [spillon@ania.net](mailto:spillon@ania.net)

### ■ Findus signe une charte d'engagements volontaires de progrès nutritionnels

Le 15 juin dernier, Findus a signé avec le ministère de la Santé, une charte d'engagements volontaires de progrès nutritionnels dans le cadre du Plan National Nutrition Santé. A travers cette charte, Findus s'engage à diminuer l'apport en acides gras saturés en remplaçant progressivement l'huile de palme par une huile faiblement saturée. En 2011, «100% des gammes de poissons, frites et garnitures de pommes de terre ne contiendront plus d'huile de palme», assure l'industriel qui s'engage aussi à poursuivre la diminution de la teneur en sodium de ses produits. D'ici deux ans, 100% des produits Findus contiendront moins de 0,4% de sodium. Enfin la teneur en lipides des poissons panés sera réduite d'au moins 15%.

### ■ Fondation française pour l'Alimentation et la Santé : Chercher, Echanger, Agir

Après plusieurs mois d'échanges fructueux avec les scientifiques de l'IFN (Institut Français de la Nutrition) et grâce au soutien des entreprises et des syndicats qui ont rejoint le projet, la Fondation française

pour l'Alimentation et la Santé, présidée par Xavier Leverve, Directeur scientifique à l'INRA, est enfin lancée. Elle permettra de mettre en commun les forces, les moyens et les actions des entreprises en leur donnant davantage de cohérence et de visibilité. Une demande de reconnaissance d'utilité publique a été déposée et les membres des pôles de la Fondation sont en cours de désignation.

La Fondation, en effet, est organisée autour de trois pôles :

- Le **pôle débat**, qui aura pour mission d'initier les discussions et réflexions sur des sujets prospectifs ;
- Le **pôle actions**, qui coordonnera des actions de terrain pour favoriser les comportements alimentaires et les modes de vie sains ;
- Le **pôle recherche**, qui soutiendra les actions de recherche sur les déterminants des comportements alimentaires, y compris les caractéristiques de l'offre alimentaire et leurs conséquences à la fois physiologiques et psychologiques.

Ces pôles sont composés chacun de huit personnalités, désignées par le Conseil d'Administration, à parité entre les acteurs scientifiques et économiques.

Pour plus de renseignements sur la Fondation, contactez Clémence Malaret : [cmalaret@ania.net](mailto:cmalaret@ania.net)