

Destinataire : OSAV
cc : OFAG, OFSP, OFEV

Recommandation de la Commission fédérale de la nutrition du 20 avril 2023 sur les aliments ultra-transformés (Ultraprocessed Foods) :

La CFN propose de réaliser une analyse de la situation des aliments ultra-transformés en Suisse pour aboutir à des recommandations et à des actions appropriées.

Conformément à la décision du 14 décembre 2018 instituant la Commission fédérale de la nutrition (CFN), l'une des tâches de ladite commission consiste à indiquer à l'OSAV les domaines dans lesquels des bases scientifiques sont nécessaires pour la mise en œuvre de la Stratégie suisse de nutrition et ceux où des mesures s'imposent. Or, la CFN estime qu'il est urgent d'agir dans le domaine des aliments ultra-transformés (UPF).

Pertinence de la thématique

Le système alimentaire suisse doit devenir plus durable. L'une des recommandations pour la transition vers plus de durabilité est de consommer moins d'aliments d'origine animale. Les arguments avancés sont la forte pollution de l'environnement résultant de la consommation de viande, les préoccupations croissantes concernant le bien-être des animaux et les effets positifs d'une réduction de la consommation de viande sur la santé¹. Les consommateurs citent précisément ces aspects comme motifs d'achat de protéines végétales comme substituts aux produits animaux, des protéines dont l'offre ne cesse de croître en Suisse^{2, 3}. Or, de nombreux produits de substitution d'origine végétale sont ultra-transformés. Pour cette raison, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) Europe attire l'attention sur les conséquences possibles de ces produits sur la santé dans son rapport de 2021^{4, 5}.

Parallèlement, quelques études mettent en évidence un lien entre maladies non transmissibles et consommation d'UPF en général. Les maladies non transmissibles telles que le cancer, le diabète et les maladies cardio-vasculaires sont responsables de 80 % des décès en Suisse⁶ et entraînent des coûts de santé considérables. Une alimentation non équilibrée ou malnutrition est l'un des principaux facteurs de risque, facteur qui n'est toutefois pas irréversible. À cet égard, le cadre de vie joue un rôle central. Jusqu'à présent, les recommandations se concentraient principalement sur l'apport et l'équilibre en nutriments, domaine dans lequel il existe déjà des connaissances et des preuves solides. La CFN est d'avis que les mesures visant la mise en œuvre des recommandations de la pyramide alimentaire doivent absolument être poursuivies. Mais l'attention se porte de plus en plus sur le type et le degré de transformation des aliments, car de nombreuses recherches et études ont établi un lien fort entre UPF et maladies non transmissibles. Les auteurs du rapport scientifique « Swiss dietary recommendations : scientific background », paru en octobre 2022⁷, abordent également la problématique des UPF, qui sont définis, dans la classification NOVA, comme le 4^e degré de transformation d'un produit alimentaire. Ils concluent que l'on peut d'ores et déjà recommander, sur la base des études publiées, de limiter la consommation d'UPF, mais soulignent également que d'autres études sont nécessaires pour mieux identifier les mécanismes à l'origine des effets néfastes sur la santé et pour mieux différencier les UPF et leurs effets sur la santé.

Le postulat 23.3319 « Impact des aliments ultra-transformés sur la santé, la nature et l'agriculture », élaboré en même temps mais indépendamment de la CFN, montre que d'autres milieux en Suisse estiment aussi qu'il faut agir.

¹ Fonds national suisse (FNS) d'encouragement de la recherche scientifique : synthèse du programme national de recherche « [Alimentation saine et production alimentaire durable](#) » PNR 69, Berne 2020

² Coop : [Plant Based Food Report 2023](#), Bâle, 2023

³ Office fédéral de l'agriculture : [Le rapport suisse sur les succédanés de la viande](#), Berne, 2021,

⁴ Organisation mondiale de la santé : [Plant-based diets and their impact on health, sustainability and the environment: a review of the evidence](#) : WHO European Office for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases. Copenhagen : Bureau régional de l'OMS pour l'Europe, 2021.

⁵ Wickramasinghe K., Breda J., Berdzuli N., Rippin H., Farrand C., Halloran A. : [The shift to plant-based diets: are we missing the point?](#) Global Food Security, 29, 2021,

⁶ Office fédéral de la santé publique : [Faits et chiffres Maladies non transmissibles](#), <https://www.bag.admin.ch/bag/fr/home/zahlen-und-statistiken/zahlen-fakten-nichtuebertragbare-krankheiten.html>, Berne, accessed: 07.03.2023

⁷ Marques-Vidal P., Infanger E., Baumer B., Brombach B., Van der Horst K., Lehmann U., Bender N., Rohrmann S., Suggs S., Alig M., Sangin C., Frei S., Meier M.: Swiss dietary recommendations : scientific background , submitted, 2022

Prise de position de la CFN

Différentes études scientifiques concluent qu'il existe des associations significatives, reproductibles et robustes entre la consommation d'UPF⁸ et les résultats cliniques, y compris la mortalité globale, la mortalité cardio-vasculaire, l'obésité, le diabète et le risque de certains types de cancer. Néanmoins, quelques questions concernant cette classification sont encore en suspens et les mécanismes sous-jacents des effets sur la santé des produits ultra-transformés doivent faire l'objet de recherches supplémentaires. La CFN estime toutefois qu'une première série de mesures en rapport avec les UPF devraient déjà être prises au niveau national. Elle rappelle qu'il ne s'agit en aucun cas de remettre en cause la transformation des denrées alimentaires en tant que telle, ni d'exiger une offre sans produits hautement transformés. Il s'agit plutôt d'informer la population sur ce sujet et de prévenir une consommation excessive par des recommandations appropriées.

S'appuyant sur les conclusions du « Swiss dietary recommendations : scientific background » d'octobre 2022, la CFN recommande d'intégrer le degré de transformation des aliments dans les futures recommandations nutritionnelles suisses. Il pourrait s'agir, par exemple, d'une remarque générale sur les UPF. Au niveau des étages de la pyramide, la recommandation pourrait être de privilégier les aliments peu ou pas transformés, ce que la pyramide devrait représenter de manière imagée. Certains pays comme la France⁹ et le Canada¹⁰ ont déjà intégré ce type de préconisation dans leurs recommandations nutritionnelles officielles, d'autres sont en train de le faire, à l'image de la Norvège. La CFN estime, en outre, que pour formuler d'autres recommandations plus ciblées, il conviendrait de collecter des données supplémentaires sur la situation actuelle en Suisse (par ex. qualité nutritionnelle des UPF, leur présence sur le marché et dans la restauration collective).

Recommandation de la CFN à l'OSAV

Face à cette accumulation d'indices qui soulignent la pertinence de la thématique des UPF et la grande nécessité d'agir, la CFN recommande d'évaluer la situation actuelle en Suisse concernant ces aliments, afin de pouvoir élaborer des recommandations à l'usage des différents acteurs de la chaîne agroalimentaire. La CFN propose à l'OSAV de commander un rapport avec les objectifs suivants :

- **Analyser la situation en Suisse et mettre en évidence les lacunes existantes** (données, informations, recommandations). Il s'agirait notamment de déterminer l'ampleur prise par les produits ultra-transformés dans l'offre d'aliments et la consommation actuelles (y compris dans la restauration collective, en mettant l'accent sur les cantines scolaires), leur qualité nutritionnelle et leurs caractéristiques spécifiques par rapport aux descripteurs NOVA (par ex. les additifs), et si possible l'origine des matières premières.
- **Définir les domaines d'action prioritaires**
- **Identifier les recommandations les plus pertinentes** et les intégrer dans la pyramide alimentaire par des messages clairs qui ne remettent pas en cause la transformation en soi, sans affaiblir les recommandations nutritionnelles générales ni générer de complexité supplémentaire. Pour ce faire, créer éventuellement une définition claire et applicable¹¹ des produits ultra-transformés problématiques, fondée sur des bases scientifiques et adaptée au contexte suisse.
- **Faire avancer la recherche dans certaines directions** (par ex. le monitoring de l'offre dans le commerce et la restauration collective, le monitoring de la consommation, par exemple dans le cadre de menuCH Kids) et veiller à ce que le degré de transformation soit intégré dans les différents travaux de recherche.
- **Servir de signal aux acteurs du système alimentaire**, notamment aux industriels, et leur fournir des points de référence qui pourraient éventuellement figurer dans la Déclaration de Milan.

La CFN se tient à la disposition de l'OSAV pour l'aider à établir un éventuel appel d'offres.

⁸ Définition selon la classification NOVA

⁹ Delamaire C., Escalon H., Noirod L. : [Recommandations sur l'alimentation, l'activité physique & la sédentarité pour les adultes](#), Santé publique France 2019

¹⁰ Santé Canada : [Guide alimentaire canadien, Recommandations en matière d'alimentation saine](#), <https://guide-alimentaire.canada.ca/fr/recommandations-en-matiere-d'alimentation-saine/>, accessed 07.03.2023

¹¹ Applicable tant pour les fabricants d'UPF que pour les fournisseurs et les professionnels du conseil

Elle recommande, en outre, à l'OSAV de collaborer avec les autres offices fédéraux (OFSP, OFAG, OFEV) sur ce thème qui concerne aussi bien la santé de la population, la production agricole que la durabilité de l'alimentation, notamment dans le domaine des produits de substitution aux denrées alimentaires d'origine animale.

Commission fédérale de la nutrition (CFN)