



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Département fédéral de l'intérieur DFI
Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires OSAV

L'iode dans les produits alimentaires transformés

Symposium 100 ans de l'iodation du sel

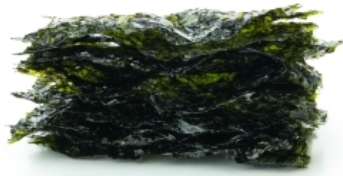
6 octobre 2022

Clara Benzi Schmid, OSAV

Quels sont les aliments riches en iode ?

Naturellement riche en iode

Algues nori séchées
~2.5 g pour l'AR



Moules
~115 g pour l'AR



Langoustine
~40 g pour l'AR



Poissons en général
~300 g pour l'AR



Apport recommandé (AR) pour la population adulte : 150 µg d'iode / personne / jour



Aliments contenant de l'iode

«Indirectement» enrichi en iode

13 Œufs pour l'AR



Lait ~ min. 1.5 L pour l'AR



Feta AOP (lait de brebis)
min. 200 g pour l'AR





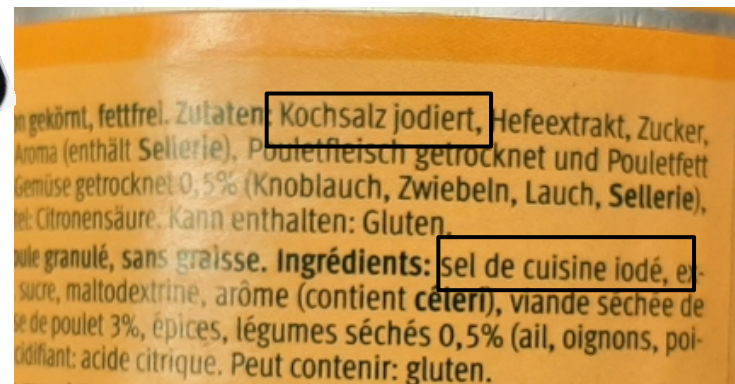
Aliments contenant de l'iode

«Directement» enrichi en iode

Sel iodé: 6 g pour AR



Pain 240 g pour AR
(dans un monde iodé)





Quelques chiffres...

Plus de 80% des ménages en Suisse utilisent du sel iodé



75% du sel consommé vient des aliments transformés
Pertes d'iode lors à la transformation des aliments: 20-40%.

Avant 2014:

- Env. 85 µg de l'iode est amené par le sel iodé → 54%
- Selon le monitoring du sel de 2011 sur la consommation de sel, 9 g par jour par personne.

Dans 1-2 ans:

Résultats de l'enquête sur la consommation de sel en Suisse



Sel iodé dans les produits transformés

- Aperçu objectif de la situation du marché est difficile pour avoir une idée
 - Beaucoup de produits
 - Offre du **marché dynamique**
- A moins d'enquêtes très détaillées sur la consommation, il est **assez difficile** de connaître la **consommation précise** d'iode, cependant, grâce aux différentes enquêtes et monitorages on peut **recouper** certaines informations.



Sel iodé produits transformés

- **Quelles sont les principales sources de sel**
 - Pains et pâtisseries : 27%
 - Majoritairement du pain (89%)
 - Mets à base d'amidon et accompagnement: 20%
 - Mets et accompagnement à base de farineux, sandwiches, pizzas, mets à base de pomme de terre
 - Viande et charcuterie: 13%
 - Sauces: 9%
 - Sauce à salade, sauce pour pâtes, s. accompagnement
 - Fromage: 8%
 - Soupes, bouillons: 7%
 - Snacks salés, chips, fruits à coques:< 5%
 - Autres env. 11%



S. Iodé produits transformés

- **Quelles sont les principales sources de sel**
 - **Pains** et pâtisseries : 27%
 - Majoritairement du **pain** (89%)
 - Mets à base d'amidon et accompagnement: 20%
 - Mets et accompagnement à base de farineux, sandwiches, pizzas, mes à base de pomme de terre
 - Viande et charcuterie: 13%
 - Sauces: 9%
 - Sauce à salade, sauce pour pâtes, s. accompagnement
 - Fromage: 8%
 - Soupes, bouillons: 7%
 - Snacks salés, chips, fruits à coques: < 5%
 - Autres env. 11%



Pains



Monitorages du pain en 2014 et 2019

- Objectif principal : quantité de sel, mais objectif secondaire iode.
- Le monitoring de 2019:
 - consommation de sel par le pain: env. 2 g
 - 85.5% des boulangers utilisent du sel iodé.
 - peu de pertes d'iode lors de la fabrication !

→ par extrapolation consommation d'iode **env. 42 µg**

Le pain est la première source alimentaire d'iode en Suisse



Sel iodé produits transformés

- **Quelles sont les principales sources de sel**
 - Pains et pâtisseries : 27%
 - Majoritairement du pain (89%)
 - **Mets à base d'amidon et accompagnement**: 20%
 - Mets et accompagnement à base de farineux, sandwiches, pizzas, mets à base de pomme de terre
 - **Viande et charcuterie**: 13%
 - **Sauces**: 9%
 - Sauce à salade, sauce pour pâtes, s. accompagnement
 - Fromage: 8%
 - **Soupes, bouillons**: 7%
 - **Snacks salés, chips, fruits à coques**: < 5%
 - Autres env. 11%



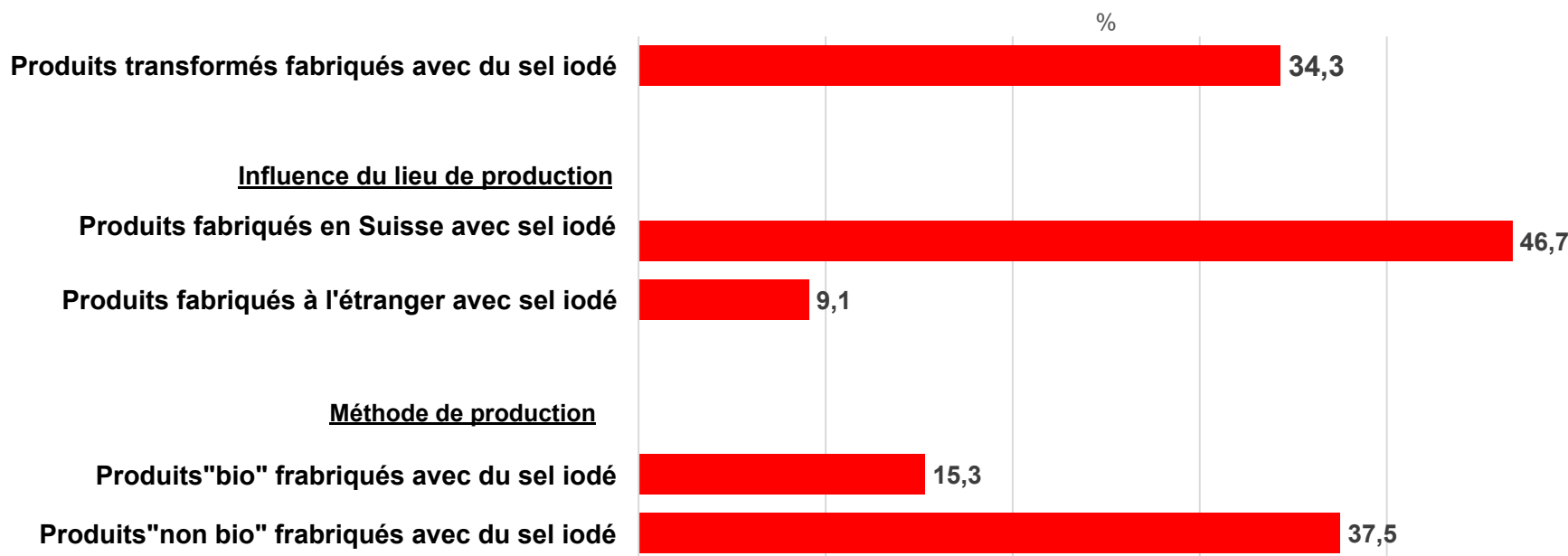
Analyse du marché sur l'utilisation du sel iodé les produits transformés

- **Objectif:** connaître la part d'utilisation du sel iodé dans les aliments industriels transformés
- **Méthodologie:**
 - Lecture des étiquettes sur la présence ou non de sel iodé auprès de 769 aliments salés (> 0.5g sel/ 100g) pas de mesures analytiques.
 - Autres informations: lieux de productions, type de production bio ou conventionnel
 - Analyse de marché sur internet, auprès des gros distributeurs suisses.
 - Entre novembre 2021 et janvier 2022 → un instantané !
 - Collecte de données faites par la ZHAW Wädenswil



Analyse du marché sur l'utilisation du sel iodé les produits transformés - Résultats

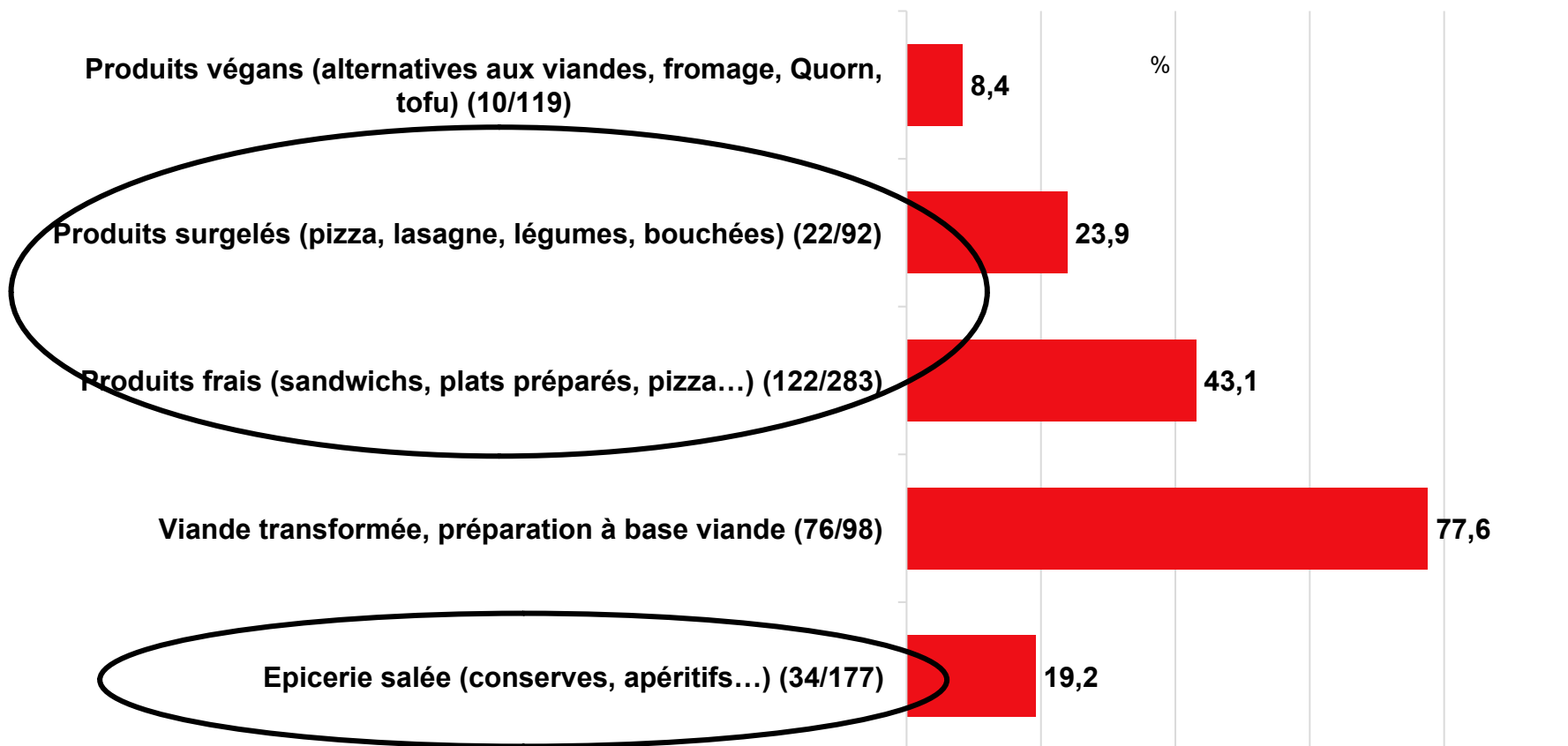
Parts en pourcent d'utilisation de sel iodé dans les produits transformés
Aperçu global





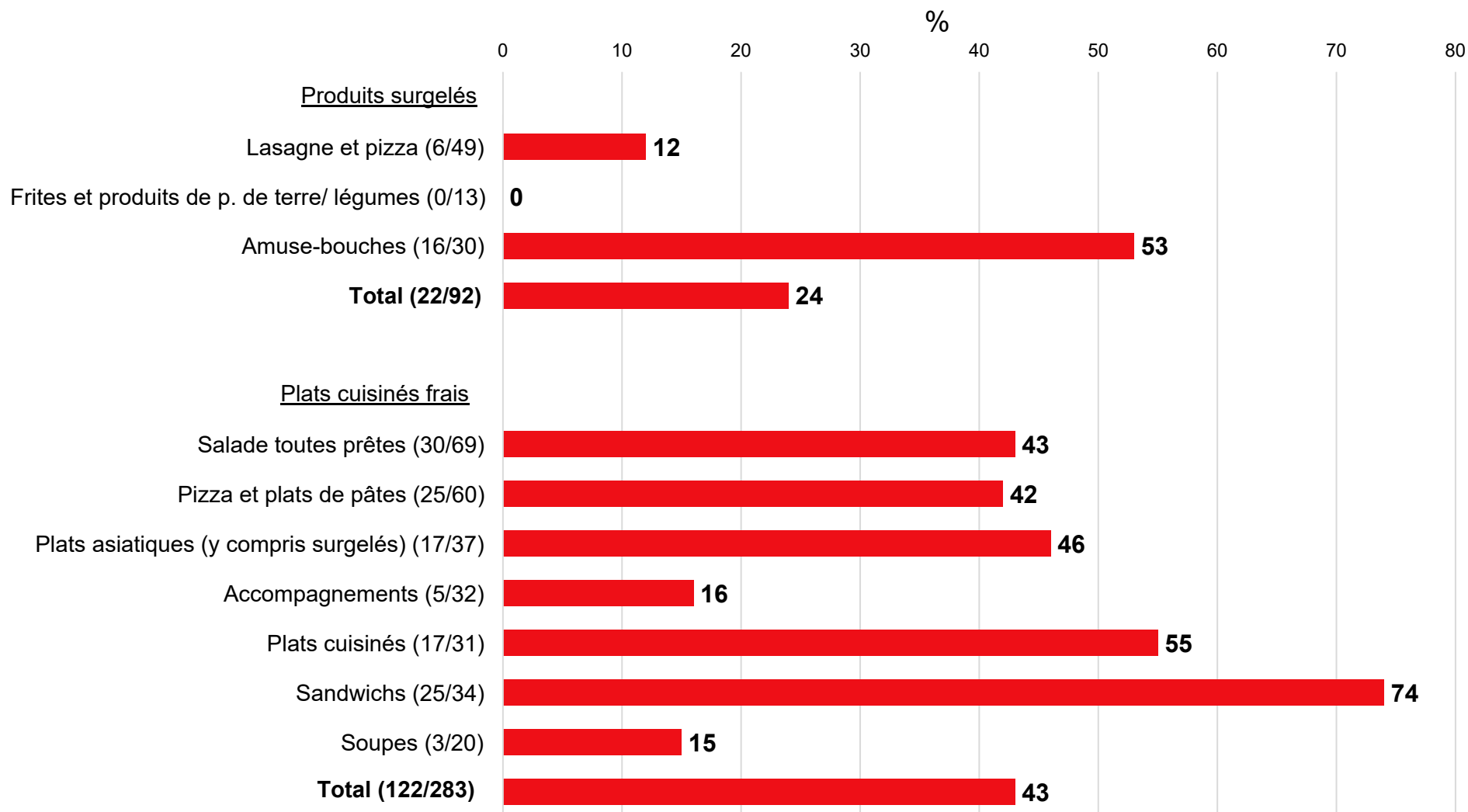
Analyse du marché sur l'utilisation du sel iodé les produits transformés - Résultats

Part en % de l'utilisation du sel iodé dans la fabrication des principaux groupes d'aliments



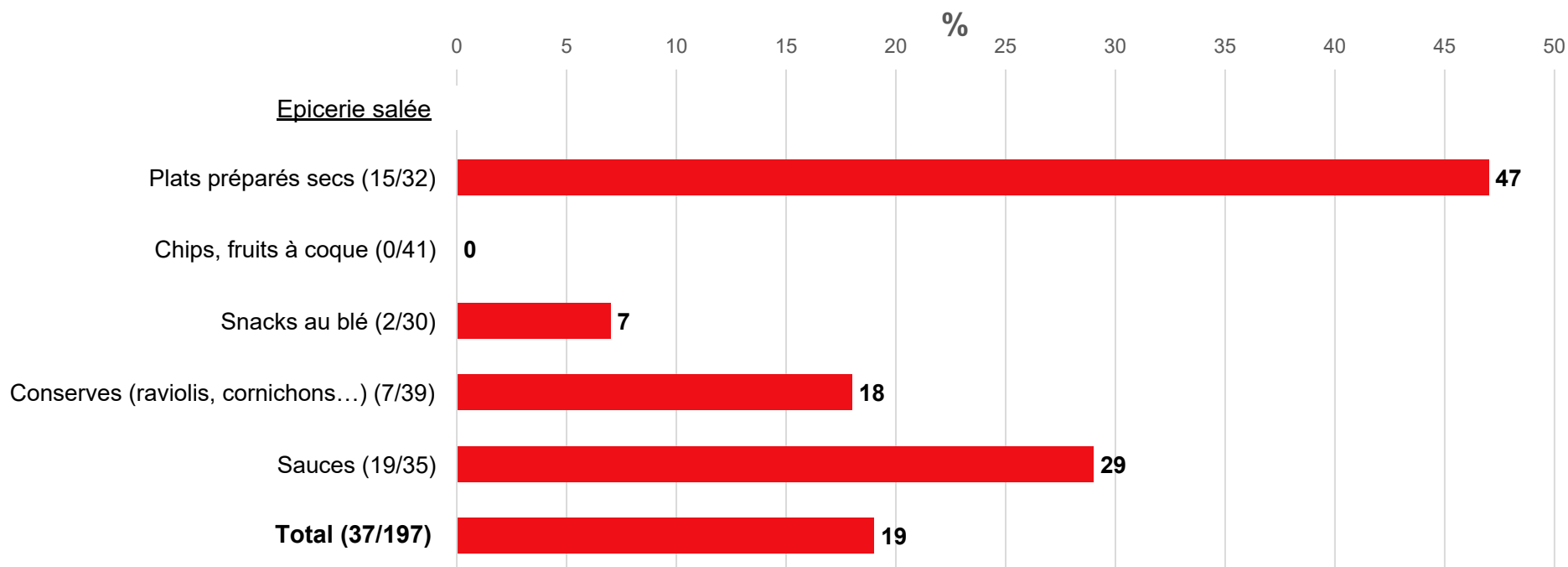


Part utilisation du sel iodé





Part utilisation du sel iodé



- **Bouillons** (33/74): 45% (dépend fortement de la marque, marque distributeur, bcp de produits CH) source: récoltes données personnels
- **Mayonnaise** (18/33): 54% (dépend fortement de la marque, marque distributeur, bcp de produits CH) source: récoltes données personnels
- **Moutarde** (12/27): 44% (dépend de la marque, marque distributeur, bcp de produits CH) source: récoltes données personnels
- **Sauces à salade** (48/136): 35% source: Externas Sàrl

Sel iodé et stratégie de réduction du sel



5 g de sel par jour et par personne !

- Consommer moins de sel et donc consommer moins d'iode ?
- Consommer plus de sel pour consommer plus d'iode ?

→ Optimiser l'utilisation du sel, donc utiliser le plus possible de sel iodé !



A retenir....

- Le pain est le **premier contributeur** d'iode en Suisse grâce à l'utilisation importante du sel iodé.
- Le **lait** est un contributeur important, le premier dans les **pays européens !**
- **34%** des produits transformés sont fabriqués avec du sel iodé.
- L'utilisation du sel iodé dans la viande transformée et les produits à base de viande est élevée.
- Le sel iodé **n'est pas utilisé dans tous les groupes.**
- L'utilisation faible de sel iodé dans les **substituts** de protéines animales est à surveiller, car cela prend de l'ampleur et contient **peu d'iode.**
- La faible utilisation du sel iodé en Europe → nécessité d'une harmonisation.
- Les **algues** doivent être consommées avec **parcimonie.**



100 JAHRE SALZJODIERUNG
ZUR VORBEUGUNG VON
JODMANGEL IN DER
SCHWEIZ



PRÉVENIR LA
CARENCE EN IODE
EN SUISSE : 100 ANS
D'IODATION DU SEL