Stratégie suisse de nutrition 2025–2032

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Département fédéral de l'intérieur DFI

Table des matières

Avant-propos **p. 3**

1. Contexte **p. 4**

2. Situation actuelle en Suisse **p. 6**

3. Vision de la Stratégie suisse de nutrition 2025–2032 **p. 9**

4. Objectifs de la Stratégie suisse de nutrition 2025–2032 **p. 10**

5. Domaines d'action de la Stratégie suisse de nutrition 2025–2032 **p. 11**

Informations complémentaires/ Mentions légales **p. 15**

Avant-propos

Notre comportement alimentaire est le reflet de notre cadre familial, de notre mode de vie et de notre culture. Il repose à la fois sur le plaisir gustatif et sur les interactions sociales. En plus de la dimension émotionnelle qu'il comporte, il exerce aussi un effet sur notre santé et notre bien-être personnel et a un impact considérable sur la production des denrées alimentaires, l'environnement et la durabilité. Dans un monde de plus en plus connecté, ces effets sont de plus en plus perceptibles tant au niveau national qu'international. La Suisse doit faire face à ces défis complexes et adapter son système alimentaire de sorte à contribuer activement à une société en bonne santé et durable. Pour y parvenir, elle doit se doter d'une stratégie de nutrition qui tienne compte des trois dimensions suivantes : santé, plaisir gustatif et durabilité.

L'évaluation de la Stratégie suisse de nutrition 2017–2024 et du plan d'action y afférent montre que les mesures actuelles sont judicieuses et cohérentes. Certains domaines d'action doivent toutefois être approfondis pour la période 2025–2032. Un des objectifs principaux consiste à renforcer les compétences nutritionnelles de la population. En effet, une personne bien informée est en mesure de faire des choix ayant une incidence positive tant sur sa santé que sur l'environnement. La Confédération a déjà créé la base nécessaire pour cela en actualisant en 2024 les recommandations nutritionnelles suisses pour les adultes. La Stratégie suisse de nutrition 2025–2032 fournit des bases supplémentaires pour promouvoir une alimentation durable et favorisant la santé : elle vise à renforcer l'offre en aliments sains, à réduire l'empreinte écologique et à soutenir la recherche dans les domaines de la nutrition et des denrées alimentaires.

Pour atteindre ces objectifs, la nouvelle stratégie s'appuie sur une assise plus large que l'ancienne : elle ne repose plus exclusivement sur la Stratégie nationale Prévention des maladies non transmissibles (stratégie MNT), mais comporte différentes approches liées à la santé et à la durabilité. Elle tient notamment compte de la stratégie climatique 2050 de la Suisse. Cette perspective globale est essentielle pour renforcer l'efficacité de la Stratégie suisse de nutrition et requiert une collaboration étroite entre les offices fédéraux compétents, les acteurs des secteurs de la nutrition et des denrées alimentaires ainsi que des milieux économiques, de la recherche et de la société civile.

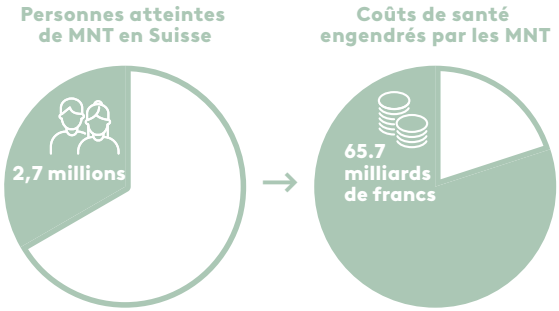
Je suis convaincue qu'en unissant nos forces nous parviendrons à induire un changement positif et me réjouis de contribuer, avec vous, à une alimentation équilibrée et durable en Suisse.

Elisabeth Baume-Schneider, conseillère fédérale

1. Contexte

En Suisse, les maladies non transmissibles (MNT) représentent un véritable défi pour la santé publique et le système de santé. Le mode de vie, notamment l'alimentation et l'activité physique, joue un rôle prépondérant dans l'apparition de ces maladies. Les aspects de durabilité gagnent eux aussi en importance, car les habitudes alimentaires influencent non seulement la santé des personnes, mais aussi l'environnement. Dans ce contexte, la Suisse doit se doter d'une stratégie nationale de nutrition axée à la fois sur la promotion de la santé et sur la durabilité écologique et sociale.

En Suisse, 2,7 millions de personnes âgées de 15 ans et plus ont été touchées en 2022 par une des cinq principales MNT (cancer, maladies cardio-vasculaires, affections chroniques des voies respiratoires, diabète et maladies musculo-squelettiques). En 2022, les MNTont généré des coûts de santé (coûts médicaux directs) de 65,7 milliards de francs.[1] L'apparition de MNT repose sur différents facteurs. Une alimentation équilibrée et durable, un poids corporel sain et une activité physique suffisante contribuent à réduire le risque de développer une MNT et à atténuer les conséquences de ces maladies.



Pour adopter une alimentation équilibrée, il est essentiel de disposer de connaissances fondées en la matière. La population suisse a donc besoin d'informations crédibles et compréhensibles basées sur des constats scientifiques. Les recommandations nutritionnelles doivent toutefois aussi répondre à d'autres exigences : elles doivent promouvoir la santé, être durables, tenir compte des habitudes culturelles et être applicables. Ces défis ne concernent pas uniquement la Suisse, mais toute l'Europe[2].

Les aspects de durabilité ont passablement gagné en importance ces dernières années. Nos habitudes alimentaires influencent non seulement notre santé et notre bien-être, mais elles ont également un impact sur l'environnement. Ainsi, la Stratégie suisse de nutrition doit tenir compte de ces aspects. Adopter une alimentation plus équilibrée permet généralement aussi de réduire les charges environnementales.

La vision, les objectifs et les domaines d'action de la Stratégie suisse de nutrition s'inscrivent dans le contexte des stratégies du Conseil fédéral Prévention des maladies non transmissibles 2017–2028 (stratégie MNT)[3], Santé2030[4] et Stratégie climatique à long terme de la Suisse 2050[5].

La Stratégie suisse de nutrition est également en accord avec les objectifs de la Stratégie Climat pour l'agriculture et l'alimentation 2050[6] de l'Office fédéral de l'environnement (OFEV), de l'Office fédéral de l'agriculture (OFAG) et de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires (OSAV), avec ceux du Plan d'action du Conseil fédéral contre le gaspillage alimentaire[7], ceux de la Stratégie à long terme du Conseil fédéral pour l'orientation future de la politique agricole[8] ainsi qu'avec l'approche One Health[9].

Afin de tenir compte des divers aspects d'une alimentation équilibrée et durable, il est nécessaire que les différents secteurs et acteurs, y compris les offices fédéraux, collaborent plus étroitement. La mise en œuvre de la Stratégie suisse de nutrition est concrétisée dans un plan d'action pour les années 2025–2028.

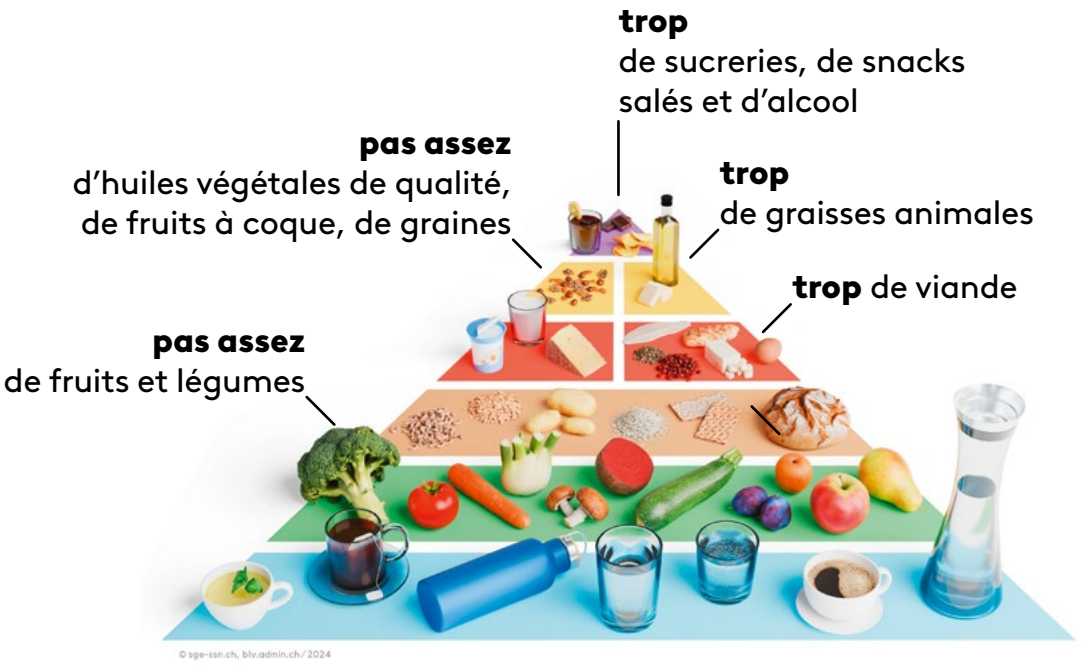
2. Situation actuelle en Suisse

Les MNT les plus fréquentes au sein de la population suisse sont les suivantes : maladies cardiovasculaires (20 %), maladies musculosquelettiques (15 %), maladies des voies respiratoires (7 %), diabète (6 %) et cancer (6 %)[10]. De plus, 43 % de la population suisse souffrent de surpoids ou d'obésité[11], des facteurs de risque importants des MNT, en particulier pour l'hypertension et le diabète de type 2. En plus de ce facteur, la composante héréditaire et un bilan énergétique positif[12] jouent également un rôle central dans la survenue de ce type de diabète[13]. Une alimentation équilibrée selon les recommandations nutritionnelles suisses[14], ainsi qu'une activité physique suffisante[15] participent donc à la prévention des MNT.

En Suisse, la situation en matière **de nutrition**, **de surpoids**, **d'obésité**, **de diabète de type 2** et **d'activité physique** est la suivante :

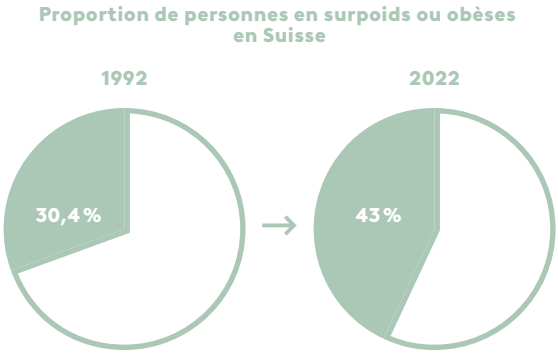
Situation en matière de nutrition en Suisse

selon l'enquête nationale sur l'alimentation menuCH 2014/15[16;17], réalisée sur des adultes



Surpoids et obésité

15 ans et plus : selon l'Enquête suisse sur la santé 2022 (ESS), la part des personnes souffrant de surpoids (indice de masse corporelle [IMC] ≥ 25) ou d'obésité (IMC ≥ 30) en Suisse a considérablement augmenté depuis 1992, passant de 30,4 % (1992) à 43,0 % (2022). Cette évolution concerne aussi bien les femmes que les hommes. En 2022, davantage d'hommes (52,3 %) que de femmes (33,8 %) souffraient de surpoids ou d'obésité[18].



Entre 6 et 12 ans : en 2023, en Suisse, 11,9 % des enfants étaient en surpoids et 2,7 % souffraient d'obésité. Au fil du temps, les proportions d'enfants et d'adolescents souffrant de surpoids (1999 : 14,5 % ; 2017 : 11,7 %) ou d'obésité (1999 : 2,2 % ; 2017 : 3,3 %) sont restées relativement stables[19]. Des différences ont toutefois été observées en fonction des cantons, des groupes d'âge, de la nationalité et de l'origine sociale[20].

Les maladies liées au surpoids et à l'obésité ont engendré des coûts de la santé estimés à 3,7 milliards de francs en 2022.[21]

Diabète

Selon l'ESS, 5 % de la population était touchée par le diabète en 2022 ou a pris des médicaments pour faire baisser le taux de sucre dans le sang. Au total, 12 % des personnes âgées de 65 ans ou plus étaient touchées par le diabète. Dans cette catégorie d'âge, la part des hommes était plus élevée (16 %) et a augmenté (2007 : 11 %). La part des femmes de 65 ans ou plus s'élevait à 9 %. Ce chiffre n'a guère évolué depuis 2007[22].

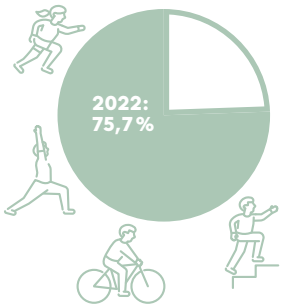
Les coûts de la santé liés au diabète s'élevaient en 2022 à 1,7 milliards de francs, soit 2,6 % des coûts de la santé par les MNT.[23]

Activité physique

18 ans ou plus : en 2022, 75,7 % de la population pratiquait une activité physique suffisante au sens des recommandations nationales, à savoir au moins 150 minutes d'activité physique modérée ou d'activité physique intense deux fois par semaine. Cette proportion a augmenté depuis 2002 (61,1 %) mais a tendance à stagner depuis 2017 (75,3 %)[24].

De 5 à 10 ans : en 2020, les enfants âgés de 5 à 10 ans en Suisse ont pratiqué en moyenne une activité physique d'intensité moyenne ou élevée pendant 1 heure et 44 minutes par jour. Les enfants plus âgés étaient moins actifs que leurs cadets[25].

Part de la population suisse pratiquant une activité physique suffisante



Environnement

Notre comportement alimentaire joue un rôle décisif pour l'environnement. Les aliments que nous consommons ne sont pas les seuls à avoir un impact environnemental. En effet, les conséquences écologiques des déchets alimentaires, dus notamment au gaspillage, sont souvent sous-estimées. Les faits suivants illustrent à quel point notre comportement alimentaire est lié à la charge environnementale :

→ Environ un quart de l'empreinte environnementale totale de la Suisse est imputable aux denrées alimentaires[26].

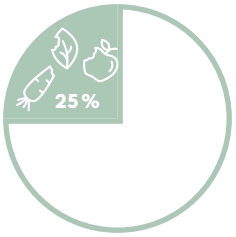
→ Selon l'Office fédéral de la statistique, l'empreinte gaz à effet de serre de l'alimentation s'élevait à environ 1,7 tonne par personne en 2021 (état : 11.7.2024)[27].

→ Pertes alimentaires évitables (gaspillage alimentaire)[7] :

- Selon une étude de l'École polytechnique fédérale de Zurich datant de 2019, environ 330 kg de pertes alimentaires évitables sont générées par personne et par année tout au long de la chaîne de création de valeur.
- Un quart des charges environnementales liées à notre système alimentaire sont dues au gaspillage.
- L'impact environnemental des pertes alimentaires évitables est imputable à 38 % aux ménages et à 14 % à la restauration.
- Avec le plan d'action contre le gaspillage alimentaire, le Conseil fédéral entend réduire, en Suisse d'ici 2030, les pertes alimentaires évitables de moitié par rapport à 2017. La réalisation de cet objectif permettrait de diminuer la charge environnementale et les émissions de gaz à effet de serre liés à l'alimentation de 10 à 15 %.

Gaspillage alimentaire

Part de la charge environnementale liée à notre système alimentaire



3. Vision de la Stratégie suisse de nutrition 2025–2032

Une alimentation équilibrée et durable est essentielle, quelles que soient la phase et la situation de vie. Toute personne doit pouvoir y accéder, indépendamment du niveau de formation, du sexe, de l'âge, du milieu culturel, de la langue ou du statut socio-économique.

La Stratégie suisse de nutrition 2025–2032 et les activités qui en découlent doivent profiter à l'ensemble de la population et ainsi prendre en compte l'égalité et l'équité des chances.

4. Objectifs de la Stratégie suisse de nutrition 2025–2032

La Stratégie suisse de nutrition 2025–2032 poursuit six objectifs visant à promouvoir une alimentation équilibrée et durable :

1
Promouvoir une alimentation équilibrée et saine, qui couvre les besoins en nutriments

2
Renforcer les compétences nutritionnelles de la population

3
Augmenter la part de l'alimentation végétale

4
Associer l'industrie alimentaire

5
Promouvoir un environnement alimentaire durable et favorable à la santé

6
Réduire le gaspillage alimentaire

Une activité physique régulière permet de réduire le risque d'obésité, d'hypertension, de maladies cardiovasculaires, de diabète de type 2, d'ostéoporose ainsi que de cancers de l'intestin et du sein. Elle a aussi des effets positifs sur le bien-être psychique et la qualité de vie[28]. Combinée à une alimentation équilibrée et durable, l'activité physique constitue un élément essentiel d'un mode de vie favorable à la santé. Les mesures de promotion de l'activité physique doivent donc être prises en considération dans la mise en œuvre de la Stratégie suisse de nutrition.

5. Domaines d'action de la Stratégie suisse de nutrition 2025–2032

Information et formation

Pour pouvoir choisir ses denrées alimentaires en connaissance de cause et se nourrir de façon variée et équilibrée en alliant saveur et plaisir, il convient d'être bien informé et de comprendre les liens entre alimentation, santé et durabilité. L'objectif est de mettre en place une formation dans le domaine de la nutrition qui tienne compte des aspects sanitaires, environnementaux, climatiques et sociaux. Il est donc essentiel de fournir à la population des informations adaptées à chaque groupe cible sur un mode de vie promouvant la santé et axé sur la durabilité, afin que ces connaissances puissent être mises en pratique au quotidien.

En raison des structures fédérales, une bonne coordination des activités respectives aux niveaux cantonal et fédéral est nécessaire pour apporter des améliorations dans ce domaine d'action.

Priorités[29] **:**

→ Renforcer les compétences nutritionnelles de la population

→ Adapter la communication aux groupes cibles

→ Développer les compétences nutritionnelles des enseignants et du personnel d'encadrement

→ Renforcer les compétences requises dans les écoles obligatoires et les écoles de formation générale pour une alimentation équilibrée et durable *(responsabilité OFEV : stratégie climatique)*

→ Renforcer les compétences requises dans les formations professionnelles initiales et les formations professionnelles continues pour une alimentation équilibrée et durable *(responsabilité OFEV : stratégie climatique)*

→ Prendre en compte davantage d'approches associant l'alimentation et l'activité physique et visant à promouvoir un mode de vie favorable à la santé et durable, en plus des mesures spécifiques dans les domaines de la nutrition et de l'activité physique *(responsabilité Office fédéral de la santé publique [OFSP], OSAV, Promotion Santé Suisse)*

→ Réduire le gaspillage alimentaire dans les ménages et tout au long de la chaîne de création de valeur *(responsabilité OFEV : plan d'action contre le gaspillage alimentaire)*

Conditions-cadres

Le cadre de vie exerce une forte influence sur le comportement alimentaire. Certains facteurs comme la composition des aliments ou celle des mets proposés en restauration collective, l'offre disponible et la publicité influencent les habitudes individuelles en matière de consommation et d'alimentation. Ces aspects ont un effet aussi bien sur la santé humaine[30] que sur l'environnement.

L'environnement alimentaire devrait contribuer à ce que des décisions propices à la santé puissent être prises facilement. Cela requiert l'engagement et la collaboration des acteurs issus des milieux politiques, économiques et d'organisations privées.

L'amélioration de l'environnement et des habitudes alimentaires a également un impact positif sur la demande d'aliments plus sains. Pour promouvoir leur offre, les structures existantes doivent être adaptées et renforcées.

Priorités :

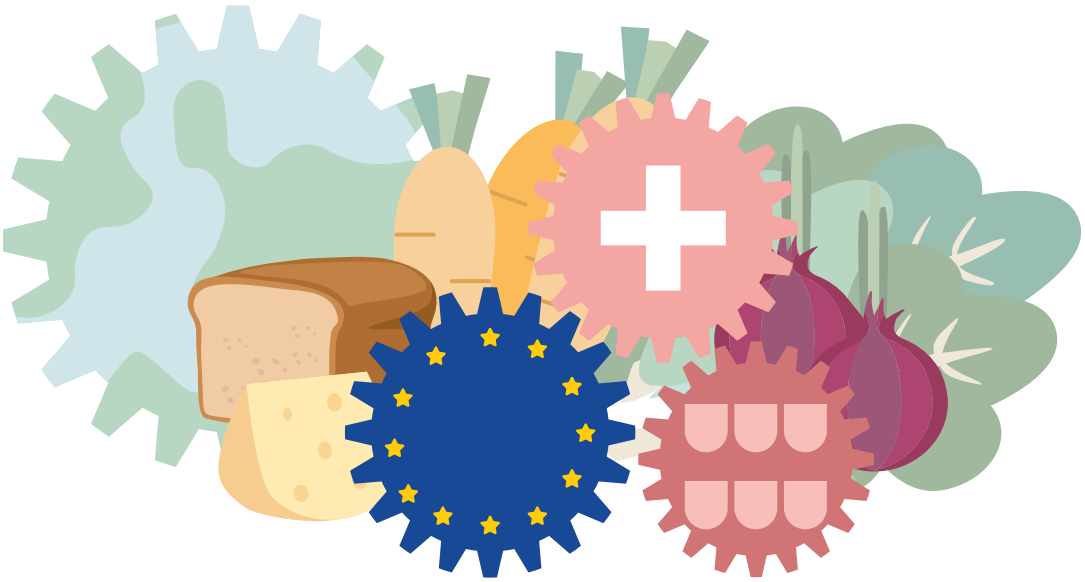
→ Restauration collective axée sur la promotion de la santé et la durabilité, basée sur les standards de qualité suisses

→ Amélioration de la composition des aliments : réduction de la teneur en sucre et en sel et utilisation de sel iodé dans les produits transformés

→ Étiquetage visant à faciliter le choix d'aliments sains et durables

→ Restriction de la publicité destinée aux enfants

→ Réduction du gaspillage alimentaire dans les entreprises et organisations de l'industrie alimentaire tout au long de la chaîne de création de valeur *(responsabilité OFEV : plan d'action contre le gaspillage alimentaire)*



Coordination et coopération

Les structures de coopération entre la Confédération, les cantons, les institutions publiques et l'ensemble des acteurs pertinents au sein de la société sont utilisées et développées efficacement dans l'optique d'une politique en matière de nutrition tournée vers l'avenir. L'objectif est de regrouper les compétences et d'exploiter les synergies de manière optimale. Il s'agit de mettre en place, pour les prochaines décennies, les structures nécessaires à une politique en matière de nutrition qui tienne compte des besoins de l'être humain et de l'environnement. Dans ce contexte, il est essentiel d'harmoniser et de coordonner les activités avec les stratégies des différents acteurs.

Priorités :

→ Échanges réguliers, mise en réseau et promotion de la collaboration entre les acteurs clés des secteurs de la nutrition et de l'alimentation à l'échelle nationale : offices fédéraux, cantons, villes et communes, industrie alimentaire

→ Contribution de la Suisse aux travaux des réseaux internationaux de l'Organisation mondiale de la santé, de l'Autorité européenne de sécurité des aliments (EFSA) et d'autres organismes

Monitorage et recherche

Pour qu'elle soit solide, une stratégie de nutrition doit s'appuyer sur des connaissances scientifiques. Celles-ci servent à répondre aux questions politiques, stratégiques et sociales ainsi qu'à identifier les lacunes existantes et définir les champs d'action. Il s'agit aussi de renforcer le pôle de recherche suisse dans le domaine de la nutrition et des denrées alimentaires, notamment par le biais de banques de données accessibles au public (par ex. DigiSanté[31]) et de méthodes de relevé innovantes. Dans ce contexte, l'OSAV met son expertise à la disposition des chercheurs et des spécialistes ainsi que du public et des milieux politiques.

Les projets de recherche dans le domaine de la durabilité sont généralement réalisés par d'autres offices fédéraux (par ex. OFEV ou OFAG) ou centres de compétences (par ex. Agroscope). Ces prochaines années, l'OSAV intensifiera la collaboration en la matière afin de mieux exploiter les synergies.

Priorités :

→ Mise à la disposition de la recherche et du public des données d'études collectées par l'OSAV dans le domaine de la nutrition et des denrées alimentaires

→ Monitorage continu de l'alimentation des adultes et des enfants à l'échelle nationale

→ Encouragement de projets de recherche visant à développer et évaluer l'efficacité des mesures de promotion de la santé

Mentions légales

Édition
Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires OSAV
Schwarzenburgstrasse 155
3003 Berne
www.osav.admin.ch

Conception graphique
Les graphistes, Berne

Coordonnées
Tél. +41 58 463 30 33
E-mail : info@blv.admin.ch

Avril 2025, mis à jour en juillet 2026

Téléchargement
www.blv.admin.ch/fr → À propos de nous → Stratégies → Stratégie suisse de nutrition et plan d'action

Informations complémentaires

1 Coûts de la santé des MNT/MonAM/OFSP; Etude: Coûts des maladies transmissibles et non transmissibles ainsi que coûts liés aux facteurs de risques que sont le surpoids/l'obésité et le manque d'activité physique en Suisse (texte en allemand et resume en francais)

2 Le pacte vert pour l'Europe – Commission européenne

3 Stratégie nationale Prévention des maladies non transmissibles

4 Politique de la santé : stratégie du Conseil fédéral 2020–2030

5 Stratégie climatique à long terme 2050

6 Stratégie Climat pour l'agriculture et l'alimentation 2050

7 Information sur les pertes alimentaires | OFEV

8 Stratégie à long terme du Conseil fédéral sur l'orientation future de la politique agricole

9 L'approche Une seule santé (One Health) | OSAV

10 Prévalence des MNT (âge : 15+) | MonAM | OFSP

11 Surpoids et obésité (âge : 15+) | MonAM | OFSP

12 On parle de « bilan énergétique positif » lorsque l'apport énergétique de l'alimentation est supérieur à la dépense énergétique du corps.

13 Information sur le diabète | OFSP

14 Recommandations nutritionnelles suisses

15 Recommandations en matière d'activité physique | hepa

16 Consommation alimentaire en Suisse | OSAV

17 Recommandations nutritionnelles suisses.
En réponse aux postulats 24.4312, 24.4313 et 24.4334, le Conseil fédéral présentera, dans un rapport, les bases scientifiques des recommandations nutritionnelles suisses et, le cas échéant, demandera des adaptations.

18 Indice de masse corporelle (IMC) – évolution entre 1992 et 2022 | OFS

19 Surpoids et obésité (âge : 6–12) | MonAM | OFSP

20 Monitoring comparatif des données relatives au poids des enfants et des adolescent-e-s en Suisse | Promotion Santé Suisse

21 Coûts de la santé liés au surpoids et à l'obésité | MonAM | OFSP.

22 Chiffres clés sur le diabète | OFS

23 Coûts de la santé liés au diabète | MonAM | OFSP

24 Comportement en matière d'activité physique (âge : 18+) | MonAM | OFSP

25 Comportement en matière d'activité physique (âge : 5–11) | MonAM | OFSP ; L'étude SOPHYA : Voici comment les enfants et les adolescents bougent en Suisse

26 Empreintes environnementales de la Suisse : évolution entre 2000 et 2018 (texte en allemand et résumé en français)

27 Empreinte gaz à effet de serre de l'alimentation par personne – Émissions de gaz à effet de serre induites par la consommation de produits alimentaires en Suisse : 2000–2021

28 Manque d'activité physique : connaissances des risques pour la santé (âge : 15+) | MonAM | OFSP

29 Pour certaines priorités, les offices fédéraux responsables sont indiqués. En raison des aspects multidimensionnels de la Stratégie suisse de nutrition 2025–2032, certaines priorités s'appliquent à différents domaines d'action.

30 Commercial Determinants of Noncommunicable Diseases in the WHO European Region

31 Digisanté est le programme du DFI élaboré sur mandat du Conseil fédéral visant à promouvoir la transformation numérique du système de santé.
Les données sont un élément clé de la transformation numérique.
DigiSanté : promouvoir la transformation numérique du système de santé