

santé recherche  
innovation centre d'expertise et de référence

## Cibles de reformulation : Mesure incitative pour améliorer la qualité nutritionnelle des aliments et boissons transformés

Isabelle Marcoux, Dt.P., M.Sc.  
29 novembre 2019

[www.inspq.qc.ca](http://www.inspq.qc.ca)

recherche et innovation impact des  
laboratoire et de dépistage toxicologie  
Institut national de santé publique Québec

## Apports nutritionnels des Québécois

	Résultats ESCC 2015 et 2004	Recommandations
<b>Sodium</b>	<u>Jeunes</u> : 2571 mg/jr <u>Adultes</u> : 2978 mg/jr	1500-2300 mg (jeunes) 2300 mg (adultes) (Santé Canada)
<b>Gras saturés</b>	% de l'apport énergétique/jr : <u>Jeunes</u> : 11,7 % <u>Adultes</u> : 10,6 %	Maximum de 10 % (Source : OMS)
<b>Sucres libres</b>	% de l'apport énergétique/jr <u>Adultes</u> : 13,8 % <u>Jeunes</u> : 16 % (Source : ESCC 2004, Moubarac et Batal 2016)	Maximum de 10 % (Source : OMS)

2

## Principales sources alimentaires

### Sodium

Population totale (1 an et plus)	%
Assaisonnements	14,1
Pain ★	11,1
Saucisses/charcuteries ★	9,8
Légumes*★	9,7
Fromages★	8,3
Sauces, vinaigrettes ★	5,8
Soupes ★	5,2
Biscuits, gâteaux ★	4,5
Lait	3,2
Poisson/fruits de mer★	2,0

\* Légumes incluant les sauces aux tomates, jus de légumes/tomates/légumes en conserve (excluant les soupes)

### Gras saturés

Population totale (1 an et plus)	%
Fromages ★	17,7
Lait	9,2
Saucisses/charcuteries ★	6,3
Beurre	6,0
Biscuits, gâteaux ★	6,0
Boeuf	5,7
Beurre d'arachides, noix, graines ★	3,6
Sauces, vinaigrettes ★	3,1
Volaille	2,9
Œufs	2,9

### Sucres

Population totale (1 an et plus)	%
Fruits	17,0
Lait	10,8
Jus de fruits ★	10,1
Biscuits, gâteaux ★	8,3
Sucre, sirop, confiture ★	7,4
Légumes	7,1
Boissons gazeuses ★	6,8
Confiseries, chocolat ★	5,2
Pain ★	3,6
Yogourt ★	3,5

Source : Plante et coll. 2019

Institut national  
de santé publique  
Québec

3

## Qu'est-ce que la reformulation des aliments ?

- Processus qui vise à éliminer, réduire ou augmenter certaines composantes dans un aliment dans le but **d'améliorer sa valeur nutritive** tout en conservant sa saveur, texture et durée de vie
- Exclut l'enrichissement des aliments et l'ajout d'ingrédients ou nutriments (ex. aliments fonctionnels)

**But :**  
Amélioration de la qualité de l'offre  
alimentaire dans son ensemble

Institut national  
de santé publique  
Québec

4

# Mesures complémentaires à la reformulation

## Actions sur l'environnement/Structurelles

En 2015,  
70 programmes  
nationaux de ↓  
des apports en  
**sodium** recensés  
incluaient au  
moins 2 de ces  
mesures

- **Reformulation des aliments à grande échelle (cibles)**
- Outils économiques (taxes, etc.)
- Politique d'approvisionnement dans les milieux de vie
- Restriction du marketing aux enfants
- Étiquetage nutritionnel
- Campagnes d'information et de sensibilisation

## Actions sur l'individu/Capacités d'agir

5

Sources : McLaren et collab. (2016), Trieu et collab. (2015)

Institut national  
de santé publique  
Québec

# Qu'est-ce que les cibles de reformulation ?

- Objectifs chiffrés d'amélioration de la composition nutritionnelle
- Définies dans le temps, parfois en étapes, et visent certaines catégories d'aliments
- Ces objectifs se traduisent généralement par des teneurs à atteindre (des seuils) et/ou des pourcentages de réduction pour chaque catégorie d'aliments visée

6

Institut national  
de santé publique  
Québec

## Objectifs chiffrés

- Types de seuil visé :
  - Teneur moyenne simple
  - Teneur moyenne pondérée en fonction des ventes
  - Teneur maximale à ne pas dépasser
  - % de réduction au-delà d'un certain seuil

## Exemples de cibles (Canada, sodium)

Catégories	Teneur de référence PV	Teneur moyenne PV Intermédiaire 1	Teneur moyenne PV Intermédiaire 2	Teneur moyenne PV finale	Teneur maximal
Pains et petits pains de ménage, bagels, croissants, pains plats	469	430	380	330	520
Charcuteries emballées cuites	1028	970	910	850	890
Pommes de terres congelées	266	230	200	170	380

Diagramme illustrant les réductions ciblées (en %) entre les teneurs moyennes PV Intermédiaire 1 et 2, et entre les teneurs moyennes PV Intermédiaire 2 et finale :

- Pains et petits pains de ménage, bagels, croissants, pains plats : -8% (430 à 380) et -30% (380 à 330)
- Charcuteries emballées cuites : -6% (970 à 910) et -7% (910 à 850)

Source : Santé Canada, 2012

## Les cibles de reformulation à travers le monde

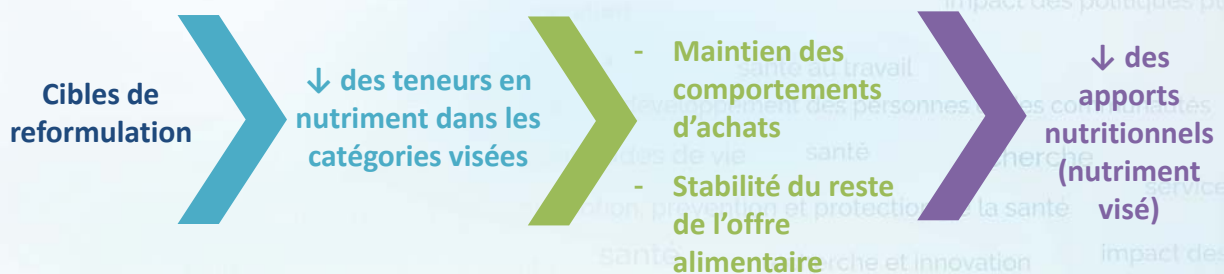
- 2003 : Premières cibles de reformulation (Royaume-Uni)
- En 2014: 59 pays avaient adopté des cibles de reformulation +12 pays en cours de développement
  - Type d'approche : volontaire (surtout sodium)
  - 9 de ces pays ont adopté des cibles réglementaires (surtout sur le pain)
  - Majorité s'inscrivent dans une stratégie globale de réduction des apports

Source : Webster et al (2014)

Institut national  
de santé publique  
Québec

9

## Modèle logique de l'intervention



10

Institut national  
de santé publique  
Québec

## Effets sur la composition nutritionnelle des aliments visés (*résultats préliminaires*)

- 6 pays analysés
- **Réductions significatives** (sodium) observées dans 13 catégories d'aliments visées par des cibles
  - $\geq 4$  catégories/pays
  - $\downarrow$  varient de 4 à 47 %
  - Périodes étudiées (suite à la publication des cibles) : 1 à 9 ans
- **Indicateur principal** :
  - Évolution teneur moyenne en sodium

### Principales catégories contributrices au sodium dans le panier d'épicerie des Québécois en 2015-2016 (INPSQ, 2018)

1. Pains	11. Grignotines de maïs
2. Charcuteries	12. Soupes et bouillons prêts-à-servir
3. Fromages ←	13. Craquelins
4. Produits de fromage en tranches	14. Biscuits
5. Saucisses	15. Soupes et bouillons condensés en conserve
6. Repas réfrigérés et congelés	16. Sauces pour pâtes en conserve
7. Pizzas petits formats et sandwichs congelés	17. Jus de légumes ←
8. Croustilles	18. Légumes et légumineuses en conserve
9. Céréales prêtes-à-manger	19. Beurre d'arachides ←
10. Desserts du commerce et pâtisseries à déjeuner	20. Pommes de terre congelées ←

Source : Durette et Paquette, 2018

## Effets sur la composition nutritionnelle des aliments visés (*résultats préliminaires*)

- Indicateurs complémentaires à considérer pour l'analyse des effets :
  - Évolution du nombre de produits (%) qui respectent les cibles
  - Évolution des teneurs au 75<sup>e</sup> percentile
  - Évolution des teneurs maximales

## Effets sur les apports nutritionnels

- Royaume-Uni
- ↓ significative des apports en sodium de 15 % sur période 7 ans (560 mg/100g)
  - Réduction constante des apports pour chaque période étudiée
  - Autres mesures déployées (étiquetage des aliments, campagne de sensibilisation)

Source : He et al (2014)

# Conclusion

1. **Mesure passive qui a un effet réel sur la réduction des teneurs en sodium des aliments visés :**
  - Nécessité de poursuivre les recherches sur les effets des cibles (cibles visant les sucres et gras saturés, restaurant, apports)
2. **Évaluation des effets et adaptation de la stratégie :**
  - Importance d'un suivi fréquent de la composition nutritionnelle et du choix d'indicateurs (constants et fiables)
3. **Intégration des cibles de reformulation à un plan d'action global et combinaison de mesures pour améliorer les apports**

Merci !

[isabelle.marcoux@inspq.qc.ca](mailto:isabelle.marcoux@inspq.qc.ca)



## Références

Charbonneau, A. (2018). « Initiatives des gouvernements ayant adopté des cibles de reformulation des aliments transformés: analyse du processus de développement et de mise en œuvre », Montréal, Institut national de santé publique du Québec.

Durette, G., et M.-C. Paquette (2018). « Le sodium dans notre alimentation : principaux contributeurs et modélisation de l'impact de leur réduction en sodium », Québec .

McLaren, L., N. Sumar, A. M. Barberio, K. Trieu, D. L. Lorenzetti, V. Tarasuk, J. Webster et N. R. Campbell (2016). « Population-level interventions in government jurisdictions for dietary sodium reduction », dans The Cochrane Collaboration (dir.), Cochrane Database of Systematic Reviews, Chichester, UK, John Wiley & Sons, Ltd.

MOUBARAC, J.-C., et M. BATAL (2016). « La consommation d'aliments transformés et la qualité de l'alimentation au Québec, TRANSNUT, Université de Montréal » <[http://www.rccq.org/wpcontent/uploads/Qu%C3%A9bec-MSSS-consommation-daliments-ultra-transform%C3%A9set-qualit%C3%A9-de-lalimentation\\_Moubarac-et-Batal-2016.pdf](http://www.rccq.org/wpcontent/uploads/Qu%C3%A9bec-MSSS-consommation-daliments-ultra-transform%C3%A9set-qualit%C3%A9-de-lalimentation_Moubarac-et-Batal-2016.pdf)>

Organisation mondiale de la Santé (OMS) (2015). « Apport en sucres chez l'adulte et l'enfant. Directive : Résumé d'orientation », Genève. 8 p. [https://www.who.int/nutrition/publications/guidelines/sugars\\_intake/fr/](https://www.who.int/nutrition/publications/guidelines/sugars_intake/fr/)

Organisation mondiale de la Santé (OMS) (2018). WHO Draft Guideline: Saturated Fatty Acid and Trans-fatty Intake for Adults and Children.<[https://extranet.who.int/dataform/upload/surveys/666752/files/Draft%20WHO%20SFA-TFA%20guidelines\\_04052018%20Public%20Consultation\(1\).pdf](https://extranet.who.int/dataform/upload/surveys/666752/files/Draft%20WHO%20SFA-TFA%20guidelines_04052018%20Public%20Consultation(1).pdf)>

## Références

Plante C, Rochette L et C Blanchet (2019). « Les apports et les sources alimentaires de sucre, de sodium et de gras saturés chez les Québécois, Collection : Regard sur l'alimentation des Québécois. Numéro 2. Institut national de santé publique du Québec », Québec. 34 p.

Santé Canada (2005). « Apports nutritionnels de référence ». <<https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/aliments-nutrition/saine-alimentation/apports-nutritionnels-reference/tableaux/valeurs-reference-relatives-elements-tableaux-apports-nutritionnels-reference-2005.html>>

Santé Canada (2012). « Document d'orientation destiné à l'industrie alimentaire sur la réduction du sodium dans les aliments transformés » <<https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/aliments-nutrition/legislation-lignes-directrices/document-reference/document-orientation-destine-industrie-alimentaire-reduction-sodium-aliments-transformes-2012.html>>

Trieu, K., B. Neal, C. Hawkes, E. Dunford, N. Campbell, R. Rodriguez-Fernandez, B. Legetic, L. McLaren, A. Barberio et J. Webster (2015). « Salt reduction initiatives around the world – A systematic review of progress towards the global target », PLOS ONE, vol. 10, n° 7, p. e0130247.

Webster, J., K. Trieu, E. Dunford et C. Hawkes (2014). « Target salt 2025: a global overview of national programs to encourage the food industry to reduce salt in foods », Nutrients, vol. 6, n° 8, p. 3274-3287.