

Synthèse des données utiles à la réflexion concernant l'élaboration de cibles de réduction du sucre

RECHERCHE ET DÉVELOPPEMENT

AOÛT 2024

RAPPORT D'ANALYSE

AUTRICES

Anne-Marie Bérubé, Dt. P. M. Sc., conseillère scientifique
Julie Maltais-Giguère, Dt. P. M. Sc., conseillère scientifique
Claudia Savard, Dt. P. Ph. D., conseillère scientifique spécialisée
Direction du développement des individus et des communautés

SOUS LA COORDINATION DE

Maryse Caron, cheffe d'unité scientifique à partir du 11 mars 2024
Pierre-Henri Minot, chef d'unité scientifique par intérim
Direction du développement des individus et des communautés

COLLABORATION

Aurélien Maurice, M.D. M. Sc., FRCPC, médecin spécialiste en santé publique et médecine préventive
Marie-Claude Paquette, Dt. P. Ph. D., conseillère scientifique spécialisée
Éric Robitaille, Ph. D. conseiller scientifique spécialisé
Direction du développement des individus et des communautés

RÉVISION

Élise Jalbert-Arsenault, Dt. P. M. Sc., conseillère scientifique
Institut national de santé publique du Québec

Sonia Pomerleau, Dt. P. M. Sc., professionnelle de recherche
Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire, Institut sur la nutrition et les aliments fonctionnels, Université Laval

Les réviseuses ont été conviées à apporter des commentaires sur la version préfinale de ce document et en conséquence, n'en ont pas révisé ni endossé le contenu final.

Les autrices et les réviseuses ont dûment rempli leurs déclarations d'intérêts et aucune situation à risque de conflits d'intérêts réels, apparents ou potentiels n'a été relevée.

MISE EN PAGE

Marie-Cloé Lépine, agente administrative
Direction du développement des individus et des communautés

REMERCIEMENTS

Les autrices désirent remercier sincèrement les collaborateur(-trice)s et les réviseuses qui ont accepté de donner temps, expertise et commentaires sur le présent document. Les autrices remercient également l'Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire de l'Université Laval pour le partage de certaines des données rapportées dans cette publication. Cette publication a été réalisée grâce au soutien financier du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec.

CITATION SUGGÉRÉE

Bérubé, A-M., Maltais-Giguère, J., Savard, C. (2024). *Synthèse des données utiles à la réflexion concernant l'élaboration de cibles de réduction du sucre*. Institut national de santé publique du Québec. <https://www.inspq.qc.ca/publications/3558>

Ce document est disponible intégralement en format électronique (PDF) sur le site Web de l'Institut national de santé publique du Québec au : <http://www.inspq.qc.ca>.

Les reproductions à des fins d'étude privée ou de recherche sont autorisées en vertu de l'article 29 de la Loi sur le droit d'auteur. Toute autre utilisation doit faire l'objet d'une autorisation du gouvernement du Québec qui détient les droits exclusifs de propriété intellectuelle sur ce document. Cette autorisation peut être obtenue ou en écrivant un courriel à : droits.dauteur.inspq@inspq.qc.ca

Les données contenues dans le document peuvent être citées, à condition d'en mentionner la source.

Dépôt légal – 4^e trimestre 2024
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
ISBN : 978-2-550-98823-6 (PDF)

© Gouvernement du Québec (2024)

AVANT-PROPOS

L'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) est le centre d'expertise et de référence en matière de santé publique au Québec. Sa mission est de soutenir le ministre de la Santé et des Services sociaux dans sa mission de santé publique. L'Institut a également comme mission, dans la mesure déterminée par le mandat que lui confie le ministre, de soutenir Santé Québec, la Régie régionale de la santé et des services sociaux du Nunavik, le Conseil cri de la santé et des services sociaux de la Baie James et les établissements, dans l'exercice de leur mission de santé publique.

La collection *Recherche et développement* rassemble sous une même bannière une variété de productions scientifiques qui apportent de nouvelles connaissances techniques, méthodologiques ou autres d'intérêt large au corpus de savoirs scientifiques existants.

Ce document a été élaboré à la demande du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec (MSSS), qui en a financé la production. Le MSSS a mandaté l'INSPQ pour réaliser des travaux s'inscrivant dans l'action 3.2.1 du Plan d'action interministériel 2022-2025 de la Politique gouvernementale de prévention en santé, qui vise à « Réaliser des travaux d'expertise et de veille de la littérature et mettre sur pied un comité scientifique indépendant pour appuyer la reformulation des aliments transformés au Québec ».

Ce document s'adresse aux professionnels et employés de la Direction générale de la santé publique du MSSS.

TABLE DES MATIÈRES

LISTE DES TABLEAUX	IV
GLOSSAIRE	VI
LISTE DES SIGLES ET ACRONYMES	IX
FAITS SAILLANTS	1
SOMMAIRE	3
1 INTRODUCTION	6
2 QUESTION DE RECHERCHE	7
3 MÉTHODOLOGIE	8
3.1 Recension des objectifs de réduction des apports en sucre de la population établis par des organisations de santé publique reconnues	8
3.2 Recension des apports en sucre de la population québécoise et canadienne.....	8
3.3 Identification des principales catégories d'aliments contribuant aux apports en sucre des Québécois	9
3.4 Identification des cibles de réduction du sucre existantes.....	10
3.5 Recension des teneurs en sucre des principales catégories d'aliments contribuant aux apports en sucre	11
3.6 Comparaisons réalisées.....	11
3.7 Processus de révision externe.....	13
4 RÉSULTATS.....	14
4.1 Objectifs de réduction des apports en sucre de la population établis par des organisations de santé publique reconnues.....	14
4.2 Apports en sucre de la population québécoise et canadienne	16
4.3 Principales catégories d'aliments contribuant aux apports en sucre des Québécois	17
4.4 Comparaisons de différentes cibles de réduction du sucre et teneurs en sucre des aliments et boissons	19
4.4.1 Boissons gazeuses.....	21
4.4.2 Laites et boissons végétales sucrées	22
4.4.3 Autres boissons sucrées.....	25
4.4.4 Desserts non glacés et barres de céréales	27
4.4.5 Céréales pour le petit-déjeuner	31
4.4.6 Sauces et condiments sucrés, et tartinades.....	34

4.4.7	Confiseries et chocolat	35
4.4.8	Yogourts.....	36
4.4.9	Desserts glacés	39
5	FORCES ET LIMITES	40
6	CONCLUSION.....	42
7	RÉFÉRENCES.....	43
ANNEXE 1	COMPLÉMENTS À LA MÉTHODOLOGIE DE LA SECTION 3.2 RECENSION DES APPORTS EN SUCRE DE LA POPULATION QUÉBÉCOISE ET CANADIENNE	49
ANNEXE 2	COMPLÉMENTS À LA MÉTHODOLOGIE DES SECTIONS 3.4 IDENTIFICATION DES CIBLES DE RÉDUCTION DU SUCRE EXISTANTES ET 3.5 RECENSION DES TENEURS EN SUCRE DES PRINCIPALES CATÉGORIES D'ALIMENTS CONTRIBUANT AUX APPORTS EN SUCRE.....	52

LISTE DES TABLEAUX

Tableau 1	Objectifs de réduction des apports en sucre établis par des organisations de santé publique reconnues.....	14
Tableau 2	Liste des principaux aliments contributeurs en sucre dans l'alimentation des Québécois.....	18
Tableau 3	Comparaisons des cibles du Royaume-Uni, des États-Unis et de l'Australie pour l'aliment contributeur « boissons gazeuses »	21
Tableau 4	Comparaisons des cibles du Royaume-Uni, des États-Unis et de l'Australie pour l'aliment contributeur « laits et boissons végétales sucrées ».....	23
Tableau 5	Teneurs en sucres totaux des produits de la catégorie « boissons laitières et végétales » offerts et achetés au Québec en 2022.....	24
Tableau 6	Comparaisons des seuils des cibles du Royaume-Uni aux teneurs en sucres totaux des produits achetés au Québec pour l'aliment contributeur « laits et boissons végétales sucrées »	24
Tableau 7	Comparaisons des cibles du Royaume-Uni, des États-Unis et de l'Australie pour l'aliment contributeur « autres boissons sucrées ».....	26
Tableau 8	Comparaisons des cibles du Royaume-Uni, des États-Unis et de l'Australie pour l'aliment contributeur « desserts non glacés et barres de céréales ».....	28
Tableau 9	Teneurs en sucres totaux des produits de la catégorie « biscuits et galettes » offerts et achetés au Québec en 2019.....	29
Tableau 10	Teneurs en sucres totaux des produits de la catégorie « barres granola » offerts et achetés au Québec en 2023.....	29
Tableau 11	Comparaisons des seuils des cibles du Royaume-Uni aux teneurs en sucres totaux des produits achetés au Québec pour l'aliment contributeur « desserts non glacés et barres de céréales »	30
Tableau 12	Comparaisons des cibles du Royaume-Uni, des États-Unis et de l'Australie pour l'aliment contributeur « céréales pour le petit-déjeuner »	32
Tableau 13	Teneurs en sucres totaux des produits de la catégorie « céréales à déjeuner » offerts et achetés au Québec en 2021	32
Tableau 14	Comparaisons du seuil des cibles du Royaume-Uni aux teneurs en sucres totaux des produits achetés au Québec pour l'aliment contributeur « céréales pour le petit-déjeuner ».....	33
Tableau 15	Comparaisons des cibles du Royaume-Uni et des États-Unis pour l'aliment contributeur « sauces et condiments sucrés, et tartinares ».....	34
Tableau 16	Comparaisons des cibles du Royaume-Uni et des États-Unis pour l'aliment contributeur « confiseries et chocolat ».....	35

Tableau 17	Comparaisons des cibles du Royaume-Uni, des États-Unis et de l'Australie pour l'aliment contributeur « yogourts »	37
Tableau 18	Teneurs en sucres totaux des produits de la catégorie « yogourts et desserts laitiers » offerts et achetés au Québec en 2018-2019	37
Tableau 19	Comparaisons des seuils des cibles du Royaume-Uni aux teneurs en sucres totaux des produits achetés au Québec pour l'aliment contributeur « yogourts »	38
Tableau 20	Comparaisons des cibles du Royaume-Uni et des États-Unis pour l'aliment contributeur « desserts glacés »	39

GLOSSAIRE

La majorité des définitions présentées ci-bas sont tirées de la synthèse des connaissances *Étapes requises pour l'élaboration et la mise en œuvre des cibles de reformulation des aliments transformés* (1).

Aliments transformés : dans ce rapport, ce terme désigne les aliments qui ont subi un certain niveau de transformation, et qui peuvent contribuer à des apports excessifs en gras, sucre ou sodium lorsque consommés sur une base régulière. Cette définition est tirée des *Lignes directrices canadiennes en matière d'alimentation* (2). Ces aliments bénéficieraient d'une reformulation, c'est-à-dire d'une amélioration de leur valeur nutritive pour la santé de la population. On peut les retrouver dans le secteur du commerce de détail et de la restauration.

Approche réglementaire ou volontaire : façon dont une politique publique est mise en œuvre. Dans une approche de type réglementaire, toutes les entreprises ont l'obligation de respecter les cibles de reformulation qui sont mises en place dans la juridiction, sous peine de sanctions pour non-conformité (3). À l'inverse, dans une approche de type volontaire, les entreprises sont libres de se conformer aux cibles de reformulation qui sont mises en place dans la juridiction (3).

Catégories et sous-catégories d'aliments : regroupements d'aliments selon le classement des catégories et des sous-catégories d'aliments dans le document de référence des cibles de reformulation. Des exemples de catégories d'aliments sont les « produits de boulangerie et de pâtisserie » et les « céréales pour le petit-déjeuner ». Chaque catégorie d'aliments peut comprendre plusieurs sous-catégories d'aliments. Des exemples de sous-catégories d'aliments pour la catégorie d'aliments « produits de boulangerie et de pâtisserie » sont « muffins anglais », « pains aux raisins » et « tortilla et *wrap* ». Des exemples de sous-catégories d'aliments pour la catégorie d'aliments « céréales pour le petit-déjeuner » sont « céréales prêtes-à-manger » et « céréales chaudes instantanées ».

Cibles de reformulation des aliments transformés : objectifs chiffrés d'amélioration de la composition nutritionnelle (4). Ces cibles sont 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. Il s'agit d'une politique publique qui a pour but d'améliorer la valeur nutritive des aliments et des boissons, c'est-à-dire d'encourager l'industrie bioalimentaire à améliorer la composition nutritionnelle des aliments et des boissons. De plus, les seuils visés de teneurs en sucre, par exemple dans le cas de cibles de reformulation visant ce nutriment, peuvent directement être utilisés comme critères de teneurs en sucre pour d'autres politiques publiques, telles que la taxation, les politiques d'approvisionnement alimentaire dans les institutions publiques et les systèmes d'étiquetage sur le devant des emballages (logos et symboles, feux de circulation, étiquettes d'avertissement, etc.) (5–7).

Contenu nutritionnel initial : valeur de référence pour la teneur du nutriment (p. ex. sodium, gras saturés, sucre) qui est visé par les cibles de reformulation, et ce, pour chacune des catégories d'aliments ciblées (3).

Reformulation des aliments et des boissons : modification des ingrédients ou des procédés pour obtenir un produit de meilleure valeur nutritive en éliminant (p. ex. acides gras trans), en réduisant (p. ex. sodium, gras saturés, sucre) ou en augmentant (p. ex. fibres) certaines composantes nutritionnelles, tout en conservant, autant que possible, diverses caractéristiques, telles que la saveur, la texture et la durée de vie de l'aliment (4). Cette définition de la reformulation n'inclut pas le développement d'aliments fonctionnels, c'est-à-dire des aliments auxquels des nutriments ou des ingrédients promoteurs de santé (tels que les vitamines, minéraux, phytostérols, pro et prébiotiques) sont ajoutés. Aussi, la reformulation ne doit pas être confondue avec l'enrichissement des aliments, qui consiste en l'ajout de vitamines et de minéraux à des aliments de base selon un cadre réglementaire établi. Il existe un éventail de politiques publiques susceptibles d'encourager directement ou indirectement la reformulation des aliments et des boissons (8) :

- La mise en œuvre de cibles de reformulation des aliments transformés;
- L'imposition de politiques de prix ou outils économiques à large portée (comme la taxation et les subventions, etc.);
- La mise en place de politiques d'approvisionnement ou critères nutritionnels visant les aliments et boissons servis dans les institutions publiques ou autres milieux;
- La restriction de la publicité pour les aliments transformés et la restriction d'autres formes de promotion (p. ex. placement de produits dans les commerces de vente au détail);
- L'apposition d'un étiquetage nutritionnel (comme les allégations nutritionnelles et l'apposition d'un logo ou d'une mise en garde sur le devant de l'emballage, etc.);
- La mise en œuvre de campagnes d'information ou d'éducation visant le consommateur.

Seuils visés ou seuils finaux : teneurs à atteindre du nutriment (p. ex. sodium, gras saturés, sucre) qui est visé par les cibles de reformulation, et ce, pour chacune des catégories d'aliments ciblées. Les cibles de reformulation sont considérées comme étant respectées lorsque les seuils finaux sont atteints (3).

Sucre : Il existe trois types de sucre, qui se définissent ainsi (2) :

- Les sucres ajoutés incluent tous les sucres qui sont ajoutés aux aliments et aux boissons lors de leur transformation ou de leur préparation. L'ensemble des sucres ajoutés sont considérés comme des sucres libres;
- Les sucres libres incluent les sucres ajoutés et les sucres présents naturellement dans les jus de fruits et leurs concentrés, ainsi que dans le miel et les sirops;
- Les sucres totaux incluent les sucres ajoutés, les sucres libres et les sucres naturellement présents dans certains aliments (p. ex. lait, fruits et légumes). Ils comprennent ainsi l'ensemble des sucres présents dans un aliment ou une boisson, et ce, peu importe sa source.

Type de seuils : format utilisé pour présenter le contenu nutritionnel initial, les seuils intermédiaires, les seuils provisoires et les seuils finaux des cibles de reformulation (3).

LISTE DES SIGLES ET ACRONYMES

AÉT	Apport énergétique total
ANREF	Apports nutritionnels de référence
ESCC – Nutrition 2015	Volet nutrition de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes de 2015
INSPQ	Institut national de santé publique du Québec
MSSS	Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec
OMS	Organisation mondiale de la Santé

FAITS SAILLANTS

Une consommation élevée de sucre, particulièrement sous la forme de boissons sucrées, est associée à des impacts négatifs sur la santé comme le développement de caries, le diabète de type 2 et le gain de poids. Face à cette situation, l'Organisation mondiale de la Santé suggère de mettre en place diverses politiques publiques qui pourraient permettre de réduire l'apport en sucre de la population. Elle recommande, entre autres, la mise en place de cibles de réduction du sucre qui se définissent comme des objectifs chiffrés visant la réduction des teneurs en sucre des aliments transformés.

Ce document, réalisé à la demande du MSSS, vise à répondre à la question de recherche suivante : quelles données sont disponibles actuellement au Québec pour nourrir une réflexion concernant l'élaboration et la mise en œuvre de cibles de réduction du sucre. Les éléments documentés ont permis de dégager les constats suivants :

- Les objectifs de réduction des apports en sucre de la population, établis par des organisations de santé publique reconnues, se situent entre < 5 % et < 11,5 % des apports énergétiques totaux;
- Les données québécoises et canadiennes quant à la consommation de sucre ont permis de mettre en évidence que les apports moyens en sucre des Québécois (25,5 % des apports énergétiques des jeunes et 19,3 % des apports énergétiques des adultes) et des Canadiens (19,5 à 21,6 % des apports énergétiques) sont élevés, et ce, particulièrement chez les jeunes;
- Les neuf principales catégories d'aliments contribuant le plus aux apports en sucre des Québécois ont été identifiées comme étant les suivantes : « boissons gazeuses », « laits et boissons végétales sucrées », « autres boissons sucrées », « desserts non glacés et barres de céréales », « céréales pour le petit-déjeuner », « sauces et condiments sucrés, et tartinades », « confiseries et chocolat », « yogourts » et « desserts glacés »;
- Ces neuf catégories d'aliments ont été appariées aux catégories d'aliments visées par les cibles de réduction du sucre du Royaume-Uni, de l'Australie et des États-Unis permettant ainsi de comparer ces cibles entre elles;
- Les comparaisons des cibles des différents pays ont permis de constater que des sous-catégories d'aliments similaires sont visées et que les seuils à atteindre sont comparables, même si le type de sucre visé est parfois différent. À noter que la composition nutritionnelle initiale de l'offre alimentaire, les types de seuils utilisés et l'ampleur de l'objectif de réduction des apports en sucre sont à prendre en considération lors de la comparaison des cibles de différents pays;
- Pour chaque catégorie d'aliments contribuant le plus aux apports en sucre des Québécois, les teneurs en sucre des produits offerts et achetés au Québec ont été rapportées, ce qui a permis de brosser un portrait de l'offre et des achats alimentaires pour ces produits.

Enfin, ce document brosse un portrait de la situation actuelle du Québec quant aux données préalables à l'élaboration de cibles de réduction du sucre, et ce, dans l'objectif de nourrir une réflexion quant à la reformulation des aliments transformés au Québec.

SOMMAIRE

Contexte

Une consommation élevée de sucre, particulièrement sous la forme de boissons sucrées, est associée à des effets négatifs sur la santé, comme le développement de caries, le diabète de type 2 et le gain de poids. L'Organisation mondiale de la Santé recommande de diminuer les apports en sucre de la population. Pour y arriver, il est possible de mettre en place des politiques de reformulation qui visent la réduction des teneurs en sucre dans les produits alimentaires. D'ailleurs, l'Organisation mondiale de la Santé recommande la mise en œuvre de cibles de réduction du sucre, qui se définissent comme des objectifs chiffrés visant la réduction des teneurs en sucre des aliments transformés. Plusieurs pays, comme l'Australie, les États-Unis et le Royaume-Uni, ont déjà mis en place des cibles de réduction du sucre.

L'objectif du présent document est de répondre à la question de recherche suivante : quelles données sont disponibles actuellement au Québec pour nourrir une réflexion concernant l'élaboration et la mise en œuvre de cibles de réduction du sucre. Plus précisément, les moyens suivants ont été utilisés pour y arriver :

- Recenser les objectifs de réduction des apports en sucre de la population établis par des organisations de santé publique reconnues;
- Recenser les données québécoises et canadiennes quant à la consommation de sucre;
- Identifier les principales catégories d'aliments contribuant aux apports en sucre dans l'alimentation des Québécois;
- Comparer, pour ces principales catégories d'aliments, les cibles de reformulation provenant de juridictions dont le contexte (niveau de vie, consommation d'aliments transformés, contexte politique) est comparable à celui du Québec;
- Recenser les teneurs en sucre de ces catégories d'aliments selon des données québécoises de l'offre et des achats alimentaires et les comparer aux seuils de cibles existantes.

Ces travaux, réalisés à la demande du MSSS, s'inscrivent dans le soutien offert par l'INSPQ en lien avec l'action 3.2.1 du Plan d'action interministériel 2022-2025 de la Politique gouvernementale de prévention en santé, qui vise à « Réaliser des travaux d'expertise et de veille de la littérature et mettre sur pied un comité scientifique indépendant pour appuyer la reformulation des aliments transformés au Québec ».

Méthodologie

Pour répondre à cet objectif, différentes sources de données ont été utilisées. De façon spécifique :

- Des sites Web d'organisations de santé publique reconnues ont été identifiés, puis consultés afin de répertorier les objectifs de réduction des apports en sucre de la population les plus récents. Ces organisations ont été choisies puisqu'elles proviennent de pays comparables au Québec et puisque leurs cibles ont été documentées dans le cadre des travaux réalisés par l'INSPQ sur les cibles de reformulation;
- Les sites Web d'organisations de santé publique québécoises et canadiennes ont été consultés de façon exploratoire afin d'identifier des documents présentant des données d'apports en sucre provenant du volet nutrition de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes de 2015;
- Une stratégie de recherche documentaire rapide a également été élaborée et exécutée sur les bases de données Medline, Health policy reference center, Political science Complete et Public Affairs index pour identifier d'autres références dans la littérature scientifique qui utilisaient les données de cette même enquête;
- Les résultats de deux publications de l'INSPQ ont permis d'identifier les principales catégories d'aliments contribuant aux apports en sucre des Québécois;
- Les cibles de réduction du sucre provenant de l'Australie, des États-Unis et du Royaume-Uni ont été comparées entre elles en fonction des principales catégories d'aliments contribuant aux apports en sucre des Québécois. Ces juridictions ont été choisies en raison de leur contexte (niveau de vie, consommation d'aliments transformés, contexte politique) comparable à celui du Québec et parce que leurs cibles ont déjà été documentées dans le cadre de travaux réalisés par l'INSPQ;
- Les travaux de l'Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire ont été utilisés afin de documenter les teneurs en sucre des produits offerts et achetés au Québec pour les principales catégories d'aliments contribuant aux apports en sucre des Québécois.

Résultats

L'appariement et la comparaison des données issues des références identifiées ont permis de constater que :

- Les objectifs de réduction des apports en sucre de la population, qui ont été établis par des organisations de santé publique reconnues, sont exprimés sous forme de limite quotidienne, se situant entre < 5 % et < 11,5 % des apports énergétiques totaux;
- Les apports moyens en sucre des Québécois (25,5 % des apports énergétiques chez les 18 ans et moins et 19,3 % des apports énergétiques chez les 19 ans et plus) et des Canadiens (19,5 à 21,6 % des apports énergétiques pour les Canadiens d'un an et plus) sont élevés, et ce, particulièrement chez les jeunes;

- Les neuf principales catégories d'aliments contribuant le plus aux apports en sucre des Québécois sont les suivantes : « boissons gazeuses », « laits et boissons végétales sucrées », « autres boissons sucrées », « desserts non glacés et barres de céréales », « céréales pour le petit-déjeuner », « sauces et condiments sucrés, et tartinades », « confiseries et chocolat », « yogourts » et « desserts glacés »;
- Les cibles de l'Australie, des États-Unis et du Royaume-Uni sont comparables, même si le type de sucre visé par ces cibles est parfois différent. Plusieurs éléments peuvent toutefois influencer la valeur des seuils établis par les cibles d'un pays, notamment la composition nutritionnelle initiale de l'offre alimentaire du pays, les types de seuils utilisés et l'ampleur de l'objectif de réduction des apports en sucre;
- La documentation des teneurs en sucre des produits offerts et achetés au Québec a permis de brosser un portrait de l'offre et des achats alimentaires pour certaines catégories d'aliments contribuant le plus aux apports en sucre des Québécois, et de comparer ces teneurs en sucre aux cibles de réduction du sucre du Royaume-Uni. Étant donné que cet appariement n'a pu être fait que pour un nombre limité de catégories d'aliments, il n'est pas possible de brosser un portrait complet de la situation québécoise en comparaison avec les cibles existantes du Royaume-Uni.

Forces et limites

Plusieurs forces de ce rapport d'analyse justifient la pertinence des résultats présentés. Notamment, les travaux réalisés nécessitaient le regroupement de divers types de données spécifiques au contexte du Québec. Ces données correspondent à celles qu'il est suggéré de documenter pour élaborer des cibles de réduction du sucre. Des limites ont toutefois été soulevées lors des comparaisons réalisées. Les deux limites principales étant les façons de regrouper les aliments et les boissons sous des catégories d'aliments qui sont différentes d'une source de données à l'autre, et le fait que les trois cibles comparées ne visent pas les mêmes types de sucre.

Conclusion

Ce rapport d'analyse a permis de regrouper les données du Québec et d'ailleurs qui sont reconnues comme étant préalables à l'élaboration de cibles de réduction du sucre. Les constats présentés s'inscrivent dans la réflexion quant à l'amélioration de la valeur nutritive des aliments du Québec et sont complémentaires aux autres travaux de l'INSPQ sur le sujet.

1 INTRODUCTION

Les glucides, qui incluent l'amidon, les fibres et les sucres, sont une source essentielle d'énergie pour le corps humain (9). Dans la littérature scientifique et dans les *Lignes directrices canadiennes en matière d'alimentation*, une attention particulière est accordée aux sucres ajoutés, aux sucres libres et aux sucres totaux, en raison de leurs effets négatifs sur la santé (2, 10). Une consommation élevée de sucres, particulièrement sous la forme de boissons sucrées, est associée au développement de caries, ainsi qu'à un gain de poids (11, 12). Une association a aussi été observée entre la consommation de boissons sucrées et le diabète de type 2 (13).

D'après l'étude de modélisation de Flexner et collab. (14), une réduction de 20 % des apports en sucres libres des Canadiens, qui proviennent surtout des aliments transformés (15), permettrait d'éviter ou de retarder 7,5 % des décès liés à des maladies chroniques associées à l'alimentation, comme le diabète et les maladies cardiovasculaires (14). Une étude de modélisation a aussi identifié les dix catégories d'aliments contribuant le plus aux sources de sucres libres dans le panier d'épicerie des Québécois et a estimé qu'une réduction des teneurs en sucres libres de ces catégories d'aliments contribuerait à réduire la quantité de sucre acheté annuellement par personne (de 1,8 à 2,3 kg de sucre) (16). À cet égard, l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) suggère qu'il est possible de mettre en place des politiques de reformulation pour réduire les teneurs en sucre des produits alimentaires (17). D'ailleurs, des cibles de reformulation visant la réduction du sucre ont récemment été mises en œuvre dans différents pays en s'inspirant de l'expérience des cibles visant la réduction du sodium (17). Enfin, peu importe le nutriment visé, plusieurs étapes sont nécessaires pour élaborer et mettre en œuvre des cibles de reformulation (1). L'une de ces étapes comprend la collecte et la synthèse des données nécessaires à l'élaboration des cibles de réduction du nutriment visé (1).

Dans le cadre du présent document, le terme « cibles de réduction » est utilisé pour référer à la mise en œuvre de cibles de reformulation visant la réduction d'un nutriment précis, comme le sucre. Le terme « cibles » réfère aussi à la mise en œuvre de cibles de réduction et est utilisé seul pour simplifier la lecture du document. À noter aussi que le terme « sucre » fait référence à l'ensemble des sucres.

2 QUESTION DE RECHERCHE

Ce document vise à répondre à la question de recherche suivante : quelles données sont disponibles actuellement au Québec pour nourrir une réflexion concernant l'élaboration et la mise en œuvre de cibles de réduction du sucre. Plus précisément, les moyens suivants ont été utilisés pour y arriver :

- Recenser les objectifs de réduction des apports en sucre de la population établis par des organisations de santé publique reconnues;
- Recenser les données québécoises et canadiennes quant à la consommation de sucre;
- Identifier les principales catégories d'aliments contribuant aux apports en sucre dans l'alimentation des Québécois;
- Comparer, pour ces principales catégories d'aliments, les cibles de reformulation provenant de juridictions dont le contexte (niveau de vie, consommation d'aliments transformés, contexte politique) est comparable à celui du Québec;
- Recenser les teneurs en sucre de ces catégories d'aliments selon des données québécoises de l'offre et des achats alimentaires et les comparer aux seuils de cibles existantes.

Ainsi, le présent document, élaboré à la demande du MSSS, rend disponibles des informations essentielles et complémentaires aux autres travaux de l'INSPQ en lien avec l'action 3.2.1 du Plan d'action interministériel 2022-2025 de la Politique gouvernementale de prévention en santé, qui vise à « Réaliser des travaux d'expertise et de veille de la littérature et mettre sur pied un comité scientifique indépendant pour appuyer la reformulation des aliments transformés au Québec ».

3 MÉTHODOLOGIE

Cette section décrit les recherches documentaires réalisées pour identifier les références utilisées dans ce document. L'extraction des données effectuée à partir de ces références y est également détaillée.

3.1 Recension des objectifs de réduction des apports en sucre de la population établis par des organisations de santé publique reconnues

Une des premières étapes préalables à l'élaboration de cibles de réduction du sucre est la détermination d'un objectif de réduction des apports en sucre. Ce dernier se définit comme l'apport en sucre visé pour une population (1). Avant d'établir un tel objectif, la synthèse *Étapes requises pour l'élaboration et la mise en œuvre des cibles de reformulation des aliments transformés* mentionne de prendre en considération les objectifs de réduction des apports en sucre établis et diffusés par des organisations de santé publique reconnues (1).

Ainsi, pour le présent projet, les sites Web de l'OMS et des organisations de santé publique du Canada, du Royaume-Uni, des États-Unis et de l'Australie ont été identifiés, puis consultés afin de répertorier leurs objectifs de réduction des apports en sucre les plus récents. Ces juridictions ont été choisies en raison de leur contexte (niveau de vie, consommation d'aliments transformés, contexte politique) comparable à celui du Québec et parce que leurs cibles ont déjà été documentées dans le cadre de travaux réalisés par l'INSPQ. Les objectifs de réduction des apports en sucre ont été recensés par une des autrices, puis la façon de les rapporter a été discutée entre les membres de l'équipe projet travaillant sur les cibles de reformulation à l'INSPQ. Ces résultats sont présentés à la section 4.1.

3.2 Recension des apports en sucre de la population québécoise et canadienne

Une autre étape requise pour l'élaboration de cibles de réduction du sucre consiste à déterminer l'apport en sucre de la population visée (1). Pour documenter les apports en sucre des Québécois, les sites Web d'organisations de santé publique du Québec et du Canada ont été consultés de façon exploratoire afin d'identifier des documents présentant des données d'apports en sucre provenant du volet nutrition de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes¹ de 2015 (ESCC – Nutrition 2015) (18).

Une stratégie de recherche documentaire rapide a ensuite été élaborée pour identifier d'autres références dans la littérature scientifique qui utilisaient les données de l'ESCC – Nutrition 2015. Des mots-clés qui réfèrent au concept de l'ESCC (p. ex. « Canadian-Community Health Survey »,

¹ L'ESCC – Nutrition est une enquête thématique est réalisée par Statistiques Canada et Santé Canada dans un échantillon de la population canadienne (18).

« Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes », « CCHS » et « ESCC ») et du sucre (p. ex. « sucre » et « *sugar* ») ont été utilisés pour la recherche réalisée dans les bases de données Medline, Health policy reference center, Political science Complete et Public Affairs index. La stratégie de recherche détaillée, de même que les critères d'inclusion et d'exclusion qui ont permis de sélectionner les références retenues sont présentés à l'annexe 1. Les données d'apports ont été recensées par une des autrices, puis la façon de les rapporter a été discutée entre les membres de l'équipe projet travaillant sur les cibles de reformulation à l'INSPQ. Ces données sont présentées à la section 4.2.

3.3 Identification des principales catégories d'aliments contribuant aux apports en sucre des Québécois

L'étape qui suit la recension des apports en sucre d'une population consiste à identifier les sources les plus importantes de ce nutriment dans l'alimentation, c'est-à-dire les principales catégories d'aliments contribuant aux apports en sucre (1). Ces catégories d'aliments peuvent être identifiées par la combinaison de deux types de données : les apports alimentaires de la population et la composition nutritionnelle des aliments (1). À noter que des données d'achats alimentaires peuvent être utilisées comme une approximation des apports alimentaires (1). Les catégories d'aliments qui contribuent le plus à l'apport en sucre de la population peuvent ensuite être sélectionnées en vue d'être visées par des cibles de réduction du sucre. Cette méthode permet de sélectionner les catégories d'aliments qui sont consommées en grande quantité, mais dont la teneur en sucre est relativement faible, ainsi que les catégories d'aliments dont la teneur en sucre est élevée, mais qui sont peu consommées (1). En identifiant les catégories d'aliments les plus contributrices, il est possible d'avoir un impact important sur les apports en sucre de la population, et ce, sans nécessairement viser tous les aliments qui contiennent du sucre (1). À noter que pour alléger le texte du présent document, les termes « principal aliment contributeur » ou « aliment contributeur » sont utilisés de façon interchangeable et réfèrent aux catégories d'aliments qui contribuent le plus aux apports en sucre des Québécois.

Pour le présent projet, l'identification des principaux aliments contributeurs en sucre dans l'alimentation des Québécois s'est effectuée en se basant sur les résultats de deux rapports de l'INSPQ (16, 19) qui avaient été utilisées dans les travaux antérieurs sur les cibles de reformulation (3). À notre connaissance, il n'y avait pas de données québécoises comparables et plus récentes au moment où cette identification a été réalisée (hiver 2023). Les résultats de deux rapports ayant identifié les principales sources de sucres totaux dans l'alimentation (19) et de sucres libres dans le panier d'épicerie (16) des Québécois ont donc été consultés. Ces rapports ont utilisé des données de composition nutritionnelle combinées à des données d'apports (19) ou d'achats alimentaires (16). Le travail d'identification des principaux aliments contributeurs a été réalisé par l'équipe projet travaillant sur les cibles de reformulation à l'INSPQ.

Toutes les catégories d'aliments identifiées à la lecture des deux rapports mentionnés ci-dessus ont été comparées entre elles, même si les noms des catégories d'aliments et les sous-catégories qu'elles incluaient pouvaient différer entre les rapports (16, 19). Par exemple, un des rapports a classé les « yogourts glacés » sous la catégorie « confiseries et chocolat », alors que l'autre rapport les a regroupés avec les « desserts glacés ». À noter que la classification choisie dans ces deux rapports dépendait des regroupements faits préalablement dans les bases de données utilisées et des limites de ces bases de données. Ces différences dans les noms et les regroupements des catégories d'aliments font en sorte que les pourcentages de contribution aux apports en sucre et que les pourcentages de contribution des sucres libres dans le panier d'épicerie de chaque catégorie d'aliments variaient d'un rapport à l'autre (16, 19).

À la suite des comparaisons entre les catégories d'aliments identifiées par les deux rapports de l'INSPQ, les critères suivants ont été utilisés pour identifier les principaux aliments contributeurs en sucre dans l'alimentation des Québécois qui serviront aux comparaisons du présent projet :

- Aliments contribuant aux apports en sucre et qui figurent soit dans les travaux sur les données d'apports alimentaires (19), soit dans les travaux sur les données d'achats alimentaires (16);
- Aliments contribuant aux apports en sucre et qui représentent un aliment ou une catégorie d'aliments visés par les cibles de reformulation du Royaume-Uni, des États-Unis ou de l'Australie; et
- Aliments fournissant plus de 5 % des apports en sucres totaux, ou contribuant à plus de 5 % des sucres libres retrouvés dans le panier d'épicerie des Québécois.

La section 4.3 présente les catégories d'aliments qui contribuent le plus aux apports en sucre des Québécois. Pour la description détaillée des catégories d'aliments qui avaient été identifiées selon les données d'apports et d'achats alimentaires, il est possible de se référer aux publications de l'INSPQ citées plus tôt (16, 19).

3.4 Identification des cibles de réduction du sucre existantes

Pour poursuivre la réflexion quant aux catégories d'aliments qui pourraient être visées par des cibles de reformulation, une autre étape consiste à répertorier les cibles de juridictions dont l'offre alimentaire est connue pour être largement similaire (1). En effet, il peut être utile de recenser les catégories d'aliments qui sont visées par des cibles existantes et de comparer ces catégories aux principaux aliments contributeurs identifiés plus tôt (1). Dans le cadre du présent projet, les cibles de réduction du sucre provenant de juridictions dont le contexte (niveau de vie, consommation d'aliments transformés, contexte politique) est similaire à celui du Québec et qui ont été documentées dans le cadre des travaux réalisés par l'INSPQ sur les cibles de reformulation (3) ont été priorisées. Il s'agit des cibles du Royaume-Uni (20–22), de l'Australie (23) et des États-Unis (24). À noter que d'autres juridictions ont mis en œuvre des cibles de réduction du sucre, mais ces dernières n'ont pas été identifiées pour le présent mandat. Toutefois, mentionnons que le Canada n'a pas de cibles visant la réduction du sucre.

Les comparaisons réalisées avec les cibles du Royaume-Uni, de l'Australie et des États-Unis sont expliquées à la section 3.6 et les résultats de ces comparaisons sont présentés à la section 4.4. L'annexe 2 offre plus de détails concernant la sélection et la description de ces cibles. Il est aussi possible de se référer aux documents officiels des différentes cibles pour consulter les listes détaillées des sous-catégories d'aliments qu'elles visent (20–24).

3.5 Recension des teneurs en sucre des principales catégories d'aliments contribuant aux apports en sucre

Parmi les étapes préalables à l'élaboration de cibles de réduction du sucre, notons l'évaluation des teneurs en sucre actuelles des catégories d'aliments qui pourraient être visées par les cibles (1). À notre connaissance, les seules données québécoises qui se basent sur les informations du tableau de la valeur nutritive des produits emballés sont celles provenant des travaux de l'Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire de l'Université Laval (ci-après désigné « l'Observatoire ») (25, 26). Ce sont donc ces données qui ont été utilisées dans le présent rapport pour documenter les teneurs en sucre des aliments et des boissons disponibles au Québec. En plus de ces données de composition nutritionnelle, qui documentent les teneurs en sucres totaux, les bases de données de l'Observatoire contiennent aussi des données sur les achats alimentaires des Québécois, qui sont collectées par la compagnie NielsenIQ (25, 26). Cela permet de pondérer les teneurs moyennes en sucre en fonction des ventes pour une même catégorie d'aliments, et ainsi accorder un poids plus important aux produits qui sont les plus achetés (25, 26). Ce sont les données disponibles au 15 septembre 2023 qui ont été utilisées pour le présent projet. Certaines données non diffusées à cette date par l'Observatoire ont pu être rapportées dans ce rapport grâce à une entente de partenariat entre l'INSPQ et l'Observatoire (Université Laval). Pour consulter les définitions des différentes catégories d'aliments évaluées par l'Observatoire, il est possible de se référer à leurs rapports (27–31). L'annexe 2 offre plus de détails sur les données de l'Observatoire, et la section 3.6 explique les comparaisons réalisées avec celles-ci.

3.6 Comparaisons réalisées

D'abord, les sous-catégories d'aliments visées par les cibles du Royaume-Uni, des États-Unis et de l'Australie ont été appariées aux aliments contributeurs en sucre dans l'alimentation des Québécois. Pour ce faire, l'ensemble des sous-catégories d'aliments visées par les cibles des différents pays ont été considérées, mais seules les sous-catégories d'aliments qui s'apparentaient aux principales catégories d'aliments qui contribuent aux apports en sucre des Québécois ont été retenues pour les comparaisons faites dans le présent document. Ensuite, les cibles du Royaume-Uni ont été utilisées comme référence auxquelles les cibles des trois autres pays ont pu être appariées. Ce choix s'explique par l'expertise reconnue du Royaume-Uni dans la mise en œuvre de cibles de reformulation (6), et aussi parce que leurs cibles de réduction du sucre sont les premières à avoir été mises en œuvre au niveau mondial (20). Les cibles du Royaume-Uni ont donc pu être comparées aux cibles des autres pays choisis en fonction des sous-catégories d'aliments visées et des seuils à atteindre.

Ces seuils sont les teneurs à atteindre en sucre, et ce, pour chacune des catégories d'aliments visées par les cibles (1). Trois types de seuils sont comparés dans le présent rapport. Le seuil sous forme de moyenne pondérée correspond à la teneur moyenne en sucre à atteindre pour les produits au sein d'une catégorie d'aliments, pondérée par le volume des ventes relatif aux produits de cette catégorie (1). Ce seuil peut être comparé aux teneurs des aliments achetés. Le seuil sous forme de teneur maximale selon une limite supérieure représente la teneur en sucre à ne pas dépasser pour chaque produit d'une catégorie d'aliments (1). Ce seuil peut être comparé aux teneurs des aliments offerts. Le seuil sous forme de pourcentage de réduction au-delà d'un certain seuil indique la réduction à appliquer lorsque le contenu en sucre dépasse une certaine teneur (23). Lorsque des cibles contiennent plus d'un type de seuils, les fabricants alimentaires peuvent décider de réduire les teneurs en sucre de leurs produits afin d'atteindre un ou tous les seuils visés par ces cibles.

À noter que certains éléments doivent être considérés lorsque des cibles de différents pays sont comparées entre elles. Par exemple, les teneurs initiales en sucre des aliments visés par les cibles, les types de seuils utilisés, ainsi que l'ampleur de l'objectif de réduction des apports en sucre établis par les pays qui sont comparés peuvent tous influencer la valeur des seuils à atteindre (1). De plus, il convient de mentionner que les cibles de réduction du sucre du Royaume-Uni et de l'Australie visent les sucres totaux, tandis que celles des États-Unis visent les sucres ajoutés. Toutefois, la présence d'une estimation quant à la quantité de sucre naturellement présent a permis de convertir certains seuils des cibles du Royaume-Uni en sucres ajoutés. Cette information quant à la quantité de sucre naturellement présent était indiquée dans les documents des cibles de ce pays. Malgré ces différences quant au type de sucre visé, il demeure pertinent d'effectuer des comparaisons entre les cibles de ces pays, puisque cela permet d'analyser les similitudes entre les cibles des pays choisis, autant en ce qui a trait aux sous-catégories d'aliments visées qu'aux valeurs des seuils à atteindre pour des sous-catégories similaires (1).

Ensuite, pour chaque principal aliment contributeur, les teneurs en sucre des aliments offerts et achetés, provenant des travaux de l'Observatoire, sont présentées selon la principale classification utilisée par l'Observatoire dans leurs rapports. Les sous-catégories d'aliments visées par les cibles du Royaume-Uni ont par la suite été appariées aux teneurs en sucre des données de l'Observatoire, afin de comparer ces teneurs en sucre aux seuils à atteindre des cibles du Royaume-Uni. La comparaison de ces seuils aux teneurs en sucre des produits présents sur le marché est une des façons d'évaluer si ces derniers respectent déjà les seuils à atteindre.

Les extractions et les appariements effectués pour ces comparaisons ont été réalisés par une des autrices, puis validés par une autre, afin d'assurer un bon niveau de concordance. Ces données et ces comparaisons ont été discutées entre les membres de l'équipe projet travaillant sur les cibles de reformulation à l'INSPQ et sont présentées sous la forme de tableaux dans les sections 4.4.1 à 4.4.9. Il est à noter que pour simplifier les tableaux qui présentent ces comparaisons, les références des documents officiels des cibles de reformulation ne sont pas indiquées sauf pour les références des données de l'Observatoire, car elles diffèrent selon la

catégorie d'aliments évaluée. À noter également que dans les tableaux où les cibles de réduction du sucre des pays choisis sont comparées, les noms des sous-catégories d'aliments sont des traductions libres.

3.7 Processus de révision externe

Deux personnes, qui sont externes à la réalisation du projet, ont révisé une version préfinale du présent document selon le cadre de révision externe de l'INSPQ (32). Une de ces réviseuses est issue du milieu universitaire, alors qu'une autre provient du domaine de la santé publique. Une grille institutionnelle a été utilisée pour la formulation des commentaires par les réviseuses. Cette grille porte sur l'approche conceptuelle et la méthodologie, les enjeux éthiques, la portée du projet et ses conclusions, la complétude de l'information et la clarté des informations présentées. Les commentaires des réviseuses ont été rassemblés en indiquant leur nature, ainsi que leur intégration ou non au texte. Puisque les réviseuses ont été conviées à commenter une version préfinale du document, elles n'ont pas révisé ni endossé le contenu final.

4 RÉSULTATS

Cette section présente les données qui ont été recensées en lien avec les objectifs de réduction du sucre, les apports en sucre de la population et les cibles existantes de réduction du sucre. Ensuite, pour chacun des principaux aliments contributeurs en sucre qui ont été identifiés, les cibles de réduction du sucre sont comparées, de même que les teneurs en sucre selon des données de l'offre et des achats alimentaires.

4.1 Objectifs de réduction des apports en sucre de la population établis par des organisations de santé publique reconnues

La section qui suit présente les objectifs de réduction des apports en sucre établis par l'OMS et par des organisations de santé publique du Royaume-Uni, de l'Australie, des États-Unis et du Canada. Le tableau 1 résume les objectifs de réduction des apports en sucre présentés dans cette section.

Tableau 1 Objectifs de réduction des apports en sucre établis par des organisations de santé publique reconnues

Organisations de santé publique	Objectifs de réduction des apports en sucre
OMS (2015, <i>Guideline: Sugars intake for adults and children</i> (38))	Limiter les apports en sucres libres à : • moins de 10 % de l'apport énergétique total (recommandation forte) • moins de 5 % de l'apport énergétique total (recommandation conditionnelle)
Scientific Advisory Committee on Nutrition (2015, (9)) et Public Health England (2015, (34))	Limiter l'apport moyen de la population en sucres libres à : • moins de 5 % de l'apport énergétique total
U.S. Department of Agriculture et U.S. Department of Health and Human Services (2020, <i>2020-2025 Dietary Guidelines for Americans</i> (35))	Limiter les apports en sucres ajoutés à : • moins de 10 % de l'apport énergétique total
U.S. Department of Health and Human Services (2022, <i>Healthy People 2030</i> (36))	Limiter les apports en sucres ajoutés à : • moins de 11,5 % de l'apport énergétique total
Santé Canada (2019, <i>Lignes directrices canadiennes en matière d'alimentation</i> (37))	Limiter les apports en sucres libres à : • moins de 10 % de l'apport énergétique total

En 2015, l'OMS a publié des lignes directrices en matière de consommation de sucres libres dans le but de prévenir les maladies non transmissibles chez les adultes et les enfants (38). Elle y recommande que l'apport en sucres libres soit réduit tout au long de la vie (recommandation forte²), plus précisément, que ce dernier soit inférieur à 10 % de l'apport énergétique total (recommandation forte) (38). De plus, l'OMS suggère une réduction supplémentaire de l'apport en sucres libres à moins de 5 % de l'apport énergétique total (recommandation conditionnelle³),

² L'OMS qualifie de « recommandation forte » une recommandation pour laquelle elle est convaincue que les bénéfices de sa mise en œuvre l'emportent sur ses conséquences indésirables (38).

³ L'OMS qualifie de « recommandation conditionnelle » une recommandation pour laquelle il existe des incertitudes quant au fait que les bénéfices de sa mise en œuvre l'emportent sur ses conséquences indésirables, ou lorsque les avantages anticipés de cette même recommandation sont très faibles (38).

principalement pour prévenir la carie dentaire (38). Le bureau régional pour les Amériques de l'OMS appuie les lignes directrices de l'OMS en matière de consommation de sucres libres (39). Depuis la publication en 2015 de ces lignes directrices par l'OMS, plusieurs pays ont publié des recommandations qui s'y arriment.

Récemment, l'OMS a publié des lignes directrices concernant l'utilisation par les adultes et les enfants des succédanés du sucre (33). Elle y suggère d'éviter l'utilisation de ces succédanés pour le maintien du poids ou pour réduire le risque de maladies non transmissibles (recommandation conditionnelle) (33). Cette recommandation s'applique aux succédanés du sucre, qui comprennent les édulcorants naturels et synthétiques (p. ex. acésulfame K, aspartame, advantame, saccharine, sucralose, stévia et ses dérivés), mais elle ne s'applique pas aux sucres à faible teneur en calories ou aux sucres alcool (polyols) puisque ceux-ci sont des sucres ou des dérivés de sucre contenant des calories (33).

Au Royaume-Uni, le Scientific Advisory Committee on Nutrition⁴ recommande que l'apport moyen en sucres libres de la population n'excède pas 5 % de l'apport énergétique total (9). Cette recommandation a été appuyée par le gouvernement britannique (34) et traduite en termes de grammes de sucres libres par jour pour différents groupes d'âge (40). De cette recommandation découle la stratégie du Royaume-Uni pour réduire l'apport en sucre de la population qui comprend, entre autres, la mise en place d'une taxe sur les boissons avec sucres ajoutés et des cibles de réduction du sucre (41). Les valeurs nutritionnelles de référence pour l'Australie, quant à elles, n'énoncent pas de recommandation spécifique pour le sucre (42). Dans le document des cibles de réduction du sucre de l'Australie, c'est la recommandation de l'OMS en matière de consommation de sucres libres qui est utilisée comme référence (43).

Aux États-Unis, les lignes directrices américaines en matière d'alimentation (*2020-2025 Dietary Guidelines for Americans*), qui sont publiées par le U.S. Department of Agriculture et le U.S. Department of Health and Human Services, recommandent de limiter les sucres ajoutés à moins de 10 % de l'apport énergétique total (35). Un objectif national visant à réduire les apports en sucres ajoutés de la population américaine a aussi été élaboré selon les recommandations du groupe de travail Nutrition and Weight Status⁵ (36). Cet objectif national vise à réduire l'apport moyen en sucres ajoutés de la population à 11,5 % de l'apport énergétique total (36).

⁴ Le Scientific Advisory Committee on Nutrition est un comité scientifique qui conseille le gouvernement du Royaume-Uni sur la nutrition et la santé (9).

⁵ Le groupe de travail Nutrition and Weight Status est un comité d'experts mandaté pour recommander et suivre des objectifs nationaux quant au poids, aux apports alimentaires et à l'insécurité alimentaire dans le cadre de l'initiative Healthy People 2030 de l'Office of Disease Prevention and Health Promotion du U.S. Department of Health and Human Services (36).

En ce qui concerne les apports nutritionnels de références (ANREF)⁶ la dernière mise à jour des valeurs de référence pour les glucides remonte à 2006, soit il y a presque 20 ans (44). On y indique que la consommation en sucres ajoutés ne devrait pas représenter plus de 25 % de l'apport énergétique total (44). Comme les recommandations publiées au courant des dernières années par l'OMS et par différents pays sont plus restrictives, la recommandation des ANREF ne semble plus être d'actualité.

Au Canada, les *Lignes directrices canadiennes en matière d'alimentation* diffusées par Santé Canada (2) recommandent que les sucres libres fournissent moins de 10 % de l'apport énergétique total. Les lignes directrices canadiennes considèrent également que l'utilisation de succédanés du sucre n'est pas nécessaire pour réduire l'apport en sucres libres (2). Ces lignes directrices canadiennes concordent donc avec celles de l'OMS.

Les objectifs de réduction des apports en sucre recensés ci-haut s'appliquent aux sucres libres ou aux sucres ajoutés. À des fins de comparaison, il est utile de noter qu'un objectif qui vise les apports en sucres libres est plus restrictif, puisqu'il vise le sucre naturellement présent dans les jus de fruits en plus des sucres ajoutés aux aliments et aux boissons. Ainsi, le 10 % recommandé par l'OMS et par les lignes directrices canadiennes, qui s'applique aux apports en sucres libres, est plus restrictif que le 10 % recommandé dans les lignes directrices américaines, qui visent les apports en sucres ajoutés.

4.2 Apports en sucre de la population québécoise et canadienne

Cette section rapporte les apports en sucre des Québécois et des Canadiens selon quatre documents utilisant les données de l'ESCC – Nutrition 2015 (19, 45–47). Sept articles scientifiques (48–54) portant sur l'estimation des apports en sucre de la population ont aussi été utilisés pour brosser le portrait des apports en sucre des Québécois et des Canadiens. Lorsque possible, les données d'apports sont rapportées ici en pourcentage de l'apport énergétique total (AÉT) afin de pouvoir les comparer aux objectifs de réduction des apports en sucre listés au tableau 1.

Au Québec, les jeunes (1 à 18 ans) ont des apports en sucres totaux significativement plus élevés que les adultes (19). En effet, les apports en sucres totaux des jeunes contribuent en moyenne à 25,8 % de leur AÉT, comparativement à 19,3 % pour les adultes (19). La contribution relative des sucres totaux à l'apport énergétique demeure similaire entre les sexes, même s'il existe des différences pour les apports présentés en valeur absolue (19). Aucune tendance n'a été dégagée de l'analyse des apports en sucres totaux selon des caractéristiques socioéconomiques (p. ex. revenu du ménage) et démographiques (p. ex. lieu de résidence) (19).

⁶ Les apports nutritionnels de référence (ANREF) sont les normes nutritionnelles du Canada et des États-Unis (44). Ils sont basés sur la quantité de nutriments (vitamines, minéraux et autres composantes) qui répond aux besoins nutritionnels de la population générale et qui réduit les risques de carences ou de maladies liées à l'alimentation (44).

Au Canada, l'apport moyen en sucres totaux des Canadiens âgés d'un an et plus est estimé à 19,5 %⁷ et 21,6 % des AÉT selon les références identifiées (46, 49). Les résultats de Langlois et collab. (45), qui ont évalué les apports en sucres totaux des Canadiens de tous les groupes d'âge, montrent que, comme pour les données québécoises, ce sont les jeunes canadiens qui ont les apports en sucres totaux les plus élevés (45). D'autres auteurs ont aussi étudié les apports en sucres totaux de certains groupes de la population, comme les jeunes de 4 à 15 ans (52) et les adultes de 19 ans et plus (54). Par contre, les différences associées à la méthodologie et à l'échantillonnage rendent complexe la comparaison des apports en sucres totaux rapportés par ces auteurs.

Pour ce qui est des apports en sucres libres, plus de la moitié (environ 60 %) de la population canadienne en consomme trop (46–48, 51), dépassant la limite quotidienne de 10 % de l'apport énergétique provenant des sucres libres qui est recommandée par l'OMS et par Santé Canada. Plus spécifiquement, l'apport en sucres libres chez les Canadiens varie entre 11,8 % et 13,3 % de leur AÉT selon les documents et les articles scientifiques consultés (46–48, 50, 51). La contribution énergétique liée à la consommation de sucres libres varie entre 9,9 % et 11,1 % de l'AÉT chez les adultes (47, 54) et entre 13,0 % et 15,2 % de l'AÉT chez les enfants et les adolescents (47, 48).

En ce qui concerne les sucres ajoutés, Liu et collab. (46) ont évalué l'apport moyen de la population canadienne pour ce type de sucres à 11 % de l'AÉT. Quant à lui, Tariq (53) a étudié l'apport en sucres ajoutés des Canadiens âgés de 6 à 17 ans. L'apport quotidien moyen pour ce groupe d'âge est estimé à 16,7 % de l'AÉT (53).

En somme, les données québécoises et canadiennes qui proviennent de l'ESCC – Nutrition 2015 (19, 45–54) rapportent que les apports moyens en sucre de la population sont élevés, et ce, particulièrement chez les jeunes. Parmi les références citées, soulignons que la seule ayant analysé les données de l'ESCC – Nutrition 2015 spécifiques aux Québécois porte uniquement sur les apports en sucres totaux.

4.3 Principales catégories d'aliments contribuant aux apports en sucre des Québécois

Selon les critères de sélection énoncés à la section 3.3, la consultation des rapports portant sur les données d'apports (19) et d'achats (16) alimentaires a permis l'identification des principaux aliments contributeurs en sucre dans l'alimentation des Québécois. Ceux-ci sont présentés au tableau 2, et des exemples de sous-catégories d'aliments sont également fournis pour chaque aliment contributeur. Comme indiqué précédemment, les différences dans la classification des catégories d'aliments selon les bases de données utilisées font en sorte que les pourcentages de contribution aux apports en sucres totaux diffèrent des pourcentages de contribution des sucres libres dans le panier d'épicerie pour une même catégorie d'aliments. Malgré ces

⁷ Ce pourcentage a été calculé à partir des apports moyens en énergie (1869 kcal) et en sucres totaux (91 g) rapportés dans l'article de Harrison et collab. (49).

différences, les principaux aliments contributeurs sont présentés, dans la mesure du possible, en ordre décroissant de contribution dans le tableau 2. À noter que lors de l'élaboration des cibles, d'autres catégories d'aliments que celles identifiées au tableau 2 pourraient être visées par ces cibles. Enfin, les noms des principaux aliments contributeurs et leurs exemples sont tirés des documents consultés dans le cadre du présent projet.

Tableau 2 Liste des principaux aliments contributeurs en sucre dans l'alimentation des Québécois

Principaux aliments contributeurs en sucre dans l'alimentation	Exemples de sous-catégories d'aliments (en ordre alphabétique)
Boissons gazeuses	Boissons gazeuses
Laits et boissons végétales sucrées	Laits aromatisés Boissons végétales aromatisées
Autres boissons sucrées	Boissons aux fruits Boissons chaudes (cafés, thés, chocolat chaud) Boissons énergisantes Boissons pour sportifs Jus de fruits Thés glacés
Desserts non glacés et barres de céréales	Barres de céréales (barres tendres) Biscuits Gâteaux Préparation pour gâteaux Muffins Pâtisseries Pouding (style Jell-O et options à base de substituts du lait) Tartelettes pour grille-pain
Céréales pour le petit-déjeuner	Céréales chaudes instantanées Céréales prêtes-à-manger
Sauces et condiments sucrés, et tartinades	Beurre d'arachide Caramel Confiture Pâtes à tartiner à base de chocolat et de noisettes Sauce au chocolat Sirops et pâtes à tartiner à base de fruits
Confiseries et chocolat	Barres de chocolat Bonbons à mâcher Bonbons gélifiés et bonbons durs
Yogourts	Options à base de substituts du lait Yogourts Yogourts à boire
Desserts glacés	Crèmes glacées Options à base de substituts du lait Sorbets Yogourts glacés

Certaines catégories d'aliments ne satisfaisaient pas tous les critères de sélection pour être identifiées comme principal aliment contributeur en sucre. La catégorie « yogourts » a été identifiée comme une des principales catégories d'aliments contribuant aux apports en sucre des Québécois, malgré le fait que sa contribution aux apports en sucre était inférieure à 5 % dans les rapports portant sur les apports et les achats alimentaires (16, 19). Cette inclusion s'explique par le fait que le pourcentage de contribution de cette catégorie d'aliments aux apports en sucre des jeunes était de près de 5 % dans le rapport des données d'apports alimentaires. La sélection des « yogourts » comme principal aliment contributeur est aussi justifiée par les apports en sucre particulièrement élevés des jeunes Québécois (1 à 18 ans).

Les « desserts glacés » ont aussi été inclus dans la liste des principaux contributeurs en sucre dans l'alimentation des Québécois, et ce, bien que leur contribution aux apports en sucre était inférieure à 5 % dans le rapport portant sur les achats alimentaires (16). Le rapport sur les apports alimentaires (19) regroupait des aliments correspondants aux « desserts glacés » sous plusieurs catégories d'aliments, ce qui ne permettait pas d'avoir un pourcentage unique de contribution. Puisque certains des aliments considérés dans la catégorie « desserts glacés » (p. ex. sorbets) faisaient partie de la catégorie « confiseries et chocolat » dans le rapport des données d'apports alimentaires, qui elle contribuait à plus de 5 % des apports en sucre des Québécois, il a été jugé que les « desserts glacés » méritaient d'être identifiés comme principal aliment contributeur en sucre.

4.4 Comparaisons de différentes cibles de réduction du sucre et teneurs en sucre des aliments et boissons

Cette section présente les résultats des comparaisons des cibles de réduction du sucre décrites à la section 3.6. Tout d'abord, pour chaque aliment contributeur identifié au tableau 2, les cibles volontaires de réduction du sucre du Royaume-Uni (20–22) sont comparées aux cibles de l'Australie (23) et des États-Unis (24).

Ensuite, pour chaque produit évalué par l'Observatoire correspondant aux aliments contributeurs identifiés au tableau 2, les teneurs moyennes en sucre sont rapportées pour les produits offerts et pour les produits achetés. Les teneurs des produits achetés tiennent compte des volumes de ventes. La considération des données d'achats sur les teneurs en sucre permet d'observer l'impact des plus grands vendeurs sur les teneurs moyennes en sucre des aliments.

Enfin, les teneurs moyennes en sucre des produits achetés au Québec sont comparées aux seuils des cibles du Royaume-Uni exprimés sous forme de moyenne pondérée en fonction des ventes. Puisque les cibles du Royaume-Uni n'ont pas de seuil exprimé sous la forme de teneur maximale selon une limite supérieure, les teneurs en sucre des produits offerts au Québec n'ont pu être comparées à ces cibles.

Lorsque cela s'applique, un astérisque (*) est ajouté à certaines teneurs en sucre qui ont été rapportées. Cet astérisque indique une différence de plus d'un écart-type entre la teneur en sucre et le seuil auquel cette teneur est comparée. Par exemple, pour une sous-catégorie d'aliment dont la teneur en sucre est supérieure à plus d'un écart-type du seuil à atteindre, de plus grands efforts de reformulation seraient nécessaires pour respecter ce seuil.

Pour faciliter les comparaisons et simplifier la lecture du document, une sous-section a été créée pour chaque aliment contributeur. Chaque sous-section inclut les éléments suivants :

1. Comparaisons des cibles de réduction du sucre du Royaume-Uni, des États-Unis et de l'Australie;
2. Teneurs en sucre des produits offerts et achetés au Québec;
3. Comparaisons des seuils des cibles du Canada aux teneurs en sucre des produits offerts et achetés au Québec.

Comme mentionné à la section 3.6, les disparités dans les types de sucre, qui sont visés par les différentes cibles, limitent les comparaisons. Toutefois, certaines conversions ont pu être réalisées pour ce présent document, car une estimation quant à la quantité de sucre naturellement présent a permis de convertir certains seuils des cibles du Royaume-Uni en sucres ajoutés afin de les comparer aux seuils des cibles des États-Unis. Comme les cibles de l'Australie visent les sucres totaux, mais qu'elles n'indiquent pas de quantité pour les sucres naturellement présents dans certaines catégories d'aliments, les comparaisons avec ces cibles sont plus limitées.

4.4.1 Boissons gazeuses

Le tableau 3 présente les seuils associés à la sous-catégorie de l'aliment contributeur « boissons gazeuses » des cibles de réduction du sucre des États-Unis et de l'Australie. Au Royaume-Uni, les boissons gazeuses ne sont pas visées par les cibles de réduction du sucre, donc aucun seuil à atteindre n'est présenté pour ce pays dans le tableau 3. Une taxe sur les boissons avec sucres ajoutés, incluant les boissons gazeuses, a plutôt été mise en place au Royaume-Uni (55). Cette mesure a comme objectif d'encourager les fabricants à réduire la quantité de sucre dans leurs boissons, puisqu'elle est appliquée selon deux seuils de teneurs en sucre.

Pour l'aliment contributeur « boissons gazeuses », il est possible de comparer les seuils exprimés en sucres totaux et en sucres ajoutés, car ce type de boissons est composé uniquement de sucres ajoutés. Dans ce cas-ci, le seuil sous forme de teneur maximale selon une limite supérieure des cibles des États-Unis (8 g par 100 mL) correspond au seuil supérieur de teneur en sucre au-delà duquel une boisson gazeuse est soumise à la taxe du Royaume-Uni (> 8 g par 100 mL) (55).

L'Observatoire n'a pas de données sur la composition nutritionnelle de produits correspondant à l'aliment contributeur « boissons gazeuses » donc aucune donnée sur les teneurs de l'offre ou des achats n'est fournie.

Tableau 3 Comparaisons des cibles du Royaume-Uni, des États-Unis et de l'Australie pour l'aliment contributeur « boissons gazeuses »

Sous-catégorie d'aliments	Seuils sous forme de moyenne pondérée en fonction des ventes ^a		Seuils sous forme de teneur maximale selon une limite supérieure ^a		Seuils sous forme de pourcentage de réduction
	g sucres par 100 mL		g sucres par 100 mL		%
	Royaume-Uni	États-Unis	Royaume-Uni	États-Unis	Australie
Boissons gazeuses	^b	5,4 (sucres ajoutés)	^b	8,0 (sucres ajoutés)	10 % (sucres totaux) pour produits contenant > 10 g/100 mL

^a Les cibles de l'Australie n'ont pas de seuils exprimés sous la forme de moyenne pondérée en fonction des ventes ni sous la forme de teneur maximale selon une limite supérieure.

^b Au Royaume-Uni, les boissons gazeuses ne sont pas visées par une cible de réduction du sucre; elles sont plutôt assujetties à une taxe sur les boissons avec sucres ajoutés (55). Deux taux de taxation sont appliqués aux producteurs et aux importateurs selon les teneurs en sucres totaux de ces boissons (≥ 5 g par 100 mL, et ≥ 8 g par 100 mL) (55).

4.4.2 Laits et boissons végétales sucrées

Le tableau 4 présente les seuils associés aux sous-catégories de l'aliment contributeur « laits et boissons végétales sucrées » des cibles de réduction du sucre des pays choisis. À noter que les cases laissées vides dans ce tableau signifient que les cibles comparées (États-Unis et Australie) n'ont pas de seuil associé à la sous-catégorie correspondante des cibles du Royaume-Uni.

Les comparaisons des cibles pour l'aliment contributeur « laits et boissons végétales sucrées » permettent d'observer que les catégories d'aliments visées par les cibles des trois pays sont similaires. Le Royaume-Uni est toutefois le seul qui a une cible visant les boissons à base de lait du secteur de la restauration. Les seuils sous forme de moyenne pondérée en fonction des ventes des cibles du Royaume-Uni et des États-Unis sont les seules valeurs du tableau 4 qui peuvent être comparées. De ce fait, le seuil à atteindre par les cibles du Royaume-Uni pour les boissons froides à base de lait est un peu plus faible que celui des cibles des États-Unis, ce qui est l'inverse pour les substituts du lait aromatisé, où le seuil des cibles du Royaume-Uni est un peu moins bas que celui des cibles des États-Unis.

Pour l'aliment contributeur « laits et boissons végétales sucrées », l'Observatoire a évalué les teneurs en sucres totaux des produits classés sous la catégorie « boissons laitières et végétales » offerts et achetés au Québec en 2022 (27). Les types de produits inclus dans cette catégorie d'aliments correspondent à plusieurs exemples de sous-catégories d'aliments identifiés sous l'aliment contributeur « laits et boissons végétales sucrées ». Les teneurs en sucres totaux des produits de la catégorie « boissons laitières et végétales » offerts et achetés au Québec en 2022 sont présentées au tableau 5. À noter que, pour cette sous-catégorie d'aliments, l'Observatoire a considéré à la fois les teneurs en sucres totaux des versions nature et aromatisées des boissons végétales, ce qui a pu influencer à la baisse les teneurs moyennes rapportées. Les comparaisons des seuils des cibles de réduction du sucre du Royaume-Uni aux teneurs en sucres totaux des produits achetés au Québec pour l'aliment contributeur « laits et boissons végétales sucrées » se retrouvent quant à elles au tableau 6. Ces comparaisons permettent de constater que, pour deux sous-catégories d'aliments, il y a une différence de plus d'un écart-type entre les teneurs en sucre et le seuil auquel ces teneurs sont comparées. Les « n/d » indiqués dans le tableau 6 signifient que l'Observatoire n'a pas de données qui correspondent aux sous-catégories d'aliments visées par les cibles du Royaume-Uni.

Tableau 4 Comparaisons des cibles du Royaume-Uni, des États-Unis et de l'Australie pour l'aliment contributeur « laits et boissons végétales sucrées »

Sous-catégorie d'aliments	Seuils sous forme de moyenne pondérée en fonction des ventes ^a g sucres/100 mL		Seuils sous forme de teneur maximale selon une limite supérieure ^a g sucres/100 mL	
	Royaume-Uni	États-Unis	États-Unis	Australie
Boissons froides à base de lait	8,8 (sucres totaux) ou 3,6 (sucres ajoutés) ^b	5,4 (sucres ajoutés) ^c	6,5 (sucres ajoutés) ^c	9,0 (sucres totaux)
Substituts du lait aromatisé	6,1 (sucres totaux) ou 4,1 (sucres ajoutés) ^d	3,3 (sucres ajoutés) ^e	4,2 (sucres ajoutés) ^e	5,0 (sucres totaux)
Boissons à base de lait du secteur de la restauration	5,7 (sucres totaux) ou 1,9 (sucres ajoutés) ^f			

^a Les cibles de l'Australie n'ont pas de seuils exprimés sous la forme de moyenne pondérée en fonction des ventes. Les cibles du Royaume-Uni n'ont pas de seuils exprimés sous la forme de teneur maximale selon une limite supérieure.

^b La quantité de sucres naturellement présents considérée pour cette sous-catégorie d'aliments est de 5,2 g par 100 mL. Cette teneur est donc soustraite du seuil pour les sucres totaux, pour obtenir le seuil à atteindre pour les sucres ajoutés.

^c La quantité de sucres naturellement présents considérée pour cette sous-catégorie d'aliments est de 4 g par 100 mL lorsque le lait est le premier ingrédient de la liste des ingrédients et de 2 g par 100 mL lorsque le lait n'est pas au premier rang de la liste des ingrédients.

^d La quantité de sucres naturellement présents considérée pour cette sous-catégorie d'aliments est de 2 g par 100 mL. Cette teneur est donc soustraite du seuil pour les sucres totaux, pour obtenir le seuil à atteindre pour les sucres ajoutés.

^e La quantité de sucres naturellement présents considérée pour cette sous-catégorie d'aliments est de 2 g par 100 mL pour les substituts du lait à base de plantes.

^f La quantité de sucres naturellement présents considérée pour cette sous-catégorie d'aliments est de 3,8 g par 100 mL. Cette teneur est donc soustraite du seuil pour les sucres totaux, pour obtenir le seuil à atteindre pour les sucres ajoutés.

Tableau 5 Teneurs en sucres totaux des produits de la catégorie « boissons laitières et végétales » offerts et achetés au Québec en 2022

Types de boissons laitières et végétales	Offre Teneurs en sucre (moyenne et écart-type)	Achats Teneurs en sucre (moyenne pondérée en fonction des ventes et écart-type)
	g sucres totaux/100 g	
Toutes	4,6 ± 4,3	6,1 ± 4,3
Animale ^a	9,0 ± 4,4	10,4 ± 1,2
Soya ^b	4,0 ± 3,3	3,7 ± 2,8
Noix ^b	2,0 ± 2,7	2,2 ± 2,9
Riz ^b	5,9 ± 1,3	4,4 ± 0,8
Avoine ^b	3,0 ± 1,9	2,8 ± 1,3
Légumineuses ^b	2,2 ± 2,3	1,5 ± 1,2

^a Il s'agit de la teneur en sucres totaux des boissons laitières aromatisées.

^b Il s'agit de la teneur en sucres totaux des versions nature et aromatisées des boissons végétales.

Source : Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire, Université Laval. Données non publiées du rapport *Portrait des boissons laitières et végétales disponibles au Québec 2022* (communication personnelle, janvier 2023).

Tableau 6 Comparaisons des seuils des cibles du Royaume-Uni aux teneurs en sucres totaux des produits achetés au Québec pour l'aliment contributeur « laits et boissons végétales sucrées »

Sous-catégorie d'aliments	Cibles - Royaume-Uni Seuils sous forme de moyenne pondérée en fonction des ventes	Achats - Québec ^a Teneurs en sucre (moyenne pondérée en fonction des ventes et écart-type)
	g sucres totaux/100 mL	
Boissons froides à base de lait	8,8 (sucres totaux)	10,0 ± 1,1 ^{b,*}
Substituts du lait aromatisé	6,1 (sucres totaux)	3,6 ± 2,7 (boissons de soya) ^c
		2,2 ± 2,8 [*] (boissons de noix) ^c
		4,2 ± 0,8 [*] (boissons de riz) ^c
		2,7 ± 1,2 [*] (boissons d'avoine) ^c
		1,4 ± 1,2 [*] (boissons de légumineuses) ^c
Boissons à base de lait du secteur de la restauration	5,7 (sucres totaux)	n/d

^a Source : Corriveau A, Pomerleau S, Perron J, Gagnon P et Provencher V. Données adaptées du rapport *Portrait des boissons laitières et végétales disponibles au Québec 2022*. Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire, 2022.

^b Il s'agit de la teneur en sucres totaux des boissons laitières aromatisées.

^c Il s'agit de la teneur en sucres totaux des versions nature et aromatisées des boissons végétales.

^{*} Indique une différence de plus d'un écart-type entre la teneur en sucre et le seuil auquel cette teneur est comparée. La couleur  indique une différence de plus d'un écart-type **au-dessus** du seuil, alors que la couleur  indique une différence de plus d'un écart-type **en-dessous** du seuil.

4.4.3 Autres boissons sucrées

Le tableau 7 présente les seuils associés aux sous-catégories de l'aliment contributeur « autres boissons sucrées » des cibles de réduction du sucre des pays sélectionnés. À noter que les cases laissées vides dans ce tableau signifient que les cibles comparées (États-Unis et Australie) n'ont pas de seuil associé à la sous-catégorie correspondante des cibles du Royaume-Uni.

Le tableau 7 permet de constater que les cibles du Royaume-Uni et de l'Australie ont des seuils distincts pour plusieurs sous-catégories de boissons sucrées, tandis que les cibles des États-Unis n'ont qu'un seuil pour différents types de boissons sucrées. Pour les autres comparaisons du tableau 7, on remarque que les seuils des cibles du Royaume-Uni semblent plus bas que celui des cibles des États-Unis. Les seuils des cibles de l'Australie et des États-Unis qui visent les boissons énergisantes semblent similaires, même s'ils sont présentés sous un format différent. Au Royaume-Uni, certaines boissons qui correspondent à l'aliment contributeur « autres boissons sucrées » sont plutôt assujetties à la taxe sur les boissons avec sucres ajoutés (55).

L'Observatoire n'a pas de données sur la composition nutritionnelle de produits correspondant à l'aliment contributeur « autres boissons sucrées », donc aucune donnée sur les teneurs de l'offre ou des achats n'est fournie.

Tableau 7 Comparaisons des cibles du Royaume-Uni, des États-Unis et de l'Australie pour l'aliment contributeur « autres boissons sucrées »

Sous-catégorie d'aliments	Seuils sous forme de moyenne pondérée en fonction des ventes ^a		Seuils sous forme de teneur maximale selon une limite supérieure ^a		Seuils sous forme de pourcentage de réduction
	g sucres/100 mL		g sucres/100 mL		%
	Royaume-Uni	États-Unis	États-Unis	Australie	Australie
Cafés et thés en poudre, sirops et capsules	3,3 (sucres totaux) ou 1,8 (sucres ajoutés) ^b	5,4 (sucres ajoutés) ^c	8,0 (sucres ajoutés) ^c		
Poudres de chocolat chaud et de boissons maltées	5,6 (sucres totaux) ou 2,8 (sucres ajoutés) ^d	5,4 (sucres ajoutés) ^c	8,0 (sucres ajoutés) ^c		
Boissons à base de jus	8,9 (sucres totaux) ^e	5,4 (sucres ajoutés) ^{c,f}	8,0 (sucres ajoutés) ^{c,f}	9,5 (sucres totaux) ^f	
Eau aromatisée, eau minérale aromatisée, eau gazeuse et thé glacé	e			5,0 (sucres totaux)	
Boissons énergisantes	e	5,4 (sucres ajoutés) ^c	8,0 (sucres ajoutés) ^c		10 % (sucres totaux) pour produits contenant > 10 g/100 mL

^a Les cibles de l'Australie n'ont pas de seuils exprimés sous la forme de moyenne pondérée en fonction des ventes. Les cibles du Royaume-Uni n'ont pas de seuils exprimés sous la forme de teneur maximale selon une limite supérieure.

^b La quantité de sucres naturellement présents considérée pour cette sous-catégorie d'aliments est de 1,5 g par 100 mL. La cible s'applique à la teneur du produit « tel que consommé ».

^c Il s'agit de la même cible, car elle inclut toutes les boissons sucrées qui ne sont pas à base de lait. Pour les préparations sèches, la cible s'applique à la teneur du produit « tel que consommé ».

^d La quantité de sucres naturellement présents considérée pour cette sous-catégorie d'aliments est de 2,8 g par 100 mL. La cible s'applique à la teneur du produit « tel que consommé ».

^e Au Royaume-Uni, les jus avec sucres ajoutés, les eaux aromatisées, les thés glacés et les boissons énergisantes ne sont pas visés par une cible de réduction du sucre; ils sont plutôt assujettis à une taxe sur les boissons avec sucres ajoutés (55). Deux taux de taxation sont appliqués aux producteurs et aux importateurs selon les teneurs en sucres totaux de ces boissons (≥ 5 g par 100 mL, et ≥ 8 g par 100 mL) (55).

^f Excluent les jus purs à 100 % (États-Unis) et les jus purs à 96 % (Australie).

4.4.4 Desserts non glacés et barres de céréales

Le tableau 8 présente les seuils associés aux sous-catégories de l'aliment contributeur « desserts non glacés et barres de céréales » des cibles de réduction du sucre des pays choisis. À noter que les cases laissées vides dans ce tableau signifient que les cibles comparées (États-Unis et Australie) n'ont pas de seuil associé à la sous-catégorie correspondante des cibles du Royaume-Uni.

Le tableau 8 permet de constater que les cibles du Royaume-Uni et des États-Unis visent un plus grand nombre de sous-catégories d'aliments que les cibles de l'Australie. Par ailleurs, les cibles des États-Unis visent de plus petits regroupements d'aliments comparativement aux cibles du Royaume-Uni. Il est possible de comparer les seuils des cibles du Royaume-Uni à ceux des cibles des États-Unis même s'ils sont exprimés différemment, puisque dans les cibles américaines, il a été estimé que les sucres ajoutés étaient équivalents aux sucres totaux. En considérant cela, il est possible d'observer que les seuils des cibles du Royaume-Uni sont généralement un peu plus bas que ceux des cibles des États-Unis. On constate toutefois un écart important entre le seuil des cibles du Royaume-Uni et celui des cibles des États-Unis pour les pâtisseries pour le petit-déjeuner. Pour les cibles visant les barres, la teneur maximale selon une limite supérieure des cibles de l'Australie est légèrement inférieure à celle établie par les cibles des États-Unis. Les cibles de l'Australie pour les barres se caractérisent par la présence de deux types de seuils, l'un sous forme de teneur maximale selon une limite supérieure et l'un sous forme de pourcentage de réduction. Ce dernier seuil s'applique aux barres qui contiennent davantage de sucre, dans le but de rapprocher leurs teneurs en sucre du seuil sous forme de teneur maximale.

Pour l'aliment contributeur « desserts non glacés et barres de céréales », l'Observatoire a évalué la composition nutritionnelle des produits identifiés sous la catégorie « biscuits et galettes » offerts et achetés au Québec en 2019 (30), ainsi que des produits classés sous la catégorie « barres granola » offerts et achetés au Québec en 2018 (56) et en 2023 (31). Contrairement à la catégorie « barres granola », aucune collecte de données pour le suivi de l'offre de la catégorie « biscuits et galettes » n'avait été réalisée par l'Observatoire au 15 septembre 2023. À noter que les catégories « biscuits et galettes » et « barres granola » ne correspondent qu'à une fraction des sous-catégories d'aliments identifiées pour l'aliment contributeur « desserts non glacés et barres de céréales ». Les teneurs en sucres totaux des produits de la catégorie « biscuits et galettes » offerts et achetés au Québec en 2019 se retrouvent au tableau 9, tandis que celles de la catégorie « barres granola » offerts et achetés au Québec en 2023 sont présentées au tableau 10. Enfin, les comparaisons des seuils des cibles de réduction du sucre du Royaume-Uni aux teneurs en sucres totaux des produits achetés au Québec pour cet aliment contributeur ont été réalisées et se retrouvent au tableau 11. Les « n/d » indiqués dans ce tableau signifient que l'Observatoire n'a pas de données qui correspondent aux sous-catégories d'aliments visées par les cibles du Royaume-Uni.

Tableau 8 Comparaisons des cibles du Royaume-Uni, des États-Unis et de l'Australie pour l'aliment contributeur « desserts non glacés et barres de céréales »

Sous-catégorie d'aliments	Seuils sous forme de moyenne pondérée en fonction des ventes ^a		Seuils sous forme de teneur maximale selon une limite supérieure ^a		Seuils sous forme de pourcentage de réduction
	g sucres/100 g		g sucres/100 g		%
	Royaume-Uni	États-Unis	États-Unis	Australie	Australie
Biscuits et barres	26,2 (sucres totaux)	28,5 (sucres ajoutés; biscuits)	37,1 (sucres ajoutés; biscuits)		
		21,7 (sucres ajoutés; barres)	29,1 (sucres ajoutés; barres)	25,0 (sucres totaux; barres)	15 % (sucres totaux; barres) pour produits contenant > 28,5 g/100 g
Gâteaux	27,9 (sucres totaux)	31,9 (sucres ajoutés; gâteaux)	42,2 (sucres ajoutés; gâteaux)		
		39,6 (sucres ajoutés; mélanges secs)	50,8 (sucres ajoutés; mélanges secs)		
Pâtisseries pour le petit-déjeuner	10,0 (sucres totaux)	21,7 (sucres ajoutés)	29,9 (sucres ajoutés)		
Poudings (anglais) ^b	15,1 (sucres totaux)				
Poudings (américains) ^b		16,6 (sucres ajoutés)	21,5 (sucres ajoutés)		

^a Les cibles de l'Australie n'ont pas de seuils exprimés sous la forme de moyenne pondérée en fonction des ventes. Les cibles du Royaume-Uni n'ont pas de seuils exprimés sous la forme de teneur maximale selon une limite supérieure.

^b Le pouding anglais fait référence à un type de gâteau cuit à la vapeur ou bouilli, parfois dans une sauce sucrée (semblable au pouding chômeur québécois), alors que le pouding américain réfère aux desserts sucrés souvent à base de lait et dont la consistance est similaire à celle des crèmes pâtisseries à base d'œufs (p. ex. pouding à la vanille de style Jell-O). Ces deux sous-catégories ne peuvent donc pas être comparées.

Tableau 9 Teneurs en sucres totaux des produits de la catégorie « biscuits et galettes » offerts et achetés au Québec en 2019

Types de biscuits et galettes	Offre Teneurs en sucre (moyenne et écart-type)	Achats Teneurs en sucre (moyenne pondérée par les ventes et écart-type)
	g sucres totaux/100 g	
Tous	32 ± 10	34 ± 8
Régulier	32 ± 8	34 ± 8
Biscotti	32 ± 6	30 ± 2
Sandwich	38 ± 8	38 ± 6
Thé	20 ± 6	22 ± 6
Galette	30 ± 14	36 ± 10
Gaufrette	38 ± 12	46 ± 10

Source : Perron J, Pomerleau S, Gagnon P et Provencher V. Données adaptées du rapport *Portrait des biscuits et galettes disponibles au Québec 2019*. Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire, 2020.

Tableau 10 Teneurs en sucres totaux des produits de la catégorie « barres granola » offerts et achetés au Québec en 2023

Types de barres granola	Offre Teneurs en sucre (moyenne et écart-type)	Achats Teneurs en sucre (moyenne pondérée par les ventes et écart-type)
	g sucres totaux/100 g	
Toutes	26 ± 12	31 ± 11
Sucreries	28 ± 14	34 ± 13
Fruits	28 ± 7	33 ± 5
Noix et sucreries	20 ± 13	30 ± 13
Noix	20 ± 10	24 ± 6
Fruits et sucreries	21 ± 7	26 ± 5
Fruits et noix	28 ± 11	21 ± 4
Fruits, noix et sucreries	34 ± 9	24 ± 5
Céréales seulement	28 ± 12	31 ± 2

Source : Perron, J, Pomerleau S, Corriveau A, Gagnon P, Provencher V. Données adaptées du rapport *Suivi du portrait des barres granola disponibles au Québec 2018-2023*. Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire, 2023

Tableau 11 Comparaisons des seuils des cibles du Royaume-Uni aux teneurs en sucres totaux des produits achetés au Québec pour l'aliment contributeur « desserts non glacés et barres de céréales »

Sous-catégorie d'aliments	Cibles - Royaume-Uni Seuils sous forme de moyenne pondérée en fonction des ventes	Achats - Québec ^{a,b} Teneurs en sucre (moyenne pondérée en fonction des ventes et écart-type)
	g sucres totaux/100 g	
Biscuits et barres	26,2 (sucres totaux)	34 ± 8 (biscuits et galettes) ^a
		31 ± 11 (barres granola) ^b
Gâteaux	27,9 (sucres totaux)	n/d
Pâtisseries pour le petit-déjeuner	10,0 (sucres totaux)	n/d
Poudings (anglais)	15,1 (sucres totaux)	n/d

^a Source : Perron J, Pomerleau S, Gagnon P et Provencher V. Données adaptées du rapport *Portrait des biscuits et galettes disponibles au Québec 2019*. Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire, 2020.

^b Source : Perron, J, Pomerleau S, Corriveau A, Gagnon P, Provencher V. Données adaptées du rapport *Suivi du portrait des barres granola disponibles au Québec 2018-2023*. Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire, 2023.

4.4.5 Céréales pour le petit-déjeuner

Le tableau 12 présente le seuil associé à la sous-catégorie de l'aliment contributeur « céréales pour le petit-déjeuner », des cibles de réduction du sucre des pays choisis.

Le tableau 12 permet de constater que les cibles identifiées ont toutes au moins un seuil visant les céréales pour le petit-déjeuner. La quantité de sucre attribuable aux fruits séchés dans les céréales est variable selon les cibles des pays. Par exemple, une quantité de sucre provenant des fruits séchés est considérée dans les cibles du Royaume-Uni, tandis que celles de l'Australie ont deux seuils, l'un avec fruits et l'autre sans fruits. Pour les cibles américaines, il a été estimé que les sucres ajoutés étaient équivalents aux sucres totaux. Dans ce contexte, il est possible de comparer le seuil, sous forme de moyenne pondérée en fonction des ventes, établi par les cibles des États-Unis à celui des cibles du Royaume-Uni. À ce propos, on observe que le seuil des cibles du Royaume-Uni est un peu plus bas que celui des cibles des États-Unis. Il est également possible de comparer le seuil, sous forme de teneur maximale, établi par les cibles des États-Unis à celui des cibles de l'Australie avec fruits. Ce dernier est nettement plus bas que celui des cibles des États-Unis. Les cibles de l'Australie pour cette sous-catégorie d'aliments se caractérisent par la présence de deux types de seuils, l'un sous forme de teneur maximale selon une limite supérieure et l'un sous forme de pourcentage de réduction. Ce dernier seuil s'applique aux produits qui contiennent davantage de sucre dans le but de rapprocher leurs teneurs en sucre du seuil sous forme de teneur maximale.

Pour l'aliment contributeur « céréales pour le petit-déjeuner », l'Observatoire a évalué la composition nutritionnelle des produits répertoriés sous la catégorie « céréales à déjeuner » disponibles sur le marché et achetés en 2016 (57) et en 2021 (28). Cette catégorie d'aliments correspond à quelques exemples de sous-catégories d'aliments qui sont considérés sous l'aliment contributeur « céréales pour le petit-déjeuner ». Les teneurs en sucres totaux de la catégorie « céréales à déjeuner » offerts et achetés au Québec en 2021 sont présentées au tableau 13. Les comparaisons des seuils des cibles de réduction du sucre du Royaume-Uni aux teneurs en sucres totaux des produits achetés au Québec pour l'aliment contributeur « céréales pour le petit-déjeuner » se retrouvent quant à elles au tableau 14. Ces comparaisons permettent de constater que, pour la sous-catégorie d'aliments visée par les cibles du Royaume-Uni, il y a une différence de plus d'un écart-type entre les teneurs en sucre et le seuil auquel ces teneurs sont comparées.

Tableau 12 Comparaisons des cibles du Royaume-Uni, des États-Unis et de l'Australie pour l'aliment contributeur « céréales pour le petit-déjeuner »

Sous-catégorie d'aliments	Seuils sous forme de moyenne pondérée en fonction des ventes ^a		Seuils sous forme de teneur maximale selon une limite supérieure ^a		Seuils sous forme de pourcentage de réduction
	g sucres/100 g		g sucres/100 g		%
	Royaume-Uni	États-Unis	États-Unis	Australie	Australie
Céréales pour le petit-déjeuner	12,3 (sucres totaux) ^b	27,4 (sucres ajoutés)	31,2 (sucres ajoutés)	22,5 (sucres totaux; avec fruits)	20 % pour produits contenant > 28,0 g/100 g
				20,0 (sucres totaux; sans fruits)	20 % pour produits contenant > 25,0 g/100 g

^a Les cibles de l'Australie n'ont pas de seuils exprimés sous la forme de moyenne pondérée en fonction des ventes. Les cibles du Royaume-Uni n'ont pas de seuils exprimés sous la forme de teneur maximale selon une limite supérieure.

^b La quantité de sucre provenant des fruits séchés considérée pour cette sous-catégorie d'aliments est de 10 g par 100 g. À noter que le seuil inscrit dans le présent tableau n'inclut pas cette quantité de sucre provenant des fruits séchés.

Tableau 13 Teneurs en sucres totaux des produits de la catégorie « céréales à déjeuner » offerts et achetés au Québec en 2021

Types de céréales	Offre Teneurs en sucre (moyenne et écart-type)	Achats Teneurs en sucre (moyenne pondérée en fonction des ventes et écart-type)
	g sucres totaux/100 g	
Toutes	21 ± 10	24 ± 10
Granola	20 ± 5	22 ± 3
Sucrées	28 ± 11	30 ± 9
Muesli	18 ± 9	24 ± 3
Nature	8 ± 7	10 ± 3
Chocolat	31 ± 10	33 ± 7
Galettes	15 ± 7	15 ± 6
Fibres	14 ± 9	18 ± 10

Source : Pomerleau S, Perron J, Corriveau A, Gagnon P et Provencher V. Données adaptées du rapport *Suivi du portrait des céréales à déjeuner disponibles au Québec 2016-2021*. Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire, 2022.

Tableau 14 Comparaisons du seuil des cibles du Royaume-Uni aux teneurs en sucres totaux des produits achetés au Québec pour l'aliment contributeur « céréales pour le petit-déjeuner »

Sous-catégorie d'aliments	Cibles - Royaume-Uni Seuils sous forme de moyenne pondérée en fonction des ventes	Achats - Québec ^a Teneurs en sucre (moyenne pondérée en fonction des ventes et écart-type)
	g sucres totaux/100 g	
Céréales pour le petit-déjeuner	12,3 (sucres totaux)	24 ± 10*

^a Source : Pomerleau S, Perron J, Corriveau A, Gagnon P et Provencher V. Données adaptées du rapport *Suivi du portrait des céréales à déjeuner disponibles au Québec 2016-2021*. Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire, 2022.

* Indique une différence de plus d'un écart-type entre la teneur en sucre et le seuil auquel cette teneur est comparée. La couleur indique une différence de plus d'un écart-type **au-dessus** du seuil.

4.4.6 Sauces et condiments sucrés, et tartinades

Le tableau 15 présente les seuils associés aux sous-catégories de l'aliment contributeur « sauces et condiments sucrés, et tartinades », des cibles de réduction du sucre des pays sélectionnés. À noter que les cases laissées vides dans ce tableau signifient que les cibles comparées (États-Unis et Australie) n'ont pas de seuil associé à la sous-catégorie correspondante des cibles du Royaume-Uni.

Pour l'aliment contributeur « sauces et condiments sucrés, et tartinades », les cibles du Royaume-Uni ont des seuils distincts pour plusieurs sous-catégories d'aliments, contrairement aux cibles des États-Unis qui n'ont qu'un seuil pour les tartinades de chocolat, les garnitures et les sauces sucrées et les tartinades à base de fruits. Pour cette cible américaine, il a été estimé que les sucres ajoutés étaient équivalents aux sucres totaux. Dans ce contexte, il est possible de comparer le seuil sous forme de moyenne pondérée en fonction des ventes de la cible des États-Unis à ceux des cibles du Royaume-Uni. À ce propos, on peut observer que le seuil visé par la cible des États-Unis se rapproche seulement de celui pour les tartinades au chocolat établi par les cibles du Royaume-Uni; les autres seuils des cibles du Royaume-Uni étant tous plus bas. Quant aux cibles de l'Australie, aucune sous-catégorie d'aliments correspondante à l'aliment contributeur n'est visée par les cibles de réduction du sucre.

L'Observatoire n'a pas de données sur la composition nutritionnelle de produits correspondant à l'aliment contributeur « sauces et condiments sucrés, et tartinades », donc aucune donnée sur les teneurs de l'offre ou des achats n'est fournie.

Tableau 15 Comparaisons des cibles du Royaume-Uni et des États-Unis pour l'aliment contributeur « sauces et condiments sucrés, et tartinades »

Sous-catégorie d'aliments	Seuils sous forme de moyenne pondérée en fonction des ventes ^a g sucres/100 g		Seuils sous forme de teneur maximale selon une limite supérieure ^{a,b} g sucres/100 g
	Royaume-Uni	États-Unis	États-Unis
Tartinade au chocolat	43,8 (sucres totaux)	43,4 (sucres ajoutés)	55,9 (sucres ajoutés)
Garnitures et sauces sucrées	38,7 (sucres totaux)		
Tartinades à base de fruits	34,6 (sucres totaux)		
Beurre d'arachide	3,9 (sucres totaux)		

^a Les cibles de l'Australie ne visent pas la catégorie d'aliments « sauces et condiments sucrés, et tartinades ».

^b Les cibles du Royaume-Uni n'ont pas de seuils exprimés sous la forme de teneur maximale selon une limite supérieure.

4.4.7 Confiseries et chocolat

Le tableau 16 présente les seuils associés aux sous-catégories de l'aliment contributeur « confiseries et chocolat », des cibles de réduction du sucre des pays sélectionnés.

Le tableau 16 permet d'observer que les cibles du Royaume-Uni et des États-Unis sont similaires, autant pour les sous-catégories d'aliments visées que pour les seuils établis. Il est possible de comparer les seuils exprimés en sucres totaux des cibles du Royaume-Uni à ceux des cibles des États-Unis exprimés en sucres ajoutés, car aucun sucre naturellement présent n'est considéré pour ce type d'aliments, et que pour les cibles américaines, les sucres ajoutés sont considérés équivalents aux sucres totaux. Les cibles de l'Australie ne visent pas de sous-catégories d'aliments qui correspondent à l'aliment contributeur « confiseries et chocolat ».

L'Observatoire n'a pas de données sur la composition nutritionnelle de produits correspondant à l'aliment contributeur « confiseries et chocolat », donc aucune donnée sur les teneurs de l'offre ou des achats n'est fournie.

Tableau 16 Comparaisons des cibles du Royaume-Uni et des États-Unis pour l'aliment contributeur « confiseries et chocolat »

Sous-catégorie d'aliments	Seuils sous forme de moyenne pondérée en fonction des ventes ^a g sucres/100 g		Seuils sous forme de teneur maximale selon une limite supérieure ^{a,b} g sucres/100 g
	Royaume-Uni	États-Unis	États-Unis
Confiserie au chocolat	43,7 (sucres totaux)	42,9 (sucres ajoutés)	53,7 (sucres ajoutés)
Confiserie sucrée	48,4 (sucres totaux)	47,4 (sucres ajoutés)	63,8 (sucres ajoutés)

^a Les cibles de l'Australie ne visent pas la catégorie d'aliments « confiseries et chocolat ».

^b Les cibles du Royaume-Uni n'ont pas de seuils exprimés sous la forme de teneur maximale selon une limite supérieure.

4.4.8 Yogourts

Le tableau 17 présente les seuils associés aux sous-catégories de l'aliment contributeur « yogourts », des cibles de réduction du sucre des pays choisis.

Pour l'aliment contributeur « yogourts », le Royaume-Uni a deux cibles de réduction du sucre, tandis que les cibles des États-Unis et de l'Australie n'ont qu'une cible qui vise à la fois les yogourts et les boissons fermentées. Le seuil à atteindre par les cibles du Royaume-Uni pour les boissons fermentées est exprimé en g/mL, ce qui limite les comparaisons. Les comparaisons avec le seuil établi par les cibles de l'Australie sont également plus limitées, car ce seuil est exprimé en sucres totaux. On peut tout de même noter que le seuil sous forme de teneur maximale des cibles de l'Australie est similaire au seuil correspondant aux cibles des États-Unis, en considérant la quantité de sucres naturellement présents pour les yogourts à base de lait. Quant aux sucres naturellement présents dans les yogourts, les cibles des États-Unis ont considéré des quantités différentes pour les yogourts d'origine animale et ceux d'origine végétale, une différence qui n'a pas été prise en considération dans les cibles du Royaume-Uni.

Pour l'aliment contributeur « yogourts », l'Observatoire a évalué la composition nutritionnelle des produits répertoriés sous la catégorie « yogourt et desserts laitiers » disponibles sur le marché et achetés au Québec en 2018-2019 (29). Les produits inclus dans cette catégorie d'aliments correspondent majoritairement aux exemples de sous-catégories d'aliments identifiés sous l'aliment contributeur « yogourts ». Les teneurs en sucres totaux des produits de la catégorie « yogourt et desserts laitiers » offerts et achetés au Québec en 2018-2019 sont présentées au tableau 18, alors que les comparaisons des seuils des cibles de réduction du sucre du Royaume-Uni aux teneurs en sucres totaux des produits achetés au Québec se retrouvent au tableau 19. Ces comparaisons permettent de constater que, pour une sous-catégorie d'aliments, il y a une différence de plus d'un écart-type entre les teneurs en sucre et le seuil auquel ces teneurs sont comparées. À noter que la teneur en sucres totaux de la sous-catégorie « dessert lacté » étudiée par l'Observatoire n'a pas été ajoutée au tableau 19, car les cibles du Royaume-Uni ne visent pas ce type de desserts laitiers (p. ex. tapiocas, poudings, etc.). Les « n/d » indiqués dans le tableau 19 signifient que l'Observatoire n'a pas de données qui correspondent aux sous-catégories d'aliments visées par les cibles du Royaume-Uni.

Tableau 17 Comparaisons des cibles du Royaume-Uni, des États-Unis et de l'Australie pour l'aliment contributeur « yogourts »

Sous-catégorie d'aliments	Seuils sous forme de moyenne pondérée en fonction des ventes ^a g sucres par 100 g		Seuils sous forme de teneur maximale selon une limite supérieure ^a g sucres par 100 g	
	Royaume-Uni	États-Unis	États-Unis	Australie
Yogourts	11,0 (sucres totaux) ou 7,2 (sucres ajoutés) ^b	5,2 (sucres ajoutés) ^c	7,3 (sucres ajoutés) ^c	12,5 (sucres totaux)
Boissons fermentées	8,5 (sucres totaux) ou 4,7 (sucres ajoutés) ^{b,d}			

^a Les cibles de l'Australie n'ont pas de seuils exprimés sous la forme de moyenne pondérée en fonction des ventes. Les cibles du Royaume-Uni n'ont pas de seuils exprimés sous la forme de teneur maximale selon une limite supérieure.

^b La quantité de sucres naturellement présents considérée pour cette sous-catégorie d'aliments est de 3,8 g par 100 g pour les yogourts et de 3,8 g par 100 mL pour les boissons fermentées. Cette teneur est donc soustraite à la cible pour les sucres totaux, pour obtenir le seuil à atteindre pour les sucres ajoutés.

^c La quantité de sucres naturellement présents considérée pour cette sous-catégorie d'aliments est de 4 g par 100 g pour le yogourt à base de lait et de 2 g par 100 g pour le yogourt à base de substituts de lait.

^d Ces seuils sont en grammes de sucres par 100 mL.

Tableau 18 Teneurs en sucres totaux des produits de la catégorie « yogourts et desserts laitiers » offerts et achetés au Québec en 2018-2019

Types de desserts laitiers	Offre Teneurs en sucre (moyenne et écart-type)	Achats Teneurs en sucre (moyenne pondérée en fonction des ventes et écart-type)
	g sucres totaux/100 g	
Tous	11 ± 4	10 ± 3
Yogourt ferme	11 ± 3	11 ± 2
Yogourt brassé	9 ± 4	9 ± 4
Yogourt grec	10 ± 2	10 ± 2
Yogourt skyr	7 ± 1	7 ± 0
Yogourt liquide	8 ± 2	8 ± 1
Fromage frais	15 ± 7	10 ± 1
Dessert lacté	14 ± 5	13 ± 5
Dessert substitut	9 ± 4	10 ± 2

Source : Perron J, Pomerleau S, Gilbert-Moreau J, Gagnon P et Provencher V. Données issues du rapport *Portrait des yogourts et desserts laitiers disponibles au Québec 2018-2019*. Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire, 2020.

Tableau 19 Comparaisons des seuils des cibles du Royaume-Uni aux teneurs en sucres totaux des produits achetés au Québec pour l'aliment contributeur « yogourts »

Sous-catégorie d'aliments	Cibles - Royaume-Uni Seuils sous forme de moyenne pondérée en fonction des ventes	Achats - Québec ^a Teneurs en sucre (moyenne pondérée en fonction des ventes et écart-type)
	g sucres totaux/100 g	
Yogourts	11,0 (sucres totaux)	11 ± 2 (yogourt ferme)
		9 ± 4 (yogourt brassé)
		10 ± 2 (yogourt grec)
		7 ± 0 ^{b,*} (yogourt skyr)
		8 ± 1 [*] (yogourt liquide)
		10 ± 1 (fromage frais)
		10 ± 2 ^c (dessert substitut)
Boissons fermentées	8,5 (sucres totaux)	n/d

^a Source : Perron J, Pomerleau S, Gilbert-Moreau J, Gagnon P et Provencher V. Données issues du rapport *Portrait des yogourts et desserts laitiers disponibles au Québec 2018-2019*. Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire, 2020.

^b L'écart-type est de 0 parce qu'il n'y avait seulement qu'une donnée d'achat pour cette sous-catégorie.

^c Il s'agit de la teneur en sucres totaux des yogourts et des desserts faits à partir de végétaux (p. ex. noix, soya, etc.).

^{*} Indique une différence de plus d'un écart-type entre la teneur en sucre et le seuil auquel cette teneur est comparée. La couleur indique une différence de plus d'un écart-type **en-dessous** du seuil.

4.4.9 Desserts glacés

Le tableau 20 présente les seuils associés à la sous-catégorie de l'aliment contributeur « desserts glacés » des cibles de réduction du sucre des pays sélectionnés.

Pour l'aliment contributeur « desserts glacés », les sous-catégories d'aliments visées par les cibles des États-Unis et du Royaume-Uni sont similaires. Il est possible de comparer le seuil des cibles des États-Unis à celui des cibles du Royaume-Uni même s'ils sont exprimés différemment, car pour les cibles américaines, il a été estimé que les sucres ajoutés étaient équivalents aux sucres totaux. Dans ce cas, on peut observer que les seuils établis par les cibles du Royaume-Uni sont similaires à ceux établis par les cibles des États-Unis. Notons également que les seuils des cibles du Royaume-Uni sont présentés sous deux formats (g/100 g ou g/100 mL). Quant aux cibles de l'Australie, elles ne visent pas de sous-catégories d'aliments qui correspondent à l'aliment contributeur « desserts glacés ».

L'Observatoire n'a pas de données sur la composition nutritionnelle de produits correspondant à l'aliment contributeur « desserts glacés », donc aucune donnée sur les teneurs de l'offre ou des achats n'est fournie.

Tableau 20 Comparaisons des cibles du Royaume-Uni et des États-Unis pour l'aliment contributeur « desserts glacés »

Sous-catégorie d'aliments	Seuils sous forme de moyenne pondérée en fonction des ventes ^a g sucres/100 g		Seuils sous forme de teneur maximale selon une limite supérieure ^{a,b} g sucres/100 g
	Royaume-Uni	États-Unis	États-Unis
Crème glacée, sucettes glacées et sorbets	18,6 g/100 g ou 10,8 g/100 mL (sucres totaux)	16,6 (sucres ajoutés)	21,5 (sucres ajoutés)

^a Les cibles de l'Australie ne visent pas la catégorie d'aliments « desserts glacés ».

^b Les cibles du Royaume-Uni n'ont pas de seuils exprimés sous la forme de teneur maximale selon une limite supérieure.

5 FORCES ET LIMITES

Les forces de ce rapport d'analyse méritent d'être soulignées. D'abord, il appert que les données qui ont été recensées dans le présent document correspondent à celles qu'il est suggéré de documenter pour élaborer des cibles de réduction du sucre (1). L'analyse de plusieurs références provenant entre autres de l'OMS et de ses bureaux régionaux a permis d'identifier plusieurs données nécessaires à l'élaboration de cibles de réduction du sucre (1). De plus, les travaux réalisés dans le présent document nécessitaient le regroupement de divers types de données. Des appariements ont également dû être faits afin de permettre la comparaison d'un même type de données qui provenaient de différentes sources. Ce document permet aussi de prendre en considération ce qui se fait dans d'autres pays en termes de cibles de réduction du sucre, permettant ainsi de nourrir la réflexion concernant l'élaboration et la mise en œuvre de cibles au Québec. Il est par ailleurs important de mentionner que ce document regroupe des données spécifiques au contexte du Québec. Ce regroupement et la comparaison des données ont été faits de manière à rendre le tout compréhensible et utile pour la suite des travaux en lien avec la reformulation des aliments transformés.

L'exercice de regroupement de données réalisé dans le cadre de ce rapport comporte toutefois certaines limites. Une de celles-ci est liée aux recherches documentaires qui ont été effectuées pour identifier les données récentes, essentielles pour nourrir la réflexion concernant l'élaboration de cibles de réduction du sucre au Québec. Une recherche exploratoire et des stratégies de recherche rapides de la littérature grise et scientifique ont été réalisées, ce qui a pu limiter le nombre de références identifiées.

Une autre limite à prendre en considération concerne les apports en sucres libres et en sucres ajoutés, qui ont été présentés à la section 4.2, puisqu'il s'agit d'estimations calculées à partir d'algorithmes (46–48, 50, 53, 54). Ces données d'apports peuvent donc être sous-estimées ou surestimées. Ces calculs sont nécessaires étant donné que les teneurs en sucres libres et en sucres ajoutés sont absentes du tableau de la valeur nutritive et du Fichier canadien sur les éléments nutritifs. C'est d'ailleurs ce type de calculs qui a été utilisé dans les travaux de Durette et Paquette et qui a permis d'identifier les catégories d'aliments qui contribuent le plus aux sucres libres retrouvés dans le panier d'épicerie des Québécois (16).

Pour les comparaisons des seuils des cibles de réduction du sucre aux teneurs en sucre des aliments, qui ont été présentées à la section 4.4, il convient de mentionner que les catégories d'aliments diffèrent d'une source de données à l'autre, ce qui complexifie et rend imparfaites les comparaisons entre les cibles et les teneurs. Par conséquent, il arrive que les teneurs en sucre correspondent seulement partiellement aux catégories d'aliments visées par les cibles. Dans un même ordre d'idées, les comparaisons entre les cibles de réduction du sucre des différents pays ont aussi été limitées par les disparités dans les types de sucre visés par les cibles du Royaume-Uni, de l'Australie et des États-Unis. Des comparaisons ont tout de même pu être

réalisées grâce à la présence d'estimations quant à la quantité de sucre naturellement présent dans certaines catégories d'aliments. Enfin, mentionnons que l'absence de données ou le manque d'accès à certaines données non publiques a limité le nombre de comparaisons entre les seuils des cibles et les teneurs.

6 CONCLUSION

Ce rapport, réalisé à la demande du MSSS, avait pour objectif de répondre à la question de recherche suivante : quelles données sont disponibles actuellement au Québec pour nourrir la réflexion concernant l'élaboration et la mise en œuvre de cibles de réduction du sucre. Ces travaux s'inscrivent dans le soutien offert par l'INSPQ en lien avec la reformulation des aliments transformés au Québec, comme prévu dans le Plan d'action interministériel 2022-2025 de la Politique gouvernementale de prévention en santé (action 3.2.1).

Ces travaux ont permis de réunir les objectifs de réduction des apports en sucre d'organisations de santé publique reconnues au Canada et ailleurs. Les apports moyens en sucre de la population québécoise et canadienne ont également été documentés permettant de constater que ceux-ci sont élevés, et ce, particulièrement chez les jeunes. Enfin, une liste des principaux aliments contributeurs en sucre dans l'alimentation des Québécois a été élaborée. Pour chaque aliment contributeur identifié, les données et les comparaisons suivantes ont été présentées :

1. Comparaisons des cibles de réduction du sucre du Royaume-Uni, des États-Unis et de l'Australie;
2. Teneurs en sucre des produits offerts et achetés au Québec;
3. Comparaisons des seuils des cibles du Royaume-Uni aux teneurs en sucre des produits achetés au Québec.

Ces comparaisons ont permis de constater qu'en général, les trois pays identifiés ont des cibles de réduction du sucre qui sont relativement similaires en termes de sous-catégorie d'aliments visées et de seuils à atteindre. La principale distinction observée entre ces cibles est le type de sucre qui est visé. La documentation des teneurs en sucre des produits offerts et achetés au Québec a quant à elle permis de faire le portrait de certains des principaux aliments contributeurs en sucre dans l'alimentation des Québécois.

En somme, les données présentées dans ce rapport seront complémentaires aux autres travaux de l'INSPQ en lien avec l'amélioration de la valeur nutritive des aliments au Québec.

7 RÉFÉRENCES

1. Maltais-Giguère J. Étapes requises pour l'élaboration et la mise en œuvre des cibles de reformulation des aliments transformés [Internet]. Montréal, Québec : Institut national de santé publique du Québec; 2023 [cité 1^{er} août 2023]. Disponible : <https://www.inspq.qc.ca/publications/3388>
2. Santé Canada. Lignes directrices canadiennes en matière d'alimentation à l'intention des professionnels de la santé et des responsables des politiques [Internet]. Ottawa, Ontario; 2019 [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://guide-alimentaire.canada.ca/fr/directrices/>
3. Maltais-Giguère J, Paquette MC. Cibles de reformulation des aliments transformés adoptées par certains gouvernements : guide d'accompagnement du répertoire des cibles [Internet]. Montréal, Québec : Institut national de santé publique du Québec; 2020 [cité 1^{er} août 2023]. 70 p. Disponible : <https://www.inspq.qc.ca/publications/2652>
4. Charbonneau A. Initiatives des gouvernements ayant adopté des cibles de reformulation des aliments transformés : analyse du processus de développement et de mise en œuvre: revue de littérature grise [Internet]. Montréal : Institut national de santé publique du Québec; 2018 [cité 1^{er} août 2023]. 135 p. Disponible : <https://www.inspq.qc.ca/publications/2384>
5. Regional Office for Europe of the World Health Organization. Using dietary intake modelling to achieve population salt reduction : a guide to developing a country-specific salt reduction model [Internet]. 2018 [cité 18 nov. 2021] p. 26. Disponible : <https://apps.who.int/iris/handle/10665/345142>
6. Regional Office for Europe of the World Health Organization. Accelerating salt reduction in Europe : a country support package to reduce population salt intake in the WHO European region [Internet]. 2020 [cité 10 janv. 2023] p. 60. Disponible : <https://apps.who.int/iris/handle/10665/340028>
7. World Health Organization. SHAKE the salt habit. The SHAKE technical package for salt reduction [Internet]. 2016 [cité 8 nov. 2021] p. 60. Disponible : <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-NMH-PND-16.4>
8. McLaren L, Sumar N, Barberio AM, Trieu K, Lorenzetti DL, Tarasuk V, *et al.* Population-level interventions in government jurisdictions for dietary sodium reduction. *Cochrane Database Syst Rev.* 2016;9:CD010166.
9. Scientific Advisory Committee on Nutrition. Carbohydrates and Health [Internet]. 2015 [cité 8 févr. 2023] p. 384. Disponible : <https://www.gov.uk/government/publications/sacn-carbohydrates-and-health-report>
10. Te Morenga LA, Howatson AJ, Jones RM, Mann J. Dietary sugars and cardiometabolic risk: systematic review and meta-analyses of randomized controlled trials of the effects on blood pressure and lipids. *Am J Clin Nutr.* 2014;100(1):65-79.
11. Te Morenga LA, Mallard S, Mann J. Dietary sugars and body weight : systematic review and meta-analyses of randomised controlled trials and cohort studies. *BMJ.* 2013;346:e7492.
12. Moynihan PJ, Kelly SAM. Effect on caries of restricting sugars intake: systematic review to inform WHO guidelines. *J Dent Res.* 2014;93(1):8-18.

13. Malik VS, Hu FB. The role of sugar-sweetened beverages in the global epidemics of obesity and chronic diseases. *Nat Rev Endocrinol*. 2022;18(4):205-18.
14. Flexner N, Bernstein JT, Weippert MV, Labonté MÈ, Christoforou AK, Ng AP, *et al*. How Many diet-related non-communicable disease deaths could be averted or delayed if Canadians reduced their consumption of calories derived from free sugars intake? A macrosimulation modeling study. *Nutrients*. 2023;15(8):1835.
15. Monteiro CA, Cannon G, Lawrence M, da Costa Louzada ML, Pereira Machado P. Ultra-processed foods, diet quality, and health using the NOVA classification system [Internet]. Rome : Food and Agriculture Organization of the United Nations; 2019 [cité 15 sept. 2023]. Disponible : <https://www.fao.org/fsnforum/index.php/resources/trainings-tools-and-databases/ultra-processed-foods-diet-quality-and-health-using-nova>
16. Durette G, Paquette MC. Les sucres libres dans notre alimentation : principaux contributeurs et modélisation de l'impact de la réduction des teneurs en sucres libres [Internet]. Montréal : Institut national de santé publique du Québec; 2019 [cité 8 févr. 2023]. 64 p. Disponible : <https://www.inspq.qc.ca/publications/2589>
17. World Health Organization. Reformulation of food and beverage products for healthier diets : policy brief [Internet]. 2022 [cité 15 sept. 2023]. Disponible : <https://www.who.int/publications-detail-redirect/9789240039919>
18. Santé Canada. Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes - Nutrition 2015 - Surveillance des aliments et de la nutrition - Santé Canada [Internet]. 2022 [cité 5 juill. 2023]. Disponible : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/aliments-nutrition/surveillance-aliments-nutrition/sondages-sante-nutrition/enquete-sante-collectivites-canadiennes-escc/enquete-sante-collectivites-canadiennes-nutrition-2015-surveillance-aliments-nutrition.html>
19. Plante C, Rochette L, Blanchet C. Les apports et les sources alimentaires de sucre, de sodium et de gras saturés chez les Québécois [Internet]. Montréal: Institut national de santé publique du Québec; 2019 [cité 8 févr. 2023]. 34 p. (Regard sur l'alimentation des Québécois). Disponible : https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2514_apports_sources_alimentaires_sucres_sodium_gras_satures.pdf
20. Public Health England. Sugar Reduction: Achieving the 20% A technical report outlining progress to date, guidelines for industry, 2015 baseline levels in key foods and next steps [Internet]. 2017 [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://www.gov.uk/government/publications/sugar-reduction-achieving-the-20>
21. Public Health England. Sugar reduction: juice and milk based drinks a technical report outlining guidelines for industry, 2017 baseline levels for drinks in scope and next steps [Internet]. 2018 [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://www.gov.uk/government/publications/sugar-reduction-juice-and-milk-based-drinks>
22. Public Health England. Fermented (yogurt) drinks A supplementary report to the sugar reduction guidelines, outlining the drinks included and separate guidelines set [Internet]. 2019 [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://www.gov.uk/government/publications/sugar-reduction-achieving-the-20>

23. Department of Health and Aged Care, Australian Government. Partnership Reformulation Program – Summary of food categories and reformulation targets [Internet]. 2021 [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://www.health.gov.au/resources/publications/partnership-reformulation-program-summary-of-food-categories-and-reformulation-targets>
24. NYC Health Department. Sugar reduction targets from the National salt and sugar reduction initiative [Internet]. 2021 [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://www.nyc.gov/site/doh/health/health-topics/national-salt-sugar-reduction-initiative.page>
25. Pomerleau S, Perron J, Gagnon P, Provencher V. Approche méthodologique pour établir le portrait initial des études sectorielles de l'Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire [Internet]. 2020 [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://offrealimentaire.ca/wp-content/uploads/Rapport-m%C3%A9thodologique-%C3%89tudes-sectorielles-de-lObservatoire.pdf>
26. Pomerleau S, Corriveau A, Perron J, Gagnon P, Provencher V. Approche méthodologique pour analyser l'évolution des catégories d'aliments suivies par l'Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire [Internet]. 2022 [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://offrealimentaire.ca/wp-content/uploads/Rapport-sur-la-methodologie-de-suivi-de-lObservatoire.pdf>
27. Corriveau A, Pomerleau S, Perron J, Gagnon P, Provencher V. Portrait des boissons laitières et végétales disponibles au Québec 2022 [Internet]. Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire; 2022 [cité 26 janv. 2023]. Disponible : <https://offrealimentaire.ca/boissons-laitieres-et-vegetales>
28. Pomerleau S, Perron J, Corriveau A, Gagnon P, Provencher V. Suivi du portrait des céréales à déjeuner disponibles au Québec 2016-2021 [Internet]. Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire; 2022 [cité 26 avr. 2023]. Disponible : <https://offrealimentaire.ca/cereales2>
29. Perron J, Pomerleau S, Gilbert-Moreau J, Gagnon P, Provencher V. Portrait des yogourts et desserts laitiers disponibles au Québec 2018-2019 [Internet]. Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire; 2020 [cité 26 janv. 2023]. Disponible : <https://offrealimentaire.ca/yogourts-et-desserts-laitiers>
30. Perron J, Pomerleau S, Gagnon P, Provencher V. Portrait des biscuits et galettes disponibles au Québec 2019 [Internet]. Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire; 2020 [cité 26 janv. 2023]. Disponible : <https://offrealimentaire.ca/biscuits-et-galettes>
31. Perron J, Pomerleau S, Corriveau A, Gagnon P, Provencher V. Suivi du portrait des barres granola disponibles au Québec 2018-2023 [Internet]. 2023 [cité 25 août 2023]. Disponible : <https://offrealimentaire.ca/barres-granola2>
32. Robert O, Déry V. Cadre de référence sur la révision par les pairs des publications scientifiques de l'Institut national de santé publique du Québec [Internet]. Montréal, Québec : Institut national de santé publique du Québec; 2020 [cité 1^{er} août 2023]. 13 p. Disponible : https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2686_cadre_reference_revision_pairs.pdf
33. World Health Organization. Use of non-sugar sweeteners: WHO guideline [Internet]. Geneva; 2023 [cité 25 mai 2023] p. 90. Disponible : <https://www.who.int/publications/i/item/9789240073616>

34. Public Health England. Sugar reduction: the evidence for action [Internet]. 2015 [cité 8 févr. 2023] p. 48. Disponible : https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/470179/Sugar_reduction_The_evidence_for_action.pdf
35. United States Department of Agriculture, United States department of health and human services. dietary guidelines for Americans 2020-2025 [Internet]. 2020 [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://www.dietaryguidelines.gov/resources/2020-2025-dietary-guidelines-online-materials>
36. U.S. Department of Health and Human Services. Reduce consumption of added sugars by people aged 2 years and over — NWS-10 - Healthy People 2030 [Internet]. 2022 [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://health.gov/healthypeople/objectives-and-data/browse-objectives/nutrition-and-healthy-eating/reduce-consumption-added-sugars-people-aged-2-years-and-over-nws-10>
37. Santé Canada. Lignes directrices canadiennes en matière d'alimentation à l'intention des professionnels de la santé et des responsables des politiques [Internet]. Ottawa, Ontario; 2019 [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://guide-alimentaire.canada.ca/fr/directrices/>
38. World Health Organization. Guideline: Sugars intake for adults and children [Internet]. Geneva; 2015 [cité 8 févr. 2023] p. 59. Disponible : https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/149782/9789241549028_eng.pdf?sequence=1
39. Regional Office for the Americas of the World Health Organization. PAHO and WHO urge countries to reduce sugar consumption among adults and children [Internet]. 2015 [cité 10 janv. 2023]. Disponible : <https://www.paho.org/en/news/4-3-2015-paho-and-who-urge-countries-reduce-sugar-consumption-among-adults-and-children>
40. Public Health England. Why 5%? An explanation of the Scientific Advisory Committee on Nutrition's recommendations about sugars and health, in the context of current intakes of free sugars, other dietary recommendations and the changes in dietary habits needed to reduce consumption of free sugars to 5% of dietary energy [Internet]. 2015 [cité 8 févr. 2023] p. 31. Disponible : https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/769482/Why_5_-_The_Science_Behind_SACN.pdf
41. HM Government. Childhood Obesity: A Plan for Action [Internet]. 2016 [cité 26 juin 2023] p. 13. Disponible : https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/546588/Childhood_obesity_2016_2_acc.pdf
42. National Health and Medical Research Council. Nutrient reference values for Australia and New Zealand including recommended dietary Intakes [Internet]. Canberra : Commonwealth of Australia; 2006 [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://www.eatforhealth.gov.au/nutrient-reference-values>
43. Department of Health and Aged Care, Australian Government. Healthy food partnership reformulation program: evidence informing the approach, draft targets and modelling outcomes [Internet]. 2020 [cité 8 févr. 2023] p. 38. Disponible : <https://www.health.gov.au/sites/default/files/documents/2021/04/partnership-reformulation-program-rationale-paper-food-reformulation-program-rationale-paper.pdf>

44. Institute of Medicine. Les apports nutritionnels de référence : Le guide essentiel de besoins en nutriments [Internet]. Otten JJ, Hellwig JP, Meyers LD, éditeurs. Washington, DC: The National Academies Press; 2006 [cité 1^{er} août 2023]. Disponible : <https://nap.nationalacademies.org/catalog/11758/les-apports-nutritionnels-de-reference-le-guide-essentiel-de-besoins>
45. Langlois K, Garriguet D, Gonzalez A, Sinclair S, Colapinto CK. Change in total sugars consumption among Canadian children and adults. *Health Rep.* 2019;30(1):10-9.
46. Liu S, Munasinghe LL, Ohinmaa A, Veugelers PJ. Added, free and total sugar content and consumption of foods and beverages in Canada. *Health Rep.* 2020;31(10):14-24.
47. Rana H, Mallet MC, Gonzalez A, Verreault MF, St-Pierre S. Free sugars consumption in Canada. nutrients [Internet]. 2021 [cité 8 févr. 2023];13(5). Disponible : <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33925303/>
48. Bernstein JT, Christoforou AK, Ng AP, Weippert M, Mulligan C, Flexner N, *et al.* Canadian Free Sugar Intake and Modelling of a Reformulation Scenario. *Foods Basel Switz.* 2023;12(9):1771.
49. Harrison S, Brassard D, Garriguet D, Lemieux S, Lamarche B. A food-level substitution analysis assessing the impact of replacing regular-fat dairy with lower fat dairy on saturated fat intake at a population level in Canada. *Am J Clin Nutr.* 2021;114(5):1830-6.
50. Harrison S, Lemieux S, Lamarche B. Assessing the impact of replacing foods high in saturated fats with foods high in unsaturated fats on dietary fat intake among Canadians. *Am J Clin Nutr.* 2022;115(3):877-85.
51. Liu S, Munasinghe LL, Maximova K, Taylor JP, Ohinmaa A, Veugelers PJ. The economic burden of excessive sugar consumption in Canada: should the scope of preventive action be broadened? *Can J Public Health Rev Can Sante Publique.* 2022;113(3):331-40.
52. Sharpe I, Kirkpatrick SI, Smith BT, Keown-Stoneman CDG, Omand J, Vanderhout S, *et al.* Automated Self-Administered 24-H Dietary Assessment Tool (ASA24) recalls for parent proxy-reporting of children's intake (> 4 years of age): a feasibility study. *Pilot Feasibility Stud.* 2021;7(1):123.
53. Tariq U. Analysis of Added Sugar Intake of Canadian Children and adolescents : Findings from the Canadian community health survey on nutrition [Internet] [Electronic Thesis and Dissertation Repository]. [London, Ontario]: The University of Western Ontario; 2018 [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://ir.lib.uwo.ca/etd/5683>
54. Wang YF, Chiavaroli L, Roke K, DiAngelo C, Marsden S, Sievenpiper J. Canadian adults with moderate intakes of total sugars have greater intakes of fibre and key micronutrients: results from the Canadian community health survey 2015 public use microdata file. *Nutrients.* 2020;12(4):1124.
55. HM Revenue and Customs. Policy paper, soft drinks industry Levy [Internet]. 2016 [cité 1^{er} août 2023]. Disponible : <https://www.gov.uk/government/publications/soft-drinks-industry-levy/soft-drinks-industry-levy>

56. Pomerleau S, Perron J, Gagnon P, Provencher V. Portrait des barres granola disponibles au Québec 2018 [Internet]. Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire; 2019 [cité 26 janv. 2023]. Disponible : <https://offrealimentaire.ca/barres-granola>
57. Pomerleau S, Gagnon P, Provencher V. Portrait des céréales à déjeuner disponibles au Québec 2016-2017 [Internet]. Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire; 2019 [cité 26 janv. 2023]. Disponible : <https://offrealimentaire.ca/cereales>
58. Durette G. Veille scientifique : amélioration de la qualité nutritionnelle des aliments transformés [Internet]. [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://www.inspq.qc.ca/veille-scientifique-amelioration-de-la-qualite-nutritionnelle-des-aliments-transformes>
59. Department of Health and Aged Care, Australian Government. Partnership reformulation program [Internet]. 2023 [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://www.health.gov.au/our-work/healthy-food-partnership/partnership-reformulation-program>
60. Department of Health and Aged Care, Australian Government. Partnership reformulation program – food category definitions [Internet]. 2021 [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://www.health.gov.au/resources/publications/partnership-reformulation-program-food-category-definitions>
61. Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport [Ministry of Health, Welfare and Sport]. Sectorbrede afspraken [Sector-wide agreements] [Internet]. 2019 [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://www.akkoordverbeteringproductsamenstelling.nl/afspraken-en-resultaten/sectorbrede-afspraken>
62. Santé Canada. Fichier canadien sur les éléments nutritifs (FCÉN), 2015 [Internet]. 2016 [cité 8 févr. 2023]. Disponible : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/aliments-nutrition/saine-alimentation/donnees-nutritionnelles/fichier-canadien-elements-nutritifs-fcen-2015.html>

ANNEXE 1 COMPLÉMENTS À LA MÉTHODOLOGIE DE LA SECTION 3.2 RECENSION DES APPORTS EN SUCRE DE LA POPULATION QUÉBÉCOISE ET CANADIENNE

Stratégie de recherche documentaire

Les références retenues pour la section du document portant sur les apports en sucre de la population sont des documents qui présentent des données de consommation de sucre, plus précisément celles de l'ESCC – Nutrition 2015, et qui ont été diffusées par des organisations de santé publique au Québec et au Canada. Les premières références identifiées à cet effet sont :

- Langlois, K., Garriguet, D., Gonzalez, A., Sinclair, S. et Colapinto, C. K. (2019). Change in total sugars consumption among Canadian children and adults. *Health Reports*, 30(1), 10-19. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/82-003-x/2019001/article/00002-eng.htm>
- Liu, S., Munasinghe, L. L., Ohinmaa, A. et Veugelers, P. J. (2020). Added, free and total sugar content and consumption of foods and beverages in Canada. *Health reports*, 31(10), 14-24. <https://doi.org/10.25318/82-003-x202001000002-eng>
- Plante, C., Rochette, L. et Blanchet, C. (2019). *Les apports et les sources alimentaires de sucre, de sodium et de gras saturés chez les Québécois*. Institut national de santé publique du Québec. https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2514_apports_sources_alimentaires_sucres_sodium_gras_satures.pdf
- Rana, H., Mallet, M.-C., Gonzalez, A., Verreault, M.-F. et St-Pierre, S. (2021). Free Sugars Consumption in Canada. *Nutrients*, 13(5). <https://doi.org/10.3390/nu13051471>

Les résultats d'études de cohortes réalisées au Québec (p. ex. étude PREDISE, étude NutriQuébec) n'ont pas été considérés. Contrairement aux données de l'ESCC – Nutrition, ces études n'ont pas été réalisées sur un échantillon représentatif de la population québécoise, ce qui ne permet pas de brosser un portrait représentatif des apports en sucre de cette population.

Une stratégie de recherche documentaire a été élaborée et réalisée afin d'identifier d'autres références rapportant les apports en sucres totaux, libres et ajoutés de la population à partir des données de l'ESCC – Nutrition 2015. Une recherche documentaire par mots-clés référant au concept de l'ESCC et du sucre a été réalisée dans l'interface de recherche EBSCOhost, ce qui a permis d'interroger les bases de données suivantes : Medline, Health Policy Reference Center, Political Science Complete et Public Affairs Index. Les critères d'inclusion et d'exclusion présentés ci-dessous ont été utilisés pour le tri des articles recensés :

Critères d'inclusion :

- Utiliser les données de l'ESCC – Nutrition 2015;

- Rapporter l'apport quotidien en sucres totaux, libres ou ajoutés des Canadiens.

Critères d'exclusion :

- Utiliser les données de l'ESCC – Nutrition 2004;
- Rapporter l'apport en sucres totaux, libres ou ajoutés d'un sous-groupe de la population canadienne (p. ex. enfants) et ce, pour une autre province que le Québec;
- Rapporter l'apport en sucres totaux, libres ou ajoutés des Canadiens selon une catégorisation, sans le rapporter pour l'ensemble de la population (p. ex. apport en sucres libres selon les quintiles d'apports; apport en sucre selon la consommation ou non d'un déjeuner);
- Utiliser les données de l'ESCC – Nutrition 2015 juste pour un repas ou un moment de la journée (p. ex. déjeuner, dîner, consommation à l'extérieur du foyer);
- Utiliser les données de l'ESCC – Nutrition 2015 juste pour une catégorie d'aliments (p. ex. grains entiers).

La stratégie de recherche documentaire a été réalisée le 8 février 2023 et a permis de recenser 874 références. Les requêtes lancées dans EBSCOhost étaient les suivantes :

#	Requête	Résultats
S1	TX "CCHS national nutrition survey" OR TX "Canadian Community Health Survey" OR TX "Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes" OR TX "CCHS" OR TX "ESCC"	18 965
S2	TX sucre* OR TX sugar*	449 498
S3	S1 AND S2	874

Après dédoublement, 752 références ont été analysées en fonction des critères d'inclusion et d'exclusion énumérés ci-dessus, ce qui a permis de retenir sept références, dont deux étaient déjà identifiées. Enfin, une thèse de maîtrise repérée dans les références d'un article exclu et une référence captée par le biais de la *Veille scientifique : amélioration de la qualité nutritionnelle des aliments transformés* ont aussi été identifiées (58), car elles répondaient aux critères de sélection. Cette veille a été mise en place par l'INSPQ dans le cadre des travaux réalisés sur les cibles de reformulation. Voici les sept références supplémentaires retenues :

- Bernstein, J. T., Christoforou, A. K., Ng, A. P., Weippert, M., Mulligan, C., Flexner, N. et L'Abbe, M. R. (2023). Canadian Free Sugar Intake and Modelling of a Reformulation Scenario. *Foods*, 12(9), 1771. <https://doi.org/10.3390/foods12091771>
- Harrison, S., Brassard, D., Garriguet, D., Lemieux, S. et Lamarche, B. (2021). A food-level substitution analysis assessing the impact of replacing regular-fat dairy with lower fat dairy on saturated fat intake at a population level in Canada. *The American journal of clinical nutrition*, 114(5), 1830-1836. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqab251>

- Harrison, S., Lemieux, S. et Lamarche, B. (2022). Assessing the impact of replacing foods high in saturated fats with foods high in unsaturated fats on dietary fat intake among Canadians. *The American journal of clinical nutrition*, 115(3), 877-885. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqab420>
- Liu, S., Munasinghe, L. L., Maximova, K., Taylor, J. P., Ohinmaa, A. et Veugelers, P. J. (2022). The economic burden of excessive sugar consumption in Canada: Should the scope of preventive action be broadened? *Canadian journal of public health = Revue canadienne de sante publique*, 113(3), 331-340. <https://doi.org/10.17269/s41997-022-00615-x>
- Sharpe, I., Kirkpatrick, S. I., Smith, B. T., Keown-Stoneman, C. D. G., Omand, J., Vanderhout, S., Maguire, J. L., Birken, C. S. et Anderson, L. N. (2021). Automated Self-Administered 24-H Dietary Assessment Tool (ASA24) recalls for parent proxy-reporting of children's intake (> 4 years of age): A feasibility study. *Pilot and feasibility studies*, 7(1), 123. <https://doi.org/10.1186/s40814-021-00864-6>
- Tariq, U. (2018). *Analysis of Added Sugar Intake of Canadian Children and Adolescents: Findings from the Canadian Community Health Survey on Nutrition* [Electronic Thesis and Dissertation Repository, The University of Western Ontario]. <https://ir.lib.uwo.ca/etd/5683>
- Wang, Y. F., Chiavaroli, L., Roke, K., DiAngelo, C., Marsden, S. et Sievenpiper, J. (2020). Canadian Adults with Moderate Intakes of Total Sugars have Greater Intakes of Fibre and Key Micronutrient: Results from the Canadian Community Health Survey 2015 Public Use Microdata File. *Nutrients*, 12(4), 1124. <https://doi.org/10.3390/nu12041124>

ANNEXE 2 COMPLÉMENTS À LA MÉTHODOLOGIE DES SECTIONS 3.4 IDENTIFICATION DES CIBLES DE RÉDUCTION DU SUCRE EXISTANTES ET 3.5 RECENSION DES TENEURS EN SUCRE DES PRINCIPALES CATÉGORIES D'ALIMENTS CONTRIBUANT AUX APPORTS EN SUCRE

Identification des cibles de réduction du sucre

Les cibles volontaires de réduction du sucre de l'Australie ont été élaborées en même temps que d'autres cibles visant la réduction du sodium et des gras saturés, toutes développées dans le cadre du Partnership Reformulation Program et diffusées en deux temps, soit en 2020 et en 2021 (23, 59). Les cibles de réduction du sucre de l'Australie visent les sucres totaux, et ce, pour neuf sous-catégories d'aliments regroupées dans cinq grandes catégories d'aliments, avec des seuils à atteindre d'ici 2025 et 2026 (60).

Aux États-Unis, les cibles volontaires de réduction du sucre ont été diffusées en 2021 dans le cadre de la National Salt and Sugar Reduction Initiative (NSSRI) (24). Celles-ci visent les sucres ajoutés dans sept catégories d'aliments et 15 sous-catégories d'aliments, avec des seuils à atteindre d'ici 2023 et 2026 (24). L'information quant aux sucres ajoutés n'étant pas disponible sur l'étiquette nutritionnelle lors de l'élaboration de ces cibles, les sucres totaux sont utilisés comme approximation des sucres ajoutés. Pour la vaste majorité des produits visés, les teneurs en sucres totaux équivalent à la quantité de sucres ajoutés, sauf pour les produits contenant du lait. Dans ces cas, une quantité de sucre est indiquée pour considérer les sucres naturellement présents. Il est donc possible de considérer que les seuils pour chaque catégorie d'aliments visée par les cibles de réduction du sucre des États-Unis sont donc exprimés en quantité de sucres ajoutés estimés.

Les cibles volontaires de réduction du sucre du Royaume-Uni ont été diffusées par Public Health England en 2017, en 2018 et en 2019, avec des seuils à atteindre d'ici 2018 et 2020 (10 catégories et 13 sous-catégories d'aliments) ainsi que d'ici 2019 et 2021 (trois catégories et six sous-catégories d'aliments) (20–22). Les cibles volontaires de réduction du sucre du Royaume-Uni visent les sucres totaux (20–22). Pour certaines catégories d'aliments, une estimation quant à la quantité de sucre naturellement présent est inscrite, ce qui permet de convertir certains seuils en sucres ajoutés.

Les cibles de réduction du sucre des Pays-Bas (61) qui avaient été documentées dans de la cadre d'autres travaux réalisés par l'INSPQ, n'ont pas été choisies pour ce rapport d'analyse. La barrière linguistique des documents disponibles pour ces cibles justifie ce choix.

Identification des données utilisées pour les teneurs en sucre

Comme expliqué à la section 3.5, les données nutritionnelles provenant des travaux de l'Observatoire ont été identifiées pour rapporter les teneurs en sucre des produits offerts et achetés au Québec. Les données d'achats de ces aliments, acquises par l'Observatoire auprès de la compagnie NielsenIQ, correspondent aux achats effectués dans les supermarchés des principales chaînes d'alimentation et pharmacies du Québec (25, 26). Les données nutritionnelles de ces aliments ont été recueillies par l'Observatoire entre 2016 et 2022 dans des supermarchés, des magasins à grande surface et des épiceries spécialisées des villes de Québec et/ou de Montréal et leurs environs, ce qui a permis de brosser un portrait initial quant à l'offre de ces produits (25). Une deuxième collecte de données a débuté en 2021 et se poursuit actuellement afin de suivre l'évolution de l'offre alimentaire au sein de ces mêmes catégories d'aliments (26). Pour les catégories d'aliments pour lesquelles le portrait initial et le portrait de suivi étaient disponibles, uniquement les données provenant de la collecte la plus récente ont été extraites.

Certaines données non diffusées par l'Observatoire ont pu être rapportées dans ce livrable grâce à une entente de partenariat entre l'INSPQ et l'Observatoire. Pour certaines catégories d'aliments, une règle de trois a dû être réalisée avec les teneurs moyennes en sucre, afin que celles-ci soient toutes exprimées en grammes de sucre par 100 g de produit. Enfin, l'équipe de l'Observatoire a aussi partagé des données de teneurs exprimées en poids (100 g) qui étaient initialement exprimées en volume (p. ex. g de sucre pour 250 mL de boisson laitière).

Le Fichier canadien sur les éléments nutritifs n'a pas été considéré pour le présent document, puisque les données sur les teneurs en sucre sont rapportées de façon individuelle, c'est-à-dire par aliment et boisson et non par catégorie d'aliments ou boissons (62). Les teneurs en sucre provenant de la référence de Liu et collab. (46), qui ont été utilisées à la section 4.2, n'ont pas été considérées pour compléter les données répertoriées sur les teneurs en sucre, puisque le classement des catégories d'aliments réalisé par les auteurs de l'article influence les teneurs en sucre rapportées. En effet, on retrouve dans cet article, au sein d'une même catégorie d'aliments, des aliments qui ne contiennent pas de sucre et d'autres qui en contiennent beaucoup. La moyenne de la teneur en sucre de certaines catégories d'aliments est donc influencée par le classement qui a été fait.

Centre d'expertise et
de référence en santé publique

www.inspq.qc.ca

*Institut national
de santé publique*

Québec

