

Alimentation & Nutrition

Repères du 1^{er} semestre 2021

NUTRI-SCORE



57% des Français déclarent avoir changé au moins une habitude d'achat grâce au Nutri-Score. 3 ans après son adoption, le Nutri-Score poursuit son déploiement sur le marché français. Au-delà des produits préemballés, il est prévu en 2021 d'adapter le Nutri-Score à la restauration

hors foyer et à la vente de produits en vrac. Ainsi, McDonald's est la première enseigne de restauration rapide à indiquer le Nutri-Score de ses produits depuis juillet 2021.

Par ailleurs, l'Europe envisage d'imposer le Nutri-Score à tous les produits transformés d'ici 2022. Cependant, ce logo nutritionnel pourrait être un réel désavantage pour les produits régionaux et traditionnels notés majoritairement D ou E alors que ce sont des produits peu transformés, porteurs de signes officiels de qualité (AOP, AOC, IGP, Label Rouge, Bio...) et liés à un strict cahier des charges de production.

Sources : solidarites-sante.gouv.fr 2021 - IRQUALIM, 2021 - LINDA Nutrition, 2021



+7% de croissance en ventes CA de l'offre biologique en nutrition infantile. Les industriels de la nutrition infantile répondent au mieux aux attentes des parents. Ils souhaitent des produits aux ingrédients bien sourcés, naturels et responsables.

Source : [Point de Vente](https://www.pointdevente.com), 2021



24% des consommateurs limitent volontairement leur consommation de viande et se considèrent flexitariens. Les motivations sont essentiellement basées sur des préoccupations de santé, environnementales et économiques.

Le régime végétarien est peu adopté car **40% des flexitariens "aiment trop la viande et le poisson" pour s'en passer totalement.** La majorité des Français reste attachée à une culture culinaire carnée mais évolue vers une consommation plus modérée tout en privilégiant des viandes de qualité et issues de pratiques responsables.

Source : [FranceAgrimer](https://franceagrimer.com), 2021

96% des échantillons, représentant un panier de produits de grande consommation, sont exempts de résidus de pesticides ou présentent des teneurs en-deçà des limites maximales de résidus (LMR), conformément à la réglementation. Ce rapport de l'EFSA confirme le niveau élevé de sécurité des aliments en Europe.

La situation est différente pour les métaux lourds (qui peuvent augmenter les risques de maladies chroniques, déficience immunitaire ou cancers).

Selon l'étude ESTEBAN, **97% à 100% des participants (adultes et enfants) sont exposés aux métaux lourds.** Les sources d'expositions sont majoritairement alimentaires (produits de la mer, céréales et légumes). Diversifier les sources d'aliments, notamment celles des poissons (espèces et lieux de pêche), est recommandé afin de réduire l'exposition à certains métaux lourds.

Sources : [EFSA](https://efsa.europa.eu) 2021 - Santé Publique France, 2021



Restauration collective

10% à 20%

des consommations et apports nutritionnels des individus sont issus de la restauration collective, après l'alimentation à domicile (80%) et avant la restauration rapide (5%). L'ANSES recommande de faciliter l'accès à la restauration collective au plus grand nombre et d'éviter la restauration rapide qui peut contribuer à des apports nutritionnels dégradés chez les forts consommateurs.

Source : [ANSES](https://anses.fr), 2021

57% des cantines scolaires et médico-sociales proposent un repas végétarien hebdomadaire. Moins onéreux, il permet d'incorporer plus de produits bio et de viande de qualité dans les autres repas. La Loi Egalim a fixé à 20% la part de bio à atteindre pour tous les restaurants collectifs d'ici 2022.

Source : [Observatoire de la restauration collective bio et durable](https://observatoire-restaurationcollective.com), 2020

Zéro plastique dans la restauration collective, c'est l'ambition du Conseil National de l'Alimentation.

Source : [Conseil National de l'Alimentation](https://conseil-national-alimentation.com), 2021

50% des français n'ont pas atteint les recommandations d'au moins 30 minutes d'activité physique par jour pendant le premier confinement. 1/3 ont un niveau de sédentarité élevé, passant plus de 7 heures par jour en position assise.

Compte-tenu du développement du télétravail, Santé Publique France insiste sur l'importance des mesures de prévention relatives à la limitation et à la rupture de la sédentarité.

Source : [Santé Publique France](https://santepubliquefrance.fr), 2021



2 kg de micro-organismes : c'est ce qu'abrite notre système digestif !

Soit plusieurs milliers de milliards de bactéries, virus et champignons qui constituent notre microbiote intestinal. Il joue un rôle clé dans les fonctions digestives, métaboliques, immunitaires et neurologiques.

L'établissement du microbiote commence dès la naissance, voire *in utero*. Divers facteurs peuvent influencer son équilibre durant les premières années de vie.

Les fibres alimentaires et les probiotiques sont des aliments pouvant être bénéfiques pour la santé intestinale chez les enfants et les adultes.

Sources : [Yogurt in nutrition](https://yogurt-nutrition.com), 2021 - [INSERM](https://inserm.fr), 2016