

Alimentation & Nutrition

Repères du 1^{er} semestre 2022

Vers un régime alimentaire sain et durable

50%

des européens déclarent tenir compte de l'aspect durable dans leurs choix alimentaires.



Beaucoup soulignent cependant la difficulté de combiner des choix alimentaires à la fois sains et durables.

Source : EIT Food Trust Report 2021, EU Commission. 5 Avril 2022

+24%

ces 5 dernières années : c'est la croissance de la tendance végétarienne en France dans l'ensemble du marché de la restauration hors domicile.

Les plats végétariens sont populaires chez les jeunes :

52% des 18-24 ans

consomment des plats sans viande ni poisson.



Source : Enquête NPD group - article NéoRestauration du 10 mars 2022.

52%

des français consomment des produits BIO au moins une fois par semaine.

15%

en consomment tous les jours.

-35 ans

Ce sont les qui représentent les plus gros consommateurs d'aliments issus de l'agriculture BIO, souvent avec un objectif de réduire l'impact environnemental de leur alimentation.

Source : Agence Bio - Baromètre de consommation et perception des produits biologiques en France - Edition 2022

Le Nutri-score chez les 11-17 ans

97%



des adolescents interrogés* déclarent avoir déjà vu ou entendu parler du Nutri-score. Le logo est considéré comme facile à repérer (pour 96% des interrogés) sur les emballages alimentaires mais également facile à comprendre, pour 91 % d'entre eux.



D'après l'enquête,

2/3

des adolescents indiquent spontanément que le Nutri-score leur apporte des informations sur la composition et la qualité nutritionnelle du produit.

*Enquête auprès de 1200 jeunes de 11 à 17 ans, Santé Publique France, 2021
Source : Santé Publique France - Communiqué de presse du 19 mai 2022

Réseaux sociaux



Seulement 2% des publications Instagram évoquent les circuits courts et le « manger local ». Une analyse* de 3000 posts de 117 influenceurs français souligne l'absence de messages des influenceurs sur les thèmes de l'alimentation durable, du bien-être animal, des produits locaux ou le soutien aux producteurs. L'étude remarque également un manque de mentions des appellations d'origine, de qualité alimentaire (BIO, AOC/AOP...).

Dans une approche similaire réalisée par l'American Society for Nutrition**,

69% des posts Tik Tok

publiés avec #mediterraneandiet font la promotion d'aliments qui ne font pas partie du modèle alimentaire préconisé par le régime Méditerranéen, comme la viande rouge, les sucreries et les aliments ultra-transformés.

Source : * INP Purpan et Chaire in Faaqt' - communiqué de presse du 4 mai 2021 ; **American Society for Nutrition, "Scientists warn of misleading nutrition advice on TikTok" - 14 juin 2022

Vers une diminution du sel dans le pain

Le niveau moyen de consommation de sel en Europe varie

entre 9 et 12g par jour

soit bien au-dessus du niveau recommandé par l'OMS (<5g/jour).



Les acteurs de la boulangerie se sont engagés dans une baisse progressive du sel dans le pain d'ici 2025 : **1,4g/100g, c'est le seuil max. fixé pour la baguette en 2023.**

Sources : Ministère de l'Agriculture et de la souveraineté alimentaire - Communiqué du 3 mars 2022 ; Metadata EFSA - Journal de Mai 2022

Maternité et petite enfance

63 directives

pour soutenir les femmes et les nouveau-nés durant la période postnatale ont été publiées par l'Organisation Mondiale de la Santé.

Source : OMS - Communiqué du 30 mars 2022



Les 6 semaines après l'accouchement permettent d'établir les relations et les comportements qui affectent le développement et la santé du nourrisson à long terme. Ces lignes directrices regroupent des conseils en matière d'allaitement, pour aider les parents à fournir des soins adaptés à leur nouveau-né mais aussi pour assurer le rétablissement et le bien-être général de la mère.



L'alimentation durable en restauration scolaire

12 services (plats) végétariens sur 20

C'est le compromis proposé en restauration scolaire pour aboutir à une réduction de 50% des gaz à effet de serre produits par la restauration scolaire, selon une étude de modélisation de l'INRAE. Les autres services incluraient des viandes blanches et du poisson.

Sources : INRAE - Communiqué du 28 mars 2022 ; Poinot, R., Vieux, F., Maillot, M. et Darmon, N. Eur J Nutr (2022).

Restauration collective : EGALIM mis à mal par la crise économique



L'indice des prix des matières premières alimentaires a augmenté depuis 2020 et ces augmentations sont amplifiées par le conflit en Ukraine.



Ces difficultés économiques, logistiques et d'approvisionnement, surviennent dans le contexte de mise en place de la loi EGALIM en restauration collective.

+20 centimes par repas

C'est l'augmentation min. estimée par repas avec la mise en œuvre de la loi EGALIM. Et pour tenir compte de la conjoncture actuelle, le CNRC (Conseil National de Restauration Collective) estime qu'il faudrait une augmentation de 20 cts supplémentaires (soit 40 cts/repas).

Source : Ministère de l'Agriculture et de la souveraineté alimentaire - Communiqué du 10/06/2022 ; Conférence "Restauration collective : EGALIM face à la tourmente économique de 2022" du 23 juin 2022

honeycom

Pédagogie et communication scientifique en santé, nutrition et alimentation durable

www.honeycom.fr

© Honeycom - juillet 2022 - Crédits photo : Unsplash - Création graphique : Com d'Happy