



**RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

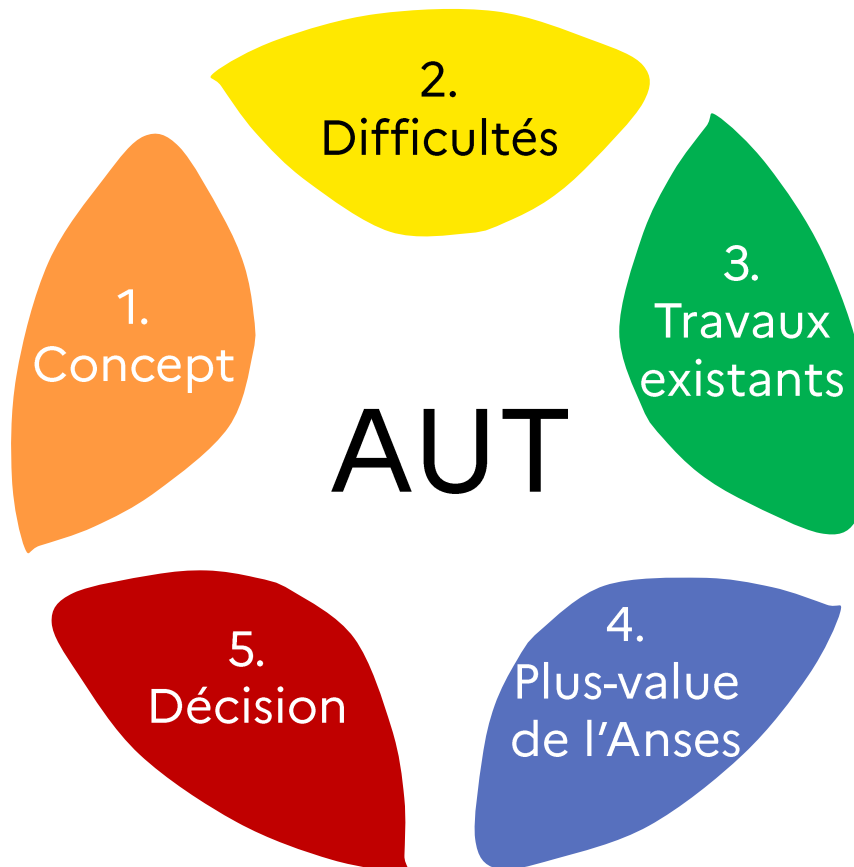


anses

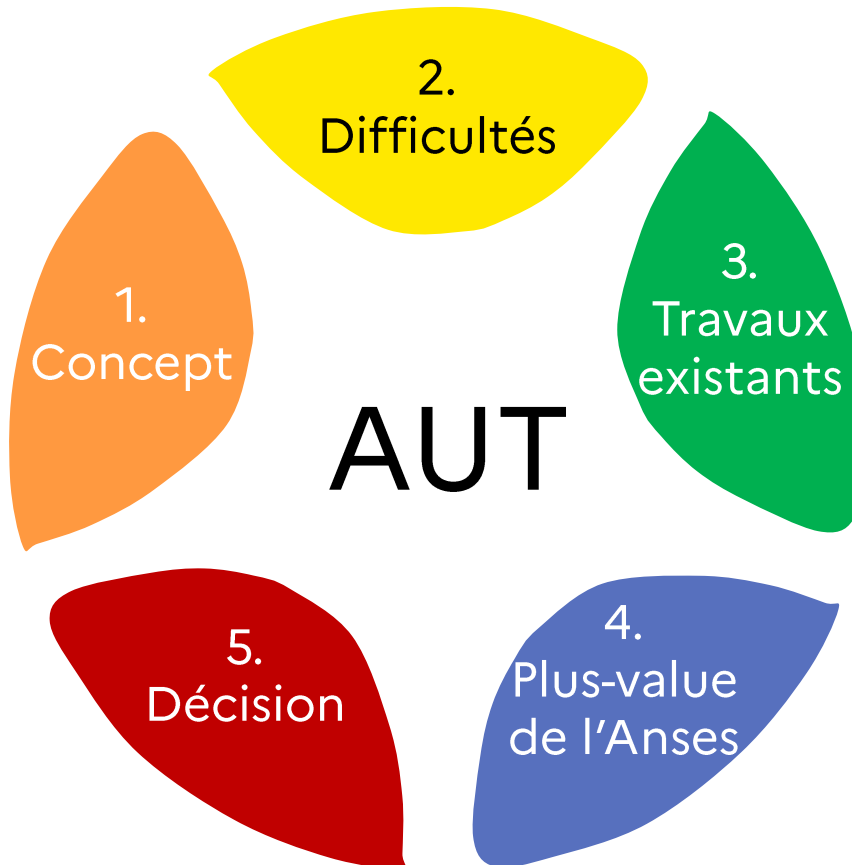
ALIMENTS ULTRA-TRANSFORMES (AUT)

Etat des connaissances et réflexions en cours

Sommaire



Sommaire



1. Concept

Apparu en 2009 dans un article de Carlos A. Monteiro
(Université de Sao Paulo)

Public Health Nutrition: 12(5), 729-731

Invited commentary

Nutrition and health. The issue is not food, nor nutrients,
so much as processing

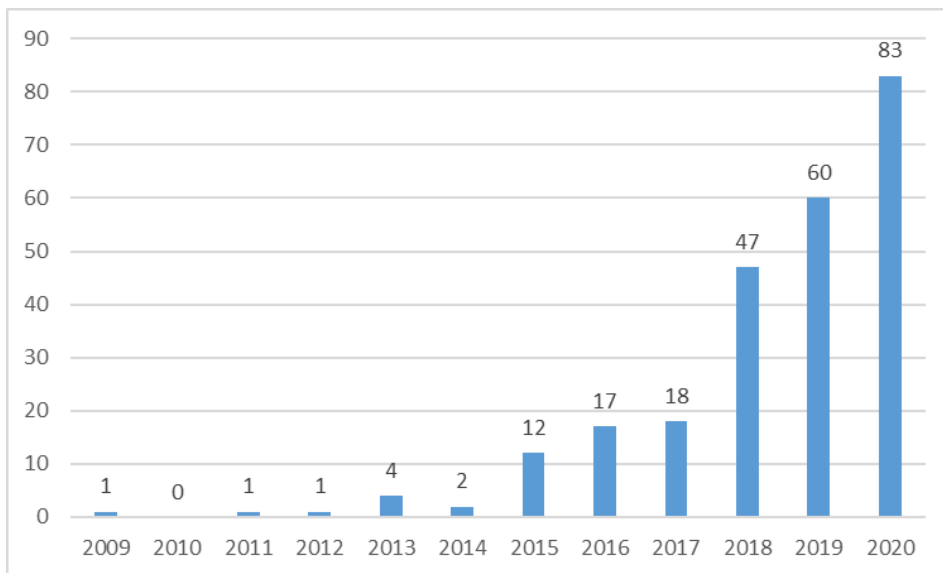


Principe de base : obésité et les maladies chroniques liées à la consommation de plats industriels préparés.

- Idée de distinguer les aliments selon leur degré de transformation
- Réduire la consommation des aliments les plus transformés



1. Concept



Nombre de publications contenant « *ultra-processed food* » dans leur titre (source Scopus)

1. Concept

Classification Nova

Versions successives : 2010 → 2016
La plus référencée dans la littérature

4 groupes :

1. Aliments pas/peu transformés



2. Ingrédients culinaires transformés



3. Aliments transformés



4. Aliments ultra-transformés



2. Difficultés



Classification Nova : d'une simplicité trompeuse !

- Pas seulement fondée sur des considérations technologiques (composition, facilité d'emploi, palatabilité)

Ex. Yaourt nature

- Lait écrémé → Nova 1
- Lait écrémé concentré → Nova 3
- Lait partiellement écrémé + protéines de lait → Nova 4



→ Il faut les compositions détaillées !

... or Inca 3 insuffisamment précis.

2. Difficultés



A défaut de données précises → hypothèses subjectives

- Tendance manichéenne :
 - transformation perçue négativement
 - tous les additifs présentent un risque (confusion danger/risque)

→ **biais cognitif** pour classer les aliments

- Sujette à des interprétations différentes

→ **peu reproductible**



2. Difficultés

Quel lien entre transformation et conséquences sanitaires ?

Quelques exemples :

- Préparations pour nourrisson
- Compléments vitaminiques
- Pommes de terre non épluchées
- Haricots verts crus

AUT → nocifs ?



Non transformés → OK ?





Report of the Scientific Committee of the Spanish Agency for Food Safety and Nutrition (AESAN) on the Impact of Consumption of Ultra-processed Foods on the Health of Consumers

Reference number: AESAN-2020-003

Report approved by the Scientific Committee in its plenary session on 4 March 2020

3.
Travaux
existants
2020



→ Conclusions :

- AUT = marqueurs d'un régime de mauvaise qualité nutritionnelle
- Absence de démonstration d'un effet nocif propre aux AUT (càd. non lié à la composition)
- Besoin de lancer des études comparant les conséquences sanitaires
 - d'AUT composés d'ingrédients « nocifs »
 - d'AUT composés d'ingrédients « sains »

Ultra-processed foods, diet quality, and health using the NOVA classification system

Prepared by

Carlos Augusto Monteiro
Geoffrey Cannon
Mark Lawrence
Maria Laura da Costa Louzada
and
Priscila Pereira Machado

3.
Travaux
existants
2019

→ Conclusions :

- Lien « plausible » entre consommation d'AUT et santé
- Besoin de promouvoir la recherche :
 - ✓ pour confirmer ce lien
 - ✓ pour étudier ce lien chez l'enfant (tous âges)
 - ✓ pour explorer l'impact sur le microbiote
 - ✓ pour évaluer les aspects comportementaux
 - ✓ pour identifier les bénéfices du « fait maison »
 - ✓ pour étudier le volet socioéconomique

Programme de travail 2020-2021 : étude des prévalences d'inadéquation d'apport en macronutriments, vitamines et minéraux

mais...

- Aucune classification satisfaisante → classification Anses ?
- Données de consommation insuffisantes → Inca suivantes ?
- Données épidémiologiques fragiles et incertaines...

→ Un avis de l'Anses serait :

- long
- coûteux (argent public)
- peu éclairant pour le gestionnaire

... avec une conclusion proche de celle de l'AESAN

4.
Plus-value
de l'Anses

A ce stade, les conditions ne semblent pas réunies pour engager une expertise d'envergure.

Dans ce contexte, les conclusions de l'AESAN semblent applicables :

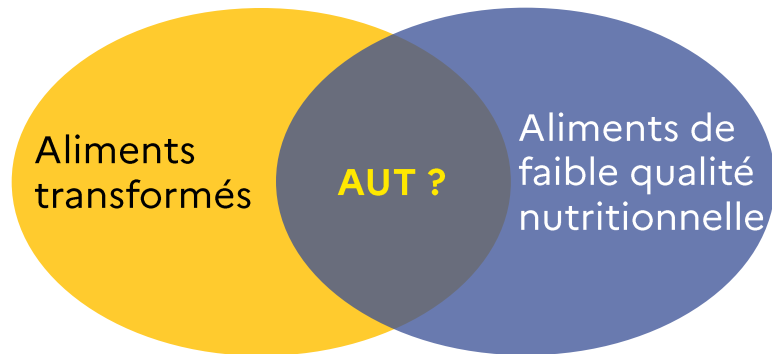
- le concept d'AUT manque de clarté
- l'impact sur la santé des AUT semble davantage lié à leur composition qu'à leur degré de transformation
- ne pas confondre AUT et aliment de faible qualité nutritionnelle
- besoin de lancer des études comparant les conséquences sanitaires
 - d'AUT composés d'ingrédients « nocifs »
 - d'AUT composés d'ingrédients « sains »

5.
Décision

Pas besoin d'attendre pour inciter la population à consommer des aliments

- moins sucrés
 - moins salés
 - moins riches en énergie
- (cf. repères PNNS)

En conclusion,



« Un chien n'est pas méchant parce qu'il est gros. »

Proverbe vétérinaire

Merci pour votre attention.

