

Abstract - Groupe n° 27

## **Les mesures de prévention pour limiter la consommation de produits ultra-transformés chez les adolescents**

Sofia Asikainen, Doreen Bachmann, Caroline Mingard, Sammy Nefzi, Ana Ochoa Williams

### *Introduction*

L'offre d'aliments ultra-transformés (AUT) est en constante augmentation depuis la 2<sup>ème</sup> guerre mondiale. Ces aliments ont subi plusieurs processus de transformation industriels avec l'ajout d'additifs et de conservateurs (p. ex : plats préparés, chips, etc). En Suisse, 40.8% des élèves de 11 à 15 ans ne consomment ni fruits, ni légumes chaque jour et seulement 17.6% en mangent cinq selon les recommandations [1]. En revanche, plus de la moitié surpasse celles pour les boissons et snacks sucrés [1]. Une consommation accrue d'AUT est associée à un risque de maladies non transmissibles (p. ex : diabète de type 2 et maladies cardiovasculaires) [2]. En parallèle, on observe en Suisse une augmentation du surpoids et d'obésité qui atteint aussi les enfants et qui est particulièrement visible à partir du 3<sup>ème</sup> cycle [3]. Les trois facteurs favorisant la consommation d'AUT sont l'accessibilité, l'abordabilité et l'attractivité [4]. Certains pays comme le Mexique ont adopté des stratégies de prévention avec des labels d'avertissement pour les AUT [5]. Le Canada, pour sa part, implémente des 'School Nutrition Policies' pour aider les élèves à développer un comportement alimentaire sain [6]. En Suisse, il y a un manque d'études sur la consommation d'AUT comparé aux autres pays et les mesures de prévention peinent à s'implémenter [5,7]. Au vu du manque de données et du rôle majeur de cette problématique, nous abordons ce sujet selon la question de recherche suivante : Quelles sont les mesures de prévention implémentées ou prévues dans le canton de Vaud pour limiter la consommation de produits ultra-transformés et pour lutter contre l'obésité chez les adolescents âgés de 12 à 15 ans ?

### *Méthode*

Treize entretiens ont été conduits en utilisant une grille d'entretien semi-structuré divisée en quatre thèmes : les opinions personnelles sur l'alimentation des adolescents, les motivations, les difficultés à adopter une alimentation saine et les projets de recherche ou de prévention. Une analyse déductive a été choisie pour organiser les données par thème. Les organismes suivants ont participé : Fédération Romande des Consommateurs (FRC), Office de Santé et des Affaires Vétérinaires (OSAV), Swiss Nutrition and Health Foundation (SNH), unité de Promotion de la Santé et de Prévention en milieu Scolaire (PSPS), Unisanté, Fourchette Verte, Société Suisse de Nutrition, Dispositif Vaudois de Soutien aux Enfants et Adolescent-e-s en excès de poids (A-Dispo). Les intervenants incluent des médecins, diététiciens, coordinateurs, directeurs de recherche, chargés de projet, épidémiologistes, endocrinologue-pédiatres, nutrithérapeutes et infirmières scolaires. Cet échantillon a permis d'analyser les mesures de prévention à des niveaux communautaires différents.

### *Résultats*

La majorité des intervenants sont d'avis que l'augmentation de la consommation d'AUT joue un rôle important dans l'incidence accrue des maladies non-transmissibles ainsi que du surpoids et de l'obésité. Ceux qui ne partageaient pas cet avis préféraient ne pas se prononcer par manque de données. D'autres : « acceptaient les AUT dans le cadre d'une alimentation équilibrée sans les bannir ». Cependant, tous les intervenants déplorent un manque de données spécifiques, particulièrement chez les adolescents. Un sujet récurrent est l'approche libérale de la Suisse basée sur la responsabilité individuelle qui est, par conséquent, en retard par rapport à d'autres pays industrialisés dans le domaine de la prévention et de la santé publique. De plus, il existe un manque de volonté politique pour investir davantage de fonds dans la prévention. Il a également été mentionné un encadrement central insuffisant de la part de la Confédération qui compte sur l'autonomie de ses cantons pour dicter leur propre législation concernant la santé publique. Il en résulte une mauvaise coordination entre les cantons et une offre peu structurée. Par ailleurs, les politiciens envisagent difficilement des stratégies sur le long terme, se focalisant principalement sur des problèmes considérés plus urgents. Plusieurs participants ont mentionné la présence de lobbies très actifs en Suisse qui compliquent la mise en place de législations, comme la taxation des boissons sucrées ou des mesures contre le marketing alimentaire très permissif. Une infirmière scolaire a expliqué que : « cette année, le conseil de l'école n'a pas défini l'alimentation comme un problème prioritaire ». Les ressources limitées en termes financiers, logistiques et personnels sont donc allouées à d'autres thématiques plus pressantes. Le souhait de recevoir des directives strictes cantonales destinées aux écoles était relevé. En contraste, la vision de l'école par les organismes officiels quant à l'alimentation des élèves est principalement basée sur l'implication des parents, déchargeant ainsi l'école de cette fonction. Les intervenants ont souvent mentionné comme facteurs influençant l'alimentation : l'environnement (famille, réseaux sociaux, pairs), le rôle important des multiplicateurs,

l'engagement pour le climat et le mode de vie rapide de nos sociétés qui laisse moins de temps pour cuisiner. Certains intervenants mentionnent le manque de temps et de formation pour promouvoir une alimentation saine de la part des médecins. D'autres participants ont relevé le contexte culturel et communautaire qui peut constituer une barrière. Par exemple, la vision que certaines familles immigrantes ont des boissons sucrées conditionnées qui sont vues comme « une alternative plus saine à l'eau du robinet » qui est insalubre dans leur pays d'origine. Différentes organisations, telles que la SSN et Unisanté sont mandatées par l'OFSP ou l'OSAV pour des projets de recherche afin de récolter des données permettant l'élaboration de stratégies ciblées. La Suisse participe à l'étude « health behaviour in school-aged children » développée par l'OMS évaluant la consommation de divers groupes d'aliments et son évolution tous les 4 ans. MenuCH Kids est une enquête nationale suisse sur la nutrition des jeunes qui apportera des données spécifiques longuement attendues. Une autre étude sur l'alimentation des adolescents quittant le domicile familial sera conduite cette année. Certains étiquetages, tel le Nutriscore, aident les personnes peu informées à faire de meilleurs choix mais peuvent aussi induire en erreur. Les labels Fourchette Verte, présents dans les restaurants scolaires, ou Fait Maison sont perçus comme des marqueurs de bonne qualité par le consommateur. Les participants ont toutefois des opinions variées sur la pertinence de ces labels. Divers programmes cantonaux sont offerts pour les jeunes en excès de poids mais ils peinent à atteindre leur population cible.

#### *Discussion :*

Notre recherche montre, qu'à présent, les données spécifiques sur la consommation d'AUT sont insuffisantes. La législation suisse limite peu l'achat d'AUT et l'adoption de politiques et de directives alimentaires n'est pas systématique dans les écoles malgré leur recommandation dans la littérature scientifique. La prévention et la législation sont des outils utiles pour contrer la consommation d'AUT, comme cela a été montré en 2020 par le Mexique qui a instauré des labels d'avertissement indiquant les excès de sucre, sel, gras et calories [5]. La Suisse n'est pas prête à accepter de telles mesures. La mise en place de projets de prévention sur le terrain est laborieuse et la législation difficilement justifiable aux yeux du parlement. Le projet MenuCH Kids montre une prise de conscience de la part de la Confédération concernant l'alimentation des jeunes. Ces données permettront probablement d'appuyer des programmes de prévention et de pérenniser des projets communautaires. En Suisse, beaucoup d'informations sur l'alimentation sont disponibles. Cependant, une incohérence au niveau des messages véhiculés et une littératie en santé insuffisante au sein de la population générale compliquent l'application des recommandations. L'absence d'entretien avec les industries agro-alimentaires ainsi que l'échantillon comprenant surtout des personnes avec un avis politique ou engagé, peuvent biaiser nos résultats. Un complément de recherche pourrait impliquer une collecte de données chez Migros ou Coop sur la consommation d'AUT.

#### *Références :*

1. Archimi, A., Eichenberger, Y., Kretschmann, A., & Delgrande Jordan, M. (2016) Habitudes alimentaires, activité physique, usage des écrans et statut pondéral chez les élèves de 11 à 15 ans en Suisse (Rapport de recherche No 78). Lausanne: Addiction Suisse, 198 p.
2. *Lustig RH. Ultraprocessed Food: Addictive, Toxic, and Ready for Regulation. Nutrients. 2020 Nov 5;12(11):3401. DOI : 10.3390/nu12113401*
3. Promotion Santé Suisse (2018). Monitoring des données pondérales effectué par les services médicaux scolaires des villes de Bâle, Berne et Zurich : Evolution du surpoids et de l'obésité chez les enfants et adolescents chiffres comparatifs 2005/06 à 2016/17.
4. *Capewell S, Lloyd-Williams F. The role of the food industry in health: lessons from tobacco? British Medical Bulletin [Internet]. 2018 Feb 9 [cited 2019 Aug 18];125(1):131–43. Available from: <https://academic.oup.com/bmb/article/125/1/131/4847358> DOI: 10.1093/bmb/ldy0024.*
5. Mach, P. et Weilhammer, F. Malbouffe, le côté obscur de l'industrie alimentaire [En ligne] Ville : Genève Radio Télévision Suisse; Temps Présent. Suisse. 20 Janvier 2022 [cité le 29.06.2022]. Reportage : 56 min. Disponible : <https://www.rts.ch/play/tv/temps-present/video/malbouffe-le-cote-obscur-de-lindustrie-alimentaire?urn=urn:rts:video:12803877>
6. Critch JN. School nutrition: Support for providing healthy food and beverage choices in schools. *Paediatrics & Child Health. 2020 Feb;25(1):33–8. DOI : 10.1093/pch/pxz102*
7. *Marino M, Puppo F, Del Bo' C, Vinelli V, Riso P, Porrini M, et al. A Systematic Review of Worldwide Consumption of Ultra-Processed Foods: Findings and Criticisms. Nutrients. 2021 Aug 13;13(8):2778.*

Mots clés : Adolescents, Aliments ultra-transformés, Agro-alimentaire, Canton de Vaud, Nutrition, Prévention en santé alimentaire, Santé publique.

# Les mesures de prévention pour limiter la consommation de produits ultra-transformés chez les adolescents

Ana Ochoa Williams, Caroline Mingard, Doreen Bachmann, Sammy Nefzi, Sofia Asikainen

## Introduction :

Les **aliments ultra transformés (AUT)** sont définis par la catégorie 4 de la classification NOVA. Ces aliments sont transformés par des méthodes industrielles et contiennent des additifs ainsi que des ingrédients que notre grand-mère n'aurait jamais utilisés. L'offre et la demande d'AUT sont en constante augmentation. Les trois facteurs favorisant la consommation d'AUT peuvent se résumer par la **règle des trois A** : l'**A**ccessibilité, l'**A**bordabilité et l'**A**ttractivité [1]. La consommation accrue d'AUT est associée au surpoids et à un risque de maladies non-transmissibles [2]. En Suisse, il y a un manque de données sur cette thématique. Les lobbies de l'industrie agro-alimentaire sont puissants et les législations sont permissives quant au marketing. De plus, la Suisse a refusé l'application de labels d'avertissement utilisés dans d'autres pays, tel le Mexique, indiquant les aliments trop salés, sucrés, gras ou caloriques [3]. Elle a également refusé la mise en place d'une taxation de boissons sucrées.



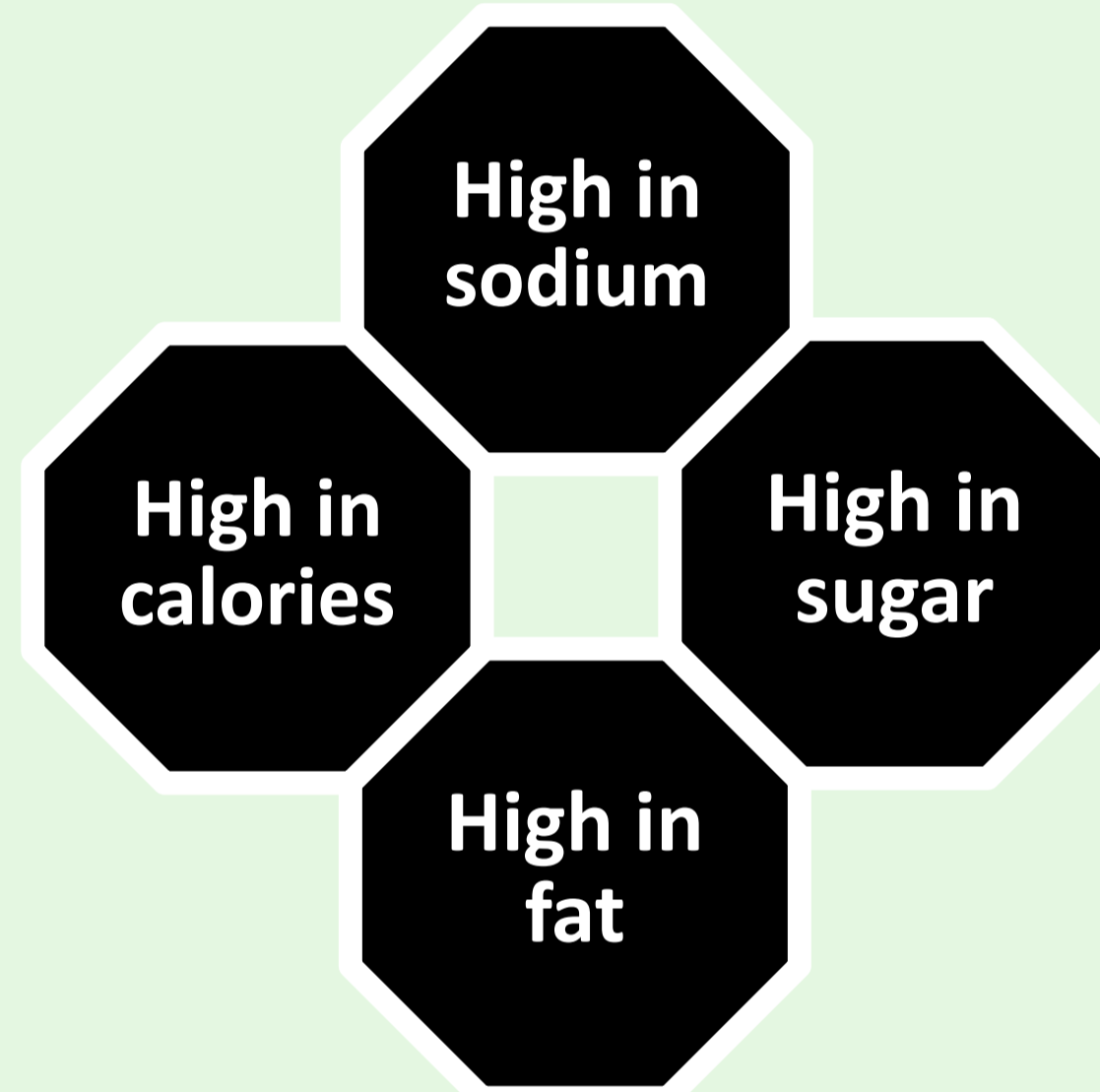
« Quelles sont les mesures de prévention implémentées ou prévues dans le canton de Vaud pour limiter la consommation de produits ultra-transformés et pour lutter contre l'obésité chez les adolescents âgés de 12 à 15 ans ? »

« Vous imaginez bien que le lobby des petites carottes naturelles n'intéresse pas grand monde »

« On est arrivé à un stade où l'on ne peut plus se passer des industries agro-alimentaires »

« On sait ce qu'il faut faire mais on a pas les moyens de le faire »

« La Suisse attend de voir ce que fait l'Europe donc en général on fait rien »



La Suisse est **libérale**, basée sur la **responsabilité individuelle** et en retard dans la prévention

- La Confédération, décentralisée, compte sur l'autonomie de ses cantons pour dicter leur propre législation
- Le résultat est une **offre peu structurée**
- L'absence de stratégies à long terme
- Les **lobbies** sont très actifs en Suisse
- Le **Marketing alimentaire est très permissif**
- Les **Ressources sont limitées** dans les écoles pour les questions d'alimentation
- Le manque de directives claires et de soutien aux écoles qui joueraient un rôle clé dans l'éducation alimentaire



« On s'en fout de sauver X personnes, la mort ça ne vote pas »



- ✦ L'étude "health behaviour in school-aged children" développée par l'OMS
- ✦ L'étude MenuCH Kids apportera des données longuement attendues
- ✦ Le **Nutriscore**, aide les personnes peu informées à faire de **meilleurs choix** mais peut aussi **induire en erreur**
- ✦ Les labels **Fourchette Verte** ou **Fait Maison** sont perçus comme des marqueurs de bonne qualité par le consommateur bien que controversés par les participants
- ✦ Divers **programmes cantonaux** sont offerts pour les jeunes en excès de poids mais ils **peinent à atteindre leur population cible**

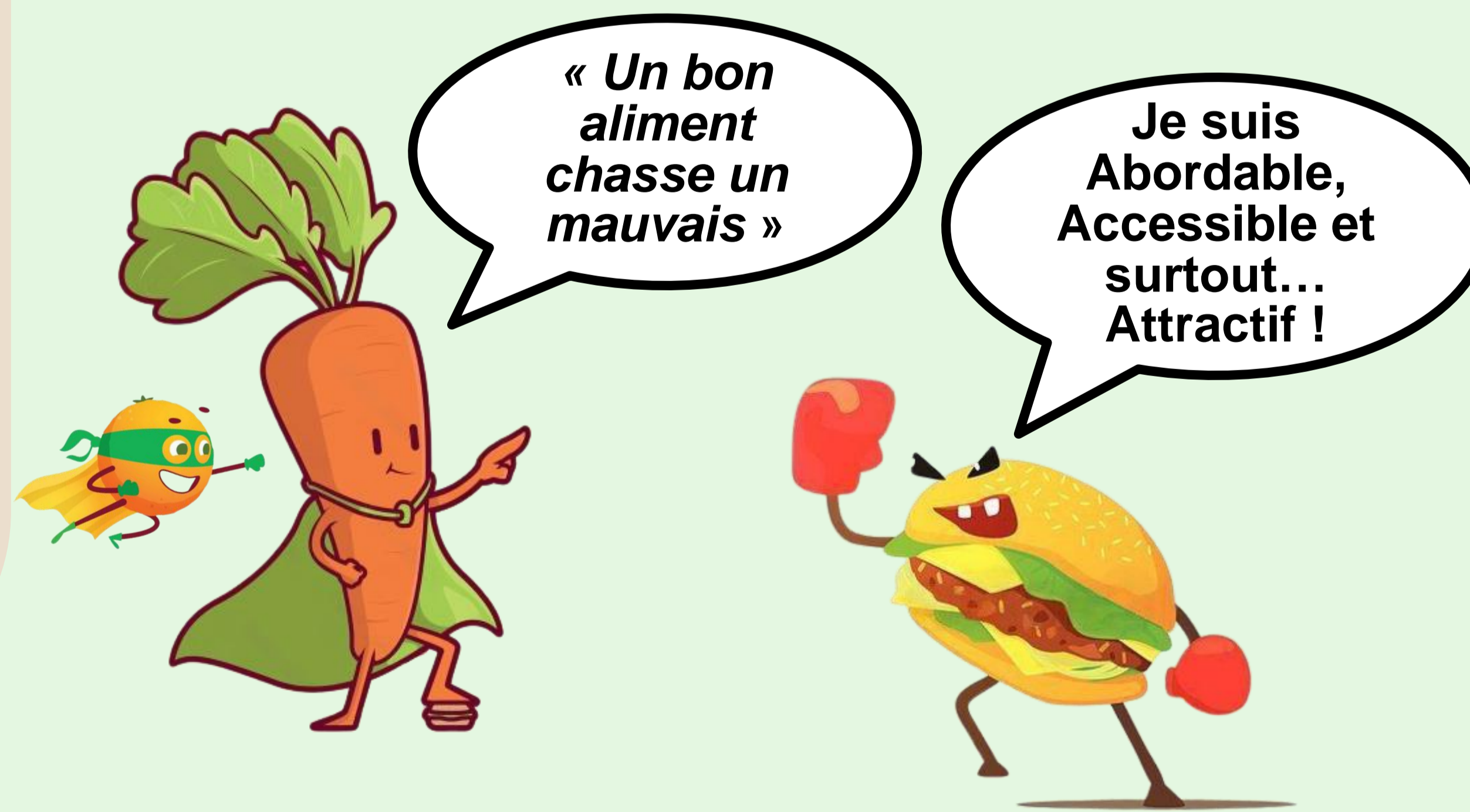
## Méthodologie :

- Revue de littérature : PubMed, Google Scholar, littérature grise
- 13 interviews; grilles d'entretiens semi-structurés
- Étude qualitative, analyse déductive selon 4 thèmes :
  - Opinions personnelles sur l'alimentation des adolescents
  - Motivations à adopter une alimentation saine
  - Difficultés à adopter une alimentation saine
  - Projets de recherche ou de prévention

Participants:

- ✓ Fédération Romande des Consommateurs (**FRC**)
- ✓ Office de Santé et des Affaires Vétérinaires (**OSAV**)
- ✓ Swiss Nutrition and Health Foundation (**SNH**)
- ✓ Unité de Promotion de la Santé et de Prévention en milieu Scolaire (**PSPS**)
- ✓ Unisanté
- ✓ Fourchette Verte
- ✓ Société Suisse de Nutrition (**SSN**)
- ✓ Dispositif Vaudois de Soutien aux Enfants et Adolescent-e-s en excès de poids (**A-Dispo**)

« L'état ne nous dit jamais ce que l'on doit manger alors que les industries le font tout le temps via le marketing »



« A force d'échecs on y arrive »

## Discussion :

- ✓ Il y a **beaucoup de sources d'informations** disponibles sur l'alimentation
- ✓ On observe des **difficultés d'implémentation** des recommandations en alimentation
- ✓ Une **littératie en santé insuffisante** fait partie des causes
- ✓ La Législation Suisse **n'intervient pas pour limiter** la consommation d'AUT
- ✓ **Les données sont insuffisantes** concernant les habitudes alimentaires des adolescents en Suisse
- ✓ La mise en place de projets de prévention sur le terrain est laborieuse et la législation **difficilement justifiable** aux yeux du parlement
- ✓ L'étude **Menu CH Kids** montre une prise de conscience de la part de la Confédération
- ✓ Des entretiens avec des industries agro-alimentaires auraient pu élargir notre perspective
- ✓ Notre échantillon comprenant des personnes avec un avis politique ou engagé, peuvent **biaisier nos résultats**

SNH

frc

