Journée Mondiale des Droits des Consommateurs 2015: le droit des consommateurs à une alimentation saine

Document n° 4
L'information nutritionnelle sur les produits préemballés

Février 2015

A propos de Consumers International
Notre but est de veiller à ce que les droits du consommateur ne soient jamais oubliés. Fondée en 1960, CI est la fédération mondiale des organisations des droits du consommateur. Avec plus de 250 organisations membres à travers 120 pays, nous représentons la seule voix indépendante et autoritaire sur plan mondial en matière de droits du consommateur. Nous sommes une association caritative reconnue d'utilité publique au Royaume Uni.

Dans le cadre d'un ensemble de mesures nécessaires pour protéger et promouvoir une alimentation saine, CI préconise la mise en place dans tous les pays d'un étiquetage nutritionnel obligatoire et standardisé sur tous les aliments et boissons préemballés. Cet étiquetage inclurait la fourniture, sur le devant des emballages, d'informations nutritionnelles explicatives permettant au consommateur de choisir rapidement et aisément des aliments sains.

Pourquoi les consommateurs ont-ils besoin d'un étiquetage nutritionnel?

Les consommateurs de boissons et d'aliments préemballés doivent lire les indications nutritionnelles pour choisir des produits sains.

Une mauvaise alimentation est un facteur de risque majeur (néanmoins évitable) de maladies non transmissibles (MNT) chroniques telles que des maladies cardiovasculaires, le cancer, le diabète et d'autres pathologies liées à l'obésité[1]. En 2010, plus de 11 millions de décès dans le monde ont été liés à une alimentation déséquilibrée, soit l'équivalent de 210 millions d'années de vie perdues en raison d'une mortalité prématurée.[2]

Dans le monde entier, les habitudes alimentaires évoluent, les consommateurs utilisent moins d'ingrédients frais et achètent de plus en plus d'aliments transformés et préemballés. Ces dix dernières années, les ventes de produits préemballés ont bondi de 92 % dans le monde et atteint 2 200 milliards de dollars en 2012.[3]

Mais cette augmentation de la production, de la promotion et de la consommation de produits transformés peu équilibrés (car très caloriques, peu nutritifs et trop gras, trop salés ou trop sucrés) est devenue un facteur important de mauvaises habitudes alimentaires dans les pays à revenu faible, intermédiaire et élevé.[4] [5]

Pour les consommateurs de tels produits qui souhaitent faire des choix plus éclairés (par exemple, identifier quels produits sont trop gras, trop sucrés ou trop salés, ou choisir l'option la plus saine parmi plusieurs aliments), les informations nutritionnelles sur les emballages sont essentielles. C'est la raison pour laquelle CI préconise un étiquetage nutritionnel pour aider les consommateurs à interpréter rapidement et facilement la valeur nutritionnelle des produits emballés et ainsi éviter les maladies liées à l'alimentation, grâce à des choix sains.

CI reconnaît que l'étiquetage nutritionnel seul ne constitue pas une réponse adéquate au vaste problème des maladies liées à l'alimentation. En conséquence, CI fait campagne en faveur d'une Convention mondiale pour la protection et la promotion d'une alimentation saine[6], en utilisant un mécanisme similaire à la Convention-cadre pour la lutte anti-tabac et qui comprend des mesures supplémentaires telles que :

- Restrictions sur les publicités alimentaires ciblant les enfants
- Reformulation des produits transformés afin de réduire les teneurs en graisse, en sucre et en sel et d'éliminer les acides gras trans
- Amélioration de l'alimentation dans les écoles et les établissements publics
- Recours à la fiscalité pour encourager une alimentation plus saine

---

[1] World Health Organization (n.d) *Diet* [online], WHO. Available at: http://www.who.int/topics/diet/en/ [Accessed 06.02.15]

[2] Institute for Health Metrics and Evaluation (n.d.) *GBD Arrow Diagram* [online], IHME. Available at: http://www.healthmetricsandevaluation.org/gbd/visualizations/gbd-arrow-diagram?type=Arrows&cr=risk&metric=4&colGrp=G&sex=3&age=22&yr=2010&rankRange=1,10&arrowDimen=-90__3__100,220,220,100,140__140__2__2__144__10,10,10,10,70 [Accessed 06.02.15]

[3] The Economist (2012) *Food For Thought* [online], Available at: http://www.economist.com/news/special-report/21568064-food-companies-play-ambivalent-part-fight-against-flab-food-thought

[4] [4] R Moodie et al (2013) 'Profits and pandemics: prevention of harmful effects of tobacco, alcohol, and ultra-processed food and drink industries' *The Lancet*, 381 (9867), pp.670 - 679

[5] D Stuckler et al (2012) ' Manufacturing Epidemics: The Role of Global Producers in Increased Consumption of Unhealthy Commodities Including Processed Foods, Alcohol, and Tobacco', *PLoS Medicine* 9(6): e1001235.

[6] Consumers International and World Obesity Federation (2014) *Recommendations Towards a Global Convention to Protect and Promote Healthy Diets* [online] Available at: http://tinyurl.com/nkqfurp

Quels sont les types d'étiquetage nutritionnel?

L'étiquetage nutritionnel conseille le consommateur tout en lui laissant la liberté de choisir[7]. Certains consommateurs n'ont pas le temps ou les compétences pour interpréter les informations nutritionnelles détaillées figurant au dos des emballages et préfèrent les informations simplifiées placées sur le devant.

Nutrition labels are commonly displayed on food packaging and are intended to guide consumer food choices. **Labelling is also recognised as a major incentive for product reformulation and innovation as manufacturers strive to develop products that can claim a more healthy profile.[8]**

Il existe deux types d'étiquetage nutritionnel. Le premier est la « déclaration nutritionnelle » classique qui énumère le contenu énergétique et la teneur des principaux nutriments (notamment les lipides, les glucides et le sel) et qui se trouve le plus souvent au dos des emballages.

Nutrition Facts

Serving Size 1 cup (228g)
Servings Per Container about 2

Amount Per Serving

Calories 250	Calories from Fat 110
	% Daily Value*
Total Fat 12g	**18%**
Saturated Fat 3g	**15%**
Trans Fat 3g	
Cholesterol 30mg	**10%**
Sodium 470mg	**20%**
Total Carbohydrate 31g	**10%**
Dietary Fiber 0g	**0%**
Sugars 5g	
Proteins 5g	
Vitamin A	4%
Vitamin C	2%
Calcium	20%
Iron	4%

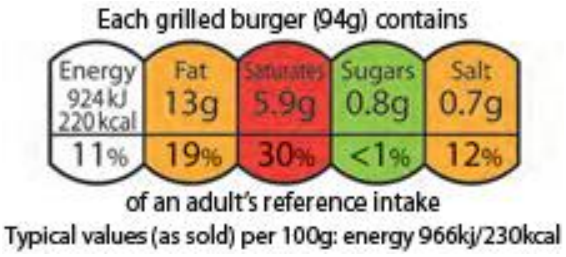
* Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your calorie needs:

	Calories:	2,000	2,500
Total Fat	Less than	65g	80g
Saturated Fat	Less than	20g	25g
Cholesterol	Less than	300mg	300mg
Sodium	Less than	2,400mg	2,400mg
Total Carbohydrate		300g	375g
Dietary Fiber		25g	30g

For educational purposes only. This label does not meet the labeling requirements described in 21 CFR 101.9.

Exemple de declaration nutritionnelle

Le second type, plus récent, fournit des « informations nutritionnelles supplémentaires ». Souvent apposé sur le devant des emballages, il aide les consommateurs à repérer en un coup d'œil les aliments sains sans avoir à lire ce qui se trouve au dos de l'emballage, à effectuer des calculs ou comprendre des pourcentages. Le système du feu tricolore utilisé au Royaume-Uni est un exemple de ce type d'étiquetage explicatif. Les différentes couleurs indiquent dans quelle mesure un produit peut contribuer à une alimentation équilibrée.



Exemple d'étiquetage sur le devant de l'emballage

Quelle est la meilleure approche pour les consommateurs ?

Les études suggèrent que de nombreux consommateurs n'ont pas le temps d'analyser les informations nutritionnelles détaillées ou ont du mal à le faire[9]. Les consommateurs préfèrent les informations simples figurant sur le devant des emballages en complément de la déclaration nutritionnelle au dos. Les visuels sur le devant des emballages (feux tricolores ou schémas) sont plus faciles à comprendre que les informations chiffrées détaillées[10]. Selon une étude menée pendant trois ans et financée par l'UE, l'option la plus judicieuse pour inciter les consommateurs à lire les informations nutritionnelles et énergétiques consiste à placer celles-ci sur le devant des emballages [7]. Certains dispositifs indiquent quels produits constituent un choix équilibré, mais cela n'aide pas les consommateurs qui souhaitent éviter les nutriments associés aux MNT, à savoir le sucre, le sel, les graisses saturées, les matières grasses et les calories.

La cohérence est essentielle. Plusieurs rapports remarqués sur l'étiquetage nutritionnel ont conclu que des recommandations standardisées en matière d'étiquetage favoriseraient la cohérence et la connaissance tout en améliorant l'utilisation des informations nutritionnelles par le consommateur. [7 8 11]

---

[7] Grunert, K. & Wills, J. (2007) A review of European research on consumer response to nutrition information on food labels, *Journal of Public Health*, 15 pp.385-99

[8] Food Labelling to Advance Better Education for Life (Flabel), (2012) *Results flyer* [online] Available at: http://flabel.org/en/upload/EUFIC_FLABEL_ResultsFlyer.pdf

[9] Institute of Medicine (2012) *Front-of-Package Nutrition Rating Systems and Symbols - Promoting Healthier Choices* [online] Available at: http://www.nap.edu/openbook.php?record_id=13221

[10] US Dept of Health and Human Sciences (2011) *Policy Research for Front of Package Nutrition Labeling: Environmental Scan and Literature Review* [online] Available at: http://aspe.hhs.gov/sp/reports/2011/fopnutritionlabelinglitrev/index.shtml

[11] Consumers International and World Obesity Federation, (2014) *Recommendations Towards a Global Convention to Protect and Promote Healthy Diets* [online]. Available at: http://tinyurl.com/nkqfurp

Ces dispositifs devraient s'accompagner d'une éducation du consommateur. Dans un rapport complet sur l'étiquetage alimentaire, l'Institute of Medicine (États-Unis) conclut qu'« un système sur le devant des emballages n'atteindra son potentiel complet [...] que s'il s'accompagne d'une campagne d'éducation et de communication pour rester pertinent dans l'esprit des consommateurs »[8]. Les campagnes doivent spécifiquement cibler les consommateurs très exposés au risque de maladies liées à l'alimentation ainsi que toute catégorie de personne peu encline à lire les étiquetages nutritionnels.[12]

Que demande CI ?

CI fait campagne en faveur d'une Convention mondiale pour la protection et la promotion d'une alimentation saine[12], en utilisant un mécanisme similaire à la Convention-cadre pour la lutte anti-tabac. Une Convention mondiale permettrait d'engager les gouvernements à adopter un ensemble de mesures pour aider les consommateurs à manger plus sainement. Ces mesures incluraient : des restrictions sur les publicités alimentaires ciblant les enfants, l'étiquetage nutritionnel, une meilleure alimentation dans les écoles et établissements publics, et la possibilité de recourir à la fiscalité pour encourager une alimentation plus équilibrée. Une Convention mondiale prévoirait également des mesures pour améliorer l'étiquetage nutritionnel :

Mise en œuvre de mesures dans tous les pays pour s'assurer que les consommateurs sont clairement informés de la qualité nutritionnelle des aliments et des boissons au moment de choisir

Les produits préemballés devraient inclure une déclaration nutritionnelle ainsi que des informations nutritionnelles supplémentaires.
Cette déclaration devrait être exprimée par 100 g et par portion et préciser : la valeur énergétique, les protéines, les glucides, les lipides, les graisses saturées, le sel et le sucre, ainsi que d'autres nutriments considérés comme importants pour conserver un bon état nutritionnel.

Les informations supplémentaires doivent apparaître sur le devant de l'emballage et inclure les nutriments prioritaires en matière de santé publique (calories, lipides, graisses saturées, sucre et sel) de la manière suivante :

- La quantité de chaque nutriment et une illustration indiquant s'il s'agit d'une quantité élevée, moyenne ou faible par rapport aux recommandations alimentaires nationales, par exemple sous forme de code couleur ou autre système similaire.
- La quantité recommandée par portion, en pourcentage de la consommation de référence recommandée.

Exemples de pays ayant adopté l'étiquetage sur le devant des emballages

Royaume-Uni
En 2013, le gouvernement a révisé ses recommandations nationales et proposé un dispositif d'étiquetage nutritionnel volontaire sur le devant des emballages des produits préemballés. Ces recommandations préconisent l'utilisation de couleurs (vert, orange et rouge) pour déterminer si les produits contiennent des niveaux faibles, moyens ou élevés de calories, lipides, graisses saturées, sel et sucre.
Les principaux distributeurs britanniques et plusieurs multinationales ont commencé à utiliser ce système de feu tricolore, notamment Mars, Coca-Cola, Pepsico, Nestlé, McCain et Kraft Foods.

[12] J Hersey et al (2013) Effects of front-of-package and shelf nutrition labeling systems on consumers, *Nutrition Reviews*, 71: p1–14.

Australie
En 2013, le gouvernement australien a approuvé un système de notation par étoiles (Health Star Rating) que l'industrie alimentaire peut adopter de manière volontaire. Ce système tient compte de quatre aspects associés à un risque accru de maladies chroniques (calories, graisses saturées, sel et sucres totaux), ainsi que de certains aspects « positifs » tels que la quantité de fruits de légumes et, dans certains cas, la teneur en fibres et en protéines. Le système de notation va d'une demi-étoile (le moins sain) à 5 étoiles (le plus sain). La mise en place de ce système a été supervisée en 2014 par un Comité consultatif des étoiles santé.

Chili
Une loi devant entrer en vigueur cette année rend obligatoire l'utilisation d'avertissements sur les produits alimentaires qui contiennent des niveaux de sel, de sucre et de graisses saturées considérés « excessifs ». L'utilisation de ce type d'avertissement est une première. La promotion et la publicité des produits portant ces symboles d'avertissement seront limités auprès des enfants de moins de 14 ans.

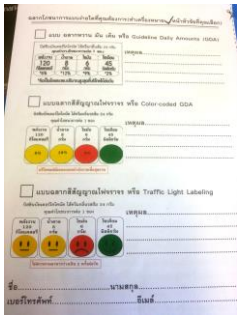
Équateur
L'Équateur utilise un système obligatoire de feu tricolore sur le devant des emballages pour indiquer si les teneurs en graisses, en sucres et en sel sont élevées (rouge), moyennes (orange) ou faibles (vert). Cette législation a été mise en place par le ministère de la Santé et est entrée en vigueur en 2014.

Finlande
La législation nationale relative à l'utilisation obligatoire d'avertissements sur les aliments très salés est en vigueur depuis 1993. Elle s'applique à toutes les catégories d'aliments qui contribuent fortement à la consommation de sel de la population.

Propositions d'actions

Examinez votre propre système d'étiquetage sur le devant des emballages

En mars 2013, CI a mis au point un questionnaire sur l'étiquetage des aliments afin de prouver qu'il est difficile pour les consommateurs de choisir une alimentation équilibrée. Des photos de produits transformés sans informations sur le devant ont été présentées à des consommateurs chargés de deviner quels produits contenaient des teneurs élevées, moyennes ou faibles de sucre, de sel, de matières grasses et de calories. Les mêmes produits leur ont ensuite été présentés avec un étiquetage sur le devant et la même question leur a été posée.
Dix organisations membres de CI ont participé à cette étude et plus de 3 300 consommateurs dans 11 pays ont répondu au questionnaire. CI et ses membres ont utilisé les résultats pour faire pression à l'échelle nationale et internationale en faveur d'un étiquetage nutritionnel sur le devant des emballages ainsi que d'autres actions destinées à faciliter les choix alimentaires sains. La plupart des membres ont proposé un questionnaire en ligne, tandis qu'un autre a choisi d'enquêter dans la rue. Vous pourriez organiser une telle enquête en utilisant les produits eux-mêmes.



Si vous souhaitez également organiser une enquête en ligne, téléchargez dans la zone de ressources de CI notre guide pratique qui vous aidera à préparer un tel questionnaire (disponible en anglais, espagnol et français) : http://www.consumersinternational.org/news-and-media/resource-zone/how-to-create-an-online-food-labelling-quiz-as-a-lobbying-tool/

Autre possibilité, vous pouvez demander à des consommateurs quel type d'étiquetage ils préfèrent. C'est ce qu'a fait l'association des consommateurs thaïlandaise en 2014.

Lectures complémentaires (en anglais)

Tous les exemples donnés dans ce document sont extraits du cadre NOURISHING du Fonds mondial de recherche sur le cancer (WCRF) :
http://www.wcrf.org/int/policy/nourishing-framework/nutrition-labels

Conseil européen de l'information sur l'alimentation (EUFIC), Point sur l'étiquetage nutritionnel, résumé exécutif (en téléchargement gratuit) :
http://www.eufic.org/upl/1/default/doc/GlobalUpdateExecSumJan2015.pdf

En Australie, l'association Choice fait campagne en faveur de l'étiquetage sur le devant des emballages:
http://www.choice.com.au/consumer-action/food-labelling/nutrition-labelling.aspx

Guide du gouvernement britannique en matière d'étiquetage nutritionnel sur le devant des produits préemballés vendus au détail:
https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/300886/2902158_FoP_Nutrition_2014.pdf

Brochure d'un regroupement d'organisations britanniques (dont Which?, membre de CI) justifiant l'utilité du feu tricolore :
http://www.actiononsalt.org.uk/news/Salt%20in%20the%20news/2012/76872.pdf