



*Journée mondiale des droits des
consommateurs 2015 :
le droit des consommateurs à une
alimentation saine*

Document n° 3

Réduire la consommation de sucre

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.

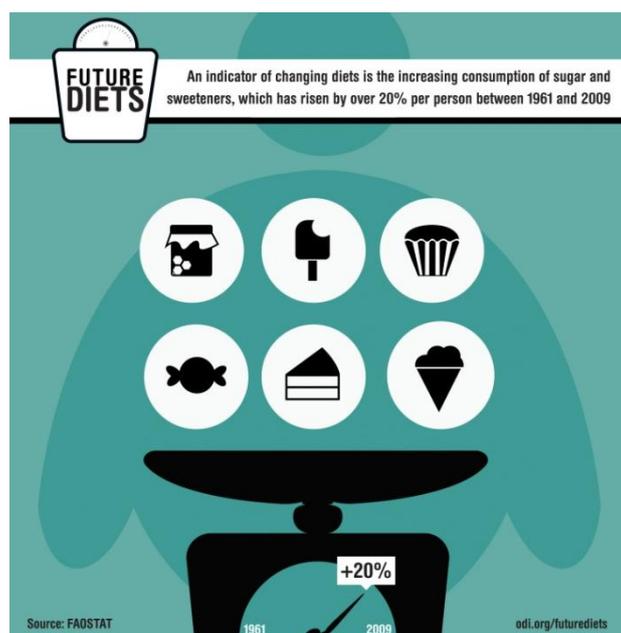
Dans le cadre d'un ensemble de mesures nécessaires pour protéger et promouvoir une alimentation saine, CI préconise la mise en place d'objectifs nationaux visant à réduire progressivement la teneur en sucre des aliments transformés, ainsi que le recours à des mesures fiscales pour encourager la réduction de la consommation de produits très sucrés.

En quoi le sucre est-il un problème ?

De nos jours, l'alimentation est de plus en plus sucrée en raison de la quantité élevée de sucres ajoutés dans les produits transformés très populaires. Il est prouvé qu'une consommation excessive de glucides a des conséquences graves sur la santé.

La consommation mondiale de sucre a augmenté de 20 % entre 1966 et 2009¹. Cette évolution a été particulièrement rapide dans certains pays à revenu faible et intermédiaire. En cinquante ans, la consommation a en effet été multipliée par deux en Égypte, par trois en Chine et par cinq en Thaïlande².

Les sucres ajoutés aux aliments transformés sont les principaux responsables de cette hausse^{3 4}. Quelques produits transformés très populaires peuvent dissimuler des teneurs en sucres très élevés, être consommés à la place d'autres aliments plus sains et ainsi devenir les principales sources de sucres ajoutés. C'est le cas par exemple des céréales, des jus de fruits, des pâtisseries et du pain de mie longue conservation, des pâtes à tartiner et d'autres produits très prisés au petit-déjeuner, comme les boissons édulcorées qui remplacent souvent d'autres boissons comme l'eau et le lait⁵. Les barres de collation et autres plats ou sauces tout préparés sont d'autres exemples.



La consommation excessive de sucre est un risque d'obésité majeur. Le sucre contribue à la surcharge calorique : les calories « vides » dissimulées dans les produits riches en sucre sont responsables de la prise de poids⁶. C'est particulièrement vrai dans le cas des boissons sucrées⁷. Il est prouvé qu'une alimentation sucrée peut inciter les consommateurs à manger davantage⁸. Elle est également une cause majeure de diabète de type 2 et est associée à l'augmentation du syndrome métabolique et, donc, aux maladies cardiaques⁹. Un adulte sur dix est aujourd'hui atteint de diabète¹⁰.

¹ Keats, S. and Wiggins, S. (2014) *Future Diets*. ODI Report. ODI.

² FAOSTAT www.faostat.fao.org

³ Hawkes, C. et al. (2007). 'Globalisation, food and nutrition transitions. Background paper of the Globalisation Knowledge Network', Commission on Social Determinants of Health. Geneva: World Health Organization.

⁴ Augusto-Monteiro et al. (2010). 'Increasing consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health: evidence from Brazil'. *Public Health Nutrition* 14(1), 5–13.

⁵ Popkin, B. (2011) 'Contemporary nutritional transition: determinants of diet and its impact on body composition', *Proceedings of the Nutrition Society* 70 (1): 82-91.

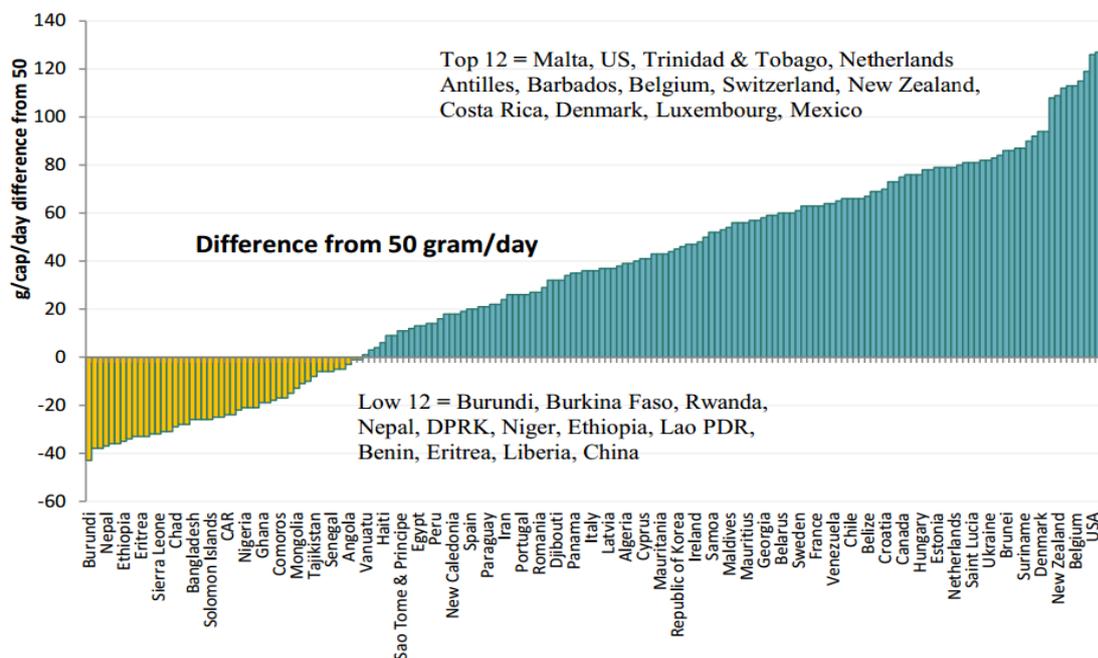
⁶ Te Morenga, S; Mallard, S, Mann, J (2013) Dietary sugars and body weight: systematic review and meta-analyses of randomised controlled trials and cohort studies. *BMJ* 346:e7492.

⁷ Malik, VS, Schulze M and Hu F.B. (2006) "Intake of sugar-sweetened beverages and weight gain: a systematic review", *American Journal of Clinical Nutrition* 84 (2): 274-288.

⁸ Garber, A.K. & Lustig, R.H. (2011) 'Is fast food addictive?', *Current Drug Abuse Reviews* 4 (3): 140-145.

⁹ Vartanian LR, Schwartz MB, Brownell KD. (2007) Effects of soft drink consumption on nutrition and health: a systematic review and meta-analysis. *Am J Public Health* 97:667-675.

¹⁰ Danaei G. et al (2011) *Global Burden of Metabolic Risk Factors of Chronic Diseases Collaborating Group (Blood Glucose)*. *Lancet* 378(9785):31-40.

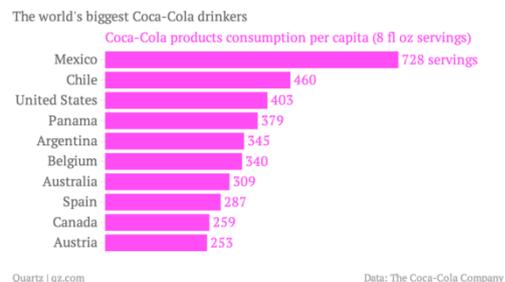


Source: FAOSTAT.

Note: Labels on the horizontal axis are examples – not every country is listed.

En 2014, l'Organisation mondiale de la santé a publié un projet de lignes directrices afin d'abaisser la consommation maximale de sucre recommandée de 10 % à seulement 5 % du nombre total de calories absorbées. À l'échelle nationale, peu de pays ont officiellement ou non instauré des limites maximales de consommation. Une consommation de 5 % équivaut à environ 25 g par jour pour un adulte moyen. Le tableau ci-dessus¹¹ montre à quel niveau se situent 176 pays en 2009 par rapport à une consommation quotidienne de 50 grammes par personne.

Les taxes sur les produits sucrés de type sodas constituent le principal outil politique de lutte contre la consommation excessive de sucre. D'autres politiques, telles que celles qui restreignent les publicités pour la malbouffe qui ciblent les enfants, s'efforcent de limiter la consommation d'aliments riches en sucres, mais aussi en sel, en matières grasses, en graisses saturées et en calories. La ville de New York a même failli interdire la vente de maxi-sodas (0,5 litre) en 2013. Le projet prévoyait d'interdire la vente de sodas de plus d'un demi-litre dans tous les restaurants, fast-foods, enseignes de restauration rapide, cinémas, stades et vendeurs ambulants. L'interdiction a été rejetée par la Cour suprême de New York avant son entrée en vigueur.



Que demande CI ?

CI fait campagne en faveur d'une Convention mondiale pour la protection et la promotion d'une alimentation saine¹², 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 réduire la consommation de sucres libres, c'est-à-dire ceux que l'on ajoute aux aliments au lieu d'utiliser les sucres naturellement présents dans les fruits et les légumes.

¹¹ ODI (2014) *Future Diets*. ODI. Available at: <http://www.odi.org/sites/odi.org.uk/files/odi-assets/publications-opinion-files/8776.pdf>

¹² Consumers International and World Obesity Federation, (2014) *Recommendations Towards a Global Convention to Protect and Promote Healthy Diets* [online]. Available at: <http://tinyurl.com/nkafurp>

Reformulation des produits afin de réduire les teneurs en sel, en lipides et en glucides

Les objectifs devraient être fixés par le gouvernement, dans un processus dépourvu de tout conflit d'intérêts. La priorité devrait être donnée aux produits contribuant le plus à la consommation de sucre de la population. Des recommandations devraient également être données quant à la taille raisonnée et réaliste d'une portion.

Recours aux mesures fiscales

Les gouvernements devraient envisager le recours à des mesures économiques, par exemple, des taxes ou impôts sur les produits à forte teneur en sucre, tels que les sodas. Ce type de mesure est particulièrement efficace lorsque les rentrées fiscales sont affectées à des initiatives nutritionnelles¹³.

Exemples de politiques de réduction de la consommation de sucre

France

En 2012, le gouvernement a introduit un droit d'accise sur les boissons sucrées et édulcorées, notamment les sodas, les jus de fruits, les eaux aromatisées et les boissons « light ». La taxe s'élève à environ 0,11 euro pour 1,5 litre de soda et les recettes générées sont affectées au budget général.

Hongrie

Une taxe « malbouffe » adoptée en 2012 est appliquée sur diverses catégories de produits prêts à être consommés et à forte teneur en sel, en sucre ou en caféine, notamment les sodas (sucrés et édulcorés), les boissons énergétiques et les produits sucrés préemballés. La taxe est appliquée à différents taux. Elle est d'environ 0,24 dollar par litre pour les sodas et de 0,47 dollar par litre pour les autres produits sucrés.

Le programme Hungarian Aqua Promoting Programme in the Young (HAPPY), mené par l'Institut national de diététique et de nutrition, vise à réduire la consommation excessive de boissons sucrées et à favoriser la consommation d'eau dans les écoles primaires. La cinquième édition de HAPPY a eu lieu en 2014. Plus de 41 000 élèves dans 135 écoles avaient participé en 2013.

Tonga

Une taxe de 1 pa'anga tongan par litre (en 2013) est appliquée aux sodas sucrés ou édulcorés (environ 0,50 dollar).

Mexique

En décembre 2013, le législateur mexicain a voté deux nouvelles taxes dans le cadre de sa stratégie nationale de prévention et de contrôle du surpoids, de l'obésité et du diabète (Estrategia Nacional para un Mexico sin Obesidad). Depuis leur entrée en vigueur le 1^{er} janvier 2014, une taxe de 1 peso (0,80 dollar) par litre est imposée aux boissons sucrées. Aux termes de cette nouvelle loi, est considérée comme boisson sucrée toute boisson contenant du sucre ajouté, à l'exclusion du lait et des yaourts. Un premier suivi indique que le prix des boissons sucrées a augmenté d'environ 10 %. Les recettes générées par cette taxe devraient être affectées au financement de programmes de lutte contre la malnutrition, l'obésité et les maladies chroniques liées à l'obésité, ainsi qu'à l'accès à l'eau potable (6e article transitoire de la loi fédérale sur les recettes de l'exercice budgétaire 2014). Toutefois, les recettes sont pour le moment affectées au budget général. Un droit d'accise ad valorem de 8 % est appliqué aux aliments à forte densité calorique, à savoir ceux qui affichent plus de 275 calories par 100 grammes. Les catégories d'aliments concernées par cette taxe incluent les chips et les encas, les bonbons, les produits à base de chocolat et de cacao, les gâteaux et le beurre de cacahuète ou de noisette.

¹³ Brownell, K. et al. (2009) "The Public Health and Economic Benefits of Taxing Sugar-Sweetened Beverages" Health Policy Report, NEJM 361: 1599-1605.

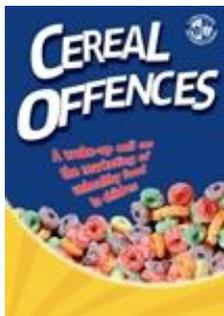
Propositions d'actions

Examen des teneurs en sucres dans des produits populaires

Examinez la teneur en sucre des aliments transformés préemballés et populaires, tels que les céréales pour le petit-déjeuner, les barres de collation, les yaourts aux fruits et les boissons sucrées. Cette information est parfois indiquée sur l'emballage. Dans certains pays, les fabricants publient sur leur site Internet les teneurs en sucre de leurs produits. Si vous en avez les moyens, vous pouvez commander un test indépendant.

Comparez vos résultats avec les recommandations nutritionnelles de votre pays (le cas échéant), ou avec celles de l'OMS, qui préconisent une consommation de sucre ne dépassant pas 5 % du total de calories absorbées. Cela correspond à 25 g par jour, ou 6 petites cuillères pour l'adulte moyen.

Vous pouvez également comparer vos résultats pour voir l'évolution dans le temps. En janvier 2015, le groupe britannique Action on Sugar a réexaminé une enquête réalisée en 2012 par Which? (membre de CI) et portant sur 50 marques de céréales. Il en ressort que la teneur en sucres a



augmenté ou est restée la même pour certains produits, tandis que 14 marques sur 50 contenaient un tiers ou plus de sucre ($\geq 33,3$ g/100 g, ou 8 petites cuillères). Comparez vos résultats avec d'autres pays. Souvent, les entreprises qui commercialisent leurs produits dans plusieurs pays modifient les teneurs en sel ou en sucre en fonction du pays. C'est ce que montre le rapport de CI intitulé *Cereal Offences*, publié en 2008. Transmettez vos résultats aux autres membres par le biais de la liste de diffusion de CI et/ou de votre contact régional. Dans certains cas, des données d'enquêtes précédentes existent peut-être déjà, n'hésitez pas à demander !



Campagne en faveur d'une taxation sur le sucre

Au Mexique, l'organisation El Poder del Consumidor (membre de CI) a fait campagne en faveur d'une taxe sur les sodas, dans le cadre d'une grande coalition d'associations à but non lucratif appelée « Alianza por la Salud Alimentaria ». Les actions menées ont inclus des manifestations publiques à fort impact, des publicités basées sur des photos montrant les effets du diabète (sur le modèle des campagnes anti-tabac), et des dépôts de plainte contre les fabricants de boissons pour publicité mensongère. Cette campagne a résulté sur la mise en place par le gouvernement d'une taxe de 10 % par litre sur les boissons sucrées. Les militants ont exigé que toutes les recettes soient affectées à la prévention, notamment l'installation de fontaines à eau dans les écoles et les lieux publics, mais ce n'est pas encore le cas.

Lectures complémentaires

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>

Carte interactive de l'OMS indiquant la prévalence des taux de glucose élevés : http://gamapserver.who.int/gho/interactive_charts/ncd/risk_factors/blood_glucose_prevalence/atlas.html

Le groupe d'action britannique Action on Sugar dispose de nombreuses informations et détails issus de son enquête sur les céréales : <http://www.actiononsugar.org/>

Rapport de Which? sur les barres de céréales : <http://www.which.co.uk/documents/pdf/cereal-bars-table-293496.pdf>

Groupe d'action espagnol luttant en faveur de mesures pour réglementer la vente et la publicité des produits sucrés : www.25gramos.org

Pour en savoir plus sur la campagne mexicaine : <http://alianzasalud.org.mx/>