

Aider la population à faire des choix alimentaires sains

Vers l'adoption de l'étiquetage nutritionnel sur le devant des emballages

Quelles mesures doivent être mises de l'avant?

Cœur + AVC recommande au gouvernement fédéral de rapidement finaliser le règlement concernant l'étiquetage nutritionnel sur le devant des emballages et de le publier dans la Gazette du Canada, Partie II¹. Ce règlement doit s'appliquer aux aliments préemballés dont la teneur en sel, en sucre et en gras saturés dépasse les seuils établis. Le symbole nutritionnel portant la mention « Élevé en », apposé sur le devant des emballages, doit être facile à comprendre et établi en fonction des résultats de la recherche effectuée auprès des consommateurs et d'autres travaux menés par Santé Canada ou des universitaires indépendants.

Pourquoi devons-nous adopter ce règlement?

Selon le Guide alimentaire canadien, les aliments et les boissons hautement transformés doivent être consommés avec modération puisqu'ils ne font pas partie d'une

alimentation saine. La consommation régulière d'aliments de cette catégorie nuit à la santé et aggrave certains facteurs de risque de maladies du cœur et d'AVC (obésité, diabète, hypertension, taux élevé de lipides sanguins)²⁻⁴. Le coût des maladies chroniques (maladies cardiovasculaires, tumeurs malignes, diabète sucré, carences alimentaires et troubles musculosquelettiques) liées à l'alimentation et des autres facteurs de risque modifiables s'élève à 26 milliards de dollars annuellement au pays⁵. Les facteurs liés à l'alimentation constituent maintenant un des principaux risques de mortalité au Canada : en 2019, près de 36 000 décès étaient attribuables à une mauvaise alimentation⁶.

Les aliments ultra-transformés comptent pour près de la moitié de l'apport calorique quotidien des personnes de plus de 2 ans⁷. Les enfants de 9 à 13 ans en sont les principaux consommateurs : 57 % des calories qu'ils ingèrent quotidiennement proviennent d'aliments ultra-transformés⁷. En 1938, les aliments prêts à consommer (transformés ou ultra-transformés) représentaient 29 % des calories consommées par foyer; ce pourcentage s'élevait à 62 % en 2001⁸. En 63 ans, la consommation de ces aliments a ainsi doublé, ce qui signifie qu'ils font de plus en plus partie intégrante de l'alimentation des familles au pays⁹. Ces aliments sont riches en sucre, en sel et en gras saturés et généralement faibles en protéines, en fibres, en vitamines et en minéraux². En outre, une augmentation de 10 % de la consommation d'aliments ultra-transformés est associée à une hausse du risque de mortalité, toutes causes confondues, de 14 %⁹.

Le tableau de la valeur nutritive est une source crédible d'informations nutritionnelles sur les produits alimentaires. Par contre, ces informations sont souvent difficiles à comprendre et à utiliser pour les consommateurs soucieux de faire des choix éclairés en peu de temps^{10, 11}. L'étiquetage nutritionnel obligatoire sur le devant des emballages, combiné au tableau de la valeur nutritive, peut aider les gens, y compris les nouveaux arrivants et les immigrants, à rapidement repérer les aliments riches en sucre, en sel et en gras saturés et à faire des choix santé à l'épicerie¹²⁻¹⁵. L'étiquetage nutritionnel sur le devant des emballages incitera aussi l'industrie alimentaire à reformuler ses aliments préemballés de sorte qu'ils présentent une teneur plus faible en sel, en sucre ou en gras saturés¹⁶. Le symbole nutritionnel portant la mention « Élevé en » suggéré par Santé Canada orientera mieux les consommateurs que le tableau de la valeur nutritive seul. De plus, il est facile à comprendre, y compris pour les personnes dont les niveaux d'études et de littératie en matière de santé sont moindres, ainsi que pour celles dont la langue maternelle n'est ni le français ni l'anglais^{13, 15, 17-19}.

Pourquoi maintenant?

En 2016, le Chili est devenu le premier pays à imposer le symbole nutritionnel portant la mention « Élevé en » sur les emballages des aliments préemballés dont la teneur en sel, en sucre et en gras saturés dépasse les seuils établis²⁰. Six mois après la mise en œuvre de cette mesure, une évaluation a permis de constater une diminution de 14 % des ventes de céréales sucrées²¹; après dix-huit mois, on remarquait de même une baisse de 25 % des ventes de boissons sucrées²¹. Lorsque questionnés à ce sujet, 37 % des Chiliens ont affirmé que l'étiquetage nutritionnel sur le devant des emballages influençait leurs choix alimentaires²⁰. Un examen scientifique (méta-analyse) distinct de plusieurs études soumises à un examen par les pairs a révélé que les consommateurs exposés à un étiquetage nutritionnel sur le devant des emballages avaient réduit leurs achats d'aliments riches en sucre, en sel

et en gras saturés comparativement à ceux qui n'étaient pas exposés à un tel étiquetage²².

Au Canada, il existe plus de 158 types d'étiquettes nutritionnelles apposées sur le devant des emballages; dans tous les cas, il s'agit d'initiatives volontaires, généralement adoptées par l'industrie pour promouvoir des aliments ultra-transformés²³. De nombreux groupes issus de l'industrie alimentaire s'opposent activement au règlement proposé sur l'étiquetage nutritionnel sur le devant des emballages²⁴. Certaines étiquettes nutritionnelles mises de l'avant par l'industrie présentent des messages incohérents quant à la valeur nutritive des aliments, incitant les consommateurs à croire que les aliments sont moins nocifs pour la santé qu'ils ne le sont réellement²⁵. Par exemple, les codes de couleurs, inspirés des feux de circulation, qui sont utilisés pour illustrer la teneur en sel, sucre et gras saturés, peuvent induire en erreur : on pourrait croire qu'un aliment ayant deux symboles verts en raison de sa faible teneur en sel et en gras saturés est bon pour la santé, alors qu'il s'agit d'une boisson sucrée. L'adoption volontaire des étiquettes nutritionnelles sur le devant des emballages n'est pas répandue au sein de l'industrie, soulignant la nécessité d'une mesure législative pour l'atteinte des objectifs de santé publique. Une telle mesure aiderait l'ensemble de la population, y compris les nouveaux arrivants, les immigrants et les personnes dont les niveaux d'études et de littératie en matière de santé sont moindres, à faire de meilleurs choix alimentaires²⁶.

Le gouvernement du Canada s'est engagé à renforcer la stratégie en matière de saine alimentation, notamment par l'adoption de l'étiquetage nutritionnel sur le devant des emballages portant la mention « Élevé en ». Le projet de règlement a été présenté dans la Gazette du Canada, Partie I, en février 2018. Il est grand temps que ce projet franchisse la ligne d'arrivée.

Références

1. Santé Canada. Résumé des modifications proposées publiées dans la Gazette du Canada, Partie I : Symboles nutritionnels, autres dispositions d'étiquetage, huiles partiellement hydrogénées et vitamine D. aem. Publié le 9 février 2018. Consulté le 16 juillet 2020. <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/programmes/consultation-etiquetage-devant-des-emballages-cgi/resume-des-modifications-proposees.html>
2. Nardocci M, Polsky J, Moubarac J-C. *How Ultra-Processed Foods Affect Health in Canada*. TRANSNUT, Department of Nutrition, University of Montreal; 2019. Accessed July 14, 2020. <https://nutrition.umontreal.ca/wp-content/uploads/sites/45/2019/06/27-june-2019-Consumption-of-ultra-processed-foods-and-chronic-diseases-in-Canadian-adults.pdf>
3. World Health Organization. *Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases: Report of the Joint WHO/FAO Expert Consultation*. World Health Organization Accessed July 14, 2020. <https://www.who.int/dietphysicalactivity/publications/trs916/summary/en/>



4. Poti JM, Braga B, Qin B. Ultra-processed Food Intake and Obesity: What Really Matters for Health – Processing or Nutrient Content? *Curr Obes Rep.* 2017;6(4):420-431. doi:10.1007/s13679-017-0285-4
5. Government of Canada PW and GSC. Canada Gazette – regulations amending the food and drug regulations (nutrition labelling, other labelling provisions and food colours). Published December 14, 2016. Accessed July 17, 2020. <http://gazette.gc.ca/rp-pr/p2/2016/2016-12-14/html/sor-dors305-eng.html>
6. Institute of Health Metrics and Evaluation GBD. Global Burden of Disease. GBD 2019. Published 2020. Accessed July 22, 2020. <https://vizhub.healthdata.org/gbd-compare/>
7. Moubarac J-C. *Ultra-Processed Foods in Canada: Consumption, Impact on Diet Quality and Policy Implications.* University of Montreal; 2017:43. <https://www.heartandstroke.ca/-/media/pdf-files/canada/media-centre/hs-report-upp-moubarac-dec-5-2017.ashx>
8. Moubarac J-C, Batal M, Martins APB, et al. Processed and ultra-processed food products: consumption trends in Canada from 1938 to 2011. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research.* 2014;75(1):15-.
9. Schnabel L, Kesse-Guyot E, Allès B, et al. Association Between Ultraprocessed Food Consumption and Risk of Mortality Among Middle-aged Adults in France. *JAMA Intern Med.* 2019;179(4):490-498. doi:10.1001/jamainternmed.2018.7289
10. Vanderlee L, Goodman S, Sae Yang W, Hammond D. Consumer understanding of calorie amounts and serving size: Implications for nutritional labelling. *Can J Public Health.* 2012;103(5):327-331.
11. Vanderlee L, White CM, Bordes I, Hobin EP, Hammond D. The efficacy of sugar labeling formats: Implications for labeling policy: Efficacy of Sugar Labeling Formats. *Obesity.* 2015;23(12):2406-2413. doi:10.1002/oby.21316
12. Cecchini M, Warin L. Impact of food labelling systems on food choices and eating behaviours: a systematic review and meta-analysis of randomized studies. *Obesity Reviews.* 2016;17(3):201-210. doi:10.1111/obr.12364
13. Mansfield ED, Ibanez D, Chen F, Chen E, de Grandpré E. Efficacy of “high in” nutrient specific front of package labels – a retail experiment with Canadians of varying health literacy levels. *Nutrients.* 2020;12(10):3199. doi:10.3390/nu12103199
14. Lubman N, Doak C, Jasti S. Food label use and food label skills among immigrants from the former Soviet Union. *Journal of Nutrition Education and Behavior.* 2012;44(5):9.
15. Stone K. *Making Food Safe for All: A Needs Assessment of New Immigrant Mothers and Their Families.*; :57.
16. Reyes M, Smith Taillie L, Popkin B, Kanter R, Vandevijvere S, Corvalán C. Changes in the amount of nutrient of packaged foods and beverages after the initial implementation of the Chilean law of food labelling and advertising: a nonexperimental prospective study. Wareham NJ, ed. *PLoS Med.* 2020;17(7):e1003220. doi:10.1371/journal.pmed.1003220
17. Goodman S, Vanderlee L, Acton R, Mahamad S, Hammond D. The impact of front-of-package label design on consumer understanding of nutrient amounts. *Nutrients.* 2018;10(11):1624. doi:10.3390/nu10111624
18. Acton RB, Jones AC, Kirkpatrick SI, Roberto CA, Hammond D. Taxes and front-of-package labels improve the healthiness of beverage and snack purchases: a randomized experimental marketplace. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2019;16(1):46. doi:10.1186/s12966-019-0799-0
19. Campos S, Doxey J, Hammond D. Nutrition labels on pre-packaged foods: a systematic review. *Public Health Nutr.* 2011;14(8):1496-1506. doi:10.1017/S1368980010003290
20. Ministry of Health, Government of Chile. *Evaluation Report on Implementation of the Law on the Nutritional Composition of Food and Advertising.*; 2017.
21. Universidad de Chile. Ley De Etiquetado: Cambios en composición de alimentos y de conductas tras su implementación. INTA. Published November 21, 2018. Accessed November 17, 2020. <https://inta.cl/evaluacion-de-panel-de-expertos-nacional-e-internacional-revela-cambios-en-composicion-de-alimentos-y-conductas-de-las-personas-tras-implementacion-de-la-ley-de-etiquetado/>
22. Croker H, Packer J, Russell SJ, Stansfield C, Viner RM. Front of pack nutritional labelling schemes: a systematic review and meta-analysis of recent evidence relating to objectively measured consumption and purchasing. *Journal of Human Nutrition and Dietetics.* 2020;33(4):518-537. doi:<https://doi.org/10.1111/jhn.12758>
23. Schermel A, Emrich TE, Arcand J, Wong CL, L'Abbé MR. Nutrition Marketing on Processed Food Packages in Canada: 2010 Food Label Information Program. *Appl Physiol Nutr Metab.* 2013;38(6):666-672. doi:10.1139/apnm-2012-0386
24. Health Canada. Meetings and correspondence on healthy eating. aem. Published September 14, 2017. Accessed July 16, 2020. <https://www.canada.ca/en/services/health/campaigns/vision-healthy-canada/healthy-eating/meetings-correspondence.html>
25. Franco-Arellano B, Vanderlee L, Ahmed M, Oh A, L'Abbé MR. Consumers' implicit and explicit recall, understanding and perceptions of products with nutrition-related messages: an online survey. *IJERPH.* 2020;17(21):8213. doi:10.3390/ijerph17218213
26. Morestin F, Hogue M, Jaques M, Benoit F. *Public Policies on Nutrition Labelling: Effects and Implementation Issues - a Knowledge Synthesis.* National Collaborating Centre for Healthy Public Policy; 2011:10.

L'information contenue dans cet énoncé de position
est à jour en date de janvier 2021.

