

Positions de l'Alliance pour la santé en Suisse

Position – Alimentation : sucre

1. Chiffres et faits

Le sucre n'est pas un aliment de base mais un aliment de luxe. La réalité est cependant différente : la population suisse consomme environ 110 g de sucre, soit plus du double du maximum de 50 g par jour recommandé par l'OMS. Cet excès de sucre consommé a des conséquences sur la santé. Une consommation excessive de sucre, notamment sous forme de boissons sucrées, favorise le surpoids et l'obésité ainsi que les caries dentaires.¹ La réduction de la consommation de sucre au profit d'une augmentation des aliments à faible densité énergétique et riches en vitamines et sels minéraux est un facteur central d'un régime alimentaire favorable à la santé.

Le sucre est principalement consommé sous forme de produits transformés tels que les boissons sucrées, les produits de boulangerie, les sucreries, les produits laitiers sucrés (par ex. les yaourts aux fruits) et les céréales pour petit déjeuner. Il se trouve également dans les produits finis où son ajout n'est pas évident, par exemple dans les pizzas, les sauces et les légumes au vinaigre. Le sucre est aujourd'hui omniprésent dans l'offre alimentaire.

Le lien entre la consommation de boissons sucrées et l'obésité a été prouvé par plusieurs études et méta-analyses², tout comme celui entre la consommation de sucre et le développement des caries.³ Une consommation élevée de sucre peut également entraîner indirectement une carence en macro- et micro-nutriments tels que le calcium, car les sucreries et les boissons sucrées remplacent les aliments de base riches en nutriments dans l'alimentation quotidienne. Des études ont également montré que la consommation de boissons sucrées sur une période étendue augmente le risque de décès, en particulier chez les femmes,⁴ ainsi que le risque de développer un cancer.⁵

Taxe sur le sucre

Lors d'un sondage auprès de la population, effectué sur mandat de l'Association suisse des sources d'eaux minérales et des producteurs de soft-drinks, une majorité a rejeté une taxe sur le sucre.⁶ Le soutien à une telle mesure est donc actuellement faible en Suisse. Cependant, une taxe sur le sucre est déjà prélevée dans différents pays. Un rapport de l'OMS⁷ et une analyse de la littérature⁸ montrent qu'une taxe sur le sucre et l'utilisation des recettes pour la prévention peuvent engendrer une réduction significative de la consommation de sucre. Les impôts sur l'alcool et le tabac sont aujourd'hui largement acceptés et constituent un élément efficace de la prévention.

Réduction du sucre ajouté aux aliments

Actionsanté, l'initiative de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires (OSAV) et de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), vise à réduire la quantité de sucre ajouté aux yogourts et aux céréales pour petit déjeuner en comptant sur l'action volontaire des entreprises participantes. Grâce à cette mesure, l'ajout de sucre dans ces aliments a été légèrement réduit (4,5% dans les yogourts, 8% dans les

¹ WHO. (2015). Guideline: Sugars intake for adults and children [online, accès 02.05.2019]

² Ebd.

³ Schweizer Bauernverband. (2017). Agristat: Kapitel 6 der Publikation SES: Ernährung [online, accès, 10.10.2019]

⁴ Malik, S.V. et al. (2019). Long-Term Consumption of Sugar-Sweetened and Artificially Sweetened Beverages and Risk of Mortality in US Adults. *Circulation*, 139(18), 2113-2125.

⁵ Chazelas, E. et al. (2019). Sugary drink consumption and risk of cancer: results from NutriNet-Santé prospective cohort. *The British Medical Journal*, 366(12408).

⁶ Gfs Bern. (2017). Monitor Ernährung und Bewegung Schlussbericht. [online, accès, 10.10.2019]

⁷ WHO. (2015). Politiques fiscales incitatives en matière d'alimentation et de prévention des maladies non transmissibles. Rapport d'une réunion technique, 5-6 mai 2015, Genève, Suisse. [online, accès, 10.10.2019]

⁸ Wright et al. (2017). Policy lessons from health taxes: a systematic review of empirical studies. *BMC Public Health*, 15(583). [online, accès, 10.10.2019]

muesli).⁹ Cette économie de quelques pour-mille de la consommation totale ne suffit pourtant pas à obtenir une réduction significative de la quantité de sucre dans le régime alimentaire de la population en Suisse.

Restrictions de la publicité

Dans le cadre de Swiss Pledge, une initiative de l'industrie alimentaire à laquelle plusieurs entreprises ont adhéré, des critères pour des pratiques publicitaires responsables vis-à-vis des enfants ont été établis. Une analyse du marketing visant les enfants¹⁰ montre toutefois que cet engagement volontaire a peu d'effet. Le plan d'action de la stratégie suisse de nutrition propose d'aller plus loin et de baser les mesures sur le modèle européen de critères nutritionnels de l'Organisation mondiale de la santé (OMS).

Étiquetage des aliments

Toutes les études systématiques qui ont été publiées concluent que les systèmes d'information nutritionnelle sur le devant des emballages peuvent avoir une influence positive sur le choix des consommateurs. Les enquêtes menées auprès des consommateurs en Suisse¹¹ montrent d'ailleurs qu'ils souhaitent recevoir des indications simples sur la valeur nutritive. Les informations sur la teneur en sucre sont particulièrement appréciées. Un label unique qui fournit des informations transparentes et permet des comparaisons entre différents produits est essentiel pour l'efficacité de la mesure.

2. Revendications de l'Alliance pour la santé en Suisse

Une réduction de la consommation de sucre contribue à la prévention des MNT. Afin de modifier les habitudes de consommation de la population, des mesures décisives pour adapter l'offre et améliorer l'information et les connaissances des consommateurs s'imposent. L'étude de l'OMS « Mesures d'incitation et de dissuasion pour la baisse de la teneur en sucre : une analyse exploratoire de la chaîne d'approvisionnement »¹² conclut qu'une approche globale couvrant l'ensemble du système alimentaire serait nécessaire pour réduire la consommation de sucre.

Il ne s'agit pas d'interdire le sucre. Mais c'est un aliment de luxe, pas un aliment de base. Avec des conditions cadres appropriées, la consommation de sucre peut être réduite facilement et sans nécessité de renoncer.

- Aucune activité de publicité ou de marketing destinée aux enfants pour les produits à forte teneur en sucre ajouté.
- Pas d'allégations de santé pour les produits à forte teneur en sucre ajouté. Introduire des normes spécifiques pour les produits destinés aux enfants.
- Déclaration de la teneur en sucre sur le devant de l'emballage, transparente, comparable et adaptée aux besoins des consommateurs, avec un label unique et basé sur les connaissances scientifiques.
- Réduction de la teneur en sucre dans les produits finis avec des spécifications basées sur des critères nutritionnels scientifiques. Le sucre ne doit pas être remplacé par d'autres édulcorants.
- Débat au sujet d'une taxe sur le sucre. Analyse systématique des effets dans les pays qui ont déjà introduit une taxe sur le sucre.
- Débat au sujet d'une taxe sur les soft-drinks.
- Critères de qualité contraignants pour la restauration collective, en particulier dans les crèches, les écoles et les structures d'accueil pour enfants.
- Encourager la consommation d'eau du robinet.

⁹ Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV. (2017). Bericht Zugesetzter Zucker in Joghurt und Frühstückscerealien [online, 10.10.2019]

¹⁰ Gasser, Selina (2017). Der Swiss Pledge in der Praxis. Bachelor-Thesis, Hochschule für Agrar-, Forst- und Lebensmittelwissenschaften HAFL Bern. vorgelegt bei Stefan Bürki. Zollikofen, 11.08.2017.

¹¹ Hagmann, D., Siegrist, & M., Hartmann, C. (2018). Taxes, labels or nudges? Public acceptance of various interventions designed to reduce sugar intake. *Food policy*, 79. [online, accès, 10.10.2019]

¹² WHO Regionalbüro für Europa. (2017). Reduzierung des Zuckergehalts von Lebensmitteln durch Ansetzen an der Versorgungskette. [online, accès, 10.10.2019]

- Information de la population, notamment par des services de conseil pour les femmes enceintes, car il est important que celles-ci reçoivent des informations spécifiques (mots clés : diabète gestationnel, obésité).
- Débat au sujet de l'introduction d'emballages neutres pour les boissons sucrées et les sucreries.¹³
- Définition de taux limites pour la teneur en sucre des aliments.

¹³ Matthews-King, A. (2019, June 4). Plain packaging could be brought in for crisps and chocolate under anti-obesity drive. *Independent*. [[online](#), accès 25.07.2019]