

A consommer de préférence avant : 01/2015

Étiquetage des aliments

Numéro de Lot:
Pi-3.1415926535



Denis Corpet
2010-2014

AOC G. Bénard &
Livrets IFN & Ania

Super TD Power-Point – Fabriqué en France
Société ENVT, 23 ch.Capelles, 31076 TOULOUSE

Composition: 86 dias, café, thé, biscuits

durée nette:

e 150 min

Information et
Réclamation:
écrire à
Pr.Corpet
ENVT 31076
Toulouse

L'étiquette

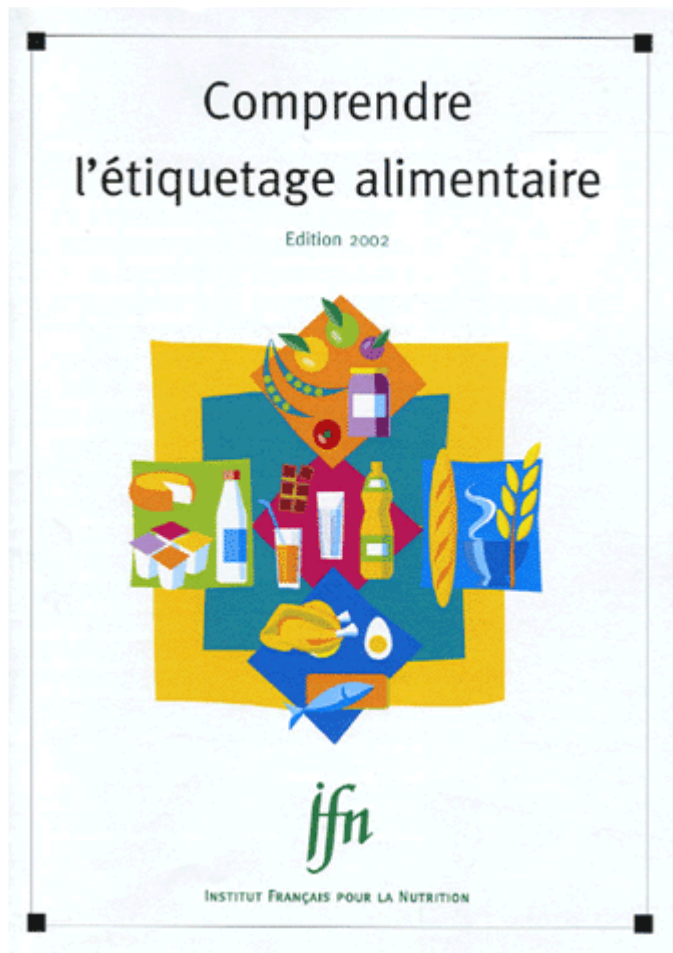
- **L'étiquette**, aussi appelée bienséance, est un ensemble de règles, de normes sociales, appelées « bonnes manières » qui gouvernent le comportement en société.
- **L'étiquetage** est : "les mentions, indications, marques de fabrique ou de commerce, images ou signes se rapportant à une denrée alimentaire et figurant sur tout emballage, document, écriteau, étiquette, bague ou collerette accompagnant ou se référant à cette denrée alimentaire" (Directive 2000/13/CE du Parlement européen et du Conseil du 20 mars 2000)

**l'acheteur consacre en moyenne
1 seconde au choix d'un aliment**



Législation de l'étiquetage

- UE, Paquet Hygiène: Règlement n°178/2002
- UE, actualisation Règlement n°1169/2011
- France, Code de la consommation
- Esprit de l'étiquetage = Information loyale
 - Renseigner objectivement
 - Ne pas induire en erreur (*75% des gens font confiance*)
- Toutes les mentions d'étiquetage doivent être
 - facilement compréhensibles, rédigées en français
 - sans autres abréviations que celles prévues par la réglementation ou les conventions internationales.
 - inscrites à un endroit apparent et de manière être clairement lisibles et indélébiles.



Un groupe de travail a été mis en place pour mettre à jour la brochure IFN « Comprendre l'étiquetage alimentaire » dont la 3ème édition date de 2002. Cette nouvelle version sera mise en ligne sur le site de l'IFN.

Plan

- **Etiquetage informatif**
 - Mentions obligatoire
 - Mentions pouvant être obligatoires
 - Mentions facultatives
- **Etiquetage nutritionnel**
- **Allégations**
 - nutritionnelles
 - qualitatives
 - santé



35g = 7 à 9 sucres

sucres 35g E150d

Un coca = 8 cafés

Denis Corpet – nov. 2014

Mentions obligatoires

- Dénomination de vente
- Liste des ingrédients & Quantité de certains ingrédients
- Quantité nette
- Date de durabilité minimale ou date limite de consommation avec conditions particulières de conservation
- Nom et adresse du fabricant conditionneur ou vendeur dans l'UE
- Indication du lot de fabrication
- Déclaration nutritionnelle (à partir de janvier 2015)

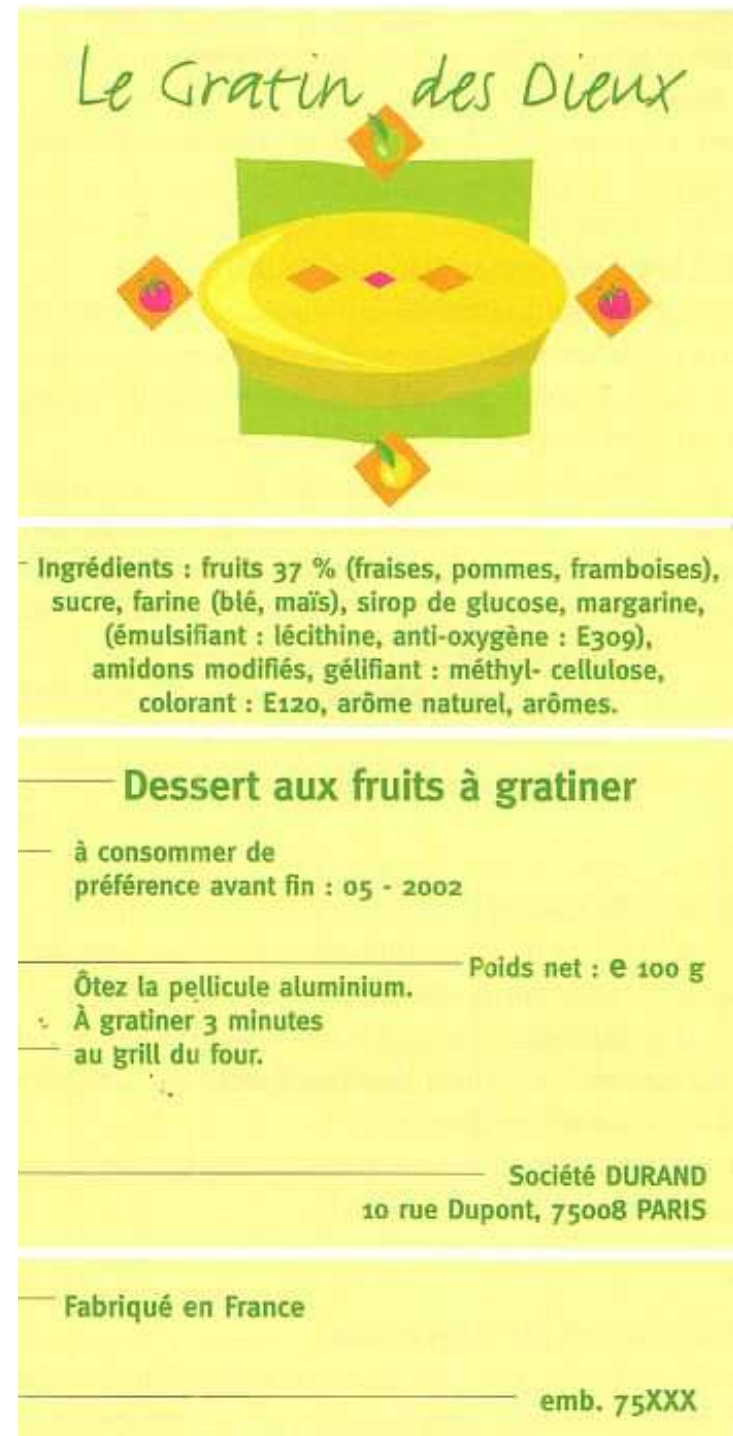
Mentions obligatoires

Liste des ingrédients
(+quantité de certains ingrédients)

Dénomination de vente
DLUO ou DLC
Quantité nette

Nom et adresse
du fabricant conditionneur
ou vendeur dans l'UE

Indication du lot



Mention obligatoire

Dénomination de vente

Description précise de la denrée :

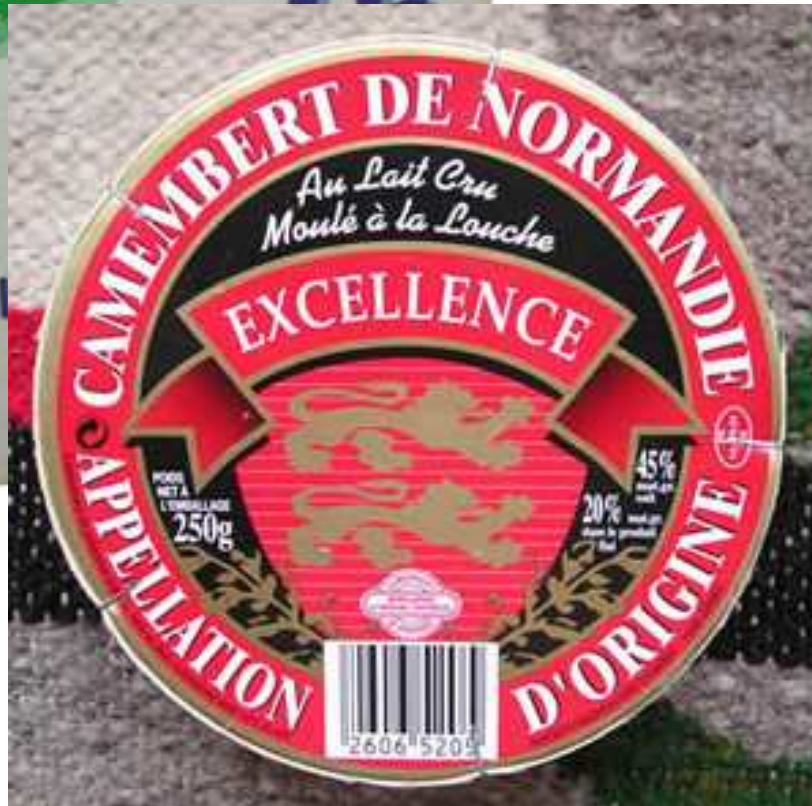
Nature de l'aliment,

Traitement spécifique
(pasteurisé, stérilisé)

Etat physique (en poudre,
surgelé)

Enrobage (pané, en
chapelure)

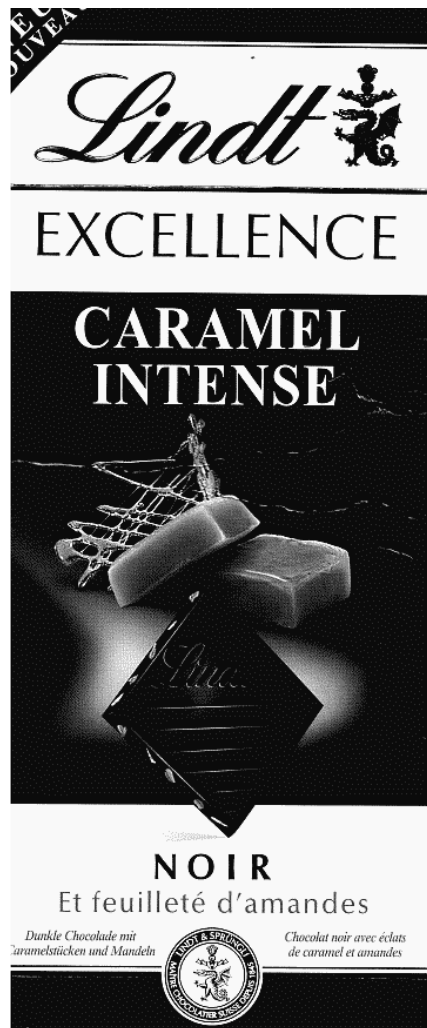
En plus, un nom « de
fantaisie » est autorisé



Mention obligatoire

Liste des ingrédients

- Ingrédients **dans l'ordre pondéral décroissant**
- **Tous** les ingrédients (encore présents, additifs compris)
- Si **composant** > 25% : sa composition indiquée en détail
- **Quantité** indiquée pour l'ingrédient mis en relief (par ex: riche en tomate), sauf épices et aromate (ex: aux herbes)
- **Additifs** classés par catégorie, soit code (E330) soit nom
- **OGM**: la mention « produit à partir de maïs génétiquement modifié » obligatoire, même si c'est une contamination fortuite pendant la culture, si > **1%** de l'ingrédient
- Ingrédients **non déclarés pour les fromages** ne contenant que produits lactés, enzymes, micro-organismes, et sel nécessaires à la fabrication (sauf fromages fondus)



chocolate with pieces of caramel and almonds

LINDT & SPRÜNGLI
MAÎTRE CHOCOLATIER SUISSE DEPUIS 1850

EXCELLENCE CARAMEL INTENSE

Tauchen Sie ein in die Welt feinsten dunkler Chocolate und lassen Sie sich von der besonders zarten Création der Maitres Chocolatiers von Lindt verführen. Feinherbe dunkle Chocolate mit knusprigen Caramel-Stückchen und fein gehackten Mandeln sind das Geheimnis des unvergleichlichen Genusslebnisses. Durch die dünne Tafelform entwickelt sich das vollendete Bouquet noch intensiver.

EXCELLENCE CARAMEL INTENSE

Découvrez l'univers du délicieux Chocolat noir et laissez-vous séduire par la création incroyablement tendre des Maitres Chocolatiers de Lindt. Le Chocolat noir légèrement amer, comblé d'éclats croustillants de caramel et d'amandes finement hachées, est le secret de ce voyage gustatif d'exception. La fine forme de la tablette permet au bouquet accompli de se déployer pleinement.

Dunkle Schokolade mit Caramelstückchen und Mandeln.
Zutaten: Zucker, Kakaomasse, Caramel 9,5% (Zucker, Glukosesirup, Rahm, Butter), Mandeln 4,5%, Kakaobutter, Butterfett, Emulgator (Sojalecithin), Aromen.
Kann Spuren von Haselnüssen enthalten.

**Probieren Sie auch:
Göütez aussi:**

Puro cioccolato amaro con pezzettini di caramello e mandorle.
Ingredienti: zucchero, pasta di cacao, caramello 9,5% (zucchero, sciroppo di glucosio, panna, burro), mandorle 4,5%, burro di cacao, burro anidro, emulsionante (lecitina di soia), aromi.
Può contenere tracce di nocciola.
Cacao nel cioccolato: min. 49%.

Chocolat noir avec éclats de caramel et amandes.
Ingrédients: sucre, pâte de cacao, caramel 9,5% (sucre, sirop de glucose, crème, beurre), amandes 4,5%, beurre de cacao, beurre concentré, émulsifiant (lécithine de soja), arômes.
Peut contenir des traces de noisettes.

Fine dark chocolate with pieces of caramel and almonds.
Ingredients: sugar, cocoa mass, caramel 9,5% (sugar, glucose syrup, cream, butter), almonds 4,5%, cocoa butter, butterfat, emulsifier (soya lecithin), flavorings. May contain traces of hazelnuts.
Chocolate contains: Cocoa solids: 49% min.

Kühl und trocken lagern - Conseil: Conserver au frais
2 bis 10°C - Conservare in luogo fresco e asciutto - 5°C max

Liste des ingrédients d'un composant ici, le caramel

Chocolat noir avec éclats de caramel et amandes.
Ingrédients: sucre, pâte de cacao, caramel 9,5% (sucre, sirop de glucose, crème, beurre), amandes 4,5%, beurre de cacao, beurre concentré, émulsifiant (lécithine de soja), arômes.
Peut contenir des traces de noisettes.
Cacao dans le chocolat noir: 49% min.

Ingédients des produits à base de viande

- **Matières premières:** – Viande et gras
- **Ingédients d'origine carnée** – Gelée, bouillon, saindoux, boyaux
- **Ingédients d'origine non carnée** – Eau, sel, sucres, épices, arômes, vins, alcools, oeufs et ovoproduits, lait et produits laitiers, matières protéiques végétales, pain, farine, amidon
- **Additifs** – Émulsifiants: mono et diglycérides d'acides gras. – Gélifiants, épaississants: carraghénanes, farine de graines de caroube....
Dénomination de vente

Ingrédients produits à base de viande



**SAUCISSES DE STRASBOURG
QUALITÉ SUPÉRIEURE**

Ingrédients :
Viande de porc (73%), eau, gras de porc,
plasma, sel, sucre, arôme naturel,
conservateurs : érythorbate de sodium,
nitrite de sodium.

Conseils d'utilisation :
Après ouverture, réchauffer les saucisses
5 minutes dans une eau frémissante.

Conservation :
A conserver entre 0° et +4° C.
A consommer jusqu'au / N° de lot :
voir sur l'emballage

Additifs alimentaires

Toute substance habituellement

- non consommée comme aliment en soi
- non utilisée comme ingrédient caractéristique dans l'alimentation,
- possédant ou non une valeur nutritive,
- **Ajoutée intentionnellement** aux denrées alimentaires, **dans un but technologique** au stade de leur fabrication, transformation, préparation, traitement, conditionnement, transport ou entreposage,
- ayant pour effet, ou pouvant raisonnablement être estimée avoir pour effet, de devenir elle-même ou ses dérivés, directement ou indirectement, un composant de ces denrées alimentaires

Règlement (CE) n° 1333/2008 du Parlement européen et du Conseil du 16 décembre 2008 sur les additifs alimentaires

Les additifs alimentaires

E100-E180	Colorants
E200-E321	Conservateurs et antioxygènes
E325-E380	Acidifiants et correcteurs d'acidité
E400-E495	Agents de texture
E500-E585	Divers
E620-E650	Exhausteurs de goût
E900-E914	Agents d'enrobage
E938-E949	Gaz propulseurs
E950-E967	Édulcorants



Additifs alimentaires autorisés donc normalement non toxiques

Mais certains colorants (érythrosine E127, amarante E123, tartrazine E102) soupçonnés:
cancérogénicité - allergénicité

D'autres (Jaune orangé S (E 110) Jaune de quinoléine (E 104) Carmoisine (E 122) Rouge allura (E 129) Tartrazine (E 102) Ponceau 4R (E 124)

favoriseraient l'**hyperactivité** et le déficit d'attention chez les enfants

Lancet. 2007 370 (9598): 1560-7. McCann D, ...Stevenson J.
Food additives and hyperactive behaviour in 3-year-old and 8/9-year-old children in the community: a randomised, double-blinded, placebo-controlled trial.

Règlement (CE) n° 1333/2008:

Denrées alimentaires contenant l'un de ces colorants alimentaires doit porter la mention «peut avoir des effets indésirables sur l'activité et l'attention chez les enfants».



Additifs alimentaires autorisés donc normalement non toxiques

Mais certains conservateurs comme les

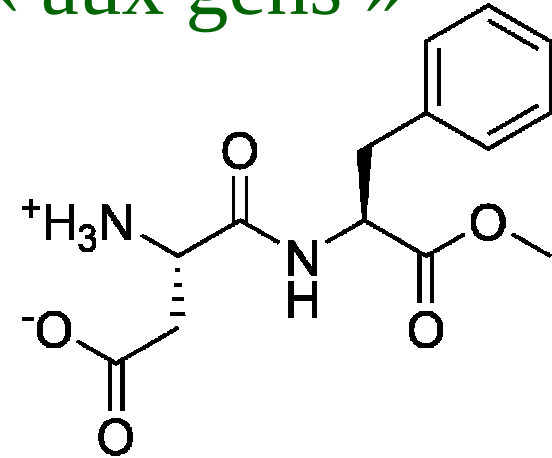
Sulfites E220-8 bactéricides et antioxydants, vin & fruits secs. Chez des personnes sensibles => crises asthmatiformes, céphalées. 5-10% de la population > DJA

- **Nitrites E250-51** en salaison: bactériostatique anti-botulisme, améliore couleur et flaveur. Mais provoque méthémo-globinémie du nourrisson (non exposé au E250). Pourraient favoriser synthèse endogène de nitrosamines cancérigènes, inhibée par vit. C (cancer œsophage, estomac, colon ?)

Additifs alimentaires autorisés donc normalement non toxiques

- **Antioxygènes BHA & BHT E320-1**: fortes doses promotrices des tumeurs estomac antérieur, foie rat & souris. Mais protecteurs à faible dose contre tumeurs colorectales: + & -
- **Caraghénanes E407**: gélifiant-épaississant extrait d'algues (Flamby & glaces), suspectés de promouvoir les cancers colorectaux et l'inflammation colique

**Additifs alimentaires autorisés mais les
édulcorants intenses font peur « aux gens »**

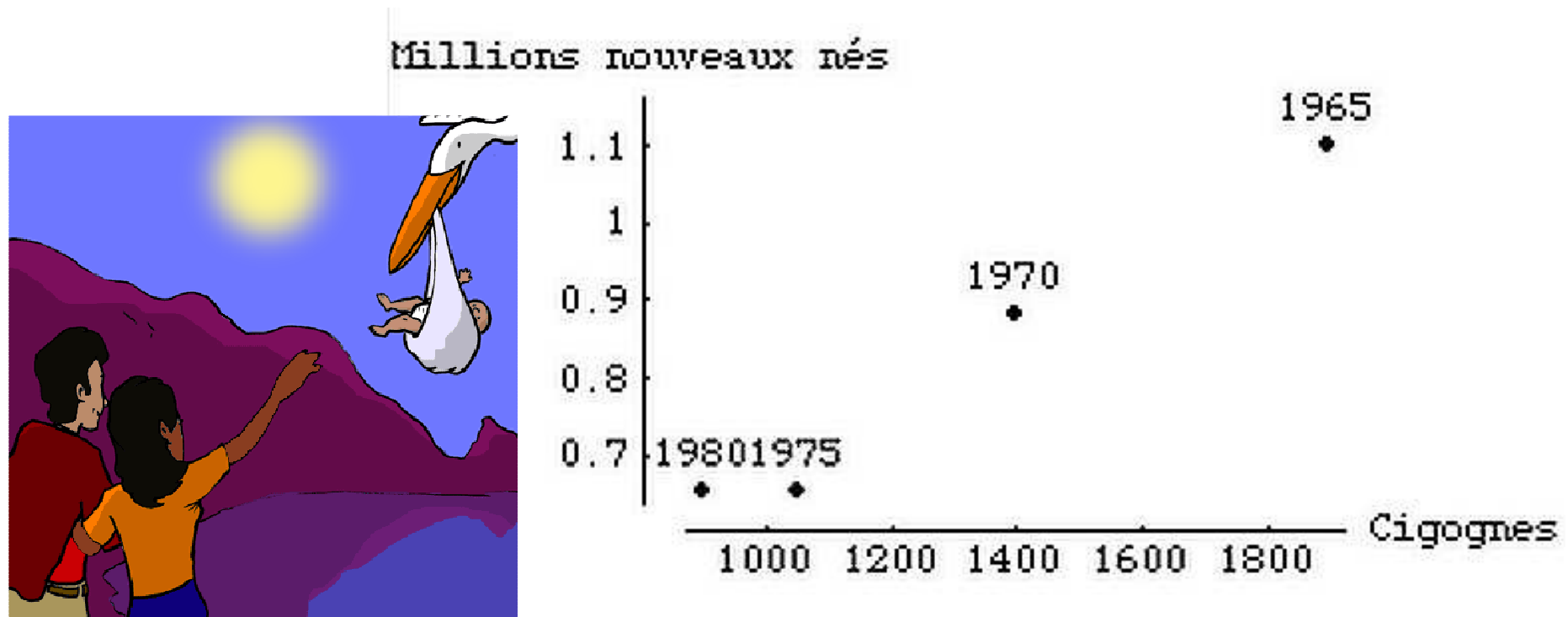


Aspartame E951

dipeptide = acide aspartique + phénylalanine
(goût très proche du sucre aucun arrière-goût)

- **Soupçonné d'augmenter tumeurs cérébrales**
sur la base d'une corrélation temporelle: soupçons sans objet !

Corrélation de A & B ne prouve PAS que A cause B !



Hé, ce n'est pas les Cigognes qui apportent les bébés !

Additifs alimentaires autorisés mais les édulcorants intenses font peur « aux gens »

Aspartame E951 dipeptide = acide aspartique + phénylalanine

Récemment: publication d'une méga-expérimentation animale (1800 rats) de la fondation Ramazzini (Soffritti 2005, 2006)

- Augmentation des lymphomes & leucémies (probablement dus à infection & inflammation chronique des poumons des rats)
- Augmentation des cancers des voies urogénitales chez les femelles, lié à calcification rénales, spécifique du rat
- Augmentation des schwannomes malins (SNC), très rares, relation dose-réponse très « plate », sans signification
- Exposition humaine très en dessous de la DJA, pas d'absorption d'aspartame même quand on donne dose forte à des volontaires
- => **maintien par l'EFSA de la DJA 40mg/kg**

Additifs alimentaires autorisés mais les édulcorants intenses font peur « aux gens »

Halldorsson, Am.J.Clin.Nutr. 2010 montre un lien entre

- la consommation de **boissons édulcorée** par les **femmes enceintes** et
- **le risque de naissance prématurée** (risque x par 1.8).
- Ce n'est qu'une "observation épidémiologique", donc pas une preuve directe, mais elle est de très bonne qualité.
- Ce qui est vraiment convaincant, c'est que
 - il n'y a PAS de lien prématurité-boissons sucrées (avec du vrai sucre),
 - les boissons avec des édulcorants sont liées à la prématurité qu'elles soient carbonatées (pétillantes) ou non: c'est donc presque deux études indépendantes qui montrent la même chose.
 - il y a une relation linéaire dose-effet: le risque de prématurité est presque doublé chez celles qui boivent 4 verres par jour, mais il augmente déjà de 30% chez celles qui boivent un verre par jour (par rapport à celles qui n'en boivent jamais)

J'ai aussi lu les courriers à l'éditeur de l'Am J Clin Nutr.: ces "contradicteurs" ne sont au contraire guère convaincants, ou leurs remarques portent sur des points de détail (de plus ils sont liés à l'industrie des édulcorants)

Au total, même si ce n'est pas une "preuve" directe de l'effet des édulcorants, et si l'article ne montre rien de précis sur un édulcorant particulier (l'aspartame n'est pas plus en cause qu'un autre), je déconseillerai à mes filles et belles-filles de boire souvent des boissons édulcorées, et même de manger des édulcorants (pourtant non étudiés ici: gateaux, café, ...).

- *Halldorsson TI, Strom M, Petersen SB, Olsen SF. Intake of artificially sweetened soft drinks and risk of preterm delivery: a prospective cohort study in 59,334 Danish pregnant women. Am J Clin Nutr. 2010 Sep;92(3):626-33.*

L'aspartame dédouané par l'EFSA

Les experts de l'EFSA ont jugé non probants les résultats à charge de deux études portant sur le potentiel carcinogène de l'aspartame et sur le risque accru d'accouchement prématuré.

'Aucune preuve disponible dans l'étude Halldorsson ne permettait d'affirmer qu'il existait un lien de causalité entre la consommation de boissons non alcoolisées contenant des édulcorants artificiels et l'accouchement prématuré',

Par ailleurs, 'les résultats de l'étude Soffritti [sur le potentiel carcinogène] ne fournissent pas suffisamment de preuves scientifiques qui justifieraient de revoir les évaluations précédentes de l'EFSA relatives à l'aspartame', précise l'agence.

Additifs alimentaires = Danger ?

Relativisons

- Tabac, cigarettes = 30% des cancers
- Alimentation (légumes, fruits, alcool, viande, charcuterie, sel, ...) & activité physique = 30-50% des cancers
- Génétique, hérédité = 5-15% des cancers
 - Polluants et résidus et **additifs** dans les aliments
+ Pollution aérienne
=
moins de 0,5% des cancers*!

- * rapport nov.2007 Académie des Sciences

**L'ACADÉMIE NATIONALE DE MÉDECINE
L'ACADÉMIE DES SCIENCES – INSTITUT DE FRANCE
LE CENTRE INTERNATIONAL DE RECHERCHE SUR LE CANCER (OMS – Lyon)
LA FÉDÉRATION NATIONALE DES CENTRES DE LUTTE CONTRE LE CANCER
avec le concours de l'INSTITUT NATIONAL DU CANCER
et de l'INSTITUT NATIONAL DE VEILLE SANITAIRE**

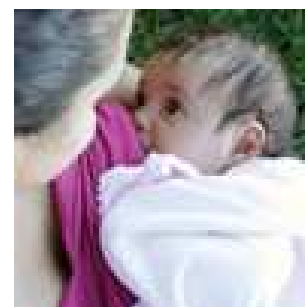
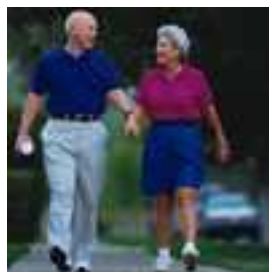
LES CAUSES DU CANCER EN FRANCE

*Site [http://www.academie-sciences.fr/
publications/rapports/pdf/cancer_13_09_07.pdf](http://www.academie-sciences.fr/publications/rapports/pdf/cancer_13_09_07.pdf)*

World Cancer Research Fund

WCRF 2007 Expert Report

- 1- Mince
- 2- Actif
- 3- Peu Gras-Sucré
- 4- Max légumes-fruits
- 5- Bœuf: peu, Charcuterie
- 6- Peu d'alcool
- 7- Peu salé, pas moisi
- 8- Suppléments inutiles
- Mères: allaitez
- Cancer "survivors"
mêmes recommandations

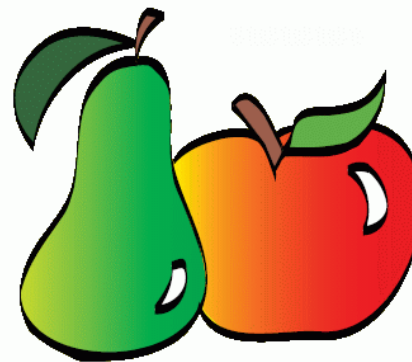
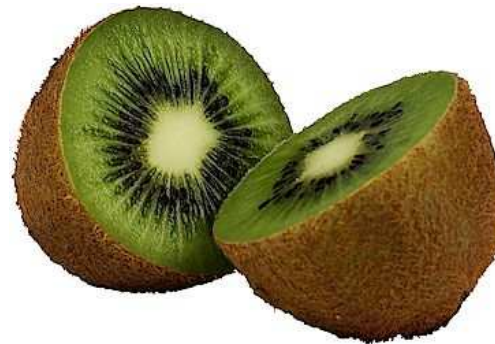
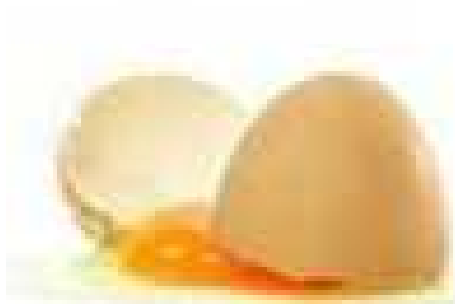


Additifs finis,
Allergènes début

- *Après Additifs et cancers ...*
- *Allergènes et allergies*

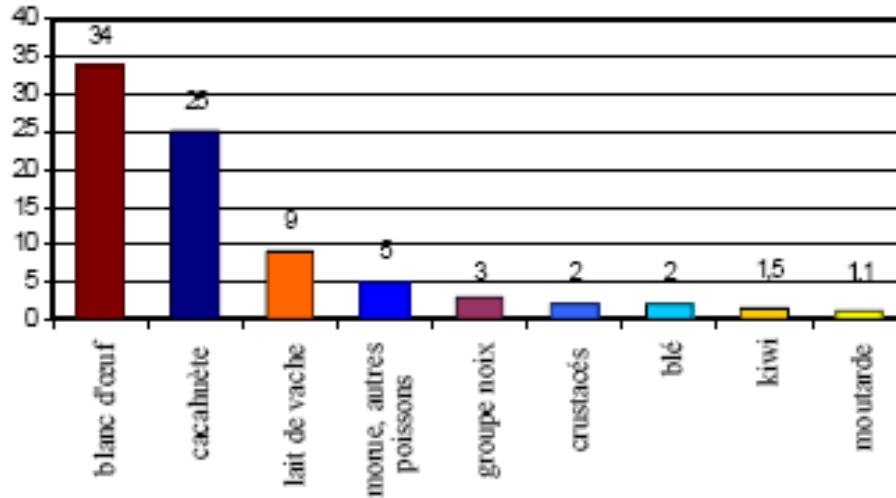
Prévalence / Aliments allergènes

- Prévalence en France (33 mille personnes ; Kanny 2001)
 - 8% en population pédiatrique (prot. animales, décroît avec l'âge)
 - 3% d'allergiques adultes (végétaux)
- Principaux allergènes animaux et végétaux

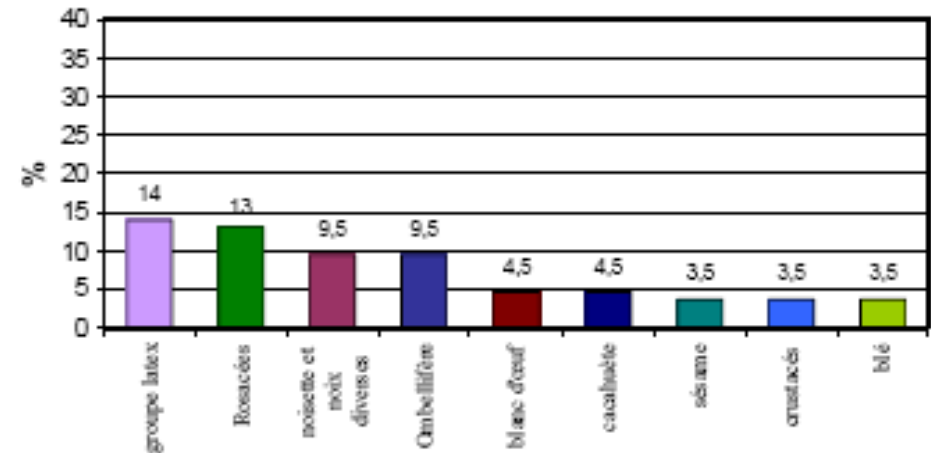


Avec l'âge les allergies changent beaucoup

Chez l'enfant (- de 15 ans)



Chez l'adulte (+ de 15 ans)



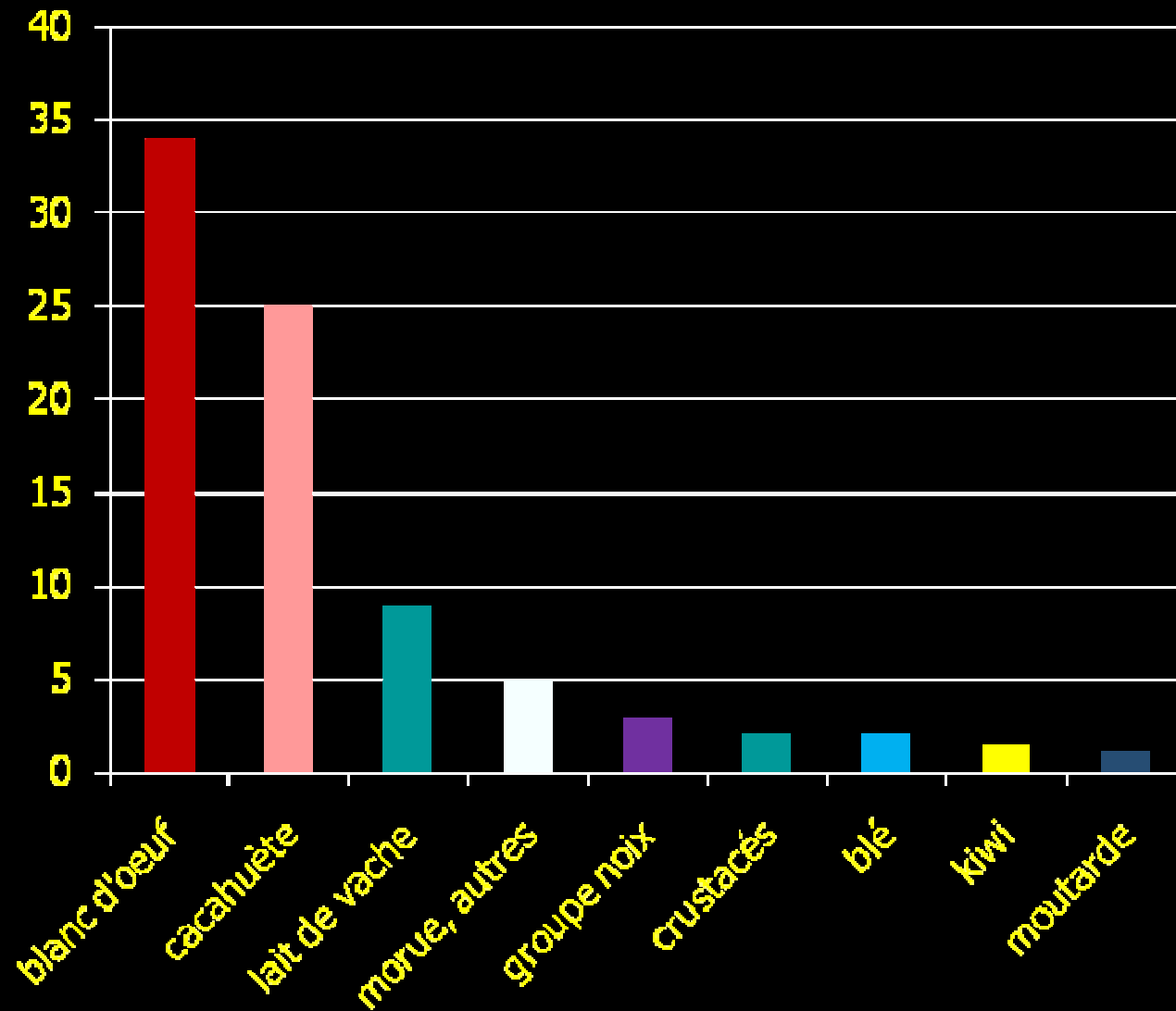
Source : communication orale- Moneret-Vautrin, janvier 2001 (statistiques établies à partir de 707 enfants allergiques alimentaires âgés de - de 15 ans et de 196 adultes allergiques alimentaires âgés de + de 15 ans). Série hospitalière.

Chez l'enfant, des protéines animales surtout: Oeuf, lait de vache, poissons,

Chez l'adulte, des protéines végétales surtout

Groupe latex (kiwi, banane, avocat, châtaigne...), **Rosacées** (pommes, poires, prunes...), **Ombellifères** (carotte, céleri,...), **noix, arachide**

Allergies Enfants: protéines animales



Cinq aliments responsables de 75 % des allergies alimentaires :

- 1- Oeuf,
- 2- Arachide,
- 3- Lait de vache,
- 4- Poissons,
- 5- Noix

(pour d'autres auteurs la moutarde serait en 4ème)

Allergies adultes: végétaux

*Cinq groupes
d'aliments (plantes)=
50 % des allergies :*

1- Groupe latex

(kiwi, banane, avocat, châtaigne...),

2- Rosacées

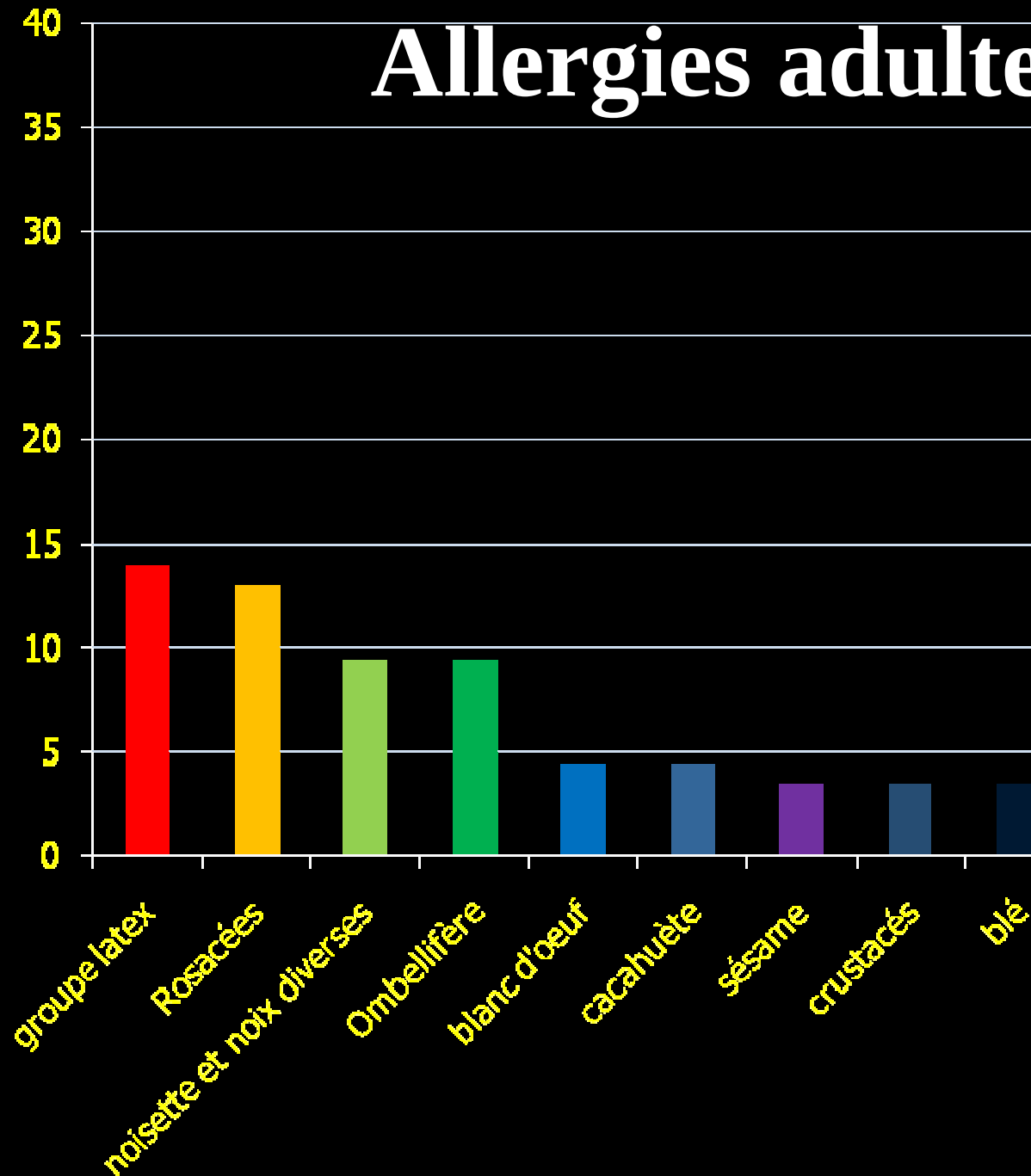
(pommes, poires, prunes...),

3- Ombellifères

(carotte, céleri,...),

4- Noix diverses

5- Arachide



Allergènes sur l'étiquette

- Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybridées) *et produits à base de ...*
- Crustacés
- Oeufs
- Poissons
- Arachides
- Soja
- Lait *et produits à base de lait, y compris le lactose*
- Fruits à coque (amandes noisettes, noix, noix de cajou, de pécan, du Brésil, pistaches ...*et produits à base de ces fruits.*
- Céleri
- Moutarde
- Graines de sésame
- Sulfites et anhydride sulfureux en concentrations supérieures 10 mg/kg ou 10 mg/litre exprimées en SO₂.

Allergènes = justifie un plan HACCP

Pour éviter la mise en place
d'un plan HACCP couteux,
garantissant l'absence totale
des allergènes,

les industriels préfèrent indiquer:

"Peut contenir des traces de ..."

ou

"Présence éventuelle de ..."

(arachide, lait, soja, noix ...)

ce qui ne facilite pas les
achats des allergiques



Aliments « émergents »

- épices (curry, paprika), - condiments (cayenne, coriandre),
- fruits exotiques (kiwi, avocat, litchis, noix exotiques),
- graines de sésame, psyllium, graines de tournesol, lupin.

Mention obligatoire: ingrédients (suite)

Allergènes sur l'étiquette

- Décision été 2011
- Les allergènes doivent figurer dans une liste à part de la composition



LE CHOCOLAT QU'ON OFFRE
À SA JOLIE VOISINE
PLUTÔT QU'À SA BELLE SŒUR.

FR B Bonbons de chocolat au lait fourrés confiseur (37%) au lait et au cacao garni d'un mini-biscuit (7.6%) roulé - Ingrédients : Sucre, graisse végétale, lait entier en poudre, pâte de cacao, beurre de cacao, mini biscuit roulé enrobé de chocolat noir [biscuit roulé (3.8%): farine de blé, sucre, beurre concentré, lactose, sel, émulsifiant (lécithine de soja), arôme (vanilline) - chocolat noir (3.8%): pâte de cacao, sucre, beurre de cacao, cacao fortement dégraissé, beurre concentré, arôme (vanille), émulsifiant (lécithine de soja)], lactosérum en poudre, poudre de lait écrémé, cacao en poudre (1%), poudre de lait riche en matières grasses (1%), amandes, beurre concentré, émulsifiant (lécithine de soja), noisettes, arôme (vanilline). **CONTIENT LAIT, AMANDES, NOISETTES, BLÉ, GLUTEN, SOJA. PEUT CONTENIR DES TRACES D'ŒUF.** A conserver au sec et à l'abri de la chaleur. Fabriqué en UE.

N Melkchocoladebonbons met een melk- en cacao vulling (37%) en een opgerold wafeltje (7.6%) - Ingrediënten: Suiker, plantaardig vet, volle melkpoeder, cacao massa, cacao boter, opgerold wafeltje bedekt met pure chocolade (opgerold wafeltje (3.8%):

Quantité nette (masse, volume)

e quantité vérifiée
par le fabricant,
qualité mesures
& échantillon
statistique, selon
textes européens

(**e** facultatif)

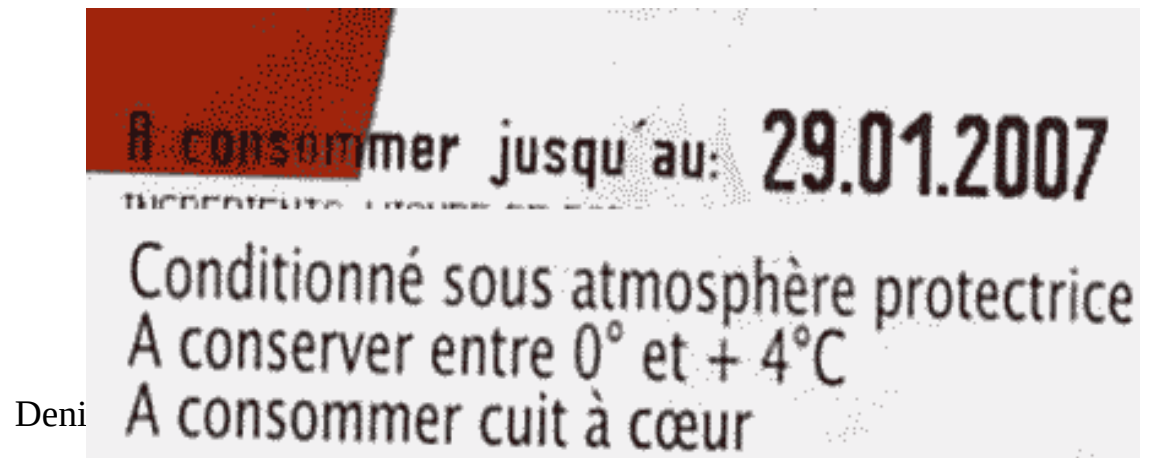


1 Scan par G.Bénard 4



Dates de consommation

- Sous la responsabilité du fabricant
- DLC « à consommer jusqu'au *j&m* »
Danger si consommé après la DLC
Conditions de conservation précisées
- DLUO « à consommer de préférence avant... ».
Pas danger, mais qualités organolept. ou nutri.
diminuées (lait UHT, poulet congelé, biscuits...)



Mentions obligatoires

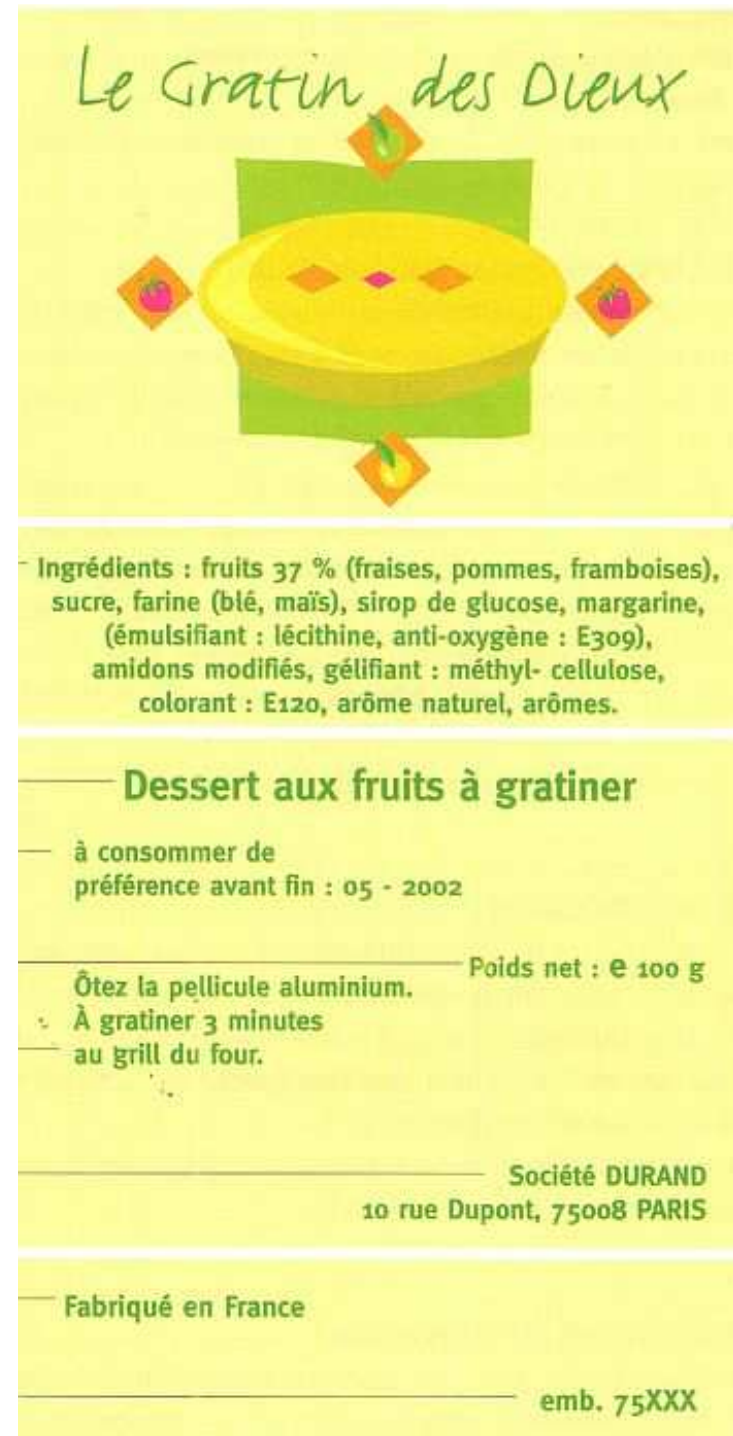
Liste des ingrédients
(+quantité de certains ingrédients)

Dénomination de vente
DLUO ou DLC

Quantité nette
Mode d'emploi (si nécessaire)

Nom et adresse
du fabricant conditionneur
ou vendeur dans l'UE

Indication du lot



Mentions pouvant être obligatoires



- **Estampille vétérinaire**
= marque de salubrité (DAOA)
- **Degré alcoolique** (si sup à 1.2% vol)
- **Matière grasse** des fromages en % MS !
- Lieu d'origine
- Mode d'emploi ou conseil d'utilisation (*si nécessaire*)
- "conditionné sous atmosphère protectrice"
- "contient ...une source de **phénylalanine**" (*aspartame*)
"contient ...de la **réglisse**" (*Pb. hypertension*),
"Teneur élevée en **caféine**" (*si > 150mg/l, sauf thé ou café*)
- "Consommation excessive peut avoir des effet **laxatifs**" (*polyol >10%*)

Quel est le plus gras?
- Camembert 45%MG
- Steak hâché 15%MG

C'est le camembert = 20% MG en comptant l'eau

Mentions pouvant être obligatoires

Logo apposé sur les conditionnements de boissons alcoolisées

La consommation de
boissons alcoolisées
pendant la grossesse,
même en faible
quantité, peut avoir
des conséquences
graves sur la santé de
l'enfant (AM 2 octobre
2006)



Zéro alcool pendant la grossesse

Mentions facultatives

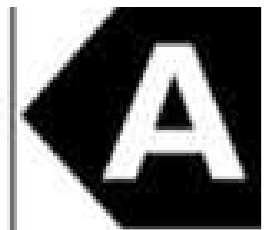
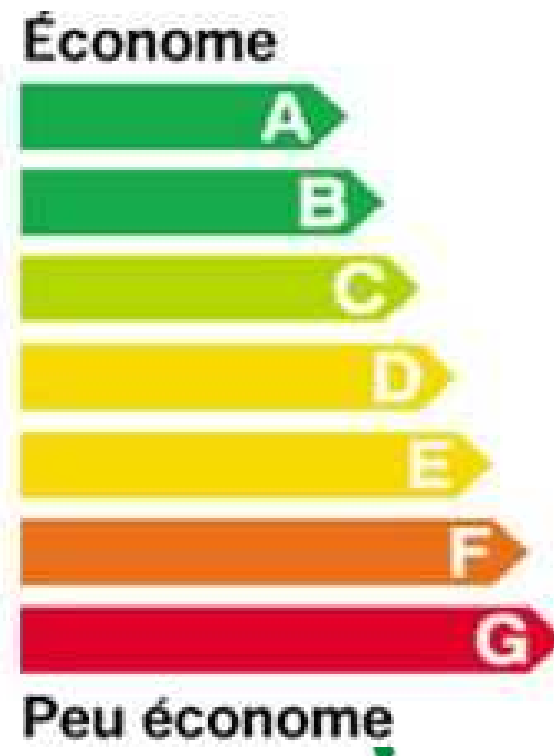
- Marque commerciale
- Code barre
- Logos Ecolabel,
« point vert » et recyclages
- Signes officiels de qualité :
AOC, AB, CC, Labels agricoles
(Label Rouge)
- Indications de traçabilité



EcoLabels officiels

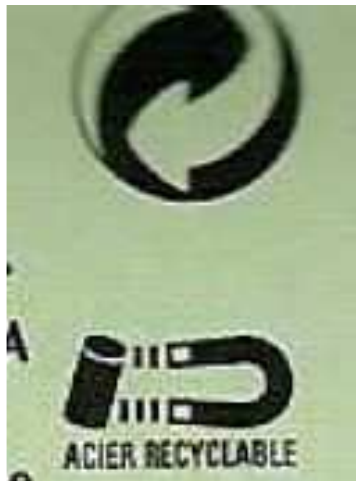
facultatif

- Deux écolabels:
Français & Européen
- Délivrés par l' AFNOR
- prise en compte du cycle de vie et de l'impact sur environnement
- Peintures, détergents, ordinateurs, mobilier...
- Etiquette-énergie: garantie de sobriété électrique

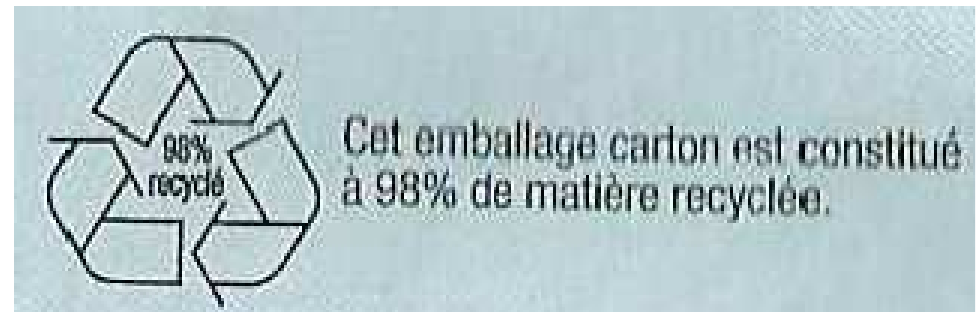


Mentions facultatives: *recycle!*

Logo « point vert »
"Ying/Yang" signifie que
le fabricant subventionne
la collecte sélective et le
tri des emballages pour
recycler



01 PET Polyéthylène Terephthalate



<http://www.linternaute.com/acheter/lire-les-etiquettes/recyclage.shtml>

<http://labetapi.club.fr/animations/betapoux/logos.htm>

Mentions facultatives



Appellation Origine Contrôlée

AOC = **nom de lieu**

AOC lié à un **terroir**

En 2000, sous AOC
55% des vins et
20% des fromages



Mentions facultatives

Label Rouge



National

Niveau de **qualité supérieure**

Caractéristiques spécifiques fixées

Cinq conditions:

- 1- certificat indépendant
- 2- descriptif
- 3- plan de culture
- 4- étiquetage
- 5- volume



Label Rouge

Garantit une **qualité** et un goût
supérieurs du produit.



Mentions facultatives

Certification de Conformité

- La certification de conformité atteste qu'une denrée alimentaire ou qu'un produit agricole non alimentaire et non transformé est conforme à des règles spécifiques et à des caractéristiques préalablement fixées

(les « exigences et recommandations ») qui le distinguent du produit courant et qui portent, selon les cas, sur la production, la transformation ou le conditionnement.
CC certifie que le produit est conforme (cahier des charge ou norme)

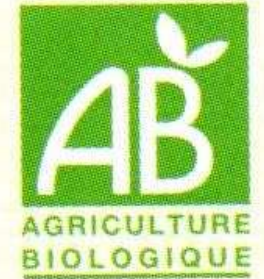
Pas d'assurance de qualité supérieure !

- 07/02/2012



Mentions facultatives

Agriculture Biologique



AB définit les
moyens de production

- Produits de synthèse: non
- Méthodes respectent
environnement & animal

Quatre condi

- 1- certificat
- 2- cahier des
- 3- plan de co
- 4- étiquetage



Agriculture Biologique

Produit issu d'un mode de produc-
tion naturel et respectueux de l'en-
vironnement sans produits chi-
miques de synthèse.

Mentions facultatives



Europe: AOP, IGP, STG, AB

AOP ressemble à AOC

Appellation

Origine

Protégée



► Appellation d'Origine Protégée

Production et transformation et élaboration se font dans une aire géographique déterminée avec un savoir faire reconnu.

L'AOP ne concerne ni les vins ni les spiritueux.

IGP ressemble à Label

Indication

Géographique

Protégée



► Indication Géographique Protégée

Produit originaire d'une région soit par sa production **et/ou** sa transformation **et/ou** son élaboration. Sa réputation doit être dûment établie.

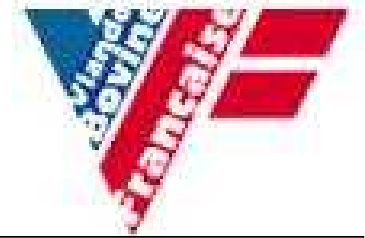
("géographique" peut être un pays entier)

Mentions facultatives

Filière Viande Bovine: traçabilité & qualité

Ovins

- Mention origine Française (pour regagner la confiance consomm. après la crise ESB)
- Certification & garanties de qualité (tendreté, maturation > 7 jours)
- Les autres signes de qualité:
 - officiels
 - marques collectives
- Traçabilité: élevage=>client



Plan

- **Étiquetage informatif**

 - Mentions obligatoire

 - Mentions pouvant être obligatoires

 - Mentions facultatives

- **Étiquetage nutritionnel**

- **Allégations**

 - nutritionnelles

 - qualitatives

 - santé

L'étiquetage nutritionnel

Informations nutritionnelles

- Facultatif et factuel:
kJ & kCal, protéines,
glucides, lipides /100g
- Ou +détaillée + %AJR →

Valeur énergétique moyenne pour 100g	
1200 kJ / 290 kcal	
Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100g	
Protéines	13 g
Glucides	1 g
Lipides	26 g

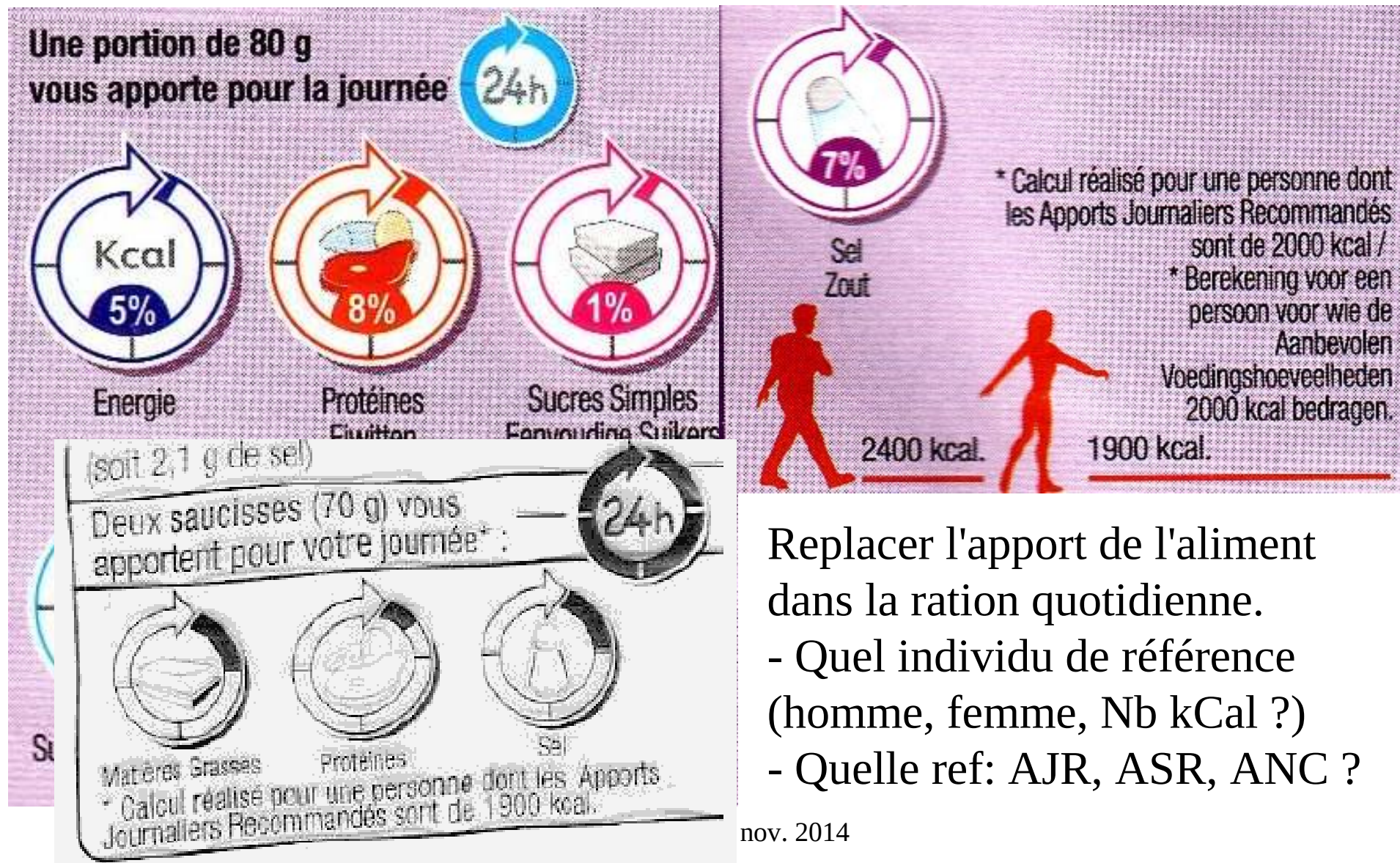
Valeur nutritionnelle moyenne	100 g de pétales de maïs	30 g de pétales de maïs + 125 g de lait demi-écrémé ⁽¹⁾	
Valeur énergétique	370 kcal (1550 kJ)	170 kcal (700 kJ)	
Protéines	7 g	6 g	
Glucides assimilables	83 g	31 g	
dont - sucres totaux	8 g	8 g	
- amidon	75 g	23 g	
Lipides	0,6 g	2 g	
dont - saturés	0,2 g	1 g	
Fibres alimentaires	2,5 g	0,8 g	
Sodium	1 g	0,4 g	
Vitamines		en % des AJR*	en % des AJR*
B1	1,2 mg	85 %	30 %
B2	1,3 mg	80 %	40 %
B6	1,7 mg	85 %	25 %
B9	167 µg	85 %	25 %
B12	0,85 µg	85 %	55 %
PP	15 mg	85 %	25 %
Minéraux			
Calcium	—		20 %
Fer	7,9 mg	55%	15 %
Phosphore	—		15 %

Denis Corpet – nov. 2

(1) Valeur calorique de 125 g de lait demi-écrémé : 57,5 kcal (243,7 kJ)
(Répertoire Général des Aliments, 1995)

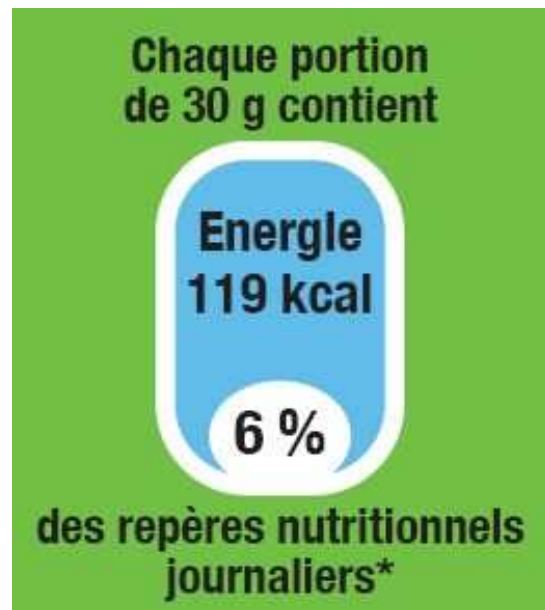
Info Nutr. "dans leur contexte"

les cadrans : directement compréhensibles



Replacer l'apport de l'aliment dans la ration quotidienne.

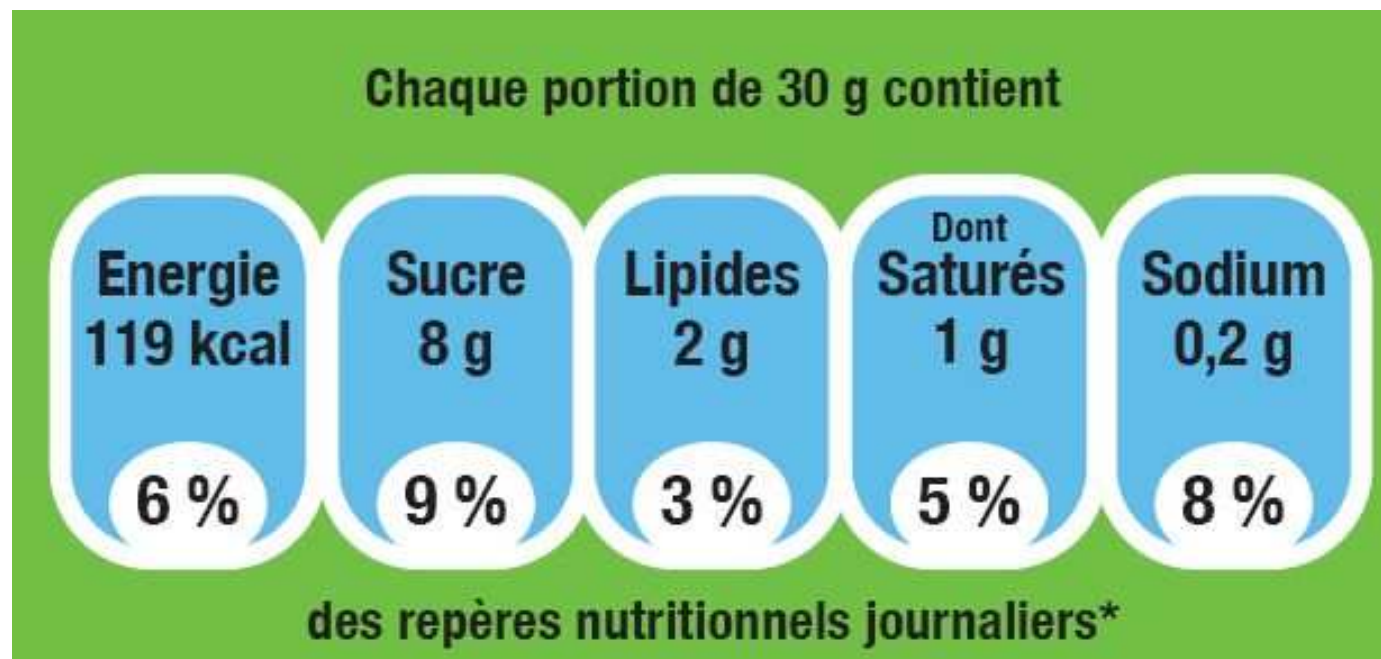
- Quel individu de référence (homme, femme, Nb kCal ?)
- Quelle ref: AJR, ASR, ANC ?



Info Nutritionnelle

"dans leur contexte"

Proposition de la Confédération des industries agro-alimentaires de l'Union européenne (CIAA)



Déjà fait
sur une base
volontaire:
**Que le
« mauvais » !**

Info Nutr.

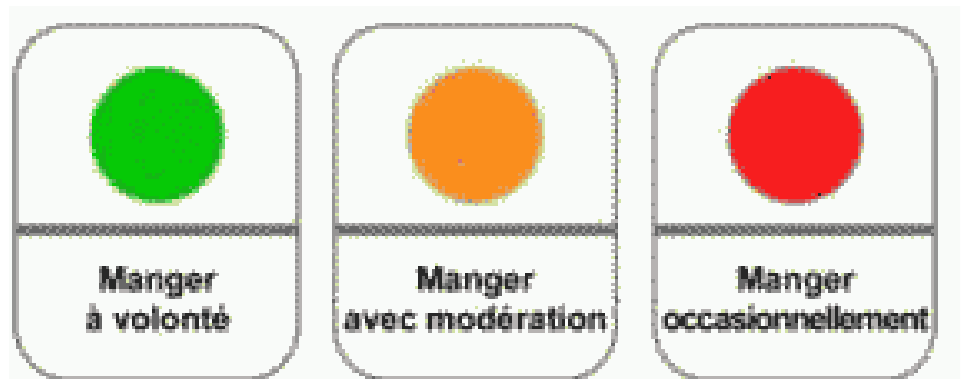
« Un message global simple »

- 85% des “nutrinautes” préfèrent une info.nutr. détaillée (feu tricolore multiple)
- Mais cible N°1 = population défavorisée à haut risque nutritionnel
- Choix d’une info plus simple (un seul message)

Enquête Nutrinet-Santé
décembre 2012, C.Méjean



Multiple Traffic Lights



Simple Traffic Lights

Déclaration Nutritionnelle

obligatoire à partir du 13 déc 2014

- Règlement 1169/2011
- Valeur énergétique, graisses, acides gras saturés, glucides, sucres, protéines et sel.
- Peut être complété par : AG mono-insaturés, AG poly-insaturés, polyols, amidon, fibres alimentaires, vitamines et minéraux,
- Interdit de rajouter à cette déclaration nutritionnelle d'autres informations même si elles sont factuelles et vraies (par exemple valeur ORAC qui mesure le pouvoir antioxydant de l'aliment).

Plan

- **Étiquetage informatif**
 - Mentions obligatoire
 - Mentions pouvant être obligatoires
 - Mentions facultatives
- **Étiquetage nutritionnel**
- **Allégations**
 - nutritionnelles
 - qualitatives
 - santé

Trois grands types d'allégations

Déf: Allégation = information facultative sur les qualités du produit et ses ingrédients

- 1- Les allégations nutritionnelles:
ex. Source de vitamines, allégé, riche en fibres, à teneur garantie en ...
- 2- Les allégations "qualitatives":
ex. Naturel, frais, maison, fermier...
- 3- Les allégations santé:
ex. Les phytostérols réduisent le cholestérol et réduisent ainsi le risque de maladies coronariennes



1- Les allégations nutritionnelles.

**Pas des allégations santé, mais nutritionnelles,
même si le bénéfice santé promis est implicite**

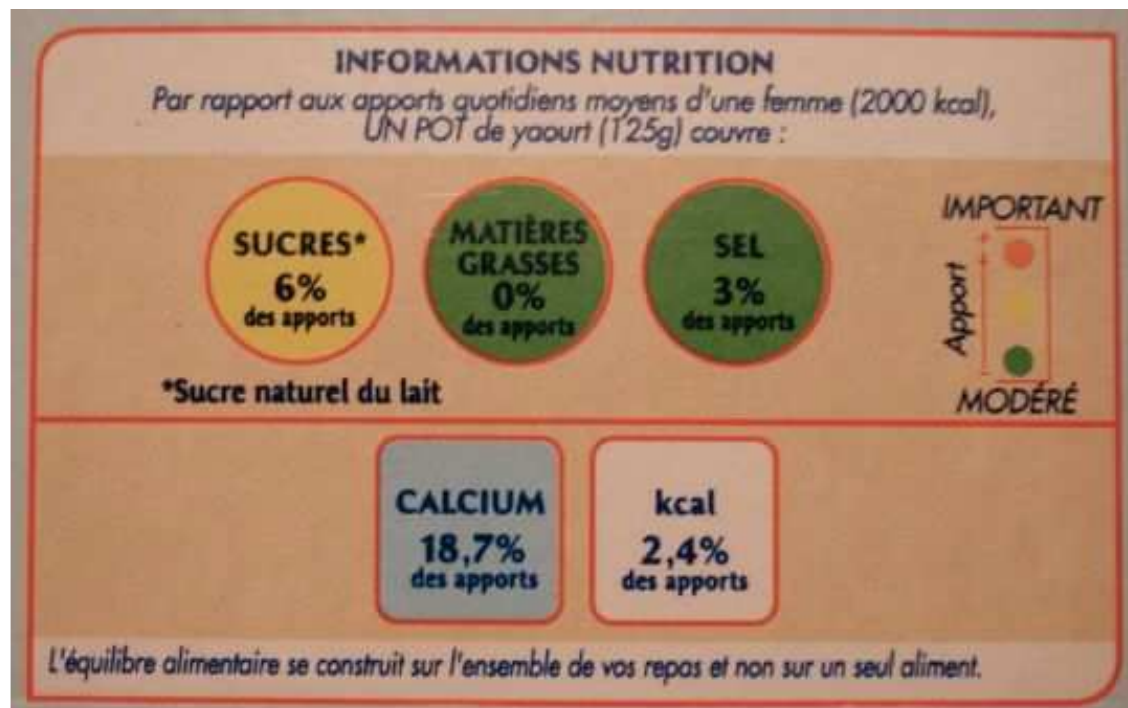
- **1.1- Les allégés** : Allégé en (sucre, MG, alcool, avec % d'allègement), Sans sucre, Sans sucres ajoutés, A teneur en lipides réduite, A teneur garantie en triglycérides à chaîne moyenne (TCM)
- **1.2- Vitamines, minéraux, oligo-éléments**: A teneur garantie en vitamines ou minéraux, **Source de** vitamines ou minéraux, **Riche en** vitamines ou minéraux, Naturellement riche en vitamines, Enrichi en vitamines, A teneur en sodium réduite ou appauvri en sodium, A teneur garantie en magnésium, A teneur garantie en acides gras essentiels (AGE)
- **1.3- Les protéines**: Source de protéines, Riche en protéines, Enrichi en protides ou hyperprotidique, A teneur en protides réduite

Source de..., Riche en...

	Source	Riche
Fibres	3/100g, 1,5/100kcal	X 2
Protéines	5/100g, 2,5/100ml ou kcal	X 2
Vitamines /minéraux	15% des AJR/100g, 7,5%/100mL, 5%/100kcal	X 2
Acides gras ω - 3	>15% ANC /100g, mL ou kcal	X 2

Lait, source de calcium

- 15% des AJR (Apports Journaliers Recommandés) pour 100ml du produit



Pauvre en... Faible en ...

Pauvre ou faible	
Énergie ou calorie	<40kcal/100g, 20kcal/100mL
Graisses ou lipides	<3g/100g, 1,5g/100mL, 2g/100kcal
Graisses saturées	½ des précédents
Cholestérol	20mg/100g ou 10mg/100mL
Sodium	120mg/100g ou mL; 200mg/100kcal
Très faible en Na	<40mg/100g ou mL



2- Allégations générales "qualitatives"

- Elles concernent **l'origine** de certains ingrédients ou **les modes de fabrications** particuliers
- Naturel, Nouveau, Frais, Pur, Maison, Artisanal, A l'ancienne, Fermier, Sans colorant, Sans additif

2'- Allégations générales qualitatives

- **Nouveau**, ne figure que pendant un an, doit dire ce qui est nouveau
- **Pur**, composé d'un seul élément (opposé à mélange)
- **Maison**, Préparé de façon non-industrielle et selon une recette traditionnelle, sur le lieu même de commercialisation, pour une vente directe au consommateur.
- **Artisanal**, Produit par un "artisan" selon la réglementation française
- **A l'ancienne** Fabriqué selon des usages anciens répertoriés (recette >50 ans)
- **Fermier**, préparé à la ferme à une échelle non-industrielle

3- Les allégations santé

- Allégations santé **interdites** par la législation française jusqu'ici.
- Mais en pratique les industriels mettaient des “allégations” sur les boîtes d'aliment.
- Les plus “douteuses” étaient soumises par la DGCCRF à l'AFSSA. Depuis 2000, 600 ont été évaluées: Seulement 20% furent jugées “non mensongères”
- Commission Européenne:
Règlement (CE)
No. 1924 / 2006



RÈGLEMENT (CE) N° 1924/2006 DU PARLEMENT EUROPÉEN ET DU CONSEIL

du 20 décembre 2006

concernant les allégations nutritionnelles et de santé portant sur les denrées alimentaires

LE PARLEMENT EUROPÉEN ET LE CONSEIL DE L'UNION EUROPÉENNE,

vu le traité instituant la Communauté européenne, et notamment son article 95,

vu la proposition de la Commission,

vu l'avis du Comité économique et social européen ⁽¹⁾,

statuant conformément à la procédure prévue à l'article 251 du traité ⁽²⁾,

considérant ce qui suit:

- (1) Dans la Communauté, des allégations nutritionnelles et de santé sont utilisées dans l'étiquetage et la publicité concernant un nombre croissant de denrées alimentaires. Afin d'assurer aux consommateurs un niveau élevé de protection et de faciliter leur choix, il conviendrait que les produits mis sur le marché, y compris après importation, soient sûrs et adéquatement étiquetés. Une alimentation variée et équilibrée est une condition préalable d'une bonne santé, et les produits pris séparément ont une importance relative par rapport au régime alimentaire global.
- (2) Les divergences entre les dispositions nationales concernant de telles allégations peuvent entraver la libre circula-

attribueraient aux denrées alimentaires des vertus médicinales. Le présent règlement vise à compléter les principes généraux énoncés dans la directive 2000/13/CE et à établir des dispositions spécifiques relatives à l'emploi d'allégations nutritionnelles et de santé concernant des denrées alimentaires destinées à être fournies en tant que telles au consommateur.

- (4) Le présent règlement devrait s'appliquer à toute allégation nutritionnelle et de santé formulée dans les communications à caractère commercial, y compris, notamment, aux campagnes publicitaires collectives faites pour les denrées alimentaires et aux campagnes de promotion, telles que celles qui sont soutenues en tout ou partie par les pouvoirs publics. Il ne devrait pas s'appliquer aux allégations qui sont formulées dans les communications à caractère non commercial, telles que les orientations ou les conseils diététiques émanant d'autorités ou d'organismes publics compétents en matière de santé, ou aux communications et informations à caractère non commercial figurant dans la presse et dans les publications scientifiques. Le présent règlement devrait également s'appliquer aux marques de fabrique et autres noms commerciaux qui peuvent être interprétés comme des allégations nutritionnelles ou de santé.

3- Les allégations santé



- **Règlement (CE) No. 1924 / 2006**
- Allégation « **qui affirme une relation entre une denrée alimentaire et la santé** »
- **Liste des allégations qui peuvent être utilisées**
- **Seules des allégations prouvées scientifiquement**
- **Le fabricant doit soumettre un dossier scientifique auprès de l'autorité sanitaire européenne EFSA**
EFSA European Food Safety Authority
= **AESA** Autorité Européenne de Sécurité Alimentaire

Allégations santé



- Informer le consommateur sans le tromper
la commission n'autorisera pas les allégations imprécises, portant sur le bien-être
les messages concernant l'amaigrissement ou le contrôle du poids seront interdits
pas d'allégations sur santé mentale (mémoire)
les aliments donnant lieu à des allégations nutritionnelles ou de santé devront respecter **les profils nutritionnels** (pas d'allégation possible pour un aliment "mauvais")
- Même législation pour les **compléments** alimentaires (ex.: multivitamines) mais profils nutritionnels sans objet.

Profils Nutritionnels

- But: éviter qu'un aliment ne reçoive une allégation vraie, mais "trompeuse",
Ex.1: étiquette "0% cholestérol" sur un sac de bonbons,
Ex.2: étiquette "riche en Omégas 3" sur margarine à 15% d'AG trans
- Méthodes: scores ou seuils
 - points en plus pour "bon nutriment" en bonne quantité.
Ex: protéines, fibres, calcium, fer, vit.C
 - points en moins pour excès de "mauvais nutriment".
Ex: sel, sucre, Acides Gras saturés, Acides Gras trans,
 - Les acides gras TRANS, vous connaissez ?
- Rapport de Michel Raison à l'Assemblée Nationale du 8 avril 2009

**RAPPORT à l'Assemblée Nationale sur la
fixation des profils nutritionnels des denrées alimentaires,
M. MICHEL RAISON, Député. le 16 avril 2009**

- *Profils-Nutr-Raison-rapport-Assemblee-Nationale-8avr09.pdf*
- Intervenir suffisamment en amont pour être en mesure **d'influer sur les décisions qui sont prises à Bruxelles.**
- Un profil nutritionnel se définit sur la base de seuils fixant des teneurs maximales en nutriments (en l'occurrence les **acides gras saturés, le sodium et le sucre**) au-delà desquelles il devient impossible de communiquer sur les bienfaits d'un produit.
- Or, la méthode utilisée par la Commission pour arrêter ces seuils apparaît discutable et les seuils auxquels elle aboutit *in fine* s'avèrent extrêmement restrictifs pour certains produits. **Les fromages** sont particulièrement concernés en France mais également d'autres **produits traditionnels**, comme **la charcuterie** ou **les pains**
 - Si cette réglementation devait être mise en oeuvre,
- **elle interdirait** aux producteurs de produits traditionnels **de se prévaloir de la richesse nutritionnelle** (en calcium, en oméga 3, en vitamines, etc.) de leurs productions en raison de leur teneur naturelle en acides gras saturés ou en sel.
- elle ouvrirait une voie royale pour **les produits industriels formatés.**

Acides Gras trans : *pas sur l'étiquette*

AGPI des plantes: isomères « cis » (bateau), chaîne mobile, huile liquide.
Hydrogénation partielle (industrie, rumen)
→ isomères « trans » (chaise), chaîne AG plus rigide, graisse solide

- Margarine: huile partiellement hydrogénée
- Sources principales: margarine pas chère, viennoiserie, pâtes à tarte,
- Augmentent fortement le risque Cardio-Vasculaire

Etude épidémiologique cohorte Nurses' Health Study:

- graisse saturée +5% => risque CV +17%,
- graisse "trans" +5% => risque CV + 93%

Mécanisme: + de LDL & – de HDL cholestérol

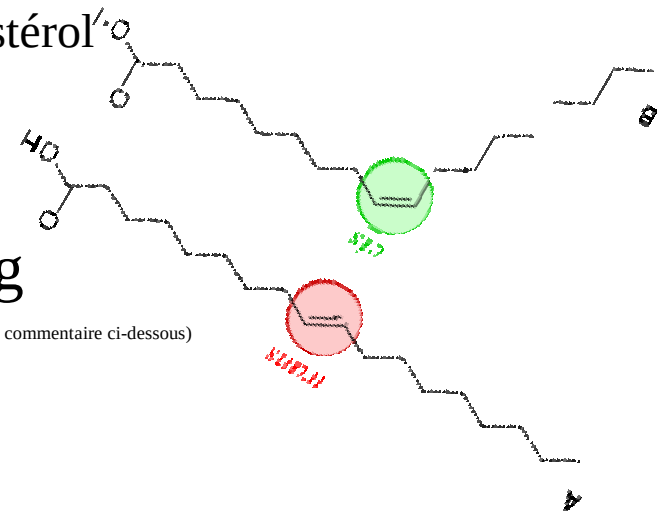
- Augmentent risque Cancer du Sein

Etude épidémiologique cohorte E3N (prof. Françaises)

- Plus d'AG trans dans le sang => risque cancers sein x 2

- AFSSA : limiter teneur < 1g AG trans / 100g

- Projet de loi 7 avril 2009 imposant de mentionner la présence d'AG trans (cf. commentaire ci-dessous)



SAIN,LIM

Système de Profils Nutritionnels

- Nicole **Darmon** et al., Am. J. Clin. Nutr. 2009
Validé par l'AFFSA, puis l'EFSA, mais pas encore par les IAA !
- L'astuce de N.Darmon c'est de garder pour chaque aliment les deux informations sur "le bon" et "le mauvais", et ne pas les additionner
- **SAIN mesure le "bon"**:
un score SAIN élevé est souhaitable, et signifie que l'aliment contient beaucoup de bons nutriments, relativement à ses calories.
- **LIM mesure le "mauvais"** (qu'on doit limiter):
un score LIM bas est souhaitable, et signifie que l'aliment contient peu de nutriments déjà consommés en excès, et plutôt mauvais pour la santé.
- Voir <http://fcorpet.free.fr/Denis/Risques-Benefices-Aliments-SAIN-LIM.html>

Score d'Adéquation Individuel aux recommandations Nutritionnelles: **SAIN**

- **SAIN score** (calculé pour **100 kCal** d'aliment: **densité**)
Combien chaque aliment participe-t-il à la fourniture de 5 nutriments essentiels (ou +)

- Protein 65g
- Fiber 25g
- Vitamin C 110mg
- Calcium 900mg
- Iron 12.5 mg

$$SAIN_i = \frac{\sum_{p=1}^{p=5} ratio_{ip}}{5} \times 100$$

$$ratio_{ip} = \left[\frac{nutrient_{ip}}{RV_p} \right] \times \frac{100}{Ei}$$

nutrient ip is the quantity (g, mg, or μ g) of positive nutrient p in 100 g of food i , RV_p is the daily recommended value for nutrient p , and Ei is the energy content of 100 g of food i (in kcal/100 g).

Composés à Limiter: LIM

- **LIM score:** (calculé pour 100 g d'aliment)
Combien chaque aliment apporte-t-il de nutriments « négatifs » en excès ?
- Saturated Fatty Acids 22g
- Added Sugars 50g
- Sodium 3g (= 8g salt)

$$\text{LIM}_i = \frac{\sum_{l=1}^{l=3} \text{ratio}_{il}}{3}$$

$$\text{ratio}_{il} = \left[\frac{\text{nutrient}_{il}}{\text{MRV}_l} \right] \times 100$$

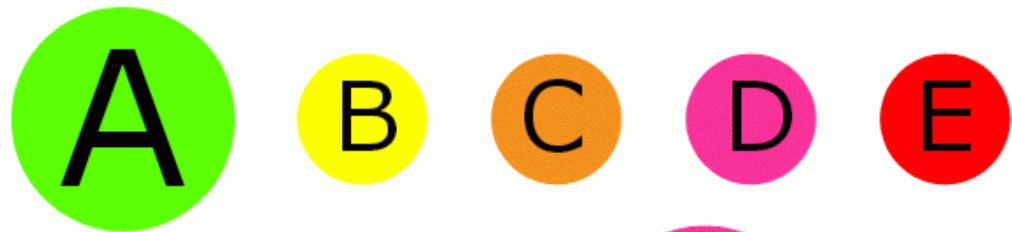
where nutrient il is the content (g, mg) of limited nutrient l in 100g of food i , and MRV_l is the daily maximal recommended value for nutrient l .

Action des nutritionnistes pour un score nutritionnel coloriel (2014)

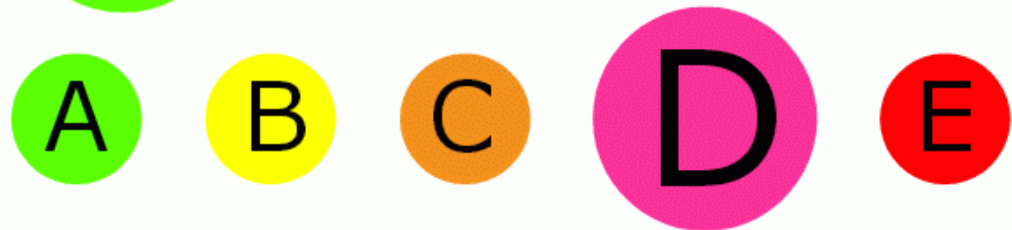
Meilleure qualité nutritionnelle

Moins bonne

Ex : Produit A / vert



Produit D / rose fischia



Très bien expliqué sur <http://youtu.be/GAwTyEEHnOs>
Voir vidéo 2.5 min : TD-etiquetage-video-score-coloriel.mp4

Avis de EFSA-AESA

Autorité européenne de sécurité des aliments

Toutes les demandes ne sont pas évaluées pareil

- Allégations **génériques** (article 13.1 règlement 1924/2006), peuvent être utilisées par toutes les entreprises : seront validées par consensus (biblio générale)
- Allégations sur **produit "protégé"** (brevet, marque) ou pour la santé des **enfants**, ou sur la réduction de risque de **maladie** : doivent être étayées par des **publications scientifiques** sur **le produit protégé** (article 13.5 et 14, règlement 1924/2006)

Avis de EFSA-AESA

Autorité européenne de sécurité des aliments

2012, la Commission européenne a validé une liste officielle de

222 allégations autorisées (sur 44 000 dossiers déposés)

<http://ec.europa.eu/nuhclaims/>

Beaucoup de refus: 85% d'avis négatifs

→ Justifications scientifiques trop faibles

(ex. de refus: Actimel et défenses immunitaires (Danone). Fromage et santé dentaire des enfants. Thé et concentration. Chocolat et croissance (Kinder®) . Cranberry contre infections urinaires (Ocean Spray)

Exemples d'allégations autorisées:

« Les stérols de plantes abaissent le taux de cholestérol dans le sang et réduisent ainsi le risque de maladies coronariennes. » Unilever

« le DHA (docosahexaenoic acid C22:6 n-3) contribue au développement visuel des enfants » Mead Johnson Nutr.

« le calcium est nécessaire au maintien de la densité osseuse »,

« le fer contribue à la bonne circulation d'oxygène dans le corps », ou encore

« les chewing-gums sans sucre contribuent à la réduction de la sécheresse bucco-dentaire ».

Les **bienfaits des vitamines et minéraux** sont largement représentés car génériques et bien documentés.

11 août 2011 **Prochainement sur nos étiquettes...**

Dix mesures phares décidées par les députés européens

Règlement européen 1169/2011

- 1. **Acides gras trans** ? % obligatoire en version initiale, finalement non.
- 2. **Allergènes.** devront figurer à part de la liste d'ingrédients,
- 3. **Affichage de sept nutriments.** Obligation fin 2016
Valeur énergétique, lipides, acides gras saturés, glucides, sucres, protéines et sel..
- Déclaration nutritionnelle (à partir du 13 décembre 2014) avec un format bien défini.
interdit de rajouter à cette déclaration nutritionnelle d'autres informations même si elles sont factuelles et vraies
- 4. **Information nutritionnelle** pour 100 g ou 100 ml
- 5. **1,2 mm minimum de hauteur de police pour l'affichage !**
- 6. **Un règlement pour tous,** quelque soit la taille de l'entreprise (même PME).
- 7. **Imitations !** doivent être étiquetés comme tels
- 8. **Etiquetage du pays d'origine** valable aujourd'hui pour les bovins. Fin 2014 étendu aux viandes fraîches de porc, mouton, chèvre et volaille.
- 9. **Alcools:** Texte spécifique sera fait pour boissons alcoolisées (1,2%)
- 10. **Dès 2014...**

Conclusions: progrès continus ?

Déjà sur vos étiquettes...

- C'est déjà très bien que l'étiquetage permette une certaine transparence sur la composition, le fabricant, l'origine, les qualités nutritionnelles, les signes officiels de qualité ...
- Max Havelaar = **commerce équitable** pour une plus juste rémunération des petits producteurs du Sud
- On pourrait envisager de marquer sur chaque produit la part du prix versée au producteur.



Conclusion: progrès continus ?

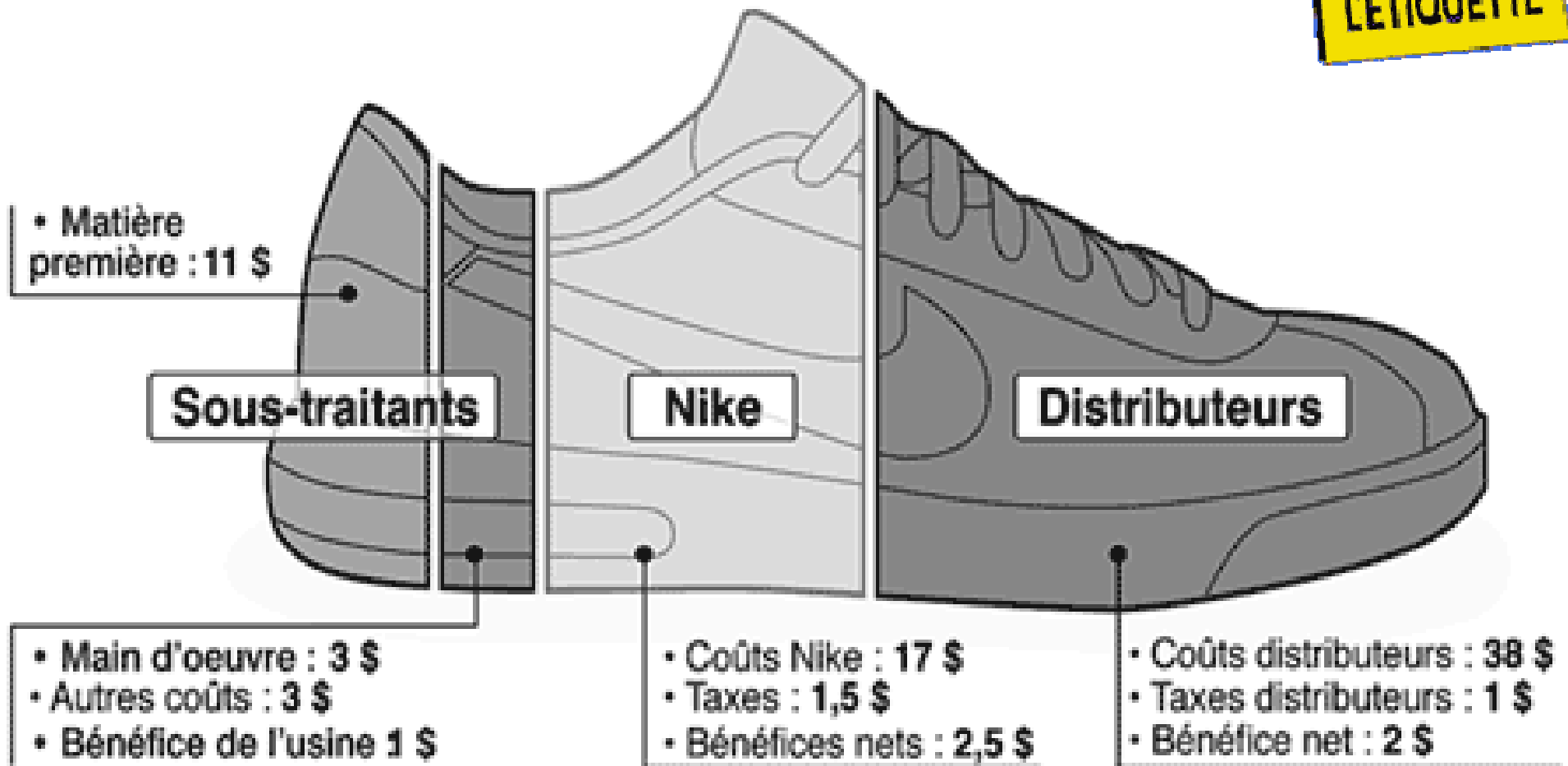
Prochainement sur vos étiquettes



- Max Havelaar = commerce équitable pour une plus juste rémunération des petits producteurs du Sud
- Habits, chaussures de sport, ordinateurs :
Respect des lois sur le travail (enfants, droits des travailleurs: pas d'esclavage "de fait", salaire minimum, droits syndicaux,...)

Conclusion: progrès continus ?

Prochainement sur vos étiquettes



Conclusion: progrès continus ?

Prochainement sur vos étiquettes...

- Respect du **bien-être animal**
(règlements sur le transport, les abattoirs)
- Directives « bien-être » pondeuses, poulet (07/2010 densité)
- Déjà sur une « étiquette », laquelle ?
- Respect de l'environnement,
au delà du Bio...(bilan CO2)
- Autres...

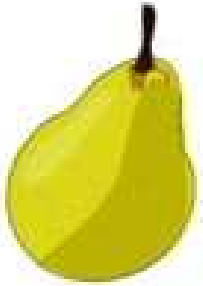
Conclusion: progrès continus ?

- Utilisation du code barre* pour informer l'acheteur via une appli SmartPhone * ou QR-code, flash-code, datamatrix



Conclusion: progrès continus ?

- 2- Appli SmartPhone pour des achats « de saison »

SeasonFood 	SeasonFood 	SeasonFood 
retour de août à janvier ▲ ▼	< Octobre >	retour de septembre à mai ▲ ▼
Poire Williams  La Williams est aussi appelée Bon-Chrétien, ou Bartlett. Sa chair est sucrée et juteuse. Kcal/100g : 61 Vitamines : A, C, E.	 Ail >  Artichaut >  Aubergine >  Blette ou bette >  Bolet >  Catalonia >  Cerfeuil >  Cèpe >	Haddock  Le haddock ou églefin, aiglefin, ou anon, est un cousin du cabillaud, il fait partie de la famille des gadidés. Il mesure de 27 à 70 cm, il est de couleur gris-brun avec des reflets argentés, il a un ventre de couleur blanchâtre, un dos vert olive et une tache noire au dessus de la première nageoire dorsale, et une ligne latérale sombre.
 Fruits  Légumes  Poissonnerie  Boucherie  Fromages	 Fruits  Légumes  Poissonnerie  Boucherie  Fromages	 Fruits  Légumes  Poissonnerie  Boucherie  Fromages

Conclusion: progrès continus ?

- 3- Appli pour s'acheter des « menus équilibrés »



Conclusion: poids relatif ?

Étiquette vs. Publicité



Dépenses publicitaires pour
l'alimentation en 1999 :

- Unilever : 2,1 milliards \$
- Nestlé : 1,9 milliards \$
- Coca Cola : 1,5 milliards \$
- Mc.Donald's : 1,2 milliards \$
- Danone : 0,7 milliards \$

Pot de terre contre pot de fer ?

Denis Corpet – nov. 2014

Bon appétit !

Acides Gras trans : *pas sur l'étiquette*

AGPI des plantes: isomères « cis » (bateau), chaîne mobile, huile liquide.
Hydrogénation partielle (industrie, rumen)
→ isomères « trans » (chaise), chaîne AG plus rigide, graisse solide

- Margarine: huile partiellement hydrogénée
- Sources principales: margarine pas chère, viennoiserie, pâtes à tarte,
- Augmentent fortement le risque Cardio-Vasculaire

Etude épidémiologique cohorte Nurses'Health Study:

- graisse saturée +5% => risque CV +17%,
- graisse "trans" +5% => risque CV + 93%

Mécanisme: + de LDL & – de HDL cholestérol

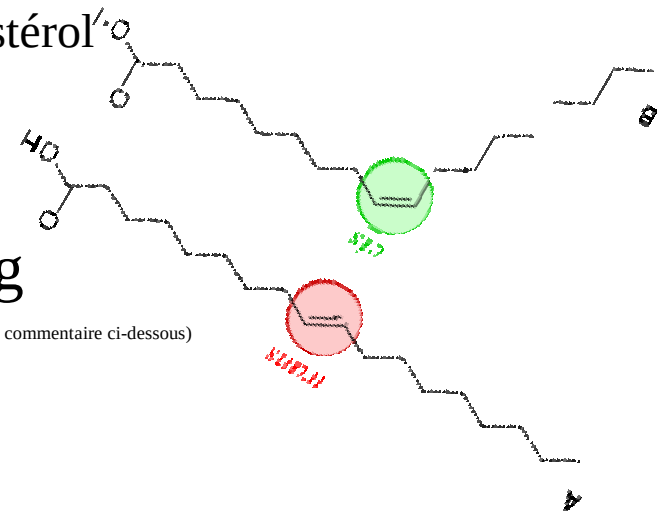
- Augmentent risque Cancer du Sein

Etude épidémiologique cohorte E3N (prof. Françaises)

- Plus d'AG trans dans le sang => risque cancers sein x 2

- AFSSA : limiter teneur < 1g AG trans / 100g

- Projet de loi 7 avril 2009 imposant de mentionner la présence d'AG trans (cf. commentaire ci-dessous)



Exemples de questions d'interro possibles

- Citez 4 mentions obligatoires sur l'étiquette d'un aliment
- Dans quel ordre sont listés les ingrédients ?
- Citez 5 allergènes alimentaires majeurs
- Que signifie le "e" à côté du poids net ?
- Que signifie le "point vert" avec 2 flèches ?
- Quelle différence entre DLC et DLUO ?
- Citez 3 conditions nécessaires pour mettre une "Allégation santé" sur un aliment