

Au menu - Actualité : Niveau socioéconomique et alimentation des enfants - **Mieux comprendre :** Les besoins nutritionnels des enfants et adolescents
Quoi de neuf : FFAS : Petit déjeuner sur l'alimentation des enfants en bas âge et conférence sur la place du « naturel » - Colloque ALIMINFO - **Initiatives des industries alimentaires :** Accord collectif PNA Bleu-Blanc-Cœur - 3 nouvelles chartes PNNS - 2 nouveaux Questions-Réponses ANIA-FCD.

Le point sur...

L'alimentation des enfants : quelle est l'influence du niveau socioéconomique ?

L'Anses a publié en février 2013 une étude très complète sur les relations entre le niveau socioéconomique et l'alimentation des enfants et des adolescents en France.

Des différences plus ou moins marquées suivant la famille d'aliments

A partir de l'enquête INCA2, l'étude des consommations alimentaires des enfants et adolescents met en évidence que ceux de niveau socioéconomique bas consomment **moins de fruits et légumes et plus de boissons sucrées et de féculents**. Les différences de consommation de viande ou de charcuterie sont beaucoup moins marquées selon le niveau socioéconomique.

En revanche, cette étude ne montre **pas de différences entre leurs consommations de poisson, de fromages, de céréales petit-déjeuner ou de glaces**, quel que soit leur niveau socio-économique.

La consommation globale de produits laitiers, quant à elle, ne diffère pas selon le niveau socioéconomique mais **c'est le type de produits laitiers consommés qui varie** (plus de lait et moins de yaourts consommés par les enfants de milieux défavorisés).

L'étude montre enfin **une moindre consommation**

de certains produits sucrés comme les confiseries et les gâteaux chez les enfants et adolescents de milieux défavorisés, à l'encontre de certaines idées reçues.

Des apports nutritionnels qui varient peu selon le niveau économique

Autre résultat marquant de cette étude, le niveau socioéconomique ne fait pas apparaître de différence chez les enfants en ce qui concerne l'apport énergétique total et les apports en protéines, lipides et glucides. Chez les adolescents, les apports en lipides sont plus faibles chez ceux de niveau socioéconomique bas tandis que les apports en glucides y sont plus élevés.

Cette absence d'association entre l'apport énergétique et le niveau socioéconomique peut aussi suggérer que la relation inverse entre le niveau socioéconomique et le surpoids et l'obésité observée chez les enfants et adolescents pourrait ainsi dépendre davantage du niveau de dépense énergétique, et donc des niveaux d'activité physique et de sédentarité, non étudiés dans ce rapport.

Le comité d'experts en nutrition de l'Anses souligne l'intérêt limité de considérer un nutriment de façon isolée pour décrire la qualité du régime alimentaire.

Les mesures plus globales de la qualité du régime sont préférables. Dans cette étude, la majorité des critères de mesure de la qualité de l'alimentation (adéquation nutritionnelle moyenne, densité énergétique, diversité alimentaire, etc.) montrent que la qualité de l'alimentation est plus faible quand le niveau socioéconomique du foyer est plus bas.

Enfin ces résultats montrent que parmi les différents critères permettant de définir le niveau socioéconomique (niveau de vie du foyer, niveau d'études des parents, catégorie socioprofessionnelle, etc.), c'est le niveau d'études qui s'avère le plus discriminant. A niveau de revenu équivalent, **la qualité nutritionnelle de l'alimentation augmente avec le niveau d'études des parents**.

Les auteurs concluent qu'il est possible d'avoir une alimentation de bonne ou de mauvaise qualité quel que soit le niveau socioéconomique du foyer dans lequel on vit. La bonne qualité étant nécessairement associée à une alimentation diversifiée et une consommation importante de fruits et légumes.

Avis et rapport relatifs aux disparités socioéconomiques et aux apports nutritionnels et alimentaires des enfants et des adolescents : www.anses.fr

Mieux comprendre

Les besoins nutritionnels spécifiques des enfants et adolescents

L'alimentation de l'enfant répond à plusieurs objectifs :

- Assurer la croissance et le développement de l'organisme, notamment aux périodes de croissance accrue (premières années de vie et adolescence).
- Assurer le développement du cerveau
- Donner les meilleures chances de santé à court et long terme,
- Satisfaire les besoins affectifs liés à l'alimentation.

De 0 à 3 ans, l'enfant a des besoins très spécifiques qui nécessitent une alimentation adaptée (cf. lettre n°20 - Jan/Fev 2009). A noter que l'étude ANSES de Février 2013 ne couvrait pas cette tranche d'âge.

Les **besoins énergétiques** des enfants et adolescents sont très variables selon l'âge, allant de 1750 kcal

de 4 à 9 ans à 2140 kcal chez les adolescentes et 2680 kcal chez les adolescents. En comparaison, les besoins moyens d'une femme sont de 2000 kcal et ceux d'un homme de 2700 kcal.

A partir de 4 ans, la contribution des différents nutriments aux besoins énergétiques quotidiens est la même que chez l'adulte. Les **protéines** doivent couvrir 12% des apports énergétiques, les **lipides** et les **glucides** respectivement 35 à 40% et 48 à 53%.

Durant l'enfance et l'adolescence, les organismes en croissance ont des besoins accrus en certaines vitamines et minéraux.

Les adolescents sont notamment particulièrement susceptibles de développer une carence en **fer** du

fait de l'augmentation de leur masse musculaire et du volume sanguin. Leurs besoins en fer sont plus importants que ceux d'un adulte, en particulier chez les adolescentes à compter de l'apparition des règles. Pour couvrir les besoins, il convient d'augmenter l'apport en aliments riches en fer comme les viandes et le poisson, mais aussi les légumineuses, les légumes verts, les graines oléagineuses ou les céréales complètes.

Une grande partie de la masse squelettique de l'adulte est formée pendant l'adolescence (entre 10 et 14 ans chez les filles et entre 12 et 16 ans chez les garçons), ce qui explique l'importance des apports en calcium chez les enfants et adolescents. Les besoins quotidiens en **calcium** sont ainsi majorés de 30% entre 10 et 20 ans par rapport aux besoins des

	ANC* en Fer	ANC* en Calcium
4 à 6 ans	7 mg/j	700 mg/j
7 à 9 ans	7 mg/j	900 mg/j
10 à 12 ans	8 mg/j	1200 mg/j
Garçons 13 à 15 ans	12 mg/j	1200 mg/j
Filles 13 à 15 ans	14 mg/j	1200 mg/j
Garçons 16 à 19 ans	12 mg/j	1200 mg/j
Filles 16 à 19 ans	14 mg/j	1200 mg/j
Hommes adultes	9 mg/j	900 mg/j
Femmes adultes	16 mg/j	900 mg/j

adultes. Cet objectif peut-être atteint en consommant 4 produits laitiers par jour (lait, laitages et fromages).

D'autres vitamines et minéraux, tels que **la vitamine C, la vitamine D ou le phosphore**, sont essentiels pour les enfants et adolescents, c'est pourquoi il faut

veiller à ce que l'alimentation soit particulièrement variée et équilibrée.

Enfin, la pratique d'une **activité physique régulière** joue un rôle prépondérant pour éviter le développement du surpoids et de l'obésité (chez l'adolescent, tout en l'aidant à se sentir bien dans son corps et dans sa tête).

*Apports nutritionnels conseillés pour la population française (3ème édition) - Ambroise Martin

Quoi de neuf ?

Petit déjeuner presse du Fonds Français Alimentation Santé (FFAS) sur l'alimentation des enfants en bas âge

Le 11 avril 2013, le FFAS a organisé son premier petit déjeuner presse sur le thème «alimentation des enfants de 1 à 3 ans : les erreurs à ne pas commettre». Michel Vidailhet professeur émérite de Pédiatrie de l'Université de Nancy, est revenu sur les erreurs fréquemment commises par les parents vis-à-vis de l'alimentation de leur enfant : consommation de jus végétaux en lieu et place de l'apport lacté, passage à une alimentation adulte trop précoce, utilisation d'autres laits d'animaux que le lait de vache... Il en a précisé les conséquences et a rappelé les recommandations diffusées aujourd'hui par le corps pédiatrique. L'objectif de ce petit déjeuner était aussi de sensibiliser les journalistes au rôle important qu'ils ont à jouer auprès des parents. Les vecteurs d'informations sur le sujet sont nombreux mais pas toujours fiables. Le journaliste doit rester

vigilant afin de diffuser les bons messages : **il en va de la bonne santé de nos enfants !**

Conférence du FFAS : « critiques de l'alimentation contemporaine : la place du naturel »

En matière d'alimentation, des épisodes critiques scandent régulièrement l'actualité médiatique, mettant à l'épreuve le lien de confiance entre consommateurs et acteurs de l'offre. Que s'est-il passé en France ces quarante dernières années ? Quelles formes a pris la critique ? Quel impact a-t-elle eu sur l'offre ? Dans le processus de «digestion» de la critique, la notion de «naturel», qu'elle soit explicite ou non, occupe une place centrale. Comment les acteurs de l'offre effectuent-ils un «travail de naturalisation» pour satisfaire les critiques, les désamorcer et leur répondre ? Des éléments de réponses ont été présentés par Olivier Lepiller (Docteur en Sociologie - Université Toulouse 2)

A retrouver sur www.alimentation-sante.org

Colloque de restitution des travaux du programme de recherche ALIMINFO

Louis Georges Soler (INRA- Aliss) et Bernard Ruffieux (INP Grenoble) ont présenté, le 10 avril les conclusions du programme ANR- ALIMINFO. Ces conclusions doivent permettre de nourrir un dispositif d'intervention publique reposant sur le triptyque : information du consommateur - prix - caractéristique des aliments. Une équipe alliant des compétences en économie, sociologie, nutrition et sciences des aliments y travaille. Les discussions ont tourné autour du thème «L'étiquetage nutritionnel face à l'arbitrage goût-santé» L'objectif est de contribuer aux réflexions sur ce thème en s'intéressant à l'arbitrage entre goût et santé par les consommateurs et à ses conséquences sur l'évolution de l'offre alimentaire. La question du rôle de l'étiquetage et de l'information nutritionnelle a été largement discutée.

Initiatives des industries alimentaires

«Bleu-Blanc-Cœur» signe le premier accord collectif du PNA.

Bleu-Blanc-Cœur, Association qui s'attache à mieux prendre en compte les objectifs environnementaux et nutritionnels dans les productions agricoles, devient la première démarche collective dont les engagements auront été validés par les deux comités d'experts du Programme National de l'Alimentation (PNA) : un comité d'experts « nutrition » et un comité d'experts « durabilité ».

Les 4 objectifs de Bleu-Blanc-Cœur dans le cadre de cet accord sont :

- Promouvoir des modes de production, de transformation et de distribution durables
- Préserver ou améliorer la qualité gustative des produits
- Améliorer la qualité lipidique des aliments
- Rendre accessible au plus grand nombre les produits Bleu-Blanc-Cœur

Les accords collectifs ont pour objectif de faire évoluer favorablement la composition nutritionnelle des produits et la durabilité des modes de production, de transformation et de distribution.

Pour en savoir plus : http://agriculture.gouv.fr/IMG/pdf/accord_collectif-bleu_blanc_coeur-26022013-img_cle4b88ae.pdf

Trois nouvelles chartes d'engagements PNNS signées !

La SOCREMA s'engage pour 90 références de produits laitiers à la **marque YOPLAIT** et 25 nectars et boissons aux fruits à la marque CARESSE ANTILLAISE, fabriqués et commercialisés en Guadeloupe, à poursuivre la réduction de la teneur en sucres ajoutés initiée depuis 2006. A partir de 2012, elle s'engage à une baisse du taux de sucres ajoutés (entre 5% à 16% selon les références) permettant un alignement progressif aux taux de sucres ajoutés trouvés dans les produits laitiers YOPLAIT équivalents fabriqués en métropole.

La **marque PRINCE** s'est engagé notamment à :

- Réduire la teneur en lipides de 10,2% sur près de 100% des produits entre 2009 et 2012
- Réduire la teneur en acides gras saturés de 30,7% sur près de 100% des produits entre 2009 et 2012
- Utiliser du blé complet avec un objectif de 15% de farine complète dans la recette pour aboutir à une augmentation de la teneur en fibres de l'ordre de 20 à 40% d'ici fin 2013.

Enfin, **l'enseigne QUICK** a également signé une charte d'engagement portant sur la réduction des teneurs en matières grasses, sucres et sel, et sur l'augmentation des fibres dans les produits servis

dans les restaurants.

Pour en savoir plus : <http://www.sante.gouv.fr/les-chartes-d-engagements-de-progres-nutritionnels.html>

Deux Questions-Réponses ANIA-FCD pour appliquer la réglementation européenne sur l'information du consommateur.

Malgré l'objectif initial de simplification de la réglementation, le règlement (UE) n° 1169/2011 concernant l'information des consommateurs sur les denrées alimentaires soulève beaucoup de questions et plusieurs travaux sont encore en cours au niveau européen pour tenter de le clarifier. Après plus d'un an de travaux, l'ANIA et la FCD proposent aux opérateurs de bénéficier d'un questions-réponses qui a vocation à répondre aux questions les plus fréquentes pouvant être soulevées par ce règlement. Il s'agit d'un document évolutif qui sera complété dans les mois à venir en fonction des nouvelles questions des opérateurs mais aussi des actes d'exécution à venir, notamment pour préciser les disposition réglementaires relatives à l'origine.

Quant au Questions-Réponses ANIA-FCD sur l'application du règlement (UE) n°1924/2006 concernant les allégations nutritionnelles et de santé, une version mise à jour est aujourd'hui disponible !

Pour obtenir ce document, n'hésitez pas à vous mettre en relation avec vos fédérations professionnelles adhérentes à l'ANIA

Association Nationale des Industries Alimentaires

21, rue Leblanc • 75015 Paris • Tél. : +33 (0)1 53 83 86 00 • Fax : +33 (0)1 53 83 92 37
www.ania.net

Prochain numéro : juin 2013

Pour recevoir cette lettre, contactez Séverine FAURE : sfaure@ania.net