

Paris, le 25 août 2015

Information presse

Le système d'information nutritionnelle à 5 couleurs est le plus efficace pour les consommateurs

Alors que le Haut conseil de la Santé publique (HCSP) a rendu public lundi 24 août 2015 un avis positif quant à la pertinence du code 5 couleurs pour le public, une équipe de chercheurs (Inserm / Inra / Cnam / Université Paris 13) dirigée par Serge Hercberg, à l'occasion de leur article paru dans le journal *Nutrients* met en évidence que le système d'information nutritionnelle coloriel à 5 couleurs (5-C) est le plus efficace pour permettre aux consommateurs de reconnaître et comparer la qualité nutritionnelle des aliments y compris dans des populations « à risque » (*sujet âgés, bas revenus, faible niveau d'éducation, faible niveau de connaissance en nutrition, personne en surpoids ou obèse*)

L'article 5 de la Loi de Santé présentée par Marisol Touraine, Ministre de la Santé et votée au Parlement prévoit « pour faciliter l'information du consommateur et pour l'aider à choisir en toute connaissance de cause, que la déclaration nutritionnelle obligatoire puisse être accompagnée d'une présentation ou d'une expression complémentaire au moyen de graphiques ou symboles sur la face avant des emballages ».

Plusieurs systèmes ont été proposés au niveau national et international. De nombreuses sociétés savantes soutiennent en France la mise en place du système d'information nutritionnelle coloriel à 5 couleurs 5-C (vert/jaune/orange/rose fuchsia/rouge). Ce dernier repose sur le calcul d'un score de qualité nutritionnelle (score de la Food Standards Agency-FSA) qui prend en compte plusieurs éléments présents sur l'étiquetage nutritionnel (calories, sucres simples, acides gras saturés, sodium, fibres, protéines et pourcentage de fruits et légumes pour 100g de produit) pour aboutir à un indicateur unique de la qualité nutritionnelle de l'aliment.

Plusieurs études ont déjà contribué à la validation du score FSA en montrant que la qualité nutritionnelle des aliments consommés évalués par le score FSA est associée à la qualité globale de l'alimentation et au statut nutritionnel des individus, et de façon prospective au risque de pathologies. Ces travaux scientifiques renforcent l'intérêt de la mise en place sur la face avant des emballages des aliments du système d'information nutritionnelle coloriel à 5 couleurs (5-C) qui s'appuie sur le score de la FSA, afin d'aider les consommateurs à mieux orienter leurs choix alimentaires. Ce système fait l'objet d'une importante controverse, alimentée entre autres par les différents acteurs économiques, qui mettent en doute son intérêt.

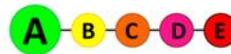
Le travail publié ce jour par l'EREN sous la direction de Pauline Ducrot (*Doctorante en Nutrition*) et de Sandrine Péneau (*Maître de Conférences en Nutrition, Université Paris 13*) dans la revue *Nutrients* compare l'effet de différentes signalétiques nutritionnelles apposées sur la face avant des emballages de divers aliments sur la capacité des consommateurs à bien classer les aliments. L'étude a été réalisée sur un échantillon de 14 230 adultes participant à l'étude NutriNet-Santé. L'impact de 4 systèmes d'information nutritionnelle simplifiés a été testé : le système coloriel 5-C; la coche verte, similaire à celle utilisée dans certains pays scandinaves et aux Pays-Bas; le Traffic Lights Multiples utilisés en Grande Bretagne et les Repères Journaliers Recommandés (ou Apports de Référence) déjà utilisés

en France par certains industriels. Une situation sans logo a également été utilisée comme référence.

Une portion contient :



Repères Nutritionnels Journaliers



Logo 5 Couleurs



Traffic Lights Multiples



Coche verte

Grace à un questionnaire internet spécifiquement développé pour cette étude, il a été demandé aux participants à l'étude de classer, sur une base relative (« moins bonne », « intermédiaire », « la meilleure » ou « je ne sais pas »), la qualité nutritionnelle de différentes séries de 3 aliments appartenant à la même catégorie.

Cinq catégories d'aliments ont été testées : produits surgelés à base de poisson, pizzas, produits laitiers, mueslis pour le petit déjeuner et produits apéritifs.

Exemple (5-C sur les produits surgelés à base de poisson):

Saumon et écrasée de pomme de terre à l'huile d'olive (2%)



Cabillaud, duo de carottes et fenouil, jus d'agrumes



Colin d'Alaska sauce beurre citron et risotto aux petits légumes



De façon aléatoire chaque participant a eu à tester une combinaison de produits alimentaires et de signalétique appartenant aux 5 catégories. Pour cela, 25 différentes versions du questionnaire ont été utilisées. Un design statistique (carré latin) a permis de garantir un nombre égal de participants pour chaque combinaison signalétiques/catégories de produits.

Les résultats de cette étude spécifique sur la compréhension des logos d'information nutritionnelle montrent que :

- D'une façon générale, les individus « à risque » d'avoir une alimentation de moins bonne qualité nutritionnelle (*sujets âgés, bas revenus, faible niveau d'éducation, faible niveau de connaissance en nutrition, personnes en surpoids ou obèses*) ont davantage de difficulté à classer les produits alimentaires en fonction de leur qualité nutritionnelle.
- Les différentes signalétiques d'information nutritionnelle augmentent de façon significative la capacité des individus, y compris ceux à risque, à classer 3 aliments en fonction de leur qualité nutritionnelle, par rapport à une situation sans logo.
- Les signalétiques d'information nutritionnelle ont plus d'impact que les caractéristiques individuelles (niveau d'éducation, revenu, etc.) pour augmenter la capacité des individus à classer correctement la qualité nutritionnelle des aliments. : les chances de classer correctement les produits sont multipliées au maximum par plus de 12 avec un logo, tandis que les caractéristiques individuelles ne permettent d'accroître les chances que d'un facteur 1.17

- Parmi les signalétiques testées, le système à 5 couleurs (5-C) est le plus efficace en termes de compréhension. Ses performances sont les meilleures devant celles des Traffic Light, des Repères Nutritionnels Journaliers puis de la coche verte.
- Le système 5-C a les meilleures performances y compris chez les individus ayant une alimentation plutôt « défavorable » sur le plan nutritionnel et la santé. En particulier, la présence 5-C augmente, de façon très importante (plus de vingt fois par rapport à la situation sans logo), la capacité des individus n'ayant pas de connaissance en nutrition, à classer correctement les produits par rapport à la situation sans logo.

Les résultats de cette étude soulignent l'intérêt des signalétiques d'information nutritionnelle pour aider les consommateurs, et notamment ceux à risque de faire des choix alimentaires plutôt « défavorable » à la santé, à identifier les produits les plus favorables à l'équilibre nutritionnel. Le logo à 5 couleurs (5-C), s'avère être le mieux compris chez l'ensemble des individus et permettrait donc d'informer efficacement et équitablement les consommateurs sur la qualité nutritionnelle des produits et donc d'intégrer cette information dans les déterminants de leurs choix alimentaires.

Sources

Objective Understanding of Front-of-Package Nutrition Labels among Nutritionally At-Risk Individuals

Pauline Ducrot 1,; Caroline Méjean 1, Chantal Julia 1,2, Emmanuelle Kesse-Guyot 1, Mathilde Touvier 1, Léopold K. Fezeu 1, Serge Hercberg 1,2 and Sandrine Péneau 1*

1Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle, Centre de Recherche en Epidémiologie et Statistiques, Université Paris 13, Inserm (U1153), Inra (U1125), Cnam, COMUE Sorbonne Paris Cité, Bobigny F-93017, France; E-Mails: c.mejean@eren.smbh.univ-paris13.fr (C.M.); c.julia@eren.smbh.univ-paris13.fr (C.J.); e.kesse@eren.smbh.univ-paris13.fr (E.K.-G.); m.touvier@eren.smbh.univ-paris13.fr (M.T.); l.fezeu@eren.smbh.univ-paris13.fr (L.K.F.); s.hercberg@eren.smbh.univ-paris13.fr (S.H.); s.peneau@eren.smbh.univ-paris13.fr (S.P.)

2 Département de Santé Publique, Hôpital Avicenne, Bobigny Cedex F-93017, France

[Nutrients](#), Août 2015

Contact chercheur

Serge Hercberg

Directeur de l'Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (EREN)
UMR U1153 Inserm/U1125 Inra/Cnam/Univ Paris 13
Centre de Recherche en Epidémiologies et Biostatistique Sorbonne-Paris-Cité
Tel: 01 48 38 89 33 ou 32

Contact presse

presse@inserm.fr



Accéder à la [salle de presse de l'Inserm](#)