

Avril 2019

# UN PNNS AMBITIEUX, POUR UNE ALIMENTATION SAINE ET DURABLE ET POUR TOUS

Dans le cadre du renouvellement du Programme national nutrition santé (PNNS) actuellement en cours, cette contribution comporte les revendications du Réseau Action Climat et de ses associations membres concernant autant le fond que la forme du programme.

Dans le contexte actuel d'urgence écologique et climatique, le PNNS doit apporter sa pierre tout en gardant comme premier objectif la santé de tous. Les derniers résultats du GIEC<sup>1</sup> nous rappelle que les actions pour réduire les émissions de gaz à effet de serre doivent être engagées dans les 2 ans à venir. La population attend de la part du gouvernement des actions dans tous les secteurs (manifestations climat de septembre et décembre 2018 et de mars 2019, pétition "Affaire du siècle" ayant rassemblé plus de 2 millions de signatures en janvier 2019, grèves et manifestation d'élèves et d'étudiants, etc.).

Devant l'épidémie de maladies chroniques, le PNNS constitue un formidable outil de prévention santé et d'amélioration de l'accès à tous à une alimentation saine. Son renouvellement doit être l'occasion d'en améliorer l'efficacité et la portée.

<sup>1</sup> GIEC, Octobre 2018, <https://reseauactionclimat.org/rapport-giec-2018/>

Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques



## 1. Remarques générales

### 1.1. Cohérence des politiques publiques et mise en oeuvre de la SNBC

Nous ne souhaitons pas que le PNNS soit fusionné avec le PNA. En effet, le PNNS doit rester sous la tutelle du ministère de la santé, sa vocation première devant être la protection de la bonne santé des français.

Mais comme toute politique publique, le PNNS doit être cohérent avec l'ensemble des politiques françaises.

La Stratégie nationale bas carbone (SNBC, adoptée en 2015) projette une division par deux des émissions de gaz à effet de serre et précise que le PNNS devra, pour cela, intégrer « les enjeux de réductions des émissions de gaz à effet de serre dès son renouvellement »<sup>2</sup>. Cela devra se traduire, comme la SNBC le précise, par une « réduction des protéines d'origine animale (notamment viandes) au profit des protéines végétales (tel que les légumineuses et céréales : haricots, pois, lentilles...) pour diminuer les émissions de gaz à effet de serre liées aux élevages. Plusieurs études montrent qu'un rééquilibrage des régimes alimentaires permettraient de réduire significativement les émissions dues à l'alimentation tout en respectant les recommandations nutritionnelles »<sup>3</sup>.

Comme le rappelle le Haut Commissariat à la Santé Publique en 2017, le PNNS « doit tenir compte des préoccupations environnementales et de développement durable »<sup>4</sup>. Une publication de l'IDDRI d'octobre 2018<sup>5</sup> précise que « si la SNBC mentionne à deux reprises l'enjeu majeur que constitue l'évolution des régimes alimentaires, les mesures permettant d'accompagner ces évolutions peinent à voir le jour ».

### 1.2. Donner plus de poids à la prévention

La prévention en matière de santé est l'un des défis majeurs d'une politique sanitaire encore trop centrée sur le curatif<sup>6</sup> et doit davantage être appliquée via les politiques alimentaires. La politique de prévention doit être dotée de moyens plus importants et être concrètement mise en oeuvre sur le terrain. De plus, travailler sur la prévention permet de mieux lutter pour la réduction des inégalités sociales de santé, encore très présentes en France<sup>7</sup>.

<sup>2</sup> Le titre iii de l'article L222-1-B du code de l'environnement (concernant la partie agricole de la SNBC) précise que la SNBC implique un « alignement sur les repères nutritionnels à l'horizon 2035 ».

<sup>3</sup> SNBC, 2015. [www.ecologique-solidaire.gouv.fr/sites/default/files/Strategie%20nationale%20bas%20carbone.pdf](http://www.ecologique-solidaire.gouv.fr/sites/default/files/Strategie%20nationale%20bas%20carbone.pdf)

<sup>4</sup> HCSP, 2017. Propositions pour une Politique Nationale Nutrition Santé à la hauteur des enjeux de santé publique en France PNNS 2017-2021

<sup>5</sup> IDDRI 2018. Évaluation de l'état d'avancement de la transition bas-carbone en France.

[www.iddri.org/fr/publications-et-evenements/etude/evaluation-de-l-etat-d-avancement-de-la-transition-bas-carbone-en](http://www.iddri.org/fr/publications-et-evenements/etude/evaluation-de-l-etat-d-avancement-de-la-transition-bas-carbone-en)

<sup>6</sup> CESE, 2012. Les enjeux de la prévention en matière de santé.

[www.lecese.fr/sites/default/files/pdf/Avis/2012/2012\\_03\\_prevention\\_sante.pdf](http://www.lecese.fr/sites/default/files/pdf/Avis/2012/2012_03_prevention_sante.pdf)

<sup>7</sup> Par exemple, en 2010, la stabilisation de la prévalence de l'obésité de l'enfant est estimée atteinte de façon globale mais avec de fortes différences selon les niveaux socio-économiques (HCSP, 2010. Objectifs de santé publique Évaluation des objectifs de la loi du 9 août 2004 Propositions).

Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques



En effet, les inégalités sociales de santé sont plus souvent liées à l'environnement et aux comportements (préventif) qu'à l'accès aux soins (curatif)<sup>8</sup>. L'alimentation fait partie des facteurs d'inégalités sociales face à la santé<sup>9</sup>. La prévention, notamment en matière d'alimentation, est la meilleure façon de lutter contre les inégalités sociales de santé. Les inégalités alimentaires sont dues à la fois à des comportements individuels liés à des déterminants sociaux, culturels et historiques, et à un environnement alimentaire défectueux. Le PNNS peut et doit être un des outils de prévention en matière d'alimentation.

### 1.3. L'échec des politiques de sensibilisation sur l'alimentation

Les instances publiques responsables du renouvellement du PNNS doivent se baser sur les analyses réalisées sur les précédents PNNS. La plupart du temps très critiques, concluant pour certaines à un constat d'échec, ces analyses doivent nous inciter à questionner en particulier la gouvernance, le choix des outils et la mise en oeuvre de la politique nutritionnelle en France.

“L'analyse des processus et résultats des trois précédents Programmes nationaux nutrition santé (PNNS) a conduit à appréhender les limites des stratégies de santé publique fondées exclusivement sur les déterminants individuels des comportements alimentaires et d'activité physique. Ces stratégies s'appuyaient principalement sur la communication nutritionnelle, et des approches purement incitatives” (HCSP 2017<sup>10</sup>).

L'IGAS a été plus loin dans l'analyse du PNNS<sup>11</sup>. Il précise que si la notoriété du PNNS est acquise au plan national (notamment les slogans et messages de prévention maintenant bien connus), la visibilité et l'impact du programme sont faibles au plan local et la communication institutionnelle ne touche pas les populations précaires qui forment l'une des cibles prioritaires du PNNS. “Le PNNS souffre désormais d'une image neutre ou négative et il est peu connu du grand public. Son impact sanitaire est limité puisque les inégalités sociales de santé n'ont pas diminué”.

<sup>8</sup> CESE, 2012.

<sup>9</sup> de Saint Pol, 2017.

<sup>10</sup> HCSP, 2017. Pour une Politique nationale nutrition santé en France PNNS 2017-2021.

<sup>11</sup> Rapport IGAS d'évaluation du PNNS 2011-2015 et du Plan obésité 2010-2013 par Charles de Batz, Félix Faucon et Dominique Voynet. [www.igas.gouv.fr/spip.php?article622](http://www.igas.gouv.fr/spip.php?article622)

Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques



## 2. Préconisations nutritionnelles

Les organisations membres du Réseau Action Climat ont favorablement accueilli les résultats publiés dans le rapport de l'ANSES en 2016<sup>12</sup> puis dans l'avis du HCSP<sup>13</sup> en 2017 relatifs à la révision des repères alimentaires pour le prochain PNNS. Le tableau suivant présente, dans la colonne de gauche, les principaux résultats de l'avis du HCSP que nous souhaitons retenir et, dans la colonne de droite, des propositions d'améliorations.

Propositions du HCSP (03/2017) à retenir	Propositions d'amélioration
Considérer les légumineuses comme des substituts aux viandes et volailles et d'en consommer au moins deux fois par semaine.	Intégrer les légumineuses et les céréales complètes dans la catégorie des protéines, en les présentant clairement comme des substituts protéiques. Plusieurs pays ont déjà fait ce choix (voir annexe B)
Limiter la consommation de viande rouge (et privilégier la volaille) et de charcuterie (et privilégier le jambon blanc). Pour les amateurs de viande rouge, limiter la consommation à 500 g/ semaine et la charcuterie à 150 g/ semaine.	Rendre la communication claire sur le fait que le plafond de 500g pour les gros mangeurs n'est pas un objectif de consommation (il est actuellement compris comme tel <sup>14</sup> ). D'autres organismes préconisent des grammages inférieurs à destination de tous <sup>15</sup> .
Privilégier les fruits et légumes, les légumineuses et les produits céréaliers cultivés selon des modes de production diminuant l'exposition aux pesticides.	Inciter clairement à privilégier les produits issus de l'agriculture biologique, en illustrant avec le label AB français et européen.
Limiter la consommation de produits sucrés, de boissons sucrées, de sel, et de produits trop gras.	Appeler clairement à réduire la consommation de produits transformés, de plats préparés, et a fortiori de plats préparés contenant de la viande. Inciter à prendre le temps de faire la cuisine, sensibiliser sur des recettes simples, rapides et bonnes pour la santé.
Prendre suffisamment de temps pour manger et profiter des repas.	
Privilégier l'utilisation de produits bruts, les aliments de saison.	
Privilégier les circuits courts et les modes de production respectueux de l'environnement	Indiquer les labels existants

Il ne s'agit pas ici de supprimer la viande et les produits laitiers mais de diversifier les sources de protéines et d'augmenter la part de protéines végétales dans l'alimentation française pour toutes catégories de population, y compris les enfants.

<sup>12</sup> ANSES "Actualisation des repères du PNNS : révision des repères de consommations alimentaires", décembre 2016

<sup>13</sup> HCSP, avis "relatif à la révision des repères alimentaires pour les adultes du futur Programme national nutrition santé 2017-2021", février 2017

<sup>14</sup> Exemple : formulation peu claire de l'article de 60 millions de consommateurs de mai-juin 2017 page 14.

<sup>15</sup> Fond mondial de recherche contre le cancer et l'Institut américain de recherche sur le cancer, 2017.

Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques



### 3. Les programmes d'action qui en découleront

La prévention, et en particulier la prévention via l'alimentation, permet de réduire les inégalités sociales vis-à-vis de la santé. Pour cela, les actions qui découlent du PNNS doivent être renforcées, voire réinventées, afin d'être plus efficaces et d'accompagner au mieux un maximum de personnes. "De nombreuses études soulignent ainsi la nécessité de mieux prendre en compte le contexte social pour comprendre les inégalités sociales en matière d'alimentation et améliorer l'efficacité des interventions"<sup>16</sup>.

#### 3.1. Information et sensibilisation des citoyens

##### 3.1.1. Campagnes d'information publiques

Afin de mieux informer toutes les catégories de consommateurs, notamment les catégories à faible niveau d'éducation, les campagnes de communication publiques doivent être repensées. En premier lieu, leur cible prioritaire doit devenir les populations les plus fragiles (à faible revenu et à faible niveau d'étude).

Les axes de communication doivent être améliorés :

- en renforçant une communication (nationale et de proximité) très orientée sur la mise en pratique et la facilité pour tendre vers les repères de consommation ;
- en donnant une information pratique et simple pour orienter les choix des consommateurs au moment de l'acte d'achat ;
- en rendant les actions d'éducation nutritionnelle accessibles à tous, particulièrement aux populations à faible niveau d'éducation ;
- en garantissant une cohérence des messages.

##### 3.1.2. Education à l'alimentation

L'éducation à l'alimentation doit devenir une priorité auprès des enfants. Un tel objectif doit être mis en oeuvre avec l'ensemble des structures concernées (Éducation Nationale, collectivités locales et territoriales, ministère des sports, monde associatif, etc.). Il doit viser tous les enfants tout le long de la scolarité (temps scolaire et périscolaire) et cibler des objectifs d'alimentation saine avec une finalité à la fois environnementale et sanitaire<sup>17</sup>.

<sup>16</sup> HCSP 2017

<sup>17</sup> HCSP 2017, paragraphe 4.4.1 ; page 81; et HCSP 2010 (Objectifs de santé publique Évaluation des objectifs de la loi du 9 août 2004 Propositions)

Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques



### 3.1.3. Réglementation sur la publicité et le marketing

Afin d'améliorer l'information de la population, une amélioration radicale de la réglementation de la publicité et du marketing est nécessaire. Nous proposons les recommandations suivantes<sup>18</sup> :

- Interdire les communications commerciales, les ventes promotionnelles (vente avec prime, vente par lots, jeux promotionnels) et la promotion des marques agro-alimentaires associées pour les aliments de pauvre qualité nutritionnelle (classés D et E selon le NutriScore) ;
- Interdire l'utilisation de tous supports publicitaires à destination des moins de 16 ans pour tous les produits agro-alimentaires ;
- Interdire l'utilisation de héros de dessins animés sur les produits agroalimentaires ;
- Reconnaître le NutriScore comme le seul format de signalétique autorisé en France en face avant des emballages alimentaires.

### 3.1.4. Les formations des professionnels

- Renforcer le socle universitaire de la formation de diététicien-nutritionniste, pour le porter au niveau de la licence<sup>19</sup>.
- Incorporer des modules de nutrition dans les formations (initiale et continue) des médecins, pédiatres, assistantes sociales, infirmières, travailleurs sociaux, puéricultrices, animateurs, assistantes maternelles, cuisiniers et gestionnaires de cantines, etc.

## 3.2. Améliorer l'offre alimentaire

### 3.2.1. Rendre accessible les aliments de bonne qualité nutritionnelle

Afin d'assurer un accès à tous à une alimentation durable, nous recommandons les deux mesures suivantes :

- La mise en place d'une sécurité sociale alimentaire<sup>20</sup> ;
- Une refonte de la fiscalité alimentaire sur la base du nutriscore<sup>21</sup>. Un groupe de travail spécifique devra être mis en place pour réfléchir à une fiscalité qui soit la plus juste possible.

<sup>18</sup> Ces recommandations sont en parties issues des préconisations du rapport du HCSP de 2017, du paragraphe 4.3.1 page 60 au paragraphe 4.3.4 page 75.

<sup>19</sup> HCSP, 2017, paragraphe 4.6 page 101.

<sup>20</sup> Cette proposition a été développée par Ingénieurs sans frontières :

[www.isf-france.org/articles/pour-une-securite-sociale-alimentaire?fbclid=IwAR0gSRG8SbwEIdZifU\\_dcDIEatq7gl\\_q8vsu3FERMc\\_FTHldjECsf4FV\\_h9CR4](http://www.isf-france.org/articles/pour-une-securite-sociale-alimentaire?fbclid=IwAR0gSRG8SbwEIdZifU_dcDIEatq7gl_q8vsu3FERMc_FTHldjECsf4FV_h9CR4)

<sup>21</sup> En particulier pour les produits préemballés relevant du champ d'application du règlement européen INCO, et inclus dans la catégorie NutriScore D et E (paragraphe 4.2.1.4 page 42, HCSP 2017).

Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques



### 3.2.2. Améliorer la qualité nutritionnelle des aliments

Au delà des incitations (informationnelles et financières), la qualité nutritionnelle des aliments mis sur le marché doit elle-même être rehaussée<sup>22</sup> :

- Des standards de composition nutritionnelle (limites maximales pour le gras, le sel, le sucre) doivent être définis par voie réglementaire par catégories ou familles d'aliments<sup>23</sup>.
- Les contaminants les plus nocifs doivent être interdits (parmis les additifs, emballages plastiques, etc.).

### 3.3. Gouvernance :

D'après l'ouverture à consultation, le PNNS (pilote par le ministère des solidarités et de la santé) serait rapproché du PNA (pilote par le ministère de l'agriculture et de l'alimentation) sous l'ombrelle du Programme national de l'alimentation et de la nutrition, le PNAN.

Afin que le PNAN prenne réellement la mesure de l'urgence climatique et soit compatible avec les politiques climatiques de la France, deux mesures doivent être prises :

- Le PNAN doit passer sous une triple tutelle du ministère des solidarités et de la santé, du ministère de la transition écologique et solidaire et du ministère de l'agriculture et de l'alimentation.
- Sa gouvernance doit être adossée à un conseil consultatif multi-acteurs, composé des représentants des enjeux sanitaires, sociaux et environnementaux (associations d'aide aux plus démunis, de malades, de consommateurs, de défense de l'environnement). L'enjeu de ce conseil consultatif sera d'être complètement indépendant de toute influence des lobby concernés par la production et la vente de produits agro-alimentaire.

<sup>22</sup> CNA 2018, Avis n°81; et HCSP 2010.

<sup>23</sup> HCSP 2017, paragraphe 4.2.1.1, page 31.

Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques



## Annexes :

### A. Bibliographie

- ANSES “Actualisation des repères du PNNS : révision des repères de consommations alimentaires”, décembre 2016
- CESE, 2012. Les enjeux de la prévention en matière de santé, [www.lecese.fr/sites/default/files/pdf/Avis/2012/2012\\_03\\_prevention\\_sante.pdf](http://www.lecese.fr/sites/default/files/pdf/Avis/2012/2012_03_prevention_sante.pdf)
- CNA, 2018, Avis 81.
- de Saint Pol, Thibault, 2017. Les évolutions de l'alimentation et de sa sociologie au regard des inégalités sociales, PUF.
- HCSP, 2010. Objectifs de santé publique Évaluation des objectifs de la loi du 9 août 2004 Propositions. [https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Rapport\\_Haut\\_conseil\\_de\\_la\\_sante\\_publicque\\_-\\_Objectifs\\_de\\_sante\\_publicque.pdf](https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Rapport_Haut_conseil_de_la_sante_publicque_-_Objectifs_de_sante_publicque.pdf)
- HCSP, 2017. Pour une Politique nationale nutrition santé en France PNNS 2017-2021
- HLPE, 2018. Nutrition et systèmes alimentaires, un rapport du groupe d'experts de haut niveau sur la sécurité alimentaire et la nutrition, mars 2018.
- IDDRI 2018. Évaluation de l'état d'avancement de la transition bas-carbone en France. [www.iddri.org/fr/publications-et-evenements/etude/evaluation-de-letat-davancement-de-la-transition-bas-carbone-en](http://www.iddri.org/fr/publications-et-evenements/etude/evaluation-de-letat-davancement-de-la-transition-bas-carbone-en)
- IGAS, Charles de Batz, Félix Faucon et Dominique Voynet. Rapport d'évaluation du PNNS 2011-2015 et du Plan obésité 2010-2013. [www.igas.gouv.fr/spip.php?article622](http://www.igas.gouv.fr/spip.php?article622)
- ISF, mars 2019, Pour une sécurité sociale alimentaire, [www.isf-france.org/articles/pour-une-securite-sociale-alimentaire?fbclid=IwAR0qSRG8SbwELdZifU\\_dcDIEatq7gLq8vsu3ERMcfTHldjECsf4FV\\_h9CR4](http://www.isf-france.org/articles/pour-une-securite-sociale-alimentaire?fbclid=IwAR0qSRG8SbwELdZifU_dcDIEatq7gLq8vsu3ERMcfTHldjECsf4FV_h9CR4)

Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques





## B. Pyramides alimentaires inspirantes d'autres pays

### Canada

<https://guide-alimentaire.canada.ca/fr/>

Le paragraphe concernant les sources protéiques est ainsi formulés : “Les aliments protéinés, notamment ceux d’origine végétale, font partie intégrante d’une alimentation saine. Incorporez des haricots, des lentilles, des noix, des graines, des viandes maigres et de la volaille, du poisson, des fruits de mer, des œufs, du lait plus faible en gras et des produits laitiers plus faibles en gras”



### Royaume Uni

[www.nhs.uk/live-well/eat-well/the-eatwell-guide/](http://www.nhs.uk/live-well/eat-well/the-eatwell-guide/)

Le paragraphe concernant les protéines est ainsi rédigée : “Eat some beans, pulses, fish, eggs, meat and other protein. Pulses, such as beans, peas and lentils, are good alternatives to meat because they're lower in fat and higher in fibre and protein, too.”

Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques



Beans, pulses, fish, eggs, meat and other proteins

Eat more beans and pulses, 2 portions of sustainably sourced fish per week, one of which is oily. Eat less red and processed meat

### Explore the interactive Eatwell Guide

Each serving contains					
Energy (kcal)	220	50	1.2g	24g	0.6g
Carbohydrate (g)	45	10	0.3g	18g	0.1g
Fat (g)	7	0.2	0.05g	0.8g	0.02g
Fibre (g)	2	0.5	0.01g	0.1g	0.001g
Protein (g)	4	1	0.02g	0.2g	0.002g

Typical values for energy per 100g: 100kcal / 100kcal

Per day 2000kcal 2500kcal = ALL FOOD + ALL DRINKS

**USA**

<https://health.gov/dietaryguidelines/2015/guidelines/>

Les recommandation nutritionnelles 2015-2020 des Etats-Unis indique que la catégorie protéines inclut “A variety of protein foods, including seafood, lean meats and poultry, eggs, legumes (beans and peas), and nuts, seeds, and soy products”.

Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques



1

Follow a healthy eating pattern across the lifespan. All food and beverage choices matter. Choose a healthy eating pattern at an appropriate calorie level to help achieve and maintain a healthy body weight, support nutrient adequacy, and reduce the risk of chronic disease.

Follow a healthy eating pattern over time to help support a healthy body weight and reduce the risk of chronic disease.

**A Healthy Eating Pattern Includes:**



**A Healthy Eating Pattern Limits:**



Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques



## C. Argumentaire concernant l'équilibre entre protéines animales et végétales

Notre alimentation a radicalement changé au cours des dernières décennies. Malgré la persistance de grandes différences régionales, l'augmentation globale de la consommation de produits d'origine animale est un phénomène planétaire. Entre 1989 et 2000, par exemple, la consommation mondiale de ces produits a « plus que triplé dans les zones rurales et presque quadruplé dans les zones urbaines<sup>24</sup> ». En France, les protéines animales représentent aujourd'hui 61% de nos apports en protéines, soit environ 1 million de tonnes de protéines animales pour 640.000 tonnes de protéines végétales<sup>25</sup>. Ces évolutions ne sont pas sans conséquences sur le plan sanitaire, environnemental, climatique et économique.

### 1) Arguments sanitaires

Du point de vue sanitaire, la consommation trop importante de protéines d'origines animales présente des externalités négatives avérées sur la santé humaine. En effet, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a classé les viandes transformées (après salaison, maturation, fermentation, etc.) comme cancérigènes pour l'Homme (Groupe 1) et la viande rouge (Groupe 2A)<sup>26</sup> comme probablement cancérigène<sup>27, 28</sup>. La FAO quant à elle rappelle que « le passage à une alimentation comportant davantage de denrées alimentaires raffinées, d'aliments d'origine animale et de graisses joue un rôle majeur dans l'épidémie actuelle d'obésité, de diabète et de maladies cardio-vasculaires, entre autres affections non-transmissibles »<sup>29</sup>. De plus, l'antibiorésistance créée par l'élevage, à travers son utilisation massive des antibiotiques (dans certains pays plus de 80% des antibiotiques utilisés sont à destination de l'élevage<sup>30</sup>), entraîne une inefficacité de ces derniers à traiter les pathologies infectieuses humaines. Enfin, la surconsommation de viande est aussi responsable, de façon indirecte, des zoonoses, maladies animales transmises aux êtres humains (grippe aviaire, encéphalopathie spongiforme bovine, grippe H1N1, etc.), propice au développement dans les zones d'élevages intensifs, caractérisés par une forte concentration des animaux.

Selon l'Anses, il est possible de couvrir nos besoins en acides aminés indispensables en consommant uniquement des protéines animales ou uniquement des protéines végétales, sous réserve d'associer des céréales à des légumineuses<sup>31</sup>. Il n'y a donc pas de minimum de protéines animales recommandé, mais plusieurs avis convergent pour dire qu'un tiers de

<sup>24</sup> voir: [https://cdn.greenpeace.fr/site/uploads/2018/03/Moins\\_mais\\_mieux\\_BD.pdf](https://cdn.greenpeace.fr/site/uploads/2018/03/Moins_mais_mieux_BD.pdf)

<sup>25</sup> voir: [www.afterres2050.solagro.org](http://www.afterres2050.solagro.org)

<sup>26</sup> Bœuf, veau, porc, agneau, mouton, cheval et chèvre

<sup>27</sup> voir le communiqué de presse n°240 du Centre International de Recherche contre le Cancer, 2015: [https://www.iarc.fr/fr/media-centre/pr/2015/pdfs/pr240\\_F.pdf](https://www.iarc.fr/fr/media-centre/pr/2015/pdfs/pr240_F.pdf)

<sup>28</sup> Pour exemple, chaque portion de 50 g de viande transformée consommée quotidiennement augmenterait ainsi de 18 % le risque de cancer colorectal

<sup>29</sup> voir: *Diet, Nutrition and the prevention of chronic diseases*, Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation, 2003

<sup>30</sup> voir: [www.who.int/mediacentre/news/releases/2017/antibiotics-animals-effectiveness/fr/](http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2017/antibiotics-animals-effectiveness/fr/)

<sup>31</sup> [http://afterres2050.solagro.org/wp-content/uploads/2015/11/Solagro\\_afterres2050-v2-web.pdf](http://afterres2050.solagro.org/wp-content/uploads/2015/11/Solagro_afterres2050-v2-web.pdf)

Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques



protéines animales dans la ration permet de satisfaire nos besoins en acides aminés essentiels. C'est d'ailleurs la situation qui prévalait en France au début du XX<sup>ème</sup> siècle<sup>32</sup>.

Une étude récente estime qu'en adoptant des régimes alimentaires plus sains comprenant moins de viande et davantage de légumes, fruits, légumes secs et fruits secs, 5 millions de morts par an pourraient être évités dans le monde à partir de 2050. Passer à un régime végétarien permettrait même d'éviter 7 millions de morts. Les économies en termes de santé et de changements climatiques pourraient ainsi atteindre 1 500 milliards de dollars.<sup>33</sup>

Enfin, il est à souligner que la consommation de produits animaux de qualité présente des impacts positifs sur la santé. A titre d'exemple, la composition des produits animaux en acides gras dépend de leur alimentation, en particulier de la part de l'herbe dans la ration (y compris pour les monogastriques), ainsi que de la nature des lipides ingérés. Pour le lait et la viande de ruminants, la teneur en oméga-3 est plus que doublée par une alimentation à l'herbe plutôt qu'à base de maïs ensilage (Couvreur et al., 2006 ; Van Elswyk et McNeill, 2014)<sup>34</sup>.

## 2) Arguments environnementaux

Du point de vue environnemental et climatique, les conditions actuelles de production des élevages industriels ainsi que les imports massifs et à bas prix de matières premières (notamment le soja) pour l'alimentation du bétail ont des conséquences désastreuses pour la biosphère (pollution des eaux, changement climatique, déforestation importée, etc.)<sup>35</sup> et sacrifient le bien-être animal.

L'année 2017 a été la plus chaude jamais enregistrée sans phénomène El Niño, et des scientifiques préviennent que « les changements climatiques s'accélèrent ». Notre climat planétaire évolue et l'alimentation est au cœur de ces changements. Le système agricole et alimentaire actuel est responsable d'un tiers des émissions de gaz à effet de serre (GES) en France<sup>36</sup>. Les produits d'origine animale sont responsables d'environ 60 % des émissions de gaz à effet de serre issu de ce secteur et 90% pour le seul secteur agricole. La production de protéines animales est beaucoup plus impactante que celle de la protéine végétale, notamment parce que 33 % des terres cultivables de la planète sont utilisées à produire l'alimentation des animaux d'élevage<sup>37</sup>. Ainsi, toutes les viandes, les oeufs et les produits

<sup>32</sup> [http://afterres2050.solagro.org/wp-content/uploads/2015/11/Solagro\\_afterres2050-v2-web.pdf](http://afterres2050.solagro.org/wp-content/uploads/2015/11/Solagro_afterres2050-v2-web.pdf)

<sup>33</sup> Springmann, M., et al. 2016. Global and regional health effects of future food production under climate change: a modelling study. The Lancet, 387: 1937-1946.

<sup>34</sup> M. Duru, M. Benoit, C. Donnars, J. Ryschawy, B. Dumont "Quelle place pour l'élevage, les prairies et les produits animaux dans les transitions agricoles et alimentaires ?", Fourrages (2017) 232, 281-296

<sup>35</sup> Le soja est par exemple responsable de 80% de la déforestation du bassin amazonien. Voir également le rapport de la FAO: <http://www.fao.org/3/a-a0701f.pdf>

<sup>36</sup>

<https://solagro.org/empreinte-carbone-de-l-alimentation-en-france-des-travaux-de-recherche-auxquels-solagro-a-participe-40-a-ctu-112>

<sup>37</sup> voir FAO, 2006. Livestock Long Shadow, Rome : Food and agriculture organisation of the United Nations

Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques



laitiers sont les composantes de notre alimentation qui ont les plus graves effets sur notre climat. Les conséquences de notre alimentation et de la manière dont nous la produisons vont progressivement devenir plus manifestes et menacer de plus en plus notre survie sur Terre<sup>38</sup>.

Pour résoudre la crise climatique, il faut tendre vers une couverture de nos besoins protéiques par environ 60% d'origine végétale et 40% d'origine animale<sup>39</sup>. Du point de vue environnemental, ce nouvel équilibre de protéines participerait à la division par deux des émissions de gaz à effet de serre du secteur agricole et alimentaire, à la division par trois de la pression phytosanitaire et à la division par deux et demi de l'utilisation d'azote minéral.

### Informations relatives à la Stratégie Nationale de Bas Carbone

La Stratégie Nationale Bas-Carbone (SNBC) est un document prévu par la Loi de Transition Énergétique pour la Croissance Verte (LTECV) pour définir la trajectoire à suivre pour atteindre l'objectif de réduction des émissions de gaz à effet de serre (GES) de la France. La France s'est engagée, avec la SNBC, à réduire de 75 % ses émissions GES à l'horizon 2050 par rapport à 1990 (c'est ce que l'on appelle le "Facteur 4"). Ce document marque un tournant dans la prise en compte du secteur agricole et alimentaire puisque pour la première fois, un texte officiel décline l'objectif national de réduction des gaz à effet de serre par secteur, en particulier la division par 2 des émissions de gaz à effet de serre du secteur agricole et alimentaire (c'est ce que l'on appelle le "Facteur 2").

Pour cela, la SNBC précise que l'ensemble des plans sectoriels relatifs à l'agriculture et à l'alimentation, dont le PNNS, devront intégrer les enjeux de réductions des émissions de gaz à effet de serre dès leur renouvellement, et rappelle que les recommandations nutritionnelles doivent tenir compte de critères sanitaires mais également environnementaux et climatiques et qu'un travail sur l'assiette alimentaire des Français devra être effectué<sup>40</sup>. La SNBC précise ainsi que la réduction des protéines d'origine animale (notamment viandes) au profit des protéines végétales (telle que les légumineuses et céréales) permettra de diminuer les émissions de gaz à effet de serre dues à la production. Elle affirme "qu'un rééquilibrage des régimes alimentaires permettraient de réduire significativement les émissions dues à l'alimentation tout en respectant les recommandations nutritionnelles"<sup>41</sup>. Le Facteur 2 en agriculture n'est pas atteignable sans une réduction de l'élevage au profit des productions végétales correspondant à un changement de régime.

Dans un souci de cohérence des politiques publiques, le Programme National Nutrition Santé doit prendre en compte la Stratégie Nationale Bas Carbone par la prise en compte

<sup>38</sup> [https://cdn.greenpeace.fr/site/uploads/2018/03/Moins\\_mais\\_mieux\\_BD.pdf](https://cdn.greenpeace.fr/site/uploads/2018/03/Moins_mais_mieux_BD.pdf)

<sup>39</sup> [http://afterres2050.solagro.org/wp-content/uploads/2015/11/Solagro\\_afterres2050-v2-web.pdf](http://afterres2050.solagro.org/wp-content/uploads/2015/11/Solagro_afterres2050-v2-web.pdf)

<sup>40</sup> [www.ecologique-solidaire.gouv.fr/sites/default/files/SNBC\\_Strategie\\_Nationale\\_Bas\\_Carbone\\_France\\_2015.pdf](http://www.ecologique-solidaire.gouv.fr/sites/default/files/SNBC_Strategie_Nationale_Bas_Carbone_France_2015.pdf)

<sup>41</sup> Alléger l'empreinte environnementale de la consommation des Français en 2030 (ADEME) et Un équilibre des choix alimentaires sains et durables pour la France, l'Espagne et la Suède (LiveWellforLIFE)

Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques



des critères sanitaires mais également environnementaux et climatiques et en favorisant la réduction des protéines d'origine animale au profit des protéines végétales<sup>42</sup>.

### 3) Arguments économiques

Du point de vue économique, il est aussi important de rappeler que la production industrielle de viande, des oeufs et des produits laitiers induit de nombreux coûts cachés liés aux pollutions de l'air (production d'ammoniac) et de l'eau (pollution par les nitrates), à la précarité de l'emploi ou encore à la génération de déchets. A titre d'exemple, les coûts pour la collectivité de l'économie laitière sont estimés à 7,1 milliards d'euros par an<sup>43</sup>.

Ces impacts environnementaux et sanitaires et ces coûts sont majoritairement induits par les élevages industriels (utilisation d'antibiotiques, concentration des élevages et donc des effluents, bâtiments, alimentation animale importée, etc.). En revanche, il existe des formes d'élevage telle que la polyculture élevage ou l'élevage de montagne qui peuvent se révéler vertueuses et rendre de nombreux services écosystémiques (séquestration du carbone, maintien de milieux ouverts, lutte contre l'érosion, ...).

Enfin, le scénario Afterras montre qu'une transformation de notre modèle agricole et alimentaire pourrait induire un gain net de plus de 140 000 emplois à l'horizon 2050<sup>44</sup>.

### 4) Arguments sociétaux

Du point de vue du porte monnaie des ménages, le nouvel équilibre présente des avantages financiers pour le consommateur. Les légumes secs non transformés dans le commerce sont plus abordables que la viande non préparée, même en ce qui concerne les légumes secs sous signe de qualité<sup>45</sup>. Ainsi, une réduction des aliments d'origine animale, largement présents aujourd'hui dans le panier alimentaire moyen d'une famille française de 4 personnes, permettrait non seulement de réduire de 38% l'impact carbone du panier (de 109 kg CO2 à 68 kg CO2 par semaine) mais aussi de réduire de 21% son coût (de 187€ à 147€ par semaine). Grâce à cette réduction de coût, il est alors possible d'introduire dans ce panier flexitarien près de 50% de produits certifiés (Bio, Label Rouge et MSC) sans dépasser le coût du panier standard<sup>46</sup>. Attention cependant : le Label Rouge est un label de

<sup>42</sup> Le titre iii de l'article L222-1-B du code de l'environnement précise que la Stratégie nationale bas carbone (SNBC) implique un "alignement sur les repères nutritionnels à l'horizon 2035".

<sup>43</sup> [https://lebasic.com/wp-content/uploads/2015/11/BASIC\\_Rapport-Lait\\_20140724\\_Final.pdf](https://lebasic.com/wp-content/uploads/2015/11/BASIC_Rapport-Lait_20140724_Final.pdf) et [https://cdn.greenpeace.fr/site/uploads/2018/03/Moins\\_mais\\_mieux\\_BD.pdf](https://cdn.greenpeace.fr/site/uploads/2018/03/Moins_mais_mieux_BD.pdf)

<sup>44</sup> Par rapport au scénario tendanciel. Voir:

<https://afterres2050.solagro.org/2016/02/afterres2050-un-solde-net-de-148-000-emplois/>

<sup>45</sup> Enquête réalisée en 2015 par le Réseau Action Climat

<sup>46</sup>

<https://www.wwf.fr/vous-informer/actualites/pour-le-meme-prix-manger-mieux-tout-en-reduisant-notre-impact-sur-la-planete-cet-possible>

Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques



qualité gustative seulement, et ne comporte aucun critère de durabilité ni aucun critère de qualité sanitaire. Le MSC quant à lui est un label très controversée. A l'heure actuelle, seul le bio fait aujourd'hui l'unanimité au sein des associations.

Du point de vue sociétal, le nouvel équilibre permettrait de respecter l'ensemble des convictions de la population et de répondre aux attentes des consommateurs. En France, 2% de la population est végétarienne ou végétalienne, 30% flexitarienne et 50% souhaite augmenter la consommation de produits végétaux<sup>47</sup>. Plus généralement, 67% des Français sont prêts à réduire leur consommation de protéines animales pour privilégier des produits de meilleure qualité<sup>48</sup>. En restauration scolaire, 59% des Français-e-s et 74% des 18-34 ans sont favorables à l'introduction de menus sans viande ni poisson. Enfin, la Fédération des Conseils de Parents d'Elèves (FCPE) réclame que soient proposés aux élèves deux repas végétariens par semaine afin d'assurer la diversité des protéines apportées aux enfants<sup>49</sup>.

### **Augmentation des argumentaires scientifiques pour le rééquilibrage des protéines**

Ces dernières années et ces derniers mois, les publications se sont multipliées en faveur d'un régime davantage végétale, moins transformé et issu de l'agriculture biologique. Les prises de parole publiques de scientifiques se sont également multipliées.

#### 1) Augmentation du nombre de résultats scientifiques

L'évolution du modèle alimentaire vers des régimes moins carnés présenterait des bénéfices incontestables du point de vue de la santé publique et de l'écologie<sup>50</sup>. Un rééquilibrage des protéines en faveur des protéines végétales dans les repères nutritionnels répondrait simultanément aux problématiques sanitaires, environnementaux, climatiques et économiques actuels<sup>51</sup>.

Un régime alimentaire présentant une plus grande part de protéines d'origine végétale présente de nombreux bénéfices mis en évidence par les professionnels de la santé partout dans le monde. L'une des plus grandes organisations de spécialistes de la nutrition et de la diététique du monde, l'*Academy of Nutrition and Dietetics*, a publié en 2016 une note de position à ce sujet<sup>52</sup>. Les auteurs ainsi que d'autres spécialistes<sup>53</sup> y concluent qu'un régime laissant une large place au végétal contribue efficacement à réduire les risques d'apparition

47

[www.lemonde.fr/planete/article/2017/12/01/un-tiers-des-menages-francais-sont-flexitariens-2-sont-vegetariens\\_5223312\\_3244.html](http://www.lemonde.fr/planete/article/2017/12/01/un-tiers-des-menages-francais-sont-flexitariens-2-sont-vegetariens_5223312_3244.html)

48 Sondage IFOP-WWF, 2017

49 <https://www.fcpe.asso.fr/sites/default/files/2018-03/28032018alternativespesticides.pdf>

50 FAO : Livestock's long shadow report environmental issue and option

<http://www.europarl.europa.eu/climatechange/doc/FAO%20report%20executive%20summary.pdf>

51 Lacour C. et al. 2018. Environmental impacts of Plant-Based Diets: How Does Organic Food Consumption Contribute to environmental Sustainability". *Frontiers in Nutrition*

52 Melina V. et al, 2016. Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: Vegetarian Diets. *J Acad Nutr Diet*. 2016 Dec; 116(12):1970-1980

53 Patel H., Chandra S., Alexander S., Soble J., Williams A. K. Sr. Plant-Based Nutrition: An Essential Component of Cardiovascular Disease Prevention and Management. *Curr Cardiol Rep* (2017) 19:104

Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques





de troubles et de maladies chroniques très répandus : diabète, hypertension artérielle, maladies cardiovasculaires, obésité, ostéoporose, maladies dégénératives, etc. On peut aussi citer les travaux de David Tilman & Michael Clark qui montrent pour les régimes plus végétals (méditerranéen, pescarien et végétarien) une réduction des taux de diabète de type 2, des cancers, des maladies cardio-vasculaires et de toutes causes de mortalité<sup>54</sup>.

Du point de vue nutritionnel, une réduction de la part de protéines animales est possible. De nombreux travaux scientifiques comme celui mené par L'EREN dans le cadre de Nutrinet-Santé montrent une meilleure adéquation nutritionnelle (mesurée par le score PNNS-GS et PANDiet) des régimes plus végétals<sup>55</sup>.

En 2017, le Fond mondial de recherche contre le cancer et l'Institut américain de recherche sur le cancer recommandaient quant à eux d'adopter une alimentation composée essentiellement de produits végétals et limitant les aliments d'origine animale. Les deux organisations suggèrent que l'un des objectifs des politiques de santé publique consiste à limiter la consommation de viande rouge à moins de 300 g de viande cuite par semaine pour prévenir le cancer colorectal<sup>56</sup>.

## 2) Prises de positions publiques de scientifiques

Dans leur appel de septembre 2017 pour sauver la planète, 15 000 scientifiques le clament : il faut réduire notre consommation de protéines animales et adopter une alimentation «majoritairement végétale»<sup>57</sup>.

Les PDG du CIRAD et de l'INRA ont publié en novembre 2018 une tribune dans le Monde intitulée « Cinq scénarios pour l'avenir alimentaire de la planète en 2050 ». Ils y précisent que Notre consommation de fruits, de légumes, de légumineuses, de céréales diversifiées doit augmenter au détriment de celle d'huiles, de sucres et de produits animaux<sup>58</sup>.

## 3) Des scénarios de plus en plus convergent d'acteurs de plus en plus variés

Dès 2016, le travail réalisé dans le cadre du scénario Aferres2050 de l'association Solagro va dans ce sens et démontre combien une évolution de l'assiette est nécessaire, et notamment une diminution des sur-consommations de produits gras, sucrés, salés, de produits animaux (viandes et produits laitiers), au profit des protéines végétals (fruits et légumes, légumineuses et céréales complètes). Ce scénario propose un renversement de la

---

<sup>54</sup> David Tilman & Michael Clark. 2014. Global diets link environmental sustainability and human health. Nature 1395

<sup>55</sup> Lacour C. et Al. 2018. Environmental impacts of Plant-Based Diets: How Does Organic Food Consumption Contribute to environmental Sustainability". Frontiers in Nutrition

<sup>56</sup> WCRF. 2017. World Cancer Research Fund International/American Institute for Cancer Research. Continuous Update Project: Diet, nutrition, physical activity and the prevention of cancer. Summary of strong evidence.

<sup>57</sup> voir : Sud-Ouest, 2017 : Urgence écologique : [appel sans précédent de 15 000 scientifiques](https://www.lemonde.fr/idees/article/2018/11/14/cinq-scenarios-pour-l-avenir-alimentaire-de-la-planete-en-2050_5383175_3232.html) pour sauver la planète

<sup>58</sup> [www.lemonde.fr/idees/article/2018/11/14/cinq-scenarios-pour-l-avenir-alimentaire-de-la-planete-en-2050\\_5383175\\_3232.html](https://www.lemonde.fr/idees/article/2018/11/14/cinq-scenarios-pour-l-avenir-alimentaire-de-la-planete-en-2050_5383175_3232.html)

Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques



part respective des protéines animales et des protéines végétales, soit une couverture de nos besoins protéiques par environ 60% d'origine végétale et 40% d'origine animale<sup>59</sup>.

Bien entendu, ce nouvel équilibre est à associer au développement d'une production qualitative de protéines animales. Les productions de qualité rendent de nombreux services écosystémiques en préservant les prairies, en façonnant et entretenant nos paysages, en valorisant l'herbe ou des co-produits de l'alimentation humaine (comme les tourteaux) et en améliorant les rémunérations des éleveurs. Ce sont bien ces systèmes d'élevages de qualité qu'il faut conserver et valoriser.<sup>60</sup> C'est en ce sens que plusieurs associations environnementales et de bien-être animale ont publié une tribune en janvier 2019 afin de rappeler la nécessité de diminuer notre consommation de viande, mais d'axer prioritairement cette diminution sur la viande industrielle<sup>61</sup>.

<sup>59</sup> <http://afterres2050.solagro.org/a-propos/le-projet-afterres-2050/>

<sup>60</sup> concertation Interbev-ONG sur l'élevage allaitant bovin français, [www.interbev.fr/wp-content/uploads/2017/02/concertation-hd2.pdf](http://www.interbev.fr/wp-content/uploads/2017/02/concertation-hd2.pdf)

<sup>61</sup>

[www.rtl.fr/actu/debats-societe/consommation-de-viande-mise-au-point-des-ong-de-l-environnement-pour-sauver-l-elevage-durable-francais-7796356552](http://www.rtl.fr/actu/debats-societe/consommation-de-viande-mise-au-point-des-ong-de-l-environnement-pour-sauver-l-elevage-durable-francais-7796356552)

Le Réseau Action Climat fédère les associations impliquées dans la lutte contre les changements climatiques

