

EQUATION NUTRITION

COÛT RÉEL DE L'ALIMENTATION : QUELS SONT LES IMPACTS NÉGATIFS DES RÉGIMES ALIMENTAIRES DOMINANTS ET COMMENT LES ATTÉNUER ?



N°255 - **Janvier 2025**

Le **système alimentaire mondial actuel** ne parvient pas à **assurer à chaque individu le droit fondamental** à une **alimentation suffisante et saine** préconisé par l'article 25 de la Déclaration Universelle des Droits de l'Homme (Nations Unies, 1948). La littérature scientifique montre notamment que les régimes alimentaires actuellement prédominants, remplacent progressivement les pratiques alimentaires traditionnelles et engendrent des **externalités négatives significatives** sur le plan **social, environnemental** et **sanitaire** ([Klaus et al., 2024](#)). Ces effets délétères se manifestent tout au long de la chaîne alimentaire, générant des **coûts pour la société** qui ne sont, pour la plupart, **pas intégrés** dans le **prix** des denrées alimentaires. Ces **coûts réels** sont désignés sous le terme de « **coûts cachés de l'alimentation** » dans plusieurs études menées dans différents pays et à l'échelle mondiale ([Hendriks et al., 2023](#)).

En 2023, le rapport « The State of Food and Agriculture » de la FAO a fourni une **estimation** de ces **coûts**.

“

Les coûts cachés des systèmes alimentaires dans le monde s'élevaient, en 2020, à 12 700 milliards de dollars US en parité de pouvoir d'achat soit près de 10 % du PIB mondial.

FAO, 2023

Par ailleurs, tous les travaux portant sur les coûts cachés de l'alimentation s'accordent à souligner la **part importante** qu'y occupent les **aspects sanitaires** ([Rastoin, 2023](#)). En effet, les **pratiques alimentaires actuelles** contribuent à l'**augmentation de la prévalence de l'obésité** et des **maladies non transmissibles** telles que les pathologies cardiovasculaires, le diabète et certains types de cancers. Ces effets entraînent des **dépenses de santé exponentielles**, faisant de ces régimes alimentaires un facteur majeur de la **dégradation de la santé publique** et une **charge croissante** pour les **finances publiques** ([L'injuste prix de l'alimentation, 2024](#)).

Une stratégie potentielle pour **atténuer** ces « coûts cachés sanitaires » réside dans le développement de la **prévention par l'alimentation**. Il est désormais démontré que l'**adoption de pratiques alimentaires plus saines**, notamment l'**augmentation de la consommation de fruits et légumes**, jouent un **rôle crucial** dans la **réduction** du **risque** de certains cancers, des maladies cardiovasculaires et du diabète de type 2 ([Aune et al., 2017](#) ; [Grosso et al., 2017](#) ; [Wang et al., 2016](#)).

Dans ce contexte, ce numéro d'Équation Nutrition examine, sous un **prisme économique**, les **enjeux de santé** liés aux systèmes alimentaires actuels et aux **habitudes alimentaires** associées.

Le premier article ([Braun et Hendriks, 2023](#)) présente un **bilan des « coûts cachés »**, liés aux systèmes alimentaires actuels. Pour **corriger les dysfonctionnements du marché** générés par ces externalités, les auteurs suggèrent d'adopter la **méthode de la comptabilité des coûts réels** (True Cost Accounting – TCA). Les **défis** et la **complexité** associés à sa mise en œuvre sont notamment soulignés.

Le deuxième article ([Colaprico et al., 2024](#)) explore les **implications sanitaires et économiques** de **meilleures habitudes alimentaires**, en prenant comme exemple l'adoption du **régime méditerranéen**, reconnu pour ses effets préventifs sur les maladies chroniques et ses bénéfices sociaux. Cette étude pointe également les **défis** liés à l'**accessibilité** du régime méditerranéen, en particulier pour les populations les plus modestes. Pour y pallier, elle suggère des **politiques publiques** destinées à faciliter son adoption à plus grande échelle.

Le troisième article ([Liu et al., 2023](#)) s'intéresse à l'**efficacité** et à l'**équité** des politiques économiques visant à **modifier les comportements alimentaires** au Canada. Ce travail analyse notamment l'impact des **taxes** sur les produits sucrés (boissons et aliments) et des **subventions** sur les fruits et légumes, en termes de santé publique, de coûts de santé et d'inégalités socio-économiques.

Ensemble, ces articles offrent une analyse des **impacts sociaux-économiques des régimes alimentaires** et

des politiques publiques visant à les atténuer. Ils mettent en lumière les **coûts cachés** (se traduisant par « coût réel ») du système alimentaire actuel ainsi que les **bénéfices multiples** d'une **alimentation plus saine**. Enfin, ces travaux évaluent l'**efficacité des politiques économiques et sociales** destinées à **réduire ces coûts** et à **favoriser des comportements alimentaires durables**.



Jean-Louis Rastoin

INSTITUT AGRO, MONTPELLIER

A PROPOS DE L'AUTEUR

Jean-Louis Rastoin, ingénieur agronome, docteur en sciences économiques et agrégé en sciences de gestion, est professeur honoraire d'économie et gestion d'entreprises à l'Institut agro Montpellier et chercheur associé à l'UMR MoISA.

Fondateur, directeur puis conseiller scientifique de la chaire UNESCO en « Alimentations du monde » et de la revue académique « Systèmes alimentaires/Food Systems ».

Il est membre de l'Académie d'Agriculture de France.

Ses enseignements et recherches portent sur l'économie, la gestion et la gouvernance des systèmes alimentaires, la prospective et les stratégies de leurs acteurs et territoires.

✓ Note de l'équipe Aprifel - À découvrir également dans ce numéro d'Equation Nutrition

- [Notre infographie - Les coûts réels des régimes alimentaires actuels : un fardeau pour la santé, l'environnement et la société](#)
- [L'avis d'expert - Alimentation et économie : 2 questions à Sabrina Teyssier](#)
- [5 conseils pratiques pour mettre plus de fruits et légumes dans les repas quotidiens en respectant son budget](#)
- [5 articles récents issus de notre veille sur l'alimentation saine et durable](#)

COMPTABILITÉ DES COÛTS RÉELS : UN OUTIL À DÉVELOPPER POUR INTÉGRER LES COÛTS CACHÉS DES SYSTÈMES ALIMENTAIRES



Au-delà de la production et de la logistique des aliments en eux-mêmes, les systèmes alimentaires actuels génèrent divers coûts - sanitaires, environnementaux, sociaux - généralement non reflétés dans les prix du marché. Face à ce défi, les économistes cherchent à corriger ces déséquilibres et à internaliser ces coûts cachés. Récemment, une étude a cherché à utiliser la comptabilité des coûts réels - un outil visant à intégrer les impacts des systèmes alimentaires dans les prix - pour orienter les politiques publiques et les comportements individuels. Cette méthode permettrait notamment de comprendre et d'évaluer le coût réel des aliments et de guider les comportements vers des choix plus responsables et durables.

Les **systèmes alimentaires actuels** engendrent des **impacts considérables**, souvent **ignorés** dans les **prix du marché**. Ces **externalités** sont estimées à plus de **10 000 milliards de dollars** à l'échelle mondiale. Elles excèdent de manière significative la valeur marchande des **denrées alimentaires** (FAO, 2023).

Une étude récente, **Von Braun & Hendricks, 2023** a cherché à définir et analyser les **externalités négatives** liées au **système alimentaire** afin de mieux comprendre les **coûts cachés** qui en découlent. Ce travail a également exploré la possibilité d'utiliser la **comptabilité des coûts réels**, afin d'**intégrer ces coûts**. Cette étape est un préalable nécessaire afin d'orienter et fonder des politiques, telles que l'étiquetage et certaines mesures fiscales, dédiées à pallier les externalités négatives du système alimentaire.

Externalités négatives du système alimentaire : des coûts majeurs, invisibles dans les prix de marché

Selon ce travail, le prix de vente des produits alimentaires **ne reflète qu'une partie des coûts réels engendrés** à chaque étape de la chaîne de valeur, . En effet, **il ne tient pas compte** de facteurs majeurs tels que les **impacts environnementaux, sociaux** ainsi que les **effets négatifs** de la consommation de certains aliments sur la **santé**. En économie, ces effets négatifs non reflétés dans les transactions marchandes sont désignés par le terme « d'**externalités négatives** ».

66

Les externalités négatives se définissent comme toutes « situations où l'effet de la production ou de la consommation de biens et services impose des coûts à autrui qui ne sont pas reflétés dans les prix facturés pour les biens et services fournis.

OCDE, 2008

Dans le cas du système alimentaire, ces **externalités** se déclinent principalement en **3 catégories** : **sociales, environnementales et sanitaires** (voir tableau ci-dessous).

Type d'externalité	Exemple	Impacts
Société	Travail des enfants et travail forcé ; Discrimination et harcèlement ; Prix élevés et variables, sous-paiement	Pauvreté ; mal-être, insécurité alimentaire
Environnement	Emission de gaz à effet de serre ; pollution de l'air, de l'eau et des sols ; épuisement des sols ; utilisation de l'eau.	Contribution au changement climatique, effet sur la santé, réduction des services écosystémiques, perte de biodiversité et d'espèces.
Santé	Alimentation de mauvaise qualité nutritionnelle ; obésité et maladies non transmissibles ; dénutrition ; résistance aux antibiotiques ; zoonoses	vie humaine (mortalité et qualité de vie) Economique (frais médicaux, soins informels, journées de travail perdues)

Tableau 1 : Les externalités négatives du système alimentaire (d'après Braun et Hendriks, 2023)

En prenant l'exemple des **externalités de santé** du **système alimentaire actuel** – maladies chroniques non transmissibles, obésité – ce travail pointe que ces dernières entraînent des **coûts considérables**. Ils concernent non seulement des **pertes humaines** et une **détérioration de la qualité de vie**, mais affectent également l'**économie**, à travers des **pertes de productivité** et des **dépenses médicales croissantes**. Ces coûts sont appelés « **coûts cachés** » car non reflétés dans les **prix de marché** ([Baker et al., 2020](#)).

Ainsi que le soulignent les auteurs, l'absence de prise en compte de ces « coûts cachés » soulève deux questions essentielles. D'une part, quelles en sont les **conséquences concrètes** ? D'autre part, **qui en supporte réellement la charge** ?

Externalités et inégalités : des distorsions de prix aux impacts sociaux disproportionnés

Les **décisions économiques** des entreprises, des consommateurs et des gouvernements sont **largement guidées** par les **prix**. Or, les mécanismes actuels de fixation des prix **ne tiennent pas compte des coûts réels** engendrés par les **externalités négatives** ([Hendriks et al., 2023](#)). Ainsi, les **biens responsables** de ces **effets négatifs** apparaissent **artificiellement moins chers**, ce qui **favorise** leur **surconsommation**. À l'inverse, les **biens générant des externalités positives** sont **artificiellement plus chers**, entraînant leur **sous-consommation**. Autrement dit, en faussant les informations transmises par les prix de marché sur la véritable **valeur des aliments**, ces externalités **freinent** les sociétés dans la réalisation de leur **plein potentiel** ([Gemmell-Herren et al., 2021](#)).

Concernant la **répartition des coûts cachés**, les auteurs rappellent que si les **externalités négatives** ne sont **pas incluses dans les prix**, elles **ne disparaissent pas** pour autant. Elles sont simplement **transférées** à la **société** dans son ensemble, mais de manière **largement inégale**. Par exemple, les **dommages environnementaux** affectent souvent de manière **disproportionnée** les **populations marginalisées**, qui résident dans des **zones particulièrement exposées** ([Von Braun et al., Hendriks, 2023](#)). De même, selon l'édition 2020 de l'étude Obépi-Roche, en France, l'**obésité** est près de **deux fois plus fréquente** chez les **populations les plus modestes** comparées aux plus aisées ([Fontbonne et al., 2023](#)).

Dès lors, la question qui se pose est celle des **solutions** pour corriger les **défaillances** générées par les externalités négatives.

Révéler la vraie valeur des aliments : la comptabilité des coûts réels

Selon [Braun et Hendriks, 2023](#), la première étape consiste à rendre **transparente** les **externalités** en redéfinissant la **véritable valeur de l'alimentation** à travers notamment la **méthode** du « **True Cost Accounting - TCA** ». Il s'agit d'un outil de mesure et d'évaluation des **coûts cachés** du **système alimentaire**, conçu pour faciliter les **décisions durables** des gouvernements et des parties prenantes ([Baker et al., 2020](#) ; [Gemmell-Herren et al., 2021](#)).

Par exemple, si les **aliments** étaient **étiquetés** en fonction de leur **impact sur la santé**, l'**environnement** et la **société**, cela offrirait une **meilleure transparence** aux **consommateurs** et pourrait in fine **influencer leurs choix**. De la même manière, les **agriculteurs et les entreprises** pourraient utiliser cet outil pour **évaluer et informer sur** les **coûts et bénéfices réels** liés à leurs **pratiques**, tout en identifiant des **leviers** pour **améliorer la durabilité**.

L'objectif final de cette méthode est d'**internaliser** ces **coûts** pour inciter les acteurs du système alimentaire à **les prendre en compte** dans leurs décisions.

Internalisation des coûts : enjeux et perspectives pour l'amélioration des outils d'évaluation

Pour **internaliser** les **coûts sociaux, sanitaires et environnementaux**, les auteurs suggèrent leviers d'actions comme des **politiques de taxation et de subventions** différenciées en fonction de l'**impact climatique et sanitaire des produits alimentaires**. Ces **mesures fiscales, associées** à des **initiatives d'éducation et d'information**, pourraient notamment orienter les **choix des producteurs et des consommateurs** vers plus de **durabilité**.

Cependant, malgré les efforts pour estimer ces coûts, les auteurs soulignent également les **incertitudes** associées. Certaines conséquences importantes, comme l'insécurité alimentaire ou les zoonoses, ne sont pas prises en compte ([Hendriks et al., 2023](#)) ; ([FAO, 2023](#)). De plus, les données utilisées pour ces évaluations sont souvent limitées ou de qualité variable, ce qui peut affecter la **fiabilité** des résultats. La **monétisation** de **certains impacts**, notamment les **effets sur la santé** ou les **conséquences sociales**, reste également **difficile**.

Ainsi, ce travail souligne la **nécessité** d'améliorer les **méthodes d'évaluation** pour obtenir des **estimations plus complètes**. Malgré ces limitations, la **méthode TCA** offre des **informations** nettement **plus précises** sur la **valeur des aliments** que celles **actuellement disponibles** ([Hendriks et al., 2023](#)).

Basé sur : von Braun, J., & Hendriks, S. L. (2023). Full-cost accounting and redefining the cost of food : Implications for agricultural economics research. *Agricultural Economics*, 54(4), 451454.



Méthodologie

Etude descriptive

Messages clés

- Le système alimentaire actuel engendre des externalités négatives (environnementales, sanitaires, sociales) dont les coûts sont invisibles dans les prix de marché, faussant ainsi les choix des consommateurs et producteurs
- La True Cost Accounting (TCA) permet de mesurer ces coûts cachés, montrant que les impacts négatifs sur la santé et l'environnement sont bien plus élevés que la valeur apparente des aliments.
- Internaliser ces coûts nécessite des politiques adaptées, comme des taxes et subventions, mais la TCA reste limitée par des défis méthodologiques et la compétitivité internationale.

Références

Afshin, A., Sur, P. J., Fay, K. A., Cornaby, L., Ferrara, G., Salama, J. S., Mullany, E. C., Abate, K. H., Abbafati, C., Abebe, Z., Afarideh, M., Aggarwal, A., Agrawal, S., Akinyemiju, T., Alahdab, F., Bacha, U., Bachman, V. F., Badali, H., Badawi, A., ... Murray, C. J. L. (2019). Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990–2017 : A systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *The Lancet*, 393(10184), 19581972. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)30041-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)30041-8)

Baker, L., Castilleja, G., De Groot Ruiz, A., & Jones, A. (2020). Prospects for the true cost accounting of food systems. *Nature Food*, 1(12), 765767. <https://doi.org/10.1038/s43016-020-00193-6>

« Enquête épidémiologique nationale sur le surpoids et l'obésité pour la Ligue contre l'Obésité », Odoxa-Ligue contre l'obésité, juin 2021.

FAO. (2023). *The State of Food and Agriculture 2023*. FAO ; <https://openknowledge.fao.org/handle/20.500.14283/cc7724en>

Gemmell-Herren, B., Baker, L. E., & Daniels, P. A. (Éds.). (2021). *True Cost Accounting for Food : Balancing the Scale*. Taylor & Francis. <https://doi.org/10.4324/9781003050803>

Hendriks, S., de Groot Ruiz, A., Acosta, M. H., Baumann, H., Galgani, P., Mason-D'Croz, D., Godde, C., Waha, K., Kanidou, D., von Braun, J., Benitez, M., Blanke, J., Caron, P., Fanzo, J., Greb, F., Haddad, L., Herforth, A., Jordaan, D., Masters, W., ... Watkins, M. (2023). The True Cost of Food : A Preliminary Assessment. In J. von Braun, K. Afsana, L. O. Fresco, & M. H. A. Hassan (Éds.), *Science and Innovations for Food Systems Transformation* (p. 581601). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-031-15703-5_32

OECD. (2008). *OECD Glossary of Statistical Terms*. OECD. <https://doi.org/10.1787/9789264055087-en>

The state of food security and nutrition in the world 2021. (s. d.). Consulté 23 décembre 2024, à l'adresse <https://www.who.int/publications/m/item/the-state-of-food-security-and-nutrition-in-the-world-2021>

LE RÉGIME MÉDITERRANÉEN : UN MODÈLE DE PRÉVENTION DES MALADIES CHRONIQUES ET D'OPTIMISATION DES DÉPENSES DE SANTÉ



Dans un contexte marqué par une augmentation préoccupante des maladies chroniques, les habitudes alimentaires jouent un rôle clé dans la prévention et la prise en charge de ces pathologies. Récemment, une étude a exploré les effets du régime méditerranéen, reconnu pour ses bénéfices santé, sous un angle économique. En s'appuyant sur des données récentes, ce travail met en lumière les obstacles financiers liés à son adoption, tout en proposant des stratégies permettant de concilier accessibilité économique et bénéfices nutritionnels.

Au cours des dernières décennies, l'incidence des **maladies non transmissibles**, comme l'obésité, les maladies cardiovasculaires et le diabète, a **fortement augmenté**. Ce phénomène résulte en grande partie des **changements de modes de vie**, tels qu'une alimentation déséquilibrée et une activité physique insuffisante, ainsi que de l'allongement de l'espérance de vie permis par les progrès scientifiques ([Lynch et al., 2005](#) ; [Tan et al., 2021](#)). Face à ces défis, l'**amélioration des habitudes alimentaires** représente une **stratégie efficace** pour prévenir ces pathologies.

Parmi les modèles alimentaires étudiés, le **régime méditerranéen** s'est imposé comme une **référence**. Au-delà de ses **bienfaits sur la santé**, le régime méditerranéen présente également des **enjeux économiques significatifs**. En favorisant la prévention des maladies chroniques, il pourrait contribuer à **réduire considérablement les dépenses de santé**, qu'il s'agisse de coûts directs, comme les traitements médicaux, ou de coûts indirects liés à la perte de productivité.

Dans un contexte où les **dépenses de santé pèsent lourdement sur la santé publique**, une revue récente ([Colaprico et al., 2024](#)) a analysé le **rapport coût-efficacité** de l'**adhésion au régime méditerranéen**.

Le régime méditerranéen : une solution rentable pour prévenir les maladies et réduire les dépenses de santé

L'objectif premier de cette revue était d'actualiser les données d'une étude publiée il y a 10 ans ([Saulle et al., 2013](#)). Au total, **15 articles** ont été retenus. L'analyse des travaux démontre que l'**adoption de**

comportements alimentaires sains est associée à des **bénéfices pour la santé** ainsi qu'à des **économies substantielles** (Gyles et al., 2012). Plus précisément, l'étude de Jones et al., 2023 suggère que l'**adoption du régime méditerranéen** permettrait de **diminuer la prévalence de maladies cardiovasculaires** et entraînerait par conséquent une **diminution des dépenses associées**. Plus précisément, ce travail estime des **économies annuelles** comprises entre **8,2 milliards et 31 milliards** de dollars aux Etats-Unis et **320 millions et 1,2 milliards** de dollars au Canada.

Cette relation entre alimentation et santé **ne se limite pas** aux maladies mentionnées ci-dessus. De plus en plus de recherches mettent également en lumière le rôle d'une **alimentation équilibrée** dans la **prévention et la prise en charge des troubles mentaux**. Une intervention nutritionnelle axée sur le régime méditerranéen et ciblant la **dépression** a notamment montré une **amélioration des symptômes** avec un coût modéré 1 775 €/année de vie en bonne santé (Segal et al., 2020). Ce montant se situe bien en deçà du seuil généralement reconnu pour qualifier une intervention dans le domaine des soins de santé, prouvant ainsi son **efficacité** et sa **rentabilité**. Enfin, dans l'étude de Lampropoulos et al., 2020, l'**adhésion au régime méditerranéen** a été associée à une **réduction de la durée des hospitalisations** des personnes âgées de 0,3 jour en moyenne, entraînant une **économie de 40 euros** par séjour.

Ainsi, les études incluses dans cette revue mettent non seulement en évidence l'**importance** du **régime méditerranéen** pour la **santé**, mais soulignent également aussi son **potentiel** pour **optimiser les dépenses associées**.

Adhérer au régime méditerranéen : des obstacles financiers surmontables grâce à des stratégies durables

Si les interventions diététiques en lien avec le régime méditerranéen présentent un certain nombre de bénéfices, la question de l'**accessibilité économique** de ce régime fait **débat**. De nombreuses études pointent notamment des **barrières financières** liées à son **adoption**. Une **meilleure adhésion** au régime méditerranéen est souvent **associée** à une **hausse des coûts alimentaires**, comme le montrent les travaux de Tong et al., 2018 et de Pedroni et al., 2021. Ces derniers soulignent également que l'**amélioration de la qualité de l'alimentation** engendre une **augmentation des dépenses**. Par ailleurs, ces études établissent un **lien** entre un **faible statut socio-économique** et une **moindre adhésion au régime méditerranéen**.

Cependant, certaines études **nuancent** cette vision en suggérant que l'**adoption du régime méditerranéen** pourrait non seulement **éviter une hausse notable des coûts alimentaires** mais également **générer des économies**. Selon Lara et al., 2015 et Razavi et al., 2020, ces observations peuvent s'expliquer par des **pratiques alimentaires plus durables**, comme la réduction de la consommation de viande, le recours aux produits de saison et la préparation de repas faits maison, limitant les dépenses en plats préparés et ultra-transformés.

Ainsi, bien que le **coût** puisse constituer un **obstacle**, l'adoption de stratégies mentionnées ci-dessus pourrait **faciliter l'accès au régime méditerranéen**, tout en procurant des **bénéfices** à la fois **nutritionnels** et **économiques**.

De la théorie à la pratique : concevoir des politiques alimentaires pour soutenir l'adoption de régimes favorables à la santé

Compte tenu des **bénéfices** pour la **santé** et des **économies potentielles** qu'offre le **régime méditerranéen**, il apparaît pertinent de développer des **politiques publiques favorisant son adoption**.

D'après Schröder et al., 2016, des **mesures fiscales ciblées**, telles que des subventions pour les aliments sains et des **taxes** sur les produits alimentaires moins bénéfiques pour la santé, pourraient jouer un **rôle déterminant** dans l'**amélioration de l'accessibilité des régimes alimentaires sains**. Comme suggéré par plusieurs études, ces **incitations économiques** doivent **s'accompagner de programmes éducatifs** ainsi que d'**interventions nutritionnelles** afin d'**améliorer les connaissances et les habitudes alimentaires** (Razavi et al., 2020 ; Segal et al., 2020). Enfin, pour renforcer l'efficacité de ces mesures, les auteurs soulignent l'importance d'une **régulation stricte de la publicité** et du **marketing alimentaire**, notamment en direction des **enfants**.

Ainsi, le **régime méditerranéen** constitue une **approche nutritionnelle prometteuse** pour **améliorer la santé publique** et **réduire les coûts associés aux maladies chroniques**. Toutefois, sa généralisation nécessite des **actions ciblées** pour **garantir son accessibilité** et **sensibiliser** les populations à ses bienfaits, tout en luttant contre les **inégalités socio-économiques**.

Basé sur : Colaprico, C., Crispini, D., Rocchi, I., Kibi, S., De Giusti, M., & La Torre, G. (2024). Cost and Cost-Effectiveness of the Mediterranean Diet : An Update of a Systematic Review. *Nutrients*, 16(12), Article 12. <https://doi.org/10.3390/nu16121899>



Méthodologie

Revue systématique de la littérature



Messages clés

- Les régimes alimentaires équilibrés, comme le régime méditerranéen, préviennent l'apparition de maladies chroniques et peuvent ainsi réduire les dépenses de santé associées.
- Les interventions nutritionnelles basées sur des régimes sains offrent un bon rapport coût-bénéfice et sont économiquement rentables.
- Bien que l'accessibilité financière puisse être un obstacle, le régime méditerranéen peut avoir un impact positif sur les dépenses alimentaires, même pour les populations les plus modestes.

Références

Gyles, C. L., Lenoir-Wijnkoop, I., Carlberg, J. G., Senanayake, V., Gutierrez-Ibarluzea, I., Poley, M. J., Dubois, D., & Jones, P. J. (2012). Health economics and nutrition : A review of published evidence. *Nutrition Reviews*, 70(12), 693708.

Jones, J. P. H., Abdullah, M. M. H., Wood, D., & Jones, P. J. H. (2019). Economic modeling for improved prediction of saving estimates in healthcare costs from consumption of healthy foods : The Mediterranean-style diet case study. *Food & Nutrition Research*, 63, 10.29219/fnr.v63.3418.

Lampropoulos, C. E., Konsta, M., Dradaki, V., Roumpou, A., Dri, I., & Papaioannou, I. (2020). Effects of Mediterranean diet on hospital length of stay, medical expenses, and mortality in elderly, hospitalized patients : A 2-year observational study. *Nutrition*, 7980, 110868.

Lara, J., Turbett, E., McKeiv, A., Rudgard, K., Hearth, H., & Mathers, J. C. (2015). The Mediterranean diet among British older adults : Its understanding, acceptability and the feasibility of a randomised brief intervention with two levels of dietary advice. *Maturitas*, 82(4), 387393.

Lynch, J., & Smith, G. D. (2005). A LIFE COURSE APPROACH TO CHRONIC DISEASE EPIDEMIOLOGY. *Annual Review of Public Health*, 26(Volume 26, 2005), 135.

Pedroni, C., Castetbon, K., Desbouys, L., Rouche, M., & Vandevijvere, S. (2021). The Cost of Diets According to Nutritional Quality and Sociodemographic Characteristics : A Population-Based Assessment in Belgium. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 121(11), 2187-2200.e4.

Razavi, A. C., Sapin, A., Monlezun, D. J., McCormack, I. G., Latoff, A., Pedroza, K., McCullough, C., Sarris, L., Schlag, E., Dyer, A., & Harlan, T. S. (2021). Effect of culinary education curriculum on Mediterranean diet adherence and food cost savings in families : A randomised controlled trial. *Public Health Nutrition*, 24(8), 22972303.

Segal, L., Twizeyemariya, A., Zarnowiecki, D., Niyonsenga, T., Bogomolova, S., Wilson, A., O'Dea, K., & Parletta, N. (2020). Cost effectiveness and cost-utility analysis of a group-based diet intervention for treating major depression – the HELFIMED trial. *Nutritional Neuroscience*, 23(10), 770778.

Schröder, H., Gomez, S. F., Ribas-Barba, L., Pérez-Rodrigo, C., Bawaked, R. A., Fito, M., & Serra-Majem, L. (2016). Monetary Diet Cost, Diet Quality, and Parental Socioeconomic Status in Spanish Youth. *PLOS ONE*, 11(9), e0161422.

Tan, M. M. J., Han, E., Shrestha, P., Wu, S., Shiraz, F., Koh, G. C.-H., McKee, M., & Legido-Quigley, H. (2021). Framing global discourses on non-communicable diseases : A scoping review. *BMC Health Services Research*, 21(1), 20.

The Heavy Burden of Obesity | OECD. (s. d.). Consulté 13 janvier 2025, à l'adresse https://www.oecd.org/en/publications/the-heavy-burden-of-obesity_67450d67-en.html

Tong, T. Y. N., Imamura, F., Monsivais, P., Brage, S., Griffin, S. J., Wareham, N. J., & Forouhi, N. G. (2018). Dietary cost associated with adherence to the Mediterranean diet, and its variation by socio-economic factors in the UK Fenland Study. *British Journal of Nutrition*, 119(6), 685694.

Vigo, D., Thornicroft, G., & Atun, R. (2016). Estimating the true global burden of mental illness. *The Lancet Psychiatry*, 3(2), 171178.

POLITIQUES FISCALES SUR LE SUCRE: LA COMBINAISON DES MESURES PERMETTRAIT D'AMÉLIORER LA SANTÉ PUBLIQUE ET L'ÉQUITÉ SOCIALE



La consommation excessive de sucre est un problème de santé publique majeur en raison de son association avec l'obésité et de nombreuses maladies non transmissibles. Dans une étude récente, des chercheurs ont simulé les potentiels bénéfiques de différentes stratégies fiscales, ciblant les produits sucrés, sur la santé publique et l'économie. A travers plusieurs scénarios de taxation et de subvention, ce travail souligne l'intérêt de la combinaison de mesures fiscales pour améliorer la qualité de l'alimentation et par conséquent la santé de la population tout en réduisant les inégalités socio-économiques.

La **consommation excessive de sucre**, en particulier à travers les boissons sucrées et les aliments ultra-transformés, est un **facteur de risque majeur d'obésité** et de **maladies non transmissibles** ([Berkey et al., 2004](#) ; [Malik et al., 2010](#)). En réponse à cette problématique, de nombreux gouvernements ont instauré des **taxes** sur les boissons sucrées sans alcool, afin de réduire la consommation de sucre et **d'améliorer la santé des populations** ([OMS, 2022](#)).

Toutefois, ces mesures **se concentrent principalement** sur un **seul type de produit**, laissant d'autres sources de sucre sans régulation. De plus, de telles politiques soulèvent des **préoccupations**, notamment en ce qui concerne l'**impact sur les populations à faibles revenus**. En augmentant les coûts des produits sucrés, les taxes risquent notamment de diminuer la part de budget disponible pour les aliments sains pour les plus précaires ([Kao et al., 2020](#)).

Pour répondre à cette problématique, une étude ([Liu et al., 2023](#)) a tenté d'estimer l'**impact** de **mesures fiscales** (taxes et subvention) sur les **habitudes alimentaires** d'adultes canadiens et sur les **bénéfices santé et économiques** pour la société.

Des politiques fiscales qui favorisent des habitudes alimentaires plus saines

Dans le cadre de ce travail, **3 scénarios de taxation et de subvention** ont été imaginés :

- Une taxe de 0,75\$ / 100g de sucre sur les boissons sucrées ;
- Une taxe de 0,75\$ / 100g de sucre sur tous les aliments et boissons contenant du sucre libre ;
- Une subvention de 20% pour les fruits et légumes.

Les consommations alimentaires d'adultes, issues de l'enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes ([CCHS, 2015](#)), ont été utilisées pour estimer les **changements** dans les **habitudes alimentaires** selon le scénario appliqué.

Les simulations de l'étude ont démontré que **l'application d'une taxe sur toutes les sources de sucres libres réduirait considérablement la consommation de sucre** (environ 7 g/jour de moins) pour l'ensemble de la population. La **taxe** sur les **boissons sucrées** entraînerait quant à elle une **diminution plus faible** de la **consommation de sucre** (environ 1 g/jour de moins). Enfin, la **subvention** accordée aux **fruits et légumes augmenterait leur consommation de plus de 50 g/jour**, encourageant ainsi des **habitudes alimentaires plus saines**.

Taxations et subventions : des mesures rentables pour le système de santé publique

Ces **changements** dans les **habitudes alimentaires** auraient notamment des effets **bénéfiques sur la santé**, en prévenant le **surpoids** et **l'obésité**, ainsi que les nouveaux cas et les décès dus aux **maladies chroniques**, principalement les cancers et les maladies cardiovasculaires. Ainsi, ces **politiques fiscales** présentent un **réel intérêt** pour le **système de santé publique**.

En effet, la **réduction** de la **prévalence de maladies non transmissibles** augmenterait considérablement le **nombre d'années vécues en bonne santé**, et éviterait ainsi les **coûts liés** aux **traitements** de ces maladies. Le rapport entre le coût estimé de telles mesures et les coûts associés aux maladies démontre la **rentabilité** des **politiques fiscales**.

Cette étude montre ainsi que combiner taxation et subvention pourrait être **bénéfique** pour **améliorer la santé de la population** et, par conséquent, **réduire les dépenses de santé**. Taxer les boissons sucrées et les aliments riches en sucre semble être la **mesure la plus rentable**, les subventions étant **plus coûteuses** et ne générant pas de **recettes fiscales**.

Combiner les mesures pour promouvoir une alimentation saine et réduire les inégalités

Les conclusions de cette étude soulignent, enfin, l'enjeu **d'équité** lié aux **taxes sur le sucre**. En effet, ces mesures **bénéficient davantage à la santé des populations les plus modestes**, particulièrement exposées à la surconsommation d'aliments sucrés et ses conséquences sur la santé ([OMS, 2015a](#)).

Néanmoins, plusieurs travaux montrent que les **foyers les plus précaires** supportent une **part plus élevée** de la **charge économique des taxes** par rapport à leur revenu ([Kao et al., 2020](#) ; [Mark et al., 2012](#)).

Afin d'y pallier, une solution proposée consiste à **combiner une taxation de toutes les sources de sucres libres** avec des **subventions pour les fruits et légumes**. Les recettes des taxes pourraient financer ces subventions, réduisant ainsi l'impact économique sur les ménages les plus vulnérables et **favorisant un accès équitable à une alimentation saine**. Cette approche globale permettrait de **maximiser les bénéfices pour la santé**, d'alléger les **dépenses de santé publique** et de **promouvoir des choix alimentaires plus équilibrés**.

Basé sur : Liu, S., Ohinmaa, A., Maximova, K., & Veugelers, P. J. (2023). The health and economic benefits of sugar taxation and vegetables and fruit subsidy scenarios in Canada. *Social Science & Medicine*, 329, 116012.

Méthodologie

- Etude de modélisation basée sur un modèle mathématique de Markov ;
- Evaluation de 3 scénarios de taxations et subventions :
 - Une taxe de 0,75\$ /100g de sucre sur les boissons sucrées sans alcool ;
 - Une taxe de 0,75\$ / 100g de sucre sur tous les aliments et boissons contenant du sucre libre ;
 - Une subvention de 20% pour les fruits et légumes.
- Evaluation des apports alimentaires et de la prévalence de maladies chroniques induites par le sucre :
 - Informations alimentaires extraites de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESSC) – Nutrition de 2015 ;
 - Incidence, prévalence et mortalité liées aux maladies induites par le sucre calculées à l'aide d'un modèle de table de mortalité.
- Estimation des dépenses de santé : compensations des coûts directs des soins de santé attribués aux taxes et aux subventions calculées à l'aide de données 2010 sur le fardeau économique de la maladie au Canada (Jones, 2018 ; Agence de la santé publique du Canada, 2018).

Messages clés

- Une taxe sur l'ensemble des produits sucrés est plus bénéfique pour la santé et l'économie qu'une taxe sur les boissons sucrées.
- La combinaison d'une taxe sur tous les sucres libres et d'une subvention pour les fruits et légumes constitue la mesure la plus efficace pour améliorer la santé et réduire les dépenses de santé publique.
- Bien que la taxe sur le sucre soit financièrement régressive, la subvention pour les fruits et légumes permettrait de compenser la charge fiscale supportée par les populations modestes et améliorer l'équité économique.

Références

Berkey, C.S., Rockett, H.R.H., Field, A.E., Gillman, M.W., Golditz, G.A., 2004. Sugaradded beverages and adolescent weight change. *Obesity* 12 (5), 778–788.

Jones, A.C., 2018. Predicting the Potential Health and Economic Impact of a Sugary Drink Tax in Canada: a Modelling Study. Available from: <https://uwspace.uwa terloo.ca/handle/10012/13021>.

Kao, K., Jones, A.C., Ohinmaa, A., Paulden, M., 2020. The health and financial impacts of a sugary drink tax across different income groups in Canada. *Econ Hum Biol* 38, 100869.

Liu, S., Veugelers, P.J., Maximova, K., Ohinmaa, A., 2022. Modelling the health and economic impact of sugary sweetened beverage tax in Canada. *PLoS ONE* 17 (11), e0277306. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0277306>.

Malik, V.S., Popkin, B.M., Bray, G.A., Després, J.P., Willett, W.C., Hu, F.B., 2010. Sugarsweetened beverages and risk of metabolic syndrome and type 2 diabetes: a metaanalysis. *Diabetes Care* 33 (11), 2477–2483.

Mark, S., Lambert, M., O’Loughlin, J., Gray, Y., Donald, K., 2012. Household income, food insecurity and nutrition in Canadian youth. *Can. J. Public Health* 103 (2), 94–99.

Public Health Agency of Canada (PHAC), 2018. Economic Burden of Illness in Canada, 2010. Public Health Agency of Canada, Ottawa.

Statistics Canada, 2017. CANSIM Table 051-0001- Estimates of Population, by Age Group and Sex for. July 1, Canada, Provinces and Territories, Annual (Persons) [Internet]. Available from: https://www150.statcan.gc.ca/t1/tbl1/en/tv.action?pid=171_0000501&pickMembers%5B0%5D=1.1&pickMembers%5B1%5D=2.2&cubeTimeFrame.startYear=2015&cubeTimeFrame.endYear=2020&referencePeriods=201_50101%2C20200101.

World Health Organization, 2015a. Using Price Policies to Promote Healthier Diets. World Health Organization Regional Office for Europe. Available from: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/156403/9789289050821-eng.pdf>

World Health Organization (WHO), 2015b. Guideline: Sugars Intake for Adults and Children.

World Health Organization, Geneva. World Health Organization, 2022. WHO Manual on Sugar-Sweetened Beverage Taxation Policies to Promote Healthy Diets. World Health Organization, Geneva.

INFOGRAPHIE - LES COÛTS RÉELS DES RÉGIMES ALIMENTAIRES ACTUELS : UN FARDEAU POUR LA SANTÉ, L'ENVIRONNEMENT ET LA SOCIÉTÉ

Les systèmes alimentaires mondiaux, bien qu'essentiels pour nourrir une population croissante, génèrent actuellement des impacts majeurs, souvent non reflétés dans les prix de vente. Ces impacts, appelés **coûts cachés/ réels**, représentent une **charge considérable** pour la santé, l'environnement et la société.

Selon un rapport récent de la FAO, ces coûts **excèdent 10 000 milliards de dollars par an**, ([The State of Food and Agriculture, 2024](#)) et se répartissent en **trois grandes catégories** :

- **Les coûts environnementaux** : englobant les émissions de gaz à effet de serre, les changements d'affectation des terres et l'utilisation inefficace des ressources comme l'azote ;
- **Les coûts sociaux** : incluant des problématiques telles que la pauvreté des travailleurs du secteur agroalimentaire et l'insécurité alimentaire persistante pour des millions de personnes ;
- **Les coûts sanitaires** : associés à l'augmentation de la prévalence des maladies non transmissibles liées aux régimes alimentaires déséquilibrés, marqués par une surconsommation d'aliments transformés et une consommation insuffisante de produits végétaux sains.

Le rapport révèle notamment que **70% des coûts cachés** sont imputables aux mauvaises habitudes alimentaires, soulignant l'urgence de faire évoluer les choix alimentaires et les systèmes qui les soutiennent pour un **avenir plus durable et équitable**.

**COÛTS
VISIBLES**



XX€

PRIX DE VENTE



COÛTS SANITAIRES

**COÛTS
CACHÉS**



COÛTS ENVIRONNEMENTAUX



COÛTS SOCIAUX



Sources

The State of Food and Agriculture

AVIS D'EXPERT- ALIMENTATION ET ÉCONOMIE: 2 QUESTIONS À SABRINA TEYSSIER



Sabrina Teyssier
Directrice de recherche

INRAE, GRENOBLE

A PROPOS DE L'AUTEUR

Sabrina Teyssier est Directrice de recherche à INRAE (Institut National de Recherche pour l'Agriculture, Alimentation et l'Environnement), rattachée au Laboratoire d'Économie Appliquée de Grenoble où elle anime l'axe consommation. Elle est spécialisée en économie comportementale et expérimentale. Ses travaux portent notamment sur l'étude des choix et des achats alimentaires durables dans des contextes individuels et collectifs.



ECONOMIQUEMENT, LES CHOIX ALIMENTAIRES CONCERNENT UNIQUEMENT LES INDIVIDUS ET N'ONT PAS D'INCIDENCE À L'ÉCHELLE COLLECTIVE.

Idée reçue n°1

Faux

Au sens économique, un bien privé est un produit ou un service dont l'utilisation est limitée à ceux qui le paient. Sa consommation par une personne empêche ou réduit celle des autres. En ce sens, l'**alimentation** est un **bien privé** : une fois consommée, elle n'est plus disponible pour les autres.

Néanmoins, l'alimentation **ne se limite pas à ses effets directs** sur un individu car chaque aliment se caractérise par **une multitude d'attributs**, parmi lesquels figurent des dimensions nutritionnelles, environnementales et sociales ([Lancaster, 1966](#)). De ce fait, les **choix alimentaires d'une personne** peuvent **aussi affecter d'autres individus et le collectif**.

Ainsi, une alimentation de mauvaise qualité nutritionnelle peut contribuer aux problèmes de santé publique comme la prévalence accrue de l'obésité et du diabète, et augmenter les dépenses de santé. De même, les méthodes de production alimentaire peuvent nuire à l'environnement (émissions de gaz à effet de serre, déforestation) et engendrer des conséquences sociales (pauvreté, précarité des travailleurs agricoles).

Ces impacts, appelés externalités ou « **coûts cachés** », ne se reflètent pas dans le prix des aliments, mais représentent des charges réelles pour la société, estimées dans le [rapport 2024 de la FAQ](#). Les choix alimentaires individuels entraînent, ainsi, des conséquences pour la société et le bien-être collectif. **Réduire ces coûts cachés de l'alimentation est, ainsi, essentiel pour promouvoir des systèmes alimentaires durables.**



LES POLITIQUES ÉCONOMIQUES (TAXES/SUBVENTIONS) AFFECTENT CHACUN DE LA MÊME MANIÈRE.

Idée reçue n°2

Faux

Le **prix** est un **facteur essentiel** dans les **choix alimentaires** des consommateurs. Les politiques économiques, comme les taxes et les subventions, sont souvent mises en place pour **influencer ces choix et encourager une alimentation de meilleure qualité**. Toutefois, leurs effets ne sont **pas uniformes** sur tous les individus. Ces leviers peuvent ainsi se montrer **régressifs** en **pesant davantage** sur les **ménages les plus modestes** (Allcot et al., 2019).

Cette inégalité est particulièrement visible dans le cas d'une taxe sur les produits à faible qualité nutritionnelle. Cela tient à deux raisons principales. D'une part, les ménages modestes consacrent une plus grande part de leur budget à l'alimentation, ce qui rend ces taxes **proportionnellement plus coûteuses** pour ces derniers. D'autre part, les foyers les plus modestes sont plus susceptibles de consommer des aliments de moins bonne qualité nutritionnelle, ce qui les **expose davantage** à ces mesures fiscales. En outre, l'**accès à l'information et la sensibilisation aux impacts de l'alimentation** n'est **pas équitablement** réparti... Les ménages les mieux informés sont plus enclins à ajuster leurs comportements alimentaires. A l'inverse, les moins sensibilisés qui sont également souvent les plus modestes, **supportent davantage le poids de la fiscalité sans bénéficier des mêmes opportunités de changement**.

EN PRATIQUE : 5 CONSEILS POUR METTRE PLUS DE FRUITS ET LÉGUMES DANS LES REPAS QUOTIDIENS EN RESPECTANT SON BUDGET - PARTIE 2

Le budget disponible pour l'alimentation peut être un frein à l'adoption d'habitudes alimentaires saines pour certaines populations. Les fruits et légumes font notamment partie des aliments pour lesquels les consommations des populations les plus modestes sont particulièrement éloignées des recommandations nutritionnelles. Découvrez la 2e partie de nos conseils pour concilier alimentation saine et budget serré.



CONSEILS PRATIQUES

1

Varier les points de ventes

Pour identifier où il sera le plus opportun de faire vos courses, **comparez les prix des différentes enseignes** se trouvant à proximité de chez vous. Cela peut aussi s'avérer utile pour repérer des commerces proposant des prix plus bas sur des **produits spécifiques** et/ou que vous **affectionnez plus particulièrement**, pour faire plaisir aussi bien à vos papilles qu'à votre porte-monnaie.

2

Comparer les prix au kilo ou au litre

Paquet de gâteaux ou de pâtes, tablette de chocolat, barquette de fraises. Tous ces conditionnements contiennent des quantités différentes d'aliments. Ainsi, les étiquettes peuvent parfois être trompeuses car **tous les prix ne sont pas exprimés pour la même quantité**. Afin de faire vos choix et de choisir l'option la plus économique, **comparez les prix au kilo, ou au litre**. Ils sont généralement affichés dans les rayons, en plus petit, **à côté du prix unitaire**

3 Profiter des promotions

Les produits alimentaires peuvent faire l'objet de **promotions**, y compris les fruits et légumes ! Les **fin de journées ou de marché** sont également un moment propice pour profiter de **remises** et même de produits offerts. Enfin, certains magasins et applications (Too Good to go, Karma, OLIO...) proposent des **“paniers antigaspi”**. Ils proposent, à prix bas, des produits invendus mais consommables – fruits et légumes un peu défraîchis ou moins attractifs esthétiquement – mais dont les qualités nutritionnelles et gustatives sont inchangées.

4 Miser sur leurs multiples formats

Pour avoir en permanence des **fruits et légumes prêts à manger**, n'hésitez pas à profiter de leurs différents formats : frais, mais aussi surgelés, en bocal ou en conserve. Les produits surgelés et en conserve sont **souvent gages d'économie** et se **conservent plus longtemps**. Cela vous permet d'avoir toujours des fruits et légumes en stock et de réduire le risque de gaspillage alimentaire et la perte d'argent associée.

5 S'approvisionner, au fil de l'année, selon la disponibilité des produits

Les fruits et légumes sont des produits frais, peu stockables pour la plupart. Ainsi, **le prix des fruits et légumes varie toute l'année** et reflète notamment les **quantités disponibles**. Lorsqu'ils sont en pleine saison, au pic de leur production, les fruits et légumes sont généralement bon marché. Adapter ses menus aux produits du moment est généralement un gage d'économie et vous permet de profiter de la diversité des fruits et légumes, au fil de l'année.



En savoir plus

- 5 conseils pour mettre plus de fruits et légumes dans les repas quotidiens en respectant son budget – Partie 1

EN BREF

Découvrez cinq articles scientifiques récents issus de notre veille sur l'alimentation, la santé et la durabilité.



Consommation de légumes : les interventions à domicile et en milieu scolaire semblent les plus efficaces

Une étude systématique a résumé les données concernant l'efficacité d'interventions visant à augmenter la consommation de légumes dans divers contextes. Au total, 20 revues systématiques ont été incluses dans ce travail. La plupart d'entre elles ciblaient des environnements scolaires ou des environnements communautaires/domestiques. La petite enfance et les lieux de travail ont fait l'objet d'une étude chacun. Dans l'ensemble, une augmentation moyenne de 0.12 portions de légumes par jour a été observée pour chaque contexte étudié. Les augmentations les plus importantes ont été rapportées pour les interventions en milieu scolaire et à domicile, la plus importante allant jusqu'à 0.42 portion supplémentaire par jour. Les interventions portant simultanément sur plusieurs environnements ont produit des effets plus importants.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39587758/>

Brooker PG, Poelman AAM, Livingstone KM, Collins CE, Mhrshahi S, Sambell R, Wu JHY, Hendrie GA. Consolidating the evidence on the effectiveness of strategies to promote vegetable intake in priority settings: An overview of systematic reviews. *J Hum Nutr Diet.* 2025 Feb;38(1):e13398.



Nutrition, durabilité et accessibilité : un trio rarement convergent dans l'alimentation des jeunes Portugais

Une étude transversale a examiné la relation entre différentes dimensions de la durabilité parmi les aliments jugés culturellement acceptables par des jeunes portugais. Sur la base des consommations alimentaires de 521 enfants et 633 adolescents, les impacts nutritionnels, environnementaux et économiques, ainsi qu'un score de durabilité ont été évalués pour chaque aliment. Dans cette analyse, la qualité nutritionnelle est positivement corrélée aux émissions de gaz à effet de serre et au coût, et inversement corrélée à la transformation industrielle des aliments. Seuls 10% des aliments analysés ont obtenu un score de durabilité maximal : les fruits et légumes frais et transformés, les légumineuses, pâtes, riz et autres céréales, les pommes de terre, ainsi que les jus de fruits et les nectars. Ce travail suggère que les aliments les plus nutritifs ont tendance à avoir un impact environnemental et un coût plus élevés, alors que peu d'options alimentaires sont à la fois nutritives et peu impactantes pour l'environnement, parmi les aliments culturellement acceptables dans cette population.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39611380/>

Rei M, Walker C, Bergin A, Kearney J, Rodrigues S. Identifying sustainable foods from among those culturally acceptable by Portuguese children and adolescents (3-17 years old). *Crit Rev Food Sci Nutr.* 2024 Nov 29:1-15.



Améliorer l'appréciation des textures : une stratégie pour réduire le rejet alimentaire chez les jeunes enfants

Une étude a évalué l'association entre le rejet d'aliments et l'appréciation tactile chez les enfants de trois ans. Au total, 259 enfants et 289 parents ont participé au projet. Le rejet des aliments a été mesuré à l'aide d'un test de goût ad libitum, consistant à faire essayer 4 types de légumes aux enfants. Les parents ont quant à eux rempli l'échelle de rejet alimentaire de l'enfant en y indiquant leurs préférences parmi une liste de 14 légumes et 11 fruits. L'appréciation tactile a été mesurée via une tâche comportementale au cours de laquelle les enfants devaient toucher 5 objets différents et indiquer le caractère agréable de la sensation. Les résultats montrent qu'un rejet plus fort des aliments est associé à une aversion pour les textures. De même, le rejet des aliments déclaré par les parents est positivement associé à la sensibilité tactile des enfants. Ces résultats suggèrent que le rejet de certains aliments ne dépend pas uniquement du goût mais également des textures. Améliorer l'appréciation des textures par les enfants constituerait une stratégie pertinente pour augmenter la consommation d'aliments sains chez les enfants considérés comme "difficiles".

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39370494/>

van den Brand AJP, Hendriks-Hartensveld AEM, Havermans RC, Mourmans R, Fleischeuer B, Broers NJ, Nederkoorn C. Food rejection is associated with tactile sensitivity and tactile appreciation in three-year-old children. *Appetite*. 2025 Jan 1;204:107769. doi: 10.1016/j.appet.2024.107769. Epub 2024 Nov 14. PMID: 39547532.



Alimentation végétale : une mauvaise qualité nutritionnelle est associée à un risque accru de fragilité

Une étude a examiné l'association entre à l'adhésion à des régimes à base de plantes et le risque de fragilité. L'objectif était de déterminer si cette association est modérée par le sexe ainsi que le revenu. Les données de 73 180 sujets de 55 ans en moyenne issus de la [cohorte UK Biobank](#) ont été recueillies. Les régimes ont été évalués, en distinguant une alimentation à base de plantes saine (hPDI) et malsaine (uPDI). La fragilité a été évaluée selon les critères phénotypiques de Fried. L'analyse révèle que l'adhésion à un régime à dominante végétale déséquilibré est associée à un risque plus élevé de 7,7% de fragilité. Cette association est d'autant plus marquée chez les hommes à faible revenu et mais ne s'explique pas pour autant par des facteurs liés au mode de vie. Des interventions ciblant ce groupe de population en particulier permettraient notamment d'améliorer la qualité de l'alimentation.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39708637/>

Schorr K, Rodriguez-Gironde M, den Berg NV, de Groot LC, Slagboom PE, Beekman M. Unhealthful plant-based diet associates with frailty risk predominantly in men with low income from the UK Biobank cohort. *J Nutr Health Aging*. 2024 Dec 20;29(3):100463.



Enfance : la qualité de l'alimentation positivement associée à l'exposition aux fruits et légumes au cours des deux premières années

Une étude a examiné les associations entre l'exposition alimentaire des jeunes enfants et la qualité de leur alimentation. Les données des études PEAS et Sprouts ont été recueillies puis analysées. Les parents interrogés ont rempli un questionnaire évaluant les traits d'approche et d'évitement de la nourriture ainsi que des questionnaires sur la fréquence de consommation des aliments. Les résultats suggèrent que la qualité de l'alimentation des jeunes enfants au cours des deux premières années de vie est positivement associée à l'exposition aux fruits et légumes et négativement aux aliments à limiter. Ces associations sont modérées, à l'âge de 1 an, par les comportements d'évitement alimentaire de l'enfant, suggérant une possible fenêtre critique d'exposition aux fruits et légumes pour les enfants ayant un plus grand comportement néophobe.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39696455/>

Nansel TR, Channell-Doig A, Lipsky LM, Burger K, Shearrer G, Siega-Riz AM, Ma Y. Prospective associations of infant food exposures and appetitive traits with early childhood diet quality. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2024 Dec 18;21(1):143.