Aprifel
RECHERCHE & INFORMATION

RAPPORT D'ACTIVITÉ

2020

ÉDITO

Christel TEYSSEDRE
Présidente Aprifel

Alors que dénutrition, obésité et maladies chroniques se sont révélés des comorbidités importantes du Covid-19, **agir pour que chacun puisse accéder à une alimentation favorable à la santé** reste plus que jamais primordial. Bien qu'éloignée du champ d'intervention d'Aprifel, la pandémie souligne, ainsi, le sens de son action. Les débats sur les mesures de maîtrise de l'épidémie, ou la vaccination mettent, quant à eux, en exergue la **difficulté de transmettre les connaissances scientifiques et la manière dont elles se construisent**. D'autre part, ils pointent l'importance de proposer des lieux de dialogue entre les parties prenantes afin de permettre la discussion et la construction de consensus, ingrédients clés de la **confiance**.

Malgré un contexte sanitaire complexe et un quotidien bouleversé pour tous, l'année 2020 a été synonyme de **croissance et de renouvellement** pour Aprifel que ce soit sur le volet scientifique ou sur celui de l'information.

Le **Conseil scientifique** a apporté son concours à la **gestion de crise liée à l'épidémie de Covid-19**. Il a également contribué à la prospective « Jour d'Après » mise en place par l'Interprofession.

Aux côtés des actions historiques dans les champs de la santé, la nutrition et la sécurité sanitaire, 2020 a été marquée par l'initiation de travaux sur la **pédagogie et la durabilité**, deux nouveaux domaines d'importance pour Aprifel.

Symbole de ce renouvellement dans la continuité, Alain Periquet, président « historique » du Conseil scientifique depuis plus de 20 ans a passé le flambeau à Jean-Pierre Cravedi en fin d'année. Ces évolutions fondent le futur pour Aprifel et lui permettent d'assoir son expertise pour déployer, demain, de nouvelles actions.

En matière d'information, Aprifel a une fois encore et malgré la crise sanitaire, renforcé ses actions.

Du fait de la pandémie et de ses conséquences sur la filière, le dialogue et les échanges avec le **Conseil consommateurs** ont été soutenus toute l'année.

« Malgré le contexte difficile, cette année a été synonyme de croissance et de renouvellement pour Aprifel »

Le programme **Fruit and Veg 4 health** s'est terminé après 3 années d'action. La rencontre de clôture a permis d'en dresser un bilan positif tout en soulignant le besoin qu'il comblait en termes d'information des médecins sur la nutrition. Les conclusions de cette journée invitent Aprifel à **poursuivre ses actions vers les professionnels de santé**. Elles pointent également des questions plus larges qu'il convient de porter auprès des pouvoirs publics.

Après avoir parrainé E=M6 spécial nutrition durant 3 ans, les actions grand public ont fait l'objet d'un renouvellement ambitieux. Aprifel parraine désormais **C'est Bon à Savoir**, un nouveau programme information créé par France Télévisions et présenté par Michel Cymes.

Afin de s'adresser aux 18-30 ans - population dont la consommation de fruits et légumes est la plus éloignée des recommandations - Aprifel s'est associée à Konbini pour créer la web série **Healthyvores**. En parallèle, le programme **Follow me to be healthy with Europe** a poursuivi sa montée en puissance.

Enfin, 2020 a vu la conclusion de deux projets structurants pour Aprifel :

- La publication des **données d'analyse nutritionnelle** issues du **partenariat avec l'Anses**.
- La mise en ligne d'une **version totalement rénovée de son site web**.

Ce rapport d'activité 2020 se veut le reflet de cette année riche et particulière durant laquelle Aprifel aura, à nouveau, montré son agilité et sa capacité de renouvellement.

Je vous en souhaite bonne lecture.

SOMMAIRE

4 QUI SOMMES-NOUS ?

P.4

TEMPS FORTS 2020 16

P.16

GLOSSAIRE 38

P.38

PARTIE 1

QUI SOMME NOUS ?

6 CARTE D'IDENTITÉ

P. 6

8 UNE GOUVERNANCE TRI-PARTITE ORIGINALE

P. 8

13 DEUX AXES D'ACTION COMPLÉMENTAIRES

P. 13

15 AGIR ENSEMBLE

P. 15

QUI SOMMES NOUS ?

CARTE D'IDENTITÉ

Aprifel
RECHERCHE & INFORMATION

Nom ▶ Aprifel, Agence pour la Recherche et l'Information en Fruits et Légumes

Statut ▶ Association loi 1901

Date de naissance ▶ 1981

Raisons d'être ▶

- Traduire la science en actions
- Assurer l'interface entre les scientifiques, la société civile et les professionnels des fruits et légumes
- Œuvrer pour la vulgarisation et la transmission des données scientifiques relatives aux fruits et légumes
- Promouvoir collectivement une alimentation favorable à la santé et durable

Moyens d'action ▶

- Mobilisation des communautés scientifiques nationales et internationales
- Élaboration de contenus scientifiques : études et données
- Diffusion d'information via la création d'outils dédiés et l'organisation d'évènements

Signes particuliers ▶

Une gouvernance tri-partite réunissant société civile, scientifiques et professionnels des fruits et légumes

Pourquoi faut-il faire évoluer nos habitudes alimentaires ?

Apport trop élevé en sodium, graisses saturées ou sucres simples, consommation insuffisante de fruits et légumes ou de céréales complètes... L'alimentation de mauvaise qualité nutritionnelle est l'un des premiers facteurs de risque pour la santé, entrainant un décès sur cinq dans le monde[1] : c'est autant que le tabac ou l'alcool.

La consommation insuffisante de fruits et légumes, à elle seule, aurait entrainé 3,9 millions de décès en 2017 (OMS). **Cette sous-consommation est le reflet de nos habitudes mais plus globalement de l'offre alimentaire**.

Selon l'OMS et la FAO, **les systèmes alimentaires actuels ne permettent pas à chacun d'accéder à des aliments sains, abordables et sûrs**. Ils sont, par ailleurs, responsables d'une part importante des émissions de **gaz à effet de serre** (20 à 35%) et sont un moteur majeur de **conversion des terres**, de **déforestation** et de **perte de biodiversité**[2].

Au-delà de leurs bénéfices santé, les fruits et légumes ont fait l'objet de nombreuses études qui montrent leur **faible impact environnemental**, notamment une empreinte écologique, carbone et eau nettement plus faible que les autres groupes alimentaires.

« Faire évoluer les systèmes alimentaires et en particulier, faire augmenter la consommation de fruits et légumes, est non seulement un enjeu de santé publique, mais également de durabilité. »

[1] GBD 2017 Diet Collaborators. Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. The Lancet. Published online April 3, 2019

[2] FAO & OMS, 2019. Sustainable healthy diets – Guiding principles. www.fao.org/3/ca6640en/ca6640en.pdf

CHIFFRES CLÉS

BUDGET ANNUEL
4 M€

CONSEIL D'ADMINISTRATION

15 ORGANISATIONS PROFESSIONNELLES

CONSEIL CONSOMMATEURS

11 ASSOCIATIONS DE CONSOMMATEURS NATIONALES AGRÉÉES

CONSEIL SCIENTIFIQUE

6 EXPERTS SCIENTIFIQUES

SITE WEB

Près de
606 000
VISITEURS ANNUELS

et **2,4 M**
DE PAGES VUES SUR
www.aprifel.com

NOMBRE D'ABONNÉS
1 049
14 159
5 030

2 REVUES MENSUELLES

Depuis 2000 :
+de 500 AUTEURS INTERNATIONAUX

+de 15 000 ABONNÉS
dans **+de 30** PAYS

6 RENCONTRES NATIONALES D'INFORMATION
depuis 2010

8 CONFÉRENCES SCIENTIFIQUES INTERNATIONALES

ayant accueilli près de **300** CONFÉRENCIERS
depuis 2003

QUI SOMMES NOUS ?

UNE GOUVERNANCE TRI-PARTITE ORIGINALE

Reflet de son action, Aprifel possède une gouvernance où scientifiques, société civile et professionnels des fruits et légumes sont représentés.

Les grandes orientations financières d'Aprifel sont actées par son Conseil d'administration qui réunit des représentants des différents acteurs de la filière fruits et légumes. La mise en œuvre des actions de l'association est subordonnée à l'aval du Conseil consommateurs et du Conseil scientifique. Elle est réalisée par une équipe permanente dont l'action se fonde sur les travaux réalisés au sein des conseils. **L'aval de ces trois parties est préalable à toutes les actions d'Aprifel.**

Conseil d'administration

Conseil d'administration

Le Conseil d'administration a pour mission principale de veiller à la gestion administrative et financière d'Aprifel. Il valide les budgets et les programmes d'actions annuels de l'association. Il se compose de représentants des quinze organisations professionnelles composant l'Interprofession des fruits et légumes frais (Interfel).

Composition du Conseil d'administration au 03/06/20

Christel TEYSSEDRE - Présidente Aprifel

Olivier LEMOUZY - ANEEFEL

André BOUCHUT - CONFEDERATION PAYSANNE - Vice-Président

Jean Louis OGIER - COORDINATION RURALE - Secrétaire

Alain KRITCHMAR - CSIF

Frédéric LEGAL - FCA

Georges DANIEL - FCD - Trésorier

Christophe ROUSSE - FELCOOP

Guillaume SEGUIN - FNPF

Daniel SAUVAITRE - GEFeL

Laurent GRANDIN - Interfel

Michel PIQUET - Légumes de France

Sylvie DAURIAT - RESTAU'CO

Lionel EXBRAYAT - SAVEURS COMMERCES

Denis GINART - SNIFL

Philippe PONT-NOURAT - SNRC

Jean-Hugues BELLAND - UNCGFL

Jacques ROUCHAUSSÉ - Pdt Délégué Commission Communication d'Interfel - Secrétaire Adjoint

Conférence EGEA 2018

Conseil Scientifique

Créé en 2000, le Conseil scientifique d'Aprifel rassemble l'ensemble des compétences scientifiques nécessaires pour éclairer les travaux de l'association (médecine, nutrition, toxicologie, biologie moléculaire, agronomie, microbiologie). Constitué de 5 experts externes à la filière et de 1 expert interne (CTIFL – agronomie et expérimentation), le Conseil scientifique se réunit au moins quatre à cinq fois par an et est consulté par Aprifel autant que de besoin au fil de son action.

Sa mission est triple :
1/ examiner et analyser les données scientifiques récentes traitant des problématiques propres à la filière fruits et légumes : bénéfices sanitaires et environnementaux de la consommation de fruits & légumes, questions sociétales liées aux produits phytosanitaires, fertilisants, métaux lourds, plantes génétiquement modifiées, contaminants microbiologiques, …

2/ émettre des recommandations pour la filière en matière de prévision et d'évaluation des risques relatifs à la santé humaine et à l'environnement,

3/ élaborer des dossiers de fond, des avis et des notes explicatives afin d'identifier les actions appropriées en termes de recherche et/ou d'information.

Ses travaux font intervenir l'audition et l'appui de spécialistes des domaines abordés. Ils font l'objet de transmissions et de restitutions aux différentes instances d'Aprifel et peuvent donner lieu à des publications dans des revues scientifiques à comité de lecture.

UN NOUVEAU PRÉSIDENT POUR LE CONSEIL SCIENTIFIQUE

Après 20 ans à la tête du Conseil scientifique, Alain Periquet a passé le relais à Jean-Pierre Cravedi en fin d'année 2020. Spécialiste de la toxicologie et de l'étude des effets des faibles doses de toxiques sur la santé et sur l'environnement, Jean-Pierre Cravedi était déjà membre du Conseil scientifique depuis 2018 (voir p18).

Composition du Conseil scientifique au 01/01/21

Président : Dr Jean-Pierre CRAVEDI - Directeur de recherche - Inrae Toulouse - Spécialité : Toxicologie

Membres :
Dr Luc BELZUNCES - Directeur de recherche - Inrae Avignon - Spécialité : Toxicologie environnementale

Dr Fréderic CARLIN - Directeur de recherche - Inrae - Spécialités : Microbiologie et sécurité sanitaire

Béthsabée GLEIZER - Adjointe Qualité - Partenariats Scientifiques – CTIFL - Spécialité : Agronomie

Dr Jean-Michel LECERF - Médecin nutritionniste - Institut Pasteur de Lille - Spécialité : Nutrition

Dr Christophe ROBAGLIA - Directeur de recherche - CNRS - CEA - Aix Marseille - Spécialité : Génie Génétique

QUI SOMMES NOUS ?

LE MOT D'ALAIN PÉRIQUET,
Président du Conseil scientifique d'Aprifel

« Depuis sa création et sous ma présidence, le Conseil scientifique s'est attaché à apporter à Aprifel et aux professionnels de la filière un éclairage sur l'ensemble des disciplines intéressant les fruits et légumes, leurs bénéfices santé et leur sécurité sanitaire.
Ces 20 dernières années, nous avons réussi à produire des éléments et des conclusions avec un consensus scientifique certain sans avoir de pensée unique. Je salue la force de l'hybridation des expertises au sein du Conseil qui ont contribué à l'émergence et au développement d'Aprifel en tant que structure alliant expertise scientifique et information.
L'année 2020 a été singulière à bien des égards. Elle nous a demandé une grande adaptabilité que ce soit à titre personnel ou professionnel.
Aux côtés de nos travaux habituels - veille, analyses et études, et accompagnement des travaux d'information d'Aprifel - nous avons fourni un appui en réponse à la crise concernant le virus de la Covid et les conditions d'hygiène à mettre en place que ce soit du côté des opérateurs ou des consommateurs.
Nous avons également contribué à la réflexion prospective « Jour d'Après », destinée à penser et anticiper l'après-crise pour la filière.
Au-delà de ce contexte singulier, 2020 est aussi une année charnière pour le Conseil scientifique.
En termes de compétence, nous avons entamé de premiers travaux et discussions à propos de la pédagogie et des enjeux environnementaux associés aux fruits et légumes, deux nouveaux domaines sur lesquels Aprifel grandit. Enfin, en termes de fonctionnement, c'est une nouvelle dynamique qui s'enclenche avec la nomination de Jean-Pierre Cravedi en tant que président.
Je me réjouis du travail effectué ces 20 dernières années et je suis certain que la suite est dans de bonnes mains. »

Conseil consommateurs

▸ Conseil consommateurs

Dans une volonté d'écoute et de transparence, Aprifel a souhaité, dès 2009, s'ouvrir à la société en créant un Conseil consommateurs. Présidée par un scientifique expert des questions d'alimentation, cette structure est un lieu de dialogue entre représentants des consommateurs, professionnels des fruits et légumes et scientifiques. Par ce biais il s'agit de mieux comprendre les attentes et réalités de chacun, de répondre aux questions des associations et de s'assurer que les actions réalisées par Aprifel correspondent aux besoins identifiés.
Réunissant onze associations nationales agréées, le conseil se réunit a minima deux fois par an et est régulièrement consulté par Aprifel au fil de son action.

Répondre aux questions de la société
Formation des prix, déterminants de la consommation alimentaire, qualité gustative, gaspillage alimentaire ou encore modes de production sont autant de sujets qui ont été traités dans le cadre du Conseil consommateurs. Pour chaque thème, des conférences scientifiques, des visites de terrain ou encore le témoignage de professionnels ont permis de répondre aux questions des associations. Depuis 2016, une matinée du Conseil consommateurs, ouverte à tous est organisée une fois par an. Dédiés à un thème donné, ces évènements constituent de véritables mini-colloques.

Produire des documents pratiques, utiles à tous
Les membres du conseil se sont engagés à ne jamais prendre de positions communes. C'est un espace de dialogue, chaque membre restant libre dans le traitement des informations recueillies. Cependant, pour certains sujets, les membres du Conseil ont jugé pertinent de synthétiser leurs travaux sous forme de documents largement partagés.
Sur la question du gaspillage alimentaire, par exemple, deux guides pratiques ont été réalisés dans le cadre d'un groupe de travail réunissant six associations (ADEIC, AFOC, CLCV, Familles de France, Familles rurales, UNAF). Ils sont disponibles sur le site internet. Deux synthèses ont également été publiées dans la revue Equation nutrition.

Intervenir en appui des actions des associations
Depuis 2017, plusieurs membres du Conseil consommateurs ont souhaité renforcer leurs liens avec Aprifel en sollicitant son appui pour leurs propres actions. Mise en place de stands d'information, appui scientifique pour la réalisation d'études ou d'outils pédagogiques… Les actions réalisées dans ce cadre peuvent prendre des formes très diverses.

LES PRÉSIDENTS DU CONSEIL CONSOMMATEUR

2009-2013
Bernard CHEVASSUS-AU-LOUIS
Inspecteur Général au Ministère de l'Agriculture

2013- 2017
Nicolas BRICAS
Directeur de la Chaire Unesco Alimentations du Monde (Cirad)

Depuis 2018
Magalie JANNOYER
Adjointe au Directeur Général Délégué à la Recherche et à la Stratégie du Cirad

Composition du Conseil consommateurs au 01/07/21

Laura GERARD - CSF

Armand de JESSEY et Robert AELION - CNAFC

Anne LEGENTIL - Familles Rurales

Lisa FAULET - CLCV

Valérie CHARTIER - AFOC

Pascale BONNET - INDECOSA C.G.T

Jean-Louis BLANC et Julie VANHILLE - ADEIC

Gérard SCHREPFER - ALLDC

Valentine DE LA MORINERIE - UNAF

Virginie DURIN - Familles de France

Patrick CHARRON - CNAFAL

2020

UNE ANNÉE SOUS LE SIGNE DE CONCERTATION ACCRUE

Du fait de la situation sanitaire, l'année 2020 a demandé un fonctionnement adapté. Des réunions plus courtes et plus fréquentes ont permis de tenir le conseil informé des conséquences de la crise sur la filière (disponibilité de l'offre, prix, etc), de leur apporter des réponses concrètes concernant sur les mesures d'hygiène à mettre en place concernant les fruits et légumes. Ils ont également contribué à la stratégie « Jour d'après » destinée à tirer des enseignements de la crise liée à la Covid-19 et à son l'impact sur la filière fruits et légumes frais.

LE MOT DE MAGALIE JANNOYER,
Présidente du Conseil consommateurs d'Aprifel

« 2020 aura été une année dense d'échanges au sein du Conseil consommateurs d'Aprifel. La situation sanitaire et l'actualité politique auront favorisé une fois de plus le dialogue entre les associations membres du Conseil avec des réunions en visio-conférences très régulières, permettant ainsi de répondre aux questions des consommateurs, nombreuses en ces périodes de crise sanitaire. Ce dialogue aura contribué à des propositions en lien avec le « Jour d'Après » et le développement de la filière fruits et légumes dans un objectif de santé et d'accessibilité des fruits et légumes auprès de tous. De ce fait, l'année 2020 aura été marquée par l'incroyable adaptabilité et réactivité auxquelles nous avons tous dû faire face. 2020 aura aussi ancré l'importance et la réussite du consensus sur les sujets en lien avec l'alimentation et les fruits et légumes.
Le Conseil consommateurs a aussi contribué aux actions d'information sur les sujets en lien avec les fruits et légumes, notamment auprès du grand public au travers de deux nouveaux programmes innovants : « C'est bon à savoir » avec France TV et « Healthyvores » à destination d'un public jeune, avec le partenaire media Konbini. »

LES RÉUNIONS 2020

12/03 — **Réunion exceptionnelle emballages** (loi AGEC)

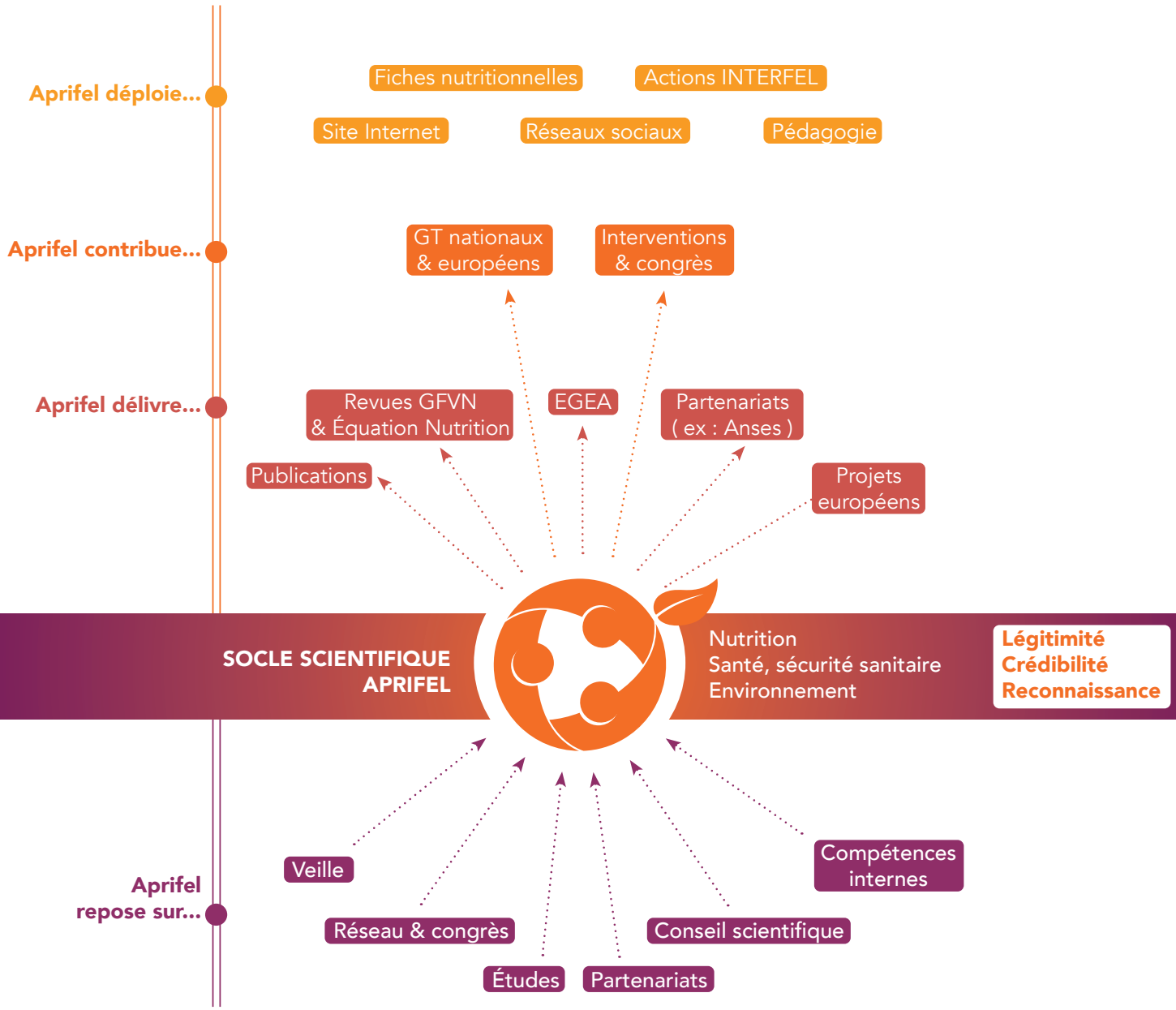
15/04 — **Réunion de Crise COVID 19**

15/06 & 20/07 — **Stratégie Jour d'Après**

20/11 — **Année Internationale et Bilan programme santé**

DEUX AXES D'ACTION COMPLÉMENTAIRES

La volonté d'Aprifel est d'aider à transformer la science en action. Dans ce but, l'association analyse et transmet la connaissance concernant les liens entre fruits et légumes et santé, sécurité sanitaire et durabilité. Son action s'articule autour de deux axes complémentaires : la science et l'information.



QUI SOMMES NOUS ?

▸ Élaboration de contenus scientifiques

Sous l'égide de son Conseil scientifique, Aprifel réalise une **veille scientifique permanente** qui lui permet de nourrir l'ensemble de ses actions et de constituer un réseau d'experts internationaux.

L'association réalise également des **études**, seule ou en partenariat, afin d'apporter des connaissances nouvelles en lien avec les fruits et légumes et l'alimentation.

Dans le courant de l'été 2020, le partenariat avec l'Anses (2017-2018), a permis d'apporter des **données de composition nutritionnelle actualisées et spécifiques au contexte français** pour plus d'une centaine de fruits et légumes. Intégrées à la mise à jour de la base Ciqual, référence française en matière de composition nutritionnelle, ces données sont aussi disponibles en libre accès sur le site internet d'Aprifel ou via une API. Elles sont accompagnées du Nutriscore, des allégations nutritionnelles et de santé associées à chaque fruit ou légume. Certains produits présentent également des détails par variétés et mode de cuisson voire sur les teneurs en polyphénols. (voir p28).

« Ces pages constituent la ressource française la plus complète sur la composition nutritionnelle des fruits et légumes. »

Veille, études et partenariats constituent le **socle** qui vient alimenter l'ensemble des outils d'information d'Aprifel - Revues, colloques, site internet, chaine Youtube, réseaux sociaux, etc.

▸ Création et diffusion d'information

Le second volet d'action d'Aprifel concerne le partage d'information auprès de différents publics : scientifiques et experts, professionnels de santé et de la pédagogie, grand public.

Tous les mois, Aprifel édite et publie **deux revues** à destination des scientifiques et professionnels de santé (voir p19).

- *The Global Fruit and Vegetable Newsletter - GFVN*, diffusée en 3 langues dans plus de 30 pays grâce à l'Alliance Internationale des Fruits et Légumes (AIAM5).
- *Equation Nutrition* – pour les lecteurs français et francophones.

Afin d'informer et de favoriser les échanges, Aprifel organise des **journées d'information et des conférences internationales** réunissant l'ensemble des parties prenantes.

Aprifel mène également des actions d'information s'adressant plus spécifiquement aux professionnels de santé et à leurs patients (Programme *Fruit and Veg 4 Health* (voir p24), ainsi qu'aux 18-30 ans (programme *Follow me to be Healthy with Europe* (voir p32), **programmes co-financés par la Commission européenne**.

Enfin, pour sensibiliser le grand public par une information accessible, Aprifel s'associe à des **partenaires media** reconnus pour créer des outils d'information innovants tels que la mini-série *Healthyvores* créé avec Konbini, ou le programme court « *C'est bon à savoir* » de France Télévisions (voir p34).

AGIR ENSEMBLE

De par la nature de son action, Aprifel se trouve à l'interface d'acteurs très divers : sociétés savantes, organismes de recherche, instances sanitaires, associations de consommateurs, acteurs de l'univers des fruits et légumes et de l'alimentation, ONG, ... Autant d'acteurs avec lesquels Aprifel construit des actions pour produire des connaissances et informer sur la place des fruits et légumes dans une alimentation saine et durable.

Scientifiques

Organismes de recherche & Instances : Inrae, Institut Pasteur de Lille, Inserm, Universités, Anses, Université de Lyon, …

Associations et Sociétés savantes : Société Français de Nutrition, Académie d'Agriculture, Agir pour le cœur des femmes, Société française de cardiologie, WONCA, ECOG…

Professionnels de santé et structures de soin

Médecins, diététiciens, Centres de Protection Maternelle et Infantile

Société civile

Associations de consommateurs : Familles de France, Familles rurales, ULCC (Union Laïque et Citoyenne des Consommateurs)

Professionnels des fruits et légumes

UNE ALLIANCE INTERNATIONALE POUR SOUTENIR LA CONSOMMATION DE FRUITS ET LÉGUMES

Faire évoluer les systèmes alimentaires et en particulier, faire augmenter la consommation de fruits et légumes, est non seulement un enjeu de santé publique, mais également de durabilité. Cet enjeu dépasse le cadre national et implique d'agir de manière convergente avec d'autres pays. L'Alliance internationale des fruits et légumes - AIAM5 - est un réseau international à but non-lucratif visant à promouvoir la consommation de fruits et légumes pour une meilleure santé. Elle regroupe une trentaine de pays. Son rôle : encourager et promouvoir les actions visant à accroître la consommation de fruits et légumes au niveau mondial en soutenant les initiatives nationales, en facilitant la collaboration sur des objectifs communs et en assurant le leadership mondial. Toutes ces actions sont scientifiquement fondées.

PARTIE 2

LES TEMPS FORTS

CONSEIL SCIENTIFIQUE 18
P.18

19 VEILLE ET REVUES
P.19

PÉDAGOGIE 21
P.21

22 CONSEIL NUTRITIONNEL
P.22

FRUIT & VEG 4 HEALTH 24
P.24

28 SITE INTERNET
P.28

RESEAUX SOCIAUX 31
P.31

32 #400G CHALLENGE
P.32

INFORMATION 34
P.34

HEALTHYVORES 37
P.37

CONSEIL SCIENTIFIQUE

Passage de relais entre Alain PÉRIQUET et Jean-Pierre CRAVEDI.

Président du Conseil scientifique depuis sa création en 2000, Alain Périquet a passé le relais, fin 2020, à Jean-Pierre Cravedi. Il accompagne ce passage de témoin de deux recommandations : toujours rester dans l'information factuelle et accélérer les travaux sur l'environnement et le climat.

Regroupant des experts aux compétences variées, le Conseil scientifique est chargé de porter un jugement indépendant, objectif et approfondi sur l'état des connaissances scientifiques. Ses travaux viennent éclairer et fonder l'action d'Aprifel.

Depuis sa création en 2000, le Conseil scientifique a été mobilisé sur les domaines liés à l'alimentation saine et aux fruits et légumes : nutrition, santé, sécurité sanitaire et de plus en plus environnement et climat. Sous l'impulsion de son président historique le Conseil aura permis la création de nombreux livrables : publications, rapports, avis, études, ou encore des colloques nationaux et internationaux.

Jean-Pierre Cravedi a rejoint le Conseil scientifique en 2018. Convaincu que la production de connaissance est essentielle au progrès, il affiche l'ambition de son mandat de Président du Conseil scientifique.

« J'ai toujours associé la recherche scientifique à une activité d'expertise en vue d'éclairer la décision, qu'elle soit publique, citoyenne, ou professionnelle. Il est indispensable que le Conseil scientifique reste dans cette dynamique : les bien-fondés d'une évaluation et d'une gestion objectives et rigoureuses se doivent d'être basés sur un socle scientifique solide. »

QUI EST JEAN-PIERRE CRAVEDI ?

Docteur en physiologie de la nutrition, Jean-Pierre CRAVEDI est toxicologue et directeur de recherche à l'Inrae.

Après avoir animé une équipe de recherche à l'UMR 1089 Xénobiotiques de 1993 à 2005, puis dirigé cette même unité pendant 5 ans, il a été chef de département adjoint pour le département Alimentation Humaine de 2014 à 2019 tout en continuant d'exercer son activité de recherche au sein de l'UMR 1331 Toxalim. Il est en retraite depuis le mois de septembre 2020. Au cours de sa carrière, il a dirigé ou a été impliqué dans divers projets de recherche français ou internationaux concernant le devenir et les effets des contaminants présents dans l'environnement ou dans l'alimentation et a mené plusieurs travaux de recherche concernant les perturbateurs endocriniens. Au cours des 10 dernières années, ses projets ont notamment porté sur l'impact sur la santé humaine de substances chimiques présentes à faibles doses et en mélanges dans l'alimentation, parmi lesquels les résidus de pesticides. Il a publié plus de 300 articles dans des revues internationales à comité de lecture et a contribué à plus de 150 rapports d'expertise sur l'évaluation du risque des substances chimiques. Jean-Pierre Cravedi a été membre de différents conseils scientifiques (Inra et Anses) et de comités d'experts à l'Efsa de 2003 à 2018 (contaminants de la chaine alimentaire et matériaux au contact des aliments, enzymes, auxiliaires technologiques et arômes). Il a contribué à plusieurs groupes de travail sur les contaminants alimentaires dans les agences nationales et internationales d'évaluation du risque.

VEILLE ET REVUES

Suivre et partager l'actualité scientifique sur la santé, la sécurité sanitaire et la durabilité de l'alimentation

Pourquoi ?

Une des activités de fond d'Aprifel est de réaliser une veille régulière sur les publications scientifiques concernant les fruits et légumes et leurs liens à la santé et l'environnement. Ce champ de recherche, très actif au niveau international, donne lieu à un grand nombre de publications scientifiques.
Ce travail permanent permet notamment d'identifier les travaux de recherche les plus pertinents pour :

- Alimenter les deux **revues** mensuelles d'Aprifel),
- Identifier les chercheurs les plus impliqués dans l'étude des fruits et légumes et ainsi constituer un **réseau de contacts internationaux**,
- Sélectionner les articles selon leur thématique et les transmettre à différents experts nationaux et internationaux pour **échange et mobilisation**,
- Elaborer des **dossiers** de fonds et des **outils d'information** dans les différents champs d'intervention d'Aprifel.

Ce travail nourrit l'ensemble des actions d'information réalisées par l'association.

Comment ?

Les revues Equation Nutrition et The Global Fruit & Vegetables Newsletter (GFVN)
Réalisées et diffusées chaque mois, Equation Nutrition et GFVN permettent à Aprifel de **vulgariser et de disséminer** les dernières avancées scientifiques sur les fruits et légumes auprès de divers publics, au-delà des cercles scientifiques habituels : professionnels de santé, étudiants, acteurs impliqués dans le domaine de la santé et de la nutrition, professionnels des fruits et légumes, ou encore scientifiques internationaux ….
Editées respectivement depuis 2000 et 2006, ces revues reposent sur l'implication et la mobilisation de la communauté scientifique internationale. Tous les articles de GFVN sont gracieusement rédigés en anglais par les auteurs des publications scientifiques à la demande d'Aprifel. La traduction des textes en espagnol repose sur les partenaires de l'Alliance Internationale des fruits et légumes (AIAM5 voir p15).
La diffusion de cette revue est assurée en **3 langues** - espagnole, anglaise et française (Equation nutrition) - sous la coordination d'Aprifel.
Chaque édition d'Equation Nutrition comprend une traduction des articles de GFVN et deux articles supplémentaires rédigés par des auteurs français.

CHIFFRES CLÉS

VEILLE

10 000 RÉSUMÉS D'ARTICLES IDENTIFIÉS

+de 1 000 RÉSUMÉS RETENUS ET TRAITÉS
lus / classés / analysés / exploités

+de 15 COLLOQUES SUIVIS

GFVN

3 VERSIONS
anglaise, française, et espagnole
EN. FR. ES.

+de 30 PAYS DIFFUSEURS

Près de **11 000** ABONNÉS
(mensuel électronique).

EQUATION NUTRITION

+de 4000 ABONNÉS

1 395 AU FORMAT PAPIER

+de 2 644 AU FORMAT ÉLECTRONIQUE

LES TEMPS FORTS

LES THÈMES TRAITÉS EN 2020

- **Bénéfices santé de la consommation de fruits et légumes**
  > 4 éditions :
  Santé mentale,
  Santé cardiovasculaire,
  Surpoids et obésité,
  Microbiote.

- **Marketing/environnement alimentaire**
  > 2 éditions

- **Population défavorisée**
  (programme WIC)
  > 1 édition

- **Tendances de consommation**

- **Spécial rencontre de clôture Fruit&Veg 4 Health**

VERS DES ÉVOLUTIONS EN 2021

Fin 2020, une étude de lectorat a été réalisée. Elle a permis d'évaluer la fréquence de lecture des revues, de mesurer la satisfaction des lecteurs et leur utilisation des informations proposées.

Les deux revues sont largement appréciées avec une note de satisfaction de 7,7 et un tiers des répondants qui attribue une note entre 9 et 10. La principale motivation des lecteurs est de suivre l'actualité sur la nutrition avec une différence marquée entre Equation Nutrition (80% des répondants) et GFVN (55% des répondants).

équationnutrition

IMPACT DU MARKETING
SUR LE COMPORTEMENT ALIMENTAIRE

édito

Le marketing alimentaire est omniprésent et influence sur notre comportement alimentaire de façon considérable et plutôt négative. La plus grande part du budget affecté au marketing alimentaire est consacrée aux aliments à forte teneur énergétique, riches en sel, en sucre et en matières grasses. De nombreux chercheurs reconnaissent que ces choix engendrent un environnement obésogène, favorable au surpoids et à l'obésité. Plus important encore, parce que les collations fortement calorigènes et les messages marketing pour les promouvoir sont présents partout (en ligne et hors ligne), il est très difficile pour les groupes vulnérables, comme les jeunes enfants, de manger sainement. C'est pourquoi il est nécessaire de transformer notre environnement en un environnement « sain » qui incite à des choix d'aliments de meilleure qualité nutritionnelle.

Les articles figurant dans ce numéro visent à développer cette idée, en rassemblant les grandes tendances de différents domaines d'étude et les toutes dernières connaissances issues de diverses disciplines. Les articles sélectionnés résument les travaux menés par des universitaires de qualité montrant la voie à suivre en terme de recherche scientifique sur ce sujet. En outre, en collaboration avec d'excellents chercheurs dans le domaine du marketing alimentaire, nous avons publié un ouvrage sur les effets de ce marketing sur le comportement alimentaire des individus, intitulé « *La psychologie du marketing alimentaire et de la (sur)alimentation* ». Ce livre intègre les récents travaux de recherche et les connaissances existantes sur le marketing alimentaire et ses effets sur le comportement alimentaire des enfants, des adolescents et des adultes.

Frans Folkvord
Groupe de recherche Open Evidence Research,
Barcelone, ESPAGNE
Université des sciences humaines et numériques de Tilburg, PAYS-BAS

Aprifel
Equation nutrition

Parmi les pistes d'optimisation identifiées : proposer une distinction plus importante entre GFVN et Equation Nutrition, revoir le graphisme pour une présentation plus visuelle ou encore varier d'avantage et élargir les thèmes traités.

PÉDAGOGIE

De premières actions pour fonder la création d'un dispositif pédagogique

Pourquoi ?

En France, **seuls 10% des enfants de 3 à 17 ans atteignent les niveaux de consommation de fruits et légumes recommandés** et 42% mangent moins de deux portions par jour[3].

En complément du rôle des familles, l'école et le cadre scolaire sont des lieux importants pour faire évoluer les habitudes alimentaires des plus jeunes. Ainsi, **l'apprentissage des comportements favorables à la santé**, dont fait partie l'alimentation, est une thématique inscrite dans les programmes scolaires de l'école élémentaire.

Considérant le foisonnement d'informations parfois contradictoire sur cette question et l'absence de formation initiale des enseignants en nutrition, Aprifel ambitionne de mettre à leur disposition des **ressources fiables et scientifiquement étayées**.

Comment ?

La fin d'année 2020 a consacrée à la réalisation de travaux préparatoires destinés à fonder les actions à mettre en place.

ETABLIR UN DIAGNOSTIC DE L'EXISTANT

Une première étape a consisté à poser un **état des lieux sur deux plans** :

1/ la place et le traitement consacrés à l'alimentation et à l'équilibre alimentaire dans les programmes et manuels scolaires ;

2/ les habitudes de travail et besoins des enseignants sur ces questions.

Ces travaux montrent que la question de l'alimentation saine est abordée par une grande majorité d'enseignants chaque année. Ceux qui ne le font pas évoquent le manque de temps, mais aussi de ressources adaptées.

Pour trouver des ressources en la matière, **Internet est le principal canal utilisé**. Cependant les enseignants déplorent le manque de contenus fiables et adaptés parmi le foisonnement d'information. Enfin, les enseignants indiquent rechercher **des éléments clé en main, neutres, fiables et en conformité avec les programmes**. Ils plébiscitent les sites institutionnels et académiques, et les ressources certifiées ou avec une caution d'un organisme reconnu.

IDENTIFIER LES ACTIONS PERMETTANT D'INITIER LE CHANGEMENT DE COMPORTEMENT

En parallèle, un travail bibliographique sur les leviers permettant d'augmenter la consommation de fruits et légumes chez les enfants montre qu'il n'existe **pas une approche unique**.

Si les approches purement nutritionnelles et sanitaires semblent avoir des effets contreproductifs, il est probable que l**es actions d'éducation alimentaire intégrant des interventions variées** (éducation, cuisine, jardinage, dégustation, digital, jeux…), **impliquant tout l'environnement** (écoles, pairs, parents…), **et travaillant sur le goût,** touchent plus les enfants. Toutes les études montrent notamment un effet positif lorsqu'il y a des manipulations. Education sensorielle, alimentation en pleine conscience et plaisir alimentaire sont donc à privilégier plutôt que l'utilisation de messages normatifs injonctifs et exclusivement nutritionnels.

[3] Enquête CCAF 2019 du CREDOC

MON QUOTIDIEN SPÉCIAL FRUITS ET LÉGUMES,

PREMIÈRE RESSOURCE CRÉÉE AVEC LES ÉDITIONS PLAYBAC

Un premier support d'information à destination des enfants « *Mon quotidien spécial Fruits & légumes* » a également été réalisé et diffusé auprès de tous les abonnés et 8000 enseignants des cycles 2 et 3.

CONSEIL NUTRITIONNEL

Un baromètre pour connaitre les pratiques des professionnels de santé

Pourquoi ?

Les professionnels de santé ont un rôle clé à jouer pour aider la population à adopter des habitudes alimentaires saines. Leurs relations avec leurs patients sont soutenues par un **haut niveau de confiance et de communication**[5] et les conseils qu'ils prodiguent sont généralement efficaces. Pourtant, par **manque de formation et de connaissances pratiques en nutrition**[6] notamment, de nombreux médecins trouvent le conseil nutritionnel difficile à aborder.

Comment ?

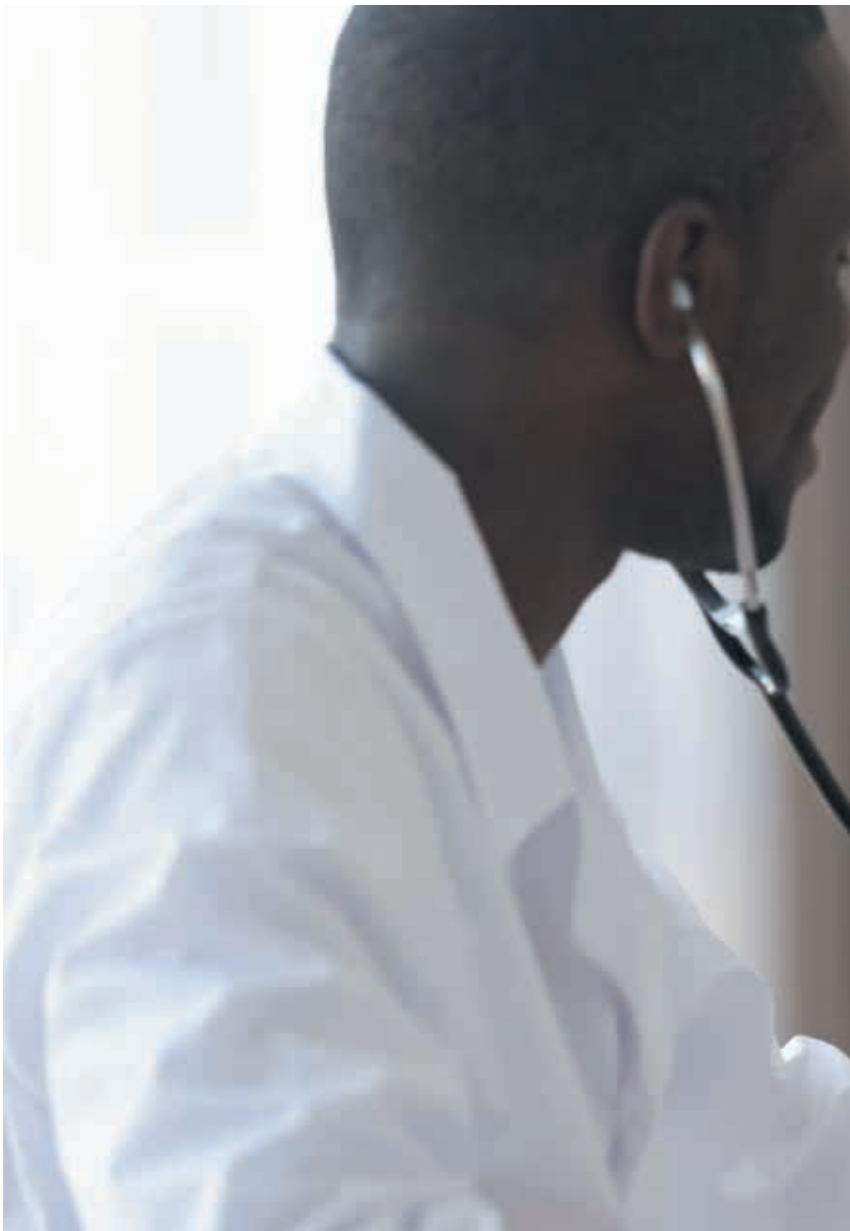
Fin 2016, Aprifel a mené une première étude destinée à mieux **cerner les pratiques et besoins des professionnels de santé français en matière de conseil nutritionnel**. Les résultats de ce travail ont été ont été utilisés pour élaborer le programme Fruit and Veg 4 Health (voir p24).
Début 2020, Aprifel a reconduit cette étude en se focalisant sur les médecins généralistes, pédiatres, gynécologues - cibles de Fruit and Veg 4 Health - ainsi que les sages-femmes. **Il s'agissait d'identifier des évolutions éventuelles depuis 2016**.
En toute fin d'année, l'étude a été reconduite une nouvelle fois, en ciblant les médecins généralistes afin de **voir si la pandémie avait une incidence**.

UNE ÉTUDE QUI CONFORTE LES ACTIONS MENÉES

Entre 2016 et 2020, peu d'évolutions notables sont constatées. **L'alimentation reste un sujet considéré comme important par les praticiens**, cependant leurs **pratiques en consultation restent peu approfondies** et leur connaissance des bénéfices de fruits et légumes partielle. La **demande de documentation** pour eux et pour leurs patients reste également **majeure**. A noter, les médecins ayant reçu les **documents du programme Fruit and Veg 4 Health** les trouvent **crédibles et pertinents et les recommanderaient** à un confrère.

LA PANDÉMIE ACCENTUE LES CONSEILS DÉLIVRÉS

Réalisée en pleine pandémie (27 octobre - 9 novembre 2020), la dernière édition du baromètre montre que **les médecins généralistes sont plus nombreux à faire systématiquement des recommandations à visée préventive**, en particulier pour les personnes à risque. La moitié des médecins indique également que donner des conseils sur les fruits et légumes est devenu très important voir même essentiel. Cependant, les recommandations concernent surtout la quantité à consommer et les produits à favoriser et **rarement les bénéfices pour la santé**, même pour des patients atteint d'une pathologie.



[5] Eurobaromètre, 2012 « Patient Involvement Report final 09052012 FRENCH - ql_5937_patient_fr.pdf ». http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/quali/ql_5937_patient_fr.pdf

[6] Brotons C. et al. Prevention and Health Promotion in Clinical Practice: The Views of General Practitioners in Europe. Prev Med. 2005; 40(5):595-601

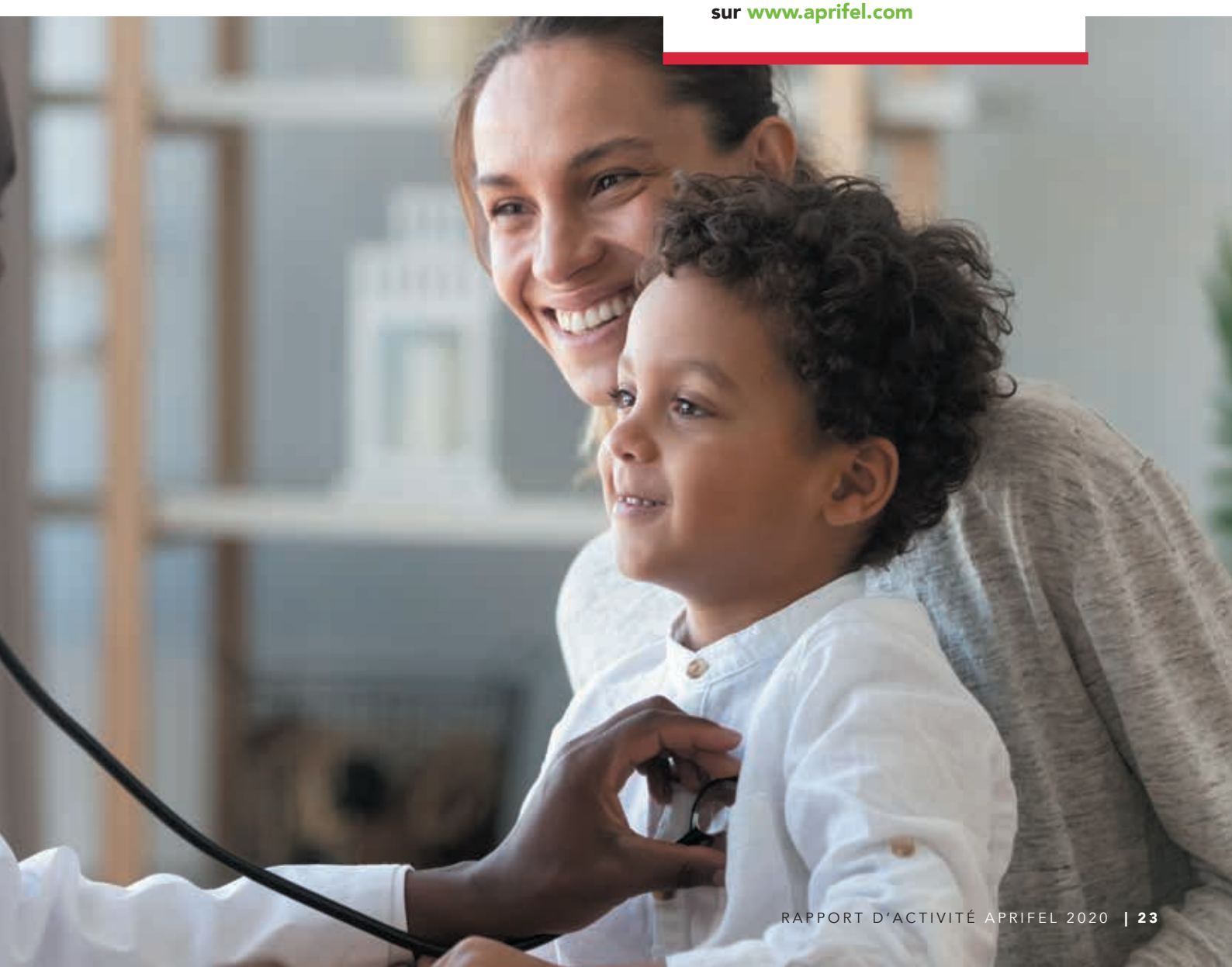
1/3
des praticiens orientent régulièrement leurs patients vers un professionnel de la nutrition

>10%
des praticiens associe fruits et légumes et prévention des maladies chroniques

9 pratiens **/10**
souhaitent des fiches synthétiques pour appuyer leur discours

87%
des médecins ayant reçu les outils de Fruit and Veg 4 health les recommanderaient à un confrère

Retrouvez les résultats détaillés de ce baromètre sur www.aprifel.com



FRUIT AND VEG 4 HEALTH

135 000 médecins et 2 000 000 de patients sensibilisés en trois ans

▸ Pourquoi ?

Les liens entre santé et alimentation sont connus de longue date. Pourtant, la mauvaise qualité nutritionnelle de ce que nous mangeons est désormais l'un des premiers facteurs de risque pour la santé. Face à l'épidémie d'obésité et de maladies chroniques, **améliorer la qualité de notre alimentation est ainsi un enjeu majeur de santé publique**.

Pour y parvenir, les **médecins** – en particulier les généralistes, pédiatres et gynécologues - sont des **acteurs clés**. Ce sont en effet des interlocuteurs de confiance pour leurs patients, situés en première ligne lorsqu'il s'agit de prévention. Pourtant, notamment par manque de connaissances en nutrition, les praticiens ont encore du mal à apporter des conseils à leurs patients.

▸ Comment ?

DE NOUVEAUX OUTILS D'INFORMATION POUR LES MÉDECINS ET LEURS PATIENTS

2020 marquait la dernière année d'action du programme Fruit and Veg 4 health (voir ci-contre).

Dans la continuité des actions déjà réalisées, de **nouvelles fiches** ont été élaborées avec le Collège universitaire de médecine générale de l'Université de Lyon 1 et des associations européennes de médecins généralistes, médecins de famille (WONCA Europe) et pédiatres (ECOG).

Ces outils ont été diffusés par **portages en cabinets médicaux**, via un stand lors d'un congrès médical et l'envoi de plusieurs newsletters

Côté patients, un dépliant dédié à la **place des fruits et légumes durant la diversification alimentaire** a été créé. Il fait suite aux supports sur la place des fruits et légumes dans l'alimentation et durant la grossesse, édités en 2018 et 2019. Ces documents ont été diffusés dans les **cabinets médicaux, PMI et planning familiaux**. Une déclinaison **vidéo** a également été proposée dans les maisons de santé

La campagne était présente à deux salons grand public tout début 2020. Enfin, trois challenges sportifs en ligne ont également permis de promouvoir la campagne et de souligner les liens entre alimentation saine, riche en fruits et légumes et pratique d'une activité physique régulière.

EGEA

Fruit and Veg 4 health : deux axes d'action complémentaires

Co-financé par l'Union Européenne, Fruit and Veg 4 health poursuit deux objectifs :

- Apporter aux médecins des connaissances et outils pratiques sur l'alimentation saine pour les aider à engager le dialogue avec leurs patients
- Informer le grand public sur les bénéfices santé de la consommation de fruits et légumes et les aider à passer à l'action

	2018	2019 & 2020	2020
Professionnels de santé	Conférence EGEA ▶	Fiches pratiques ▶	Évènement de clôture
	Présence aux congrès médicaux		
	Inserions presse médicale		
	Portage en cabinets		
Grand public	Kits patients en salles d'attente		
	Évènements sport & santé		
	Relations presse		

LES TEMPS FORTS

CHIFFRES CLÉS

EN 2020

20 000 MÉDECINS TOUCHÉS EN CABINETS

Près de **440 000** PATIENTS TOUCHÉS PAR LES DÉPLIANTS

368 INSCRITS À LA RENCONTRE DE CLÔTURE les 5 et 6 novembre

720 000 PERSONNES EXPOSÉES À LA VIDÉO

32 000 PERSONNES TOUCHÉES VIA LES ÉVÈNEMENTS GRAND PUBLIC

SUR LA PÉRIODE 2018-2020

+ de 135 000 MÉDECINS

&

2 000 000 DE PATIENTS SENSIBILISÉS

1 MODULE DE FORMATION « CONFÉRENCE EGEA 2018 : NUTRITION ET SANTÉ : DE LA SCIENCE À LA PRATIQUE », MIS EN PLACE ET ACCRÉDITÉ EACCME

15 FICHES PRATIQUES POUR LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ RÉALISÉES ET VALIDÉES PAR UN GROUPE D'EXPERTS

UNE ACTION À POURSUIVRE ET À AMPLIFIER

Les 5 et 6 novembre, la **rencontre de clôture** du programme a permis de rappeler l'état des connaissances sur lesquelles ce programme s'est fondé et les actions menées. Les résultats obtenus et les suites à donner ont été discutés lors d'une **table ronde** réunissant des scientifiques et des professionnels de santé.

Les outils d'information développés ont été salués par les médecins participants. Face à un manque de formation en nutrition, les fiches développées répondent à leur besoin d'information. Les dépliants patients permettent quant à eux d'appuyer leur discours.

Ce bilan positif est confirmé par le baromètre « Professionnels de santé et nutrition » réalisé par Aprifel (voir p22).

Au-delà de « Fruit & Veg 4 Health», médecins et scientifiques s'accordent sur la nécessité de **poursuivre et d'amplifier, à l'échelle européenne**, les actions permettant d'informer et de sensibiliser les médecins aux enjeux de nutrition pour améliorer le conseil aux patients et ainsi la prévention.

UNE PROBLÉMATIQUE QUI DÉPASSE LE CADRE DE LA CAMPAGNE EUROPÉENNE

Dernier point de convergence soulevé lors de la clôture, bien que des dispositifs comme Fruit & Veg 4 Health sont nécessaires, ils ne sont pas suffisants. En effet, les problématiques traitées par le programme doivent être accompagnés de **politiques publiques et d'actions collectives plus volontaristes** pour assurer une alimentation saine, équilibrée et diversifiée accessible à tous.

Il s'agit à la fois **d'améliorer la formation des médecins**, de mettre en place des plateformes communes d'information, mais plus largement de **faire changer le système alimentaire** pour que le choix le plus simple pour les individus soit le plus simple et le plus accessible.

FICHE 10

NUTRITION & SANTÉ : DE LA SCIENCE À LA PRATIQUE | CONSEILS ET FICHES PRATIQUES POUR LES PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ

RELATION MÉDECIN-DIÉTÉTICIEN : LES CLÉS D'UNE COLLABORATION RÉUSSIE

- Les maladies chroniques liées à l'alimentation, telles que l'obésité, les maladies cardiovasculaires et le diabète de type 2, font peser une charge de plus en plus lourde sur la santé de la population et les systèmes de santé[1].
- **Le changement de comportement alimentaire est une approche de première ligne reconnue pour la prévention** et/ou la prise en charge optimales des maladies chroniques, étant donné sa capacité à entraîner des effets plus favorables[2].
- **Il est recommandé de faire appel à des « professionnels de la nutrition », en particulier à des diététiciens,** car ils sont spécifiquement formés pour dispenser des conseils nutritionnels aux patients et les aider à changer leur comportement alimentaire[3].
- L'accompagnement par un médecin de famille, un généraliste ou un pédiatre, en collaboration avec un diététicien constitue **l'approche la plus efficace.** Sa mise en œuvre en Europe se traduirait par un gain d'une année de vie en bonne santé chez un patient sur dix, et deviendrait efficace au regard des coûts d'ici une dizaine d'années[2].
- Orienter un patient vers un diététicien fait partie des pratiques de collaboration entre professionnels dans le cadre de la coordination des soins et de la communication sur la prise en charge des patients. Cette collaboration est d'autant plus efficace lorsque les professionnels de santé ont une **bonne connaissance des rôles et de l'expertise des partenaires paramédicaux[4].**

Pourquoi les diététiciens et les médecins généralistes/pédiatres devraient-ils collaborer ?

1. Deux domaines d'expertise complémentaires

Les médecins généralistes/pédiatres et les diététiciens devraient collaborer afin de **fournir au patient un suivi et des conseils adaptés en terme de nutrition,** chaque discipline ayant des domaines d'expertise spécifiques et complémentaires (**Figure 1**).

2. De meilleurs résultats pour la santé

La collaboration entre les médecins et les diététiciens crée les conditions idéales en vue d'améliorer l'alimentation et le mode de vie des patients, pour une santé optimale. Les études confirment que l'accès à un suivi par un diététicien dans le cadre des soins primaires a des **effets bénéfiques sur la santé des patients** :

- Les patients qui en bénéficient obtiennent de meilleurs résultats en matière d'obésité et de diabète par rapport aux patients traités de manière classique.
- Il a également été démontré que le suivi diététique chez les patients présentant un risque élevé d'évolution vers le diabète de type 2 est efficace.

Ainsi, la participation des diététiciens à un réseau pluridisciplinaire de professionnels de santé permet d'obtenir de meilleurs résultats chez les patients souffrant d'obésité et de diabète ou présentant un risque de diabète[5,6].

FIGURE 1 : COMPLÉMENTARITÉ ENTRE DIÉTÉTICIENS ET MÉDECINS GÉNÉRALISTES /PÉDIATRES

MÉDECINS GÉNÉRALISTES ET PÉDIATRES

ATOUTS

- En tant que premier contact du patient, ils ont une relation privilégiée et de confiance et suivent celui-ci sur le long terme.
- Ils sont considérés par le patient comme la source d'information nutritionnelle la plus fiable[1,6,7].
- L'une de leurs missions consiste à promouvoir la santé dans le cadre de la prévention primaire[7].
- Ils posent un diagnostic[7].

Ils ont néanmoins des difficultés à donner des conseils en matière de nutrition lié :

- au manque de temps, de connaissances et de formation
- au manque d'efficacité visible à court terme
- à l'environnement non facilitant (famille, publicité)[8,9,10,11].

D'OÙ LA NÉCESSITÉ D'UNE COLLABORATION AVEC UN DIÉTÉTICIEN !

DIÉTÉTICIENS

ATOUTS

- Ils ont des connaissances scientifiques en matière d'alimentation et de nutrition ainsi qu'une compréhension de la dimension psychosociale de la santé[6].
- Ils sont plus disponibles pour donner des conseils nutritionnels et diététiques détaillés[7].
- Ils font du conseil diététique individualisé en tenant compte des convictions personnelles et culturelles, des préférences, du mode de vie, de la volonté et capacité de la personne à changer, à l'aide d'outils concrets tels que la planification de menus, des exemples de recettes, etc.[7].

Pourtant, peu de patients sont orientés vers un diététicien en raison des obstacles suivants :

- Le coût des consultations diététiques est rarement pris en charge*.
- le manque d'information des médecins généralistes et des pédiatres sur le métier de diététicien ;
- l'hétérogénéité de la répartition géographique des diététiciens sur le territoire ;
- les médecins ne les connaissent pas forcément, ou ne savent pas comment les contacter[4,7,12].

Les conseils pour faire face à ces barrières sont présentés dans l'encadré 1.

Il existe toutefois des possibilités de remboursement par le système d'assurance maladie dans certains pays européens, comme aux Pays-Bas (3 heures/an) et en Suisse (uniquement pour les assurances maladie privées). En France, des mutuelles peuvent rembourser un certain nombre de consultations.

> « Les supports développés par Fruit & Veg 4 health nous donnent des informations scientifiques fiables et de qualité validées par des organisations reconnues. Cela apporte de la crédibilité à nos propres conseils »

Raluca ZOITANU,
membre de WONCA Europe,
Rencontre de restitution.

SITE INTERNET

Proposer une ressource de référence sur les fruits et légumes, la santé et l'environnement

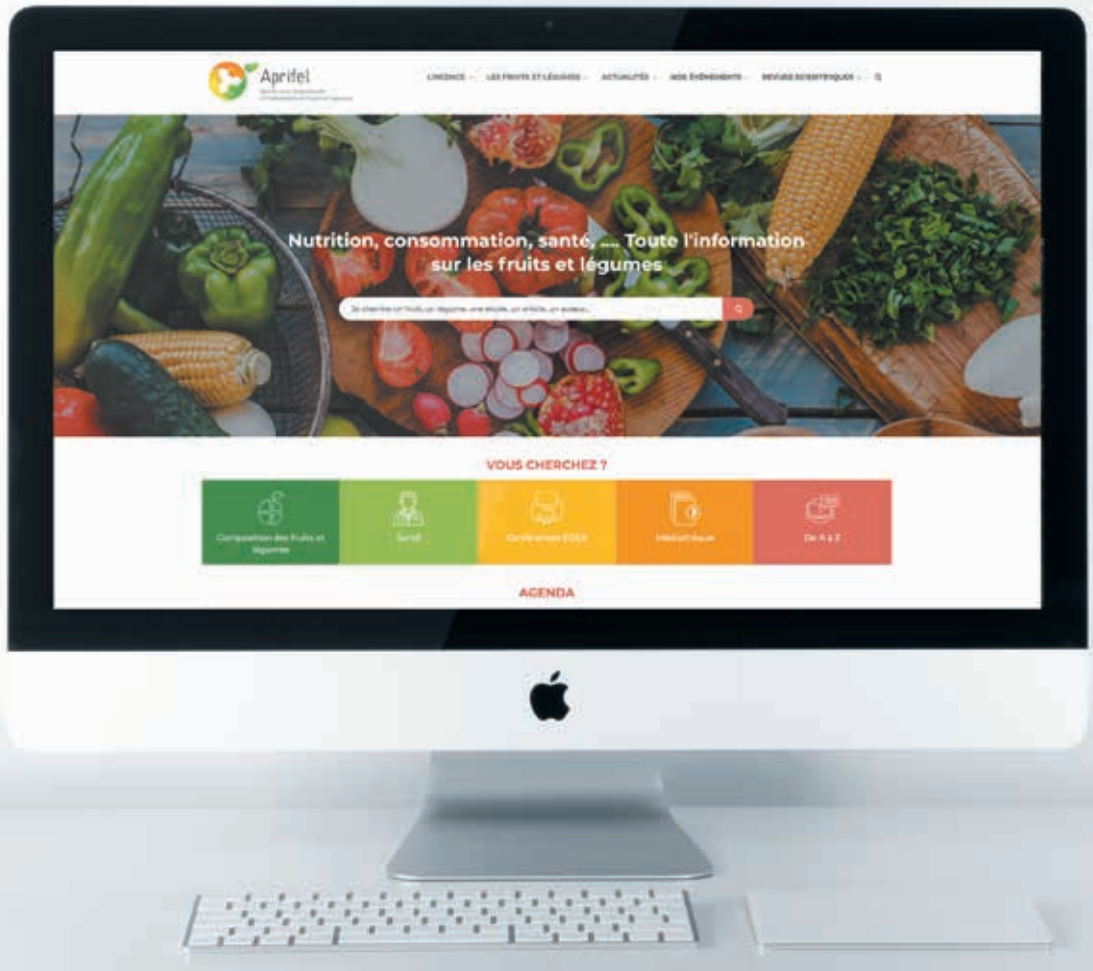
Pourquoi ?

Reflet du rôle d'Aprifel, son site internet a vocation à **mettre à disposition de publics divers une information factuelle et scientifiquement fondée sur l'alimentation saine et durable** et la place des fruits et légumes.
Suite à l'élargissement des missions de l'association à la communication informative grand public, une refonte du site a été initiée courant 2018. Elle a abouti le 1er octobre 2020 avec le lancement d'une nouvelle version.

Comment ?

Tournée vers les utilisateurs et le partage d'information, cette nouvelle plateforme a été pensée pour une **consultation sur tous types de supports** et une interface immédiate avec les réseaux sociaux.
Contenu central du site, les **fiches nutritionnelles** (voir ci-contre) ont été totalement réactualisées et sont accompagnées d'un moteur de recherche par nom de produit et par composant nutritionnel.

Les **actualités**, publiées chaque semaine, occupent également une place clé **au cœur du site et de la page d'accueil**.
Enfin, **un accès facilité aux revues et aux comptes rendus des évènements** organisés par Aprifel est également proposé via des rubriques dédiées.
Ce nouveau site a vocation à **s'enrichir régulièrement de nouveaux contenus et fonctionnalités**.
Une version anglaise et une digitalisation des revues sont, ainsi, en ligne de mire



Composition nutritionnelle des fruits et légumes : la ressource française de référence

Le site web d'Aprifel propose des fiches pour plus d'une centaine de produits : fruits, légumes, légumineuses, herbes, oléagineux et tubercules. Pour chaque produit sont proposés :

• une bibliographie intégralement réactualisée pour la **description des caractéristiques physiques et organoleptiques** ;
• la **composition nutritionnelle détaillée**, issue du partenariat d'analyses mis en place avec l'Anses
• les teneurs détaillées des **polyphénols** pour certains fruits et légumes ;
• le calcul des apports nutritionnels pour une portion (100g pour les fruits et légumes et légumineuses, 30g pour les oléagineux et 5 g pour les herbes) ;
• le calcul du **Nutri-Score** ;
• les **allégations nutritionnelles et de santé associées**.

Ces fiches constituent ainsi la **ressource française la plus complète et accessible** sur la composition nutritionnelle des fruits et légumes.

BON À SAVOIR !

L'ensemble des données des fiches nutritionnelles sont en libres accès et peuvent être mises à disposition gratuitement via une API.

CHIFFRES CLÉS

Près de **606 000** VISITEURS ANNUELS

2,4 MILLIONS DE PAGES VUES

118 FICHES DE COMPOSITION NUTRITIONNELLE

RESEAUX SOCIAUX

Des communautés en croissance

Pourquoi ?

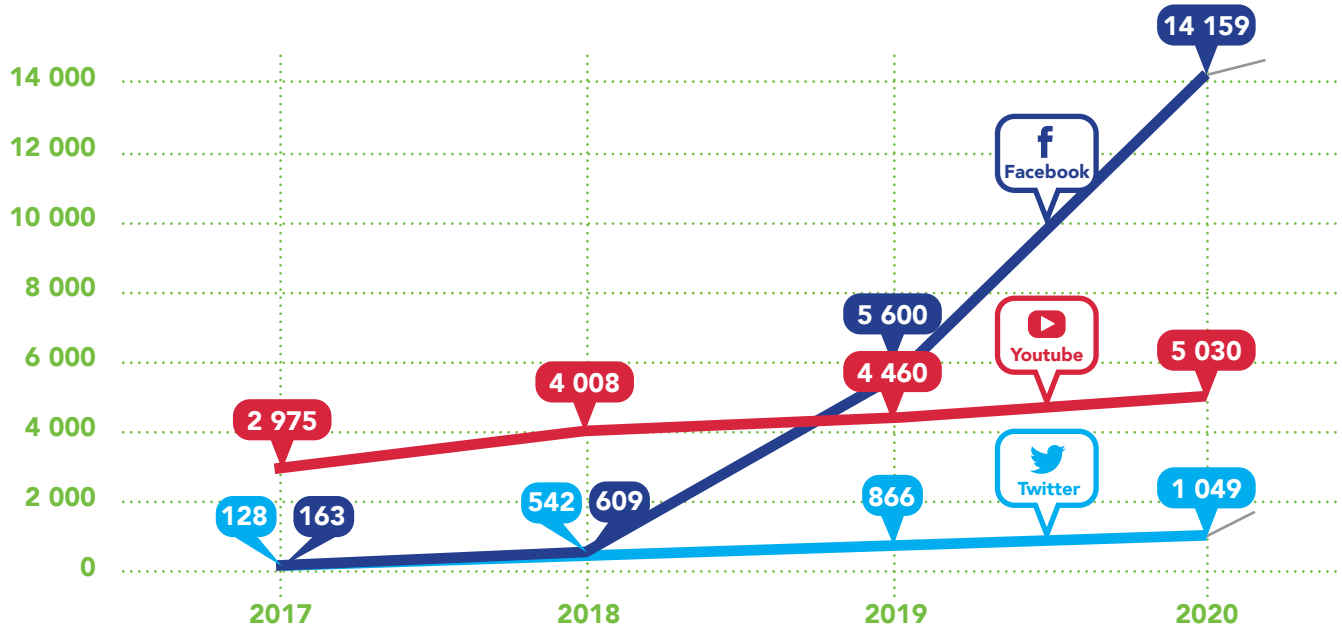
Suite à l'élargissement des missions d'Aprifel depuis 2017, notamment en direction du grand public, l'association cherche à **multiplier les lieux et formats d'information** pour proposer à chacun des contenus adaptés à ses besoins et envies. Les réseaux sociaux sont un levier important pour y parvenir.
Ces médias permettent en effet de multiplier les **tons et formats de prise de parole** (posts, infographies, chiffres clés, vidéos, ...) pour proposer au plus grand nombre des **contenus plus personnalisés** et ainsi de diffuser l'information le plus largement possible.

Comment ?

Aprifel est présente sur **Twitter, Facebook et Youtube**. Sur ces médias, l'association partage au quotidien ses **actions et publications**, des **informations et conseils pratiques** sur l'alimentation saine et s'inscrit dans l'actualité (Journées mondiales/européennes, ...). Elle relaie également des **contenus externes fiables et pertinents** provenant par exemple de l'Efsa ou de la FAO ou de Santé Publique France.

UNE ADAPTATION PARTICULIÈRE DU FAIT DE LA PANDÉMIE

La pandémie et le **poids des comorbidités sur la gravité de l'infection** par la Covid-19 (surpoids, obésité ou diabète) ont mis en lumière l'importance d'un mode de vie sain comme facteur de prévention. Une alimentation saine permet, par ailleurs, de **couvrir les besoins nutritionnels de l'organisme** et de lui apporter les nutriments nécessaires, par exemple, au bon fonctionnement du système immunitaire.
A partir de mars 2020, dans un contexte contraint et anxiogène pour tous Aprifel a ainsi développé **des contenus pour encourager ses communautés à conserver ou adopter un mode de vie sain**, malgré le contexte. Elle a également partagé des contenus de référence concernant les risques de contamination liés à l'alimentation et les mesures d'hygiène à mettre en place.



Aprifel
2 190 Tweets
Suivre
Tweets
Tweets et réponses
Médias
J'aime
Aprifel
@Aprifel_FR
En cette période de confinement pas facile de rester actif. Retrouvez tous les conseils de l'@Anses_fr bouger plus et lutter contre la #sedentarite tout en restant à la maison ! #santé #restezalamaison #ConfinementJour4
Anses @Anses_fr · 19 mars 2020
#RestezChezVous | Pendant le confinement, continuez à pratiquer une activité physique régulière. Dans son appartement, dans son jardin #BougezChezVous
Notre article + d'activité physique et — de sédentarité pour une meilleure santé bit.ly/3dgxxhU
#JeResteChezMoi
JE MAINTIENS UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE À LA MAISON
1
Quelques minutes de marche pour interrompre les postures assises par des pauses actives
#BougezChezVous
JE MAINTIENS UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE À LA MAISON
2
Faire du renforcement musculaire des bras et des jambes en utilisant le matériel à disposition : une chaise, des bouteilles d'eau remplies...
#BougezChezVous
1:48 PM · 20 mars 2020 · Twitter for Android
1 J'aime

Aprifel
2 190 Tweets
Suivre
Tweets
Tweets et réponses
Médias
J'aime
Aprifel
(Week-end) Pas toujours facile de rester actif et de manger sainement en cette période ? Saviez-vous que les fruits et légumes sont des alliés clés pour équilibrer nos apports en énergie tout en nous régalant. Notre dernière infographie vous explique tout !
5 bonnes raisons de miser sur les fruits et légumes pour garder un poids "santé"
1
APPORTS
2
Eau
FIBRES
3
NUTRIMENTS
4
5
www.aprifel.com
Aprifel

Aprifel
2 190 Tweets
Suivre
Tweets
Tweets et réponses
Médias
J'aime
Aprifel
@Aprifel_FR
(Weekend) Corde à sauter, danse, yoga, musculation... Et si malgré le confinement on essayait d'être actif & d'adopter une alimentation saine. Notre dernière infographie vous explique pourquoi associer fruits & légumes et #sport est un duo gagnant ! #santé #jerestechezmoi
Sport : 4 bonnes raisons de mettre les fruits & légumes dans votre équipe
1
Eau
Leur forte teneur en eau aide à nous hydrater
2
MINERAUX
Ils nous apportent des minéraux dont nos muscles ont besoin pour fonctionner
3
Glucides
Leurs glucides nous apportent de l'énergie
4
Leurs anti-oxydants nous aident à lutter contre le stress oxydatif produit lors de l'effort
www.aprifel.com
Aprifel
4:37 PM · 20 mars 2020 · Twitter Web App

#400G CHALLENGE

Le programme Follow me to be Healthy with Europe accompagne les 18-30 ans vers plus de fruits et légumes

▸ Pourquoi ?

La faible consommation de fruits et légumes est un **facteur de risque pour la santé**, en cause dans plusieurs cancers et maladies cardiovasculaires[2]. Elle est particulièrement notable parmi les 18-30 ans. Cette tranche d'âge a également une faible connaissance des bienfaits de la consommation de fruits et légumes sur la santé.

Afin d'**améliorer les connaissances** des 18-30 ans et de les **accompagner vers d'avantage de fruits et légumes**, un programme d'information co-financé par l'Union Européenne a été mis en place en 2019.

▸ Comment ?

« *Follow me to be Healthy with Europe* » (2019-2021) est réalisé en partenariat avec Freshfel Europe. Essentiellement décliné sur **les réseaux sociaux – YouTube, Instagram, Twitter et Facebook –** ce programme illustre de manière ludique et pédagogique les bénéfices santé de la consommation de fruits et légumes et leurs apports nutritionnels.

Il donne la parole à **quatre protagonistes** - un étudiant, une jeune active et un couple de parents – qui témoignent de leur quotidien et donnent des pistes aux internautes pour intégrer aisément des fruits et légumes à leurs repas. Les contenus sont proposés en **6 langues**.

Afin d'amplifier encore la diffusion des contenus du programme, des **partenariats avec des influenceurs européens** ont été établis. Ils relayent les actualités de la campagne auprès de leurs communautés et témoignent de la manière dont ils relèvent, eux-mêmes, le 400g challenge.

En parallèle des présences à l'occasion d'**évènements festifs** permettent d'aller directement à la rencontre de la communauté

DES ACTIONS TOTALEMENT RÉADAPTÉES EN 2020

Du fait de la situation sanitaire, les actions du programme ont été revues tant sur le fond que la forme. Les contenus produits à partir du printemps ont été repensés pour **faire écho au « *nouveau quotidien* »** -, télétravail, distanciation sociale, impossibilité de voyager – avec des thèmes comme alimentation saine et l'immunité, les e-apéro ou le batchcooking.

D'autre part, des sujets permettant de lever les freins à la consommation et **d'ancrer les fruits et légumes dans chaque moment de vie** ont été proposés : stockage et conservation, préparation rapide, … Afin de pallier l'annulation des évènements, les actions menées avec des influenceurs ont également été renforcées

ENVIE DE RELEVER LE #400G CHALLENGE ?

▸ **Rendez-vous sur :**
https://400gchallenge.eu/

▸ **Et sur :**

@400gchallengeEU

CHIFFRES CLÉS

APRÈS 2 ANNÉES D'ACTION LE PROGRAMME A QUASIMENT ATTEINT SES OBJECTIFS FINAUX AVEC :

Près d' **1 MILLION** DE VUES SUR YOUTUBE

+ de **13 000** ABONNÉS SUR LES COMPTES DU PROGRAMME

2500 PERSONNES ACCUEILLIES DURANT LES ÉVÈNEMENTS

41 RETOMBÉES PRESSE

47 POSTS INFLUENCEURS

[1] http://www.aprifel.com/fiche-nutri-produit-fraise,19.html

Le contenu de cette campagne de promotion reflète uniquement la position de l'auteur et relève de sa seule responsabilité. La Commission européenne et l'Agence exécutive pour les consommateurs, la santé, l'agriculture et l'alimentation (CHAFEA) déclinent toute responsabilité quant à toute utilisation qui pourrait être faite des informations qui y figurent.

INFORMATION

C'est bon à savoir, un nouveau programme TV parrainé par Aprifel

Pourquoi ?

L'alimentation est au cœur de nombreuses questions d'ordres sanitaire, environnemental et sociétal. Afin d'apporter des réponses à ces questions et de rappeler la place des fruits et légumes au cœur d'une alimentation saine, Aprifel a parrainé le programme court *E=M6* spécial nutrition de 2017 à 2019.
Suite aux bons résultats obtenus par cette initiative (voir ci-contre), l'association a souhaité renouveler l'expérience. Elle parraine depuis 2020 le programme court *C'est bon à savoir*, créé par France Télévisions.

Comment ?

Présenté par Michel Cymes, ce programme donne la parole à des **experts scientifiques** et des **professionnels** des fruits et légumes - producteurs, primeurs, ingénieurs agronomes, nutritionnistes, … - pour répondre aux questions des Français.
« *C'est bon à savoir* » aborde, ainsi, des **sujets très divers** tels que les modes de production, d'achat, de consommation de fruits et légumes, leur place dans l'alimentation, ainsi que leurs bénéfices pour la santé et l'environnement.
Sur un **ton positif et ludique**, ce programme apporte des **informations pratiques, factuelles et scientifiquement fondées** sur le mode de vie, l'alimentation et les fruits et légumes. Par ce biais, il invite les Français à réfléchir à leur manière de se nourrir pour **faire évoluer les comportements** et ancrer chez eux des habitudes saines et durables. Les références des études scientifiques abordées dans les épisodes sont indiquées dans le générique de fin.
Au total, 150 épisodes de 45 secondes sont prévus pour une diffusion sur les chaines du groupe France télévisions de novembre 2020 à décembre 2022.

Retrouvez tous les épisodes de C'est Bon à Savoir sur la chaine Youtube « Graines de Savoir »

TV

E=M6 SPÉCIAL NUTRITION, UNE PREMIÈRE EXPÉRIENCE RÉUSSIE !

Entre l'été 2017 et la fin 2019, Aprifel a parrainé le programme E=M6 spécial nutrition, une déclinaison de l'émission éponyme, dédiée à la nutrition.
40 épisodes d'une minute ont été réalisés dans ce cadre et diffusés sur les chaines du groupe M6. Selon l'évaluation réalisée, après avoir vu un épisode du programme, une personne sur quatre indique se souvenir de l'émission, un score stable et fort pendant 3 ans. 80% des personnes interrogées apprécient le programme, notamment pour son caractère informatif, la clarté des informations apportées et la dimension pratique des conseils apportés.

HEALTHYVORES

La web-série qui va vous donner envie de manger des fruits et légumes

HEALTHYVORES

▸ Pourquoi ?

Les 18-25 ans sont, en France, la tranche d'âge qui consomme le moins de fruits et légumes, quatre fois moins que leurs grands-parents au même âge[7]. Afin de leur donner envie de s'intéresser à leur alimentation et en particulier aux fruits et légumes, Aprifel s'est associée à Konbini, media leader auprès de cette audience.

[7] Étude comportements et consommations alimentaires en France (Crédoc 2017) www.credoc.fr/download/pdf/4p/292.pdf

▸ Comment ?

Pour attirer les 18-25 ans vers un sujet qui a priori ne leur est pas naturel, le principe a été de leur proposer un format dont ils sont friands – **les séries** - et un hôte proche d'eux et de leurs préoccupations. Pour cette première saison, c'est **l'humoriste Samuel Bambi** qui a accepté de se prêter au jeu. Plus habitué des burgers, sushi et autres mets à emporter, **healthyvores l'a mis au défi de manger au moins 5 portions de fruits et légumes chaque jour pendant 3 mois**.

Pour l'aider à y parvenir, des experts de l'alimentation et des fruits et légumes lui ont prêté main forte : scientifiques, primeur, producteur, grossiste, chef.

A travers **six épisodes de 5 à 6 minutes** diffusés sur les réseaux sociaux, il s'agissait de donner à Samuel Bambi et à notre audience les **clés pour s'approprier les fruits et légumes** (voir ci-contre).

Cette première saison a été bien accueillie avec des audiences et des taux d'engagement deux fois plus importants que des séries du même type. Autre source de satisfaction, le programme fait l'objet d'une bonne reconnaissance de la part du public, et suscite des émotions positives chez les spectateurs.

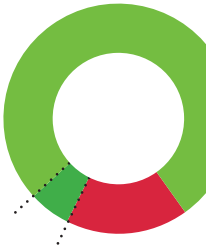
Retrouvez les épisodes et les capsules sur la chaine Youtube « Graines de Savoir »

RÉSULTATS DE L'ÉVALUATION

23%
reconnaissent le programme

Agrément :
7,4/10

90%
ressentent des émotions positives



77 à 83%
a appris de nouvelles choses

LES THÈMES TRAITÉS PAR LA SAISON 1

- Pourquoi est-il recommandé de manger 5 fruits et légumes chaque jour ?
- Où se procurer des fruits et légumes et comment les choisir ?
- D'où viennent les fruits et légumes et comment arrivent-ils jusqu'à moi ?
  > 2 épisodes
- Comment préparer les fruits et légumes ?
- Quels sont les bénéfices à court et long terme ?

CHIFFRES CLÉS

3,5 MILLIONS
DE VUES

11 MILLIONS
D'IMPRESSIONS

25 000
INTERACTIONS

GLOSSAIRE

ADEIC : Association d'Education et d'Information du Consommateur

AFOC : Association Force Ouvrière Consommateur

ALLDC : Association Léo-Lagrange pour la Défense des Consommateurs

ANEEFEL : Association Nationale des Expéditeurs et Exportateurs de Fruits Et Légumes

CCAF : Etude Comportements et Consommations Alimentaires en France

CEA : Commissariat aux Énergies Alternatives

Cirad : Centre de coopération internationale en recherche agronomique pour le développement

CLCV : Confédération de la Consommation du Logement et du Cadre de Vie

CNAFAL : Conseil National des Associations Familiales Laïques

CNAFC Confédération Nationale des Associations Familiales Catholiques

CNRS : Centre National pour la Recherche Scientifique

CSIF : Chambre Syndicale des Importateurs Français des fruits et légumes

CSF Confédération Syndicale des Familles

CTIFL : Centre Technique Interprofessionnel des Fruits et Légumes

EACME : Agence européenne d'accréditation pour la formation médicale continue

Efsa : Autorité européenne de sécurité des aliments

FAO : Organisation des Nations Unies pour l'Alimentation et l'Agriculture

FCA : Fédération du Commerce Associé

FCD : Fédération du Commerce et de la Distribution

FELCOOP : Fédération française de la coopération fruitière, légumière et horticole

FNPF : Fédération Nationale des Producteurs de Fruits

GEFeL : Gouvernance Economique des Fruits et Légumes

Indecosa C.G.T : Association pour l'Information et la Défense des Consommateurs CGT

Inrae : Institut national de recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement

Interfel : Interprofession des fruits et légumes frais

OMS : Organisation Mondiale de la Santé

PMI : Centre de Protection Maternelle et Infantile

SNIFL : Syndicat National des Importateurs / Exportateurs de Fruits et Légumes

SNRC : Syndicat National de la Restauration Collective

UNAF : Union Nationale des Associations Familiales

UNCGFL : Union Nationale du Commerce de Gros en Fruits et Légumes

Agence pour la recherche et l'information en fruits et légumes
Directeur de la publication : Louis Orenga
Conception, rédaction : Aprifel
Création graphique : Abracabéa
Crédits photos : Aprifel, Shutterstock

Aprifel
RECHERCHE & INFORMATION

99-97 bd Pereire, 75017 Paris

www.aprifel.com
www.egeaconference.com

Suivez nous sur