



Recommandations pour une alimentation saine et durable

Une alimentation à la fois plus saine et durable est possible: tel est le résultat d'un groupe de recherche qui a évalué plusieurs scénarios pour l'alimentation de la population suisse. Une consommation réduite de viande et de sucre bénéficierait à la santé publique, tout en contribuant à une production alimentaire plus durable. Les changements d'habitudes alimentaires font apparaître des possibilités de synergies, mais également divers conflits d'objectifs. Afin de les accorder au mieux, les chercheurs ont formulé, sur la base de leurs résultats, des recommandations spécifiques aux groupes cibles pour la conception d'une alimentation saine et durable.

Nos habitudes alimentaires ont de profondes conséquences. D'une part, l'alimentation influence notre santé et, ainsi, le développement de différentes maladies. D'autre part, la production, la transformation et la consommation des aliments impactent l'environnement, l'économie et la société. Dans le cadre du PNR 69, un groupe de recherche interdisciplinaire s'est penché sur des solutions visant une alimentation à la fois saine et durable. Les chercheurs ont évalué plusieurs scénarios de développement de l'alimentation en Suisse jusqu'en 2050. Sur cette base, ils ont analysé les synergies possibles ainsi que les conflits d'objectifs entre une alimentation plus saine et une production alimentaire plus durable.

Au total, le groupe de recherche a évalué dix scénarios pour l'alimentation de demain. Il s'est ensuite attelé à une analyse plus précise des trois principaux scénarios. Le scénario de référence se

Dans une perspective de durabilité, les consommateurs devraient idéalement manger de la viande provenant exclusivement d'animaux dont le fourrage n'a pas été produit sur des terres arables.



base sur le principe que les habitudes alimentaires actuelles en Suisse restent inchangées jusqu'en 2050. Le scénario de la «pyramide alimentaire suisse» repose sur l'hypothèse que la population suisse mettra pleinement en application les recommandations actuelles de la Société suisse de nutrition (SSN) jusqu'en 2050. Finalement, dans le scénario «Feed no Food», les animaux de ferme sont nourris, jusqu'en 2050, exclusivement avec des aliments qui ne peuvent être utilisés pour la consommation humaine et qui ne proviennent pas de terres arables pouvant être directement utilisées pour la production alimentaire. Dans ce scénario, les animaux sont donc nourris avec de l'herbe, des sous-produits de la production alimentaire et des déchets alimentaires. Comme les terres arables ne sont plus nécessaires à la production d'aliments pour animaux, ce scénario génère une utilisation plus efficace des terres.

Ce qui est sain est souvent plus durable

L'analyse montre que pour les deux scénarios alternatifs, des changements fondamentalement similaires des habitudes alimentaires sont nécessaires. La consommation de viande devrait être considérablement réduite et compensée par des légumineuses. Ce changement mènerait à des synergies positives entre la durabilité et la santé publique: une alimentation moins riche en viande est plus saine et, en même temps, améliore la durabilité environnementale et sociale de la production alimentaire. Par ailleurs, le degré d'autosuffisance de l'industrie alimentaire suisse augmenterait en raison de la baisse des importations. Les dépenses alimentaires des consommateurs, elles, baisseraient à mesure que les dépenses en produits animaux coûteux diminueraient. Sur le plan macroéconomique, un tel changement se traduirait toutefois par une baisse de la valeur ajoutée pour le secteur alimentaire suisse.

Recommandations aux décideurs politiques

Adapter les incitations et les réglementations

Le groupe de recherche formule des recommandations sur la manière dont les décideurs peuvent promouvoir un système alimentaire sain et durable.

- Les campagnes de prévention en faveur de choix alimentaires sains devraient mieux cibler certains groupes sociaux, car les habitudes alimentaires varient substantiellement selon les groupes d'âge, les situations socio-économiques et les régions géographiques.
- La politique agricole suisse devrait mieux s'aligner sur les objectifs d'une alimentation saine. Les incitations à la production de denrées alimentaires comme la viande et le sucre, devraient être réduites. Dans ce cadre, une réduction de la consommation des produits laitiers devrait également être recommandée.
- Les grands distributeurs devraient bénéficier d'incitations visant à promouvoir des produits sains et durables, et à limiter la publicité pour les produits sans bénéfices pour la santé ou la durabilité.
- Les politiques devraient étudier l'idée d'une taxation sur les aliments sans bénéfices pour la santé.
- Une production alimentaire durable pourrait être encouragée en taxant certains intrants et certaines méthodes dans l'agriculture, telles que l'utilisation d'engrais chimiques ou d'aliments concentrés importés.
- Dans le cadre d'une taxation sur les produits agricoles, il conviendrait de choisir une combinaison équilibrée de mesures tenant compte des dimensions écologiques, sociales et sanitaires de la production. Par exemple, il faudrait éviter qu'une production intensive de porc devienne plus attrayante pour les producteurs qu'une production de viande bovine extensive et adaptée aux conditions locales. Les conflits d'objectifs doivent être identifiés et discutés ouvertement (par exemple, la protection du climat et l'utilisation des pâturages locaux).
- La consommation d'aliments sains pourrait être encouragée par des incitations financières positives, telles que des taux de TVA réduits.
- Les réglementations qui vont à l'encontre d'objectifs de durabilité devraient être adaptées: par exemple, les réglementations strictes concernant les dates de péremption ou les restrictions concernant l'utilisation des déchets alimentaires comme aliments pour animaux.
- La limitation, voire l'interdiction, de la publicité pour des produits sans bénéfices de santé et/ou de durabilité devrait être envisagée.

Le changement cause des conflits d'objectifs

Cependant, l'analyse des scénarios montre également que les changements d'habitudes alimentaires causent des conflits d'objectifs. Par exemple, il existe des contradictions concernant le type de viande qui devrait être consommé dans le cas d'une réduction générale de la consommation de viande. Dans une perspective de durabilité, les consommateurs devraient idéalement manger de la viande provenant exclusivement d'animaux

dont le fourrage n'a pas été produit sur des terres arables. Ce serait le cas, par exemple, des bœufs exclusivement nourris d'herbe des prairies. Cette viande devrait être consommée de la manière la plus complète possible afin d'optimiser l'utilisation des ressources: cela inclut la consommation, par exemple, des abats ou des morceaux jusqu'à exportés. Cette approche contredit en partie la perspective de la santé, selon laquelle nous devrions manger de la viande pour ses apports en mi-



Dans une perspective de santé publique, les consommateurs devraient manger moins de sucre. L'image montre des betteraves sucrières avant leur transformation, dans une sucrerie suisse.

Recommandations aux consommateurs

Moins de viande et de sucre, plus de fruits et de légumes

Les chercheurs recommandent aux consommateurs de modifier leur alimentation de manière à avoir un impact positif sur leur santé et sur la durabilité.

- La consommation de sucre devrait être réduite.
- En raison de leur effet bénéfique sur la santé, il faudrait consommer davantage de fruits et légumes de saison et produits localement.
- Les produits d'origine animale devraient être en partie remplacés par des légumineuses ou d'autres sources protéiniques d'origine végétale. Cela réduirait l'impact environnemental élevé de la production animale.
- D'une manière générale, de plus petites quantités de nourriture devraient être achetées. Une quantité totale plus faible réduirait la proportion de nourriture jetée et, par conséquent, l'empreinte écologique du système alimentaire.
- Le système d'éducation devrait intégrer l'enseignement de connaissances pratiques sur l'alimentation saine et durable. Il s'agit notamment d'acquérir les compétences nécessaires au quotidien pour l'achat de nourriture, ainsi que sa préparation et sa conservation.

néraux, en protéines et en vitamines. En outre, des études épidémiologiques laissent entendre que de légères augmentations de certains risques de cancer peuvent être associées à une forte consommation de viande transformée ou – dans une moindre mesure - de viande rouge. Un autre conflit d'objectifs apparaît dans la compensation des nutriments issus de la viande: étant donné que certaines denrées végétales comme les légumineuses devraient être importées, les effets sociaux dans les pays exportateurs devraient être pris en compte.

Développer ensemble une vision viable

Le groupe de recherche conclut que les instruments politiques dans les domaines de l'alimentation, de la santé et de la durabilité ne sont pas suffisamment coordonnés à l'heure actuelle en Suisse. Par exemple, le subventionnement de la production de viande et de sucre dans le cadre de la politique

agricole va à l'encontre des objectifs de santé publique et de durabilité: les subventions entraînent une baisse des prix et donc une augmentation de la consommation de viande et de sucre, alors que les campagnes sur la santé recommandent une diminution de la consommation de ces produits.

Afin de renforcer les synergies dans le système alimentaire et de réduire les conflits d'objectifs, une politique cohérente et transversale est nécessaire. Il faut mettre en place un ensemble coordonné d'incitations économiques, de réglementations et de campagnes d'information. Comme les producteurs et les consommateurs ne tirent pas nécessairement un profit financier d'une alimentation plus durable et plus saine, les différents acteurs du système alimentaire suisse doivent travailler ensemble pour développer une vision viable de l'alimentation du futur.

Plus
d'informations:
www.pnr69.ch

Recommandations à l'industrie alimentaire

Investir dans de nouvelles technologies

L'industrie alimentaire peut soutenir la transition vers une alimentation plus saine et une production alimentaire plus durable grâce à l'innovation.

- L'industrie de transformation alimentaire devrait investir dans de nouvelles technologies en vue de rendre les sous-produits alimentaires utilisables par l'être humain.
- L'industrie de l'alimentation animale devrait développer des mélanges d'aliments composés d'un maximum de déchets et de sous-produits.
- Les chaînes de valeur existantes devraient devenir plus flexibles afin que l'industrie puisse faire face aux produits hétérogènes issus de l'agriculture adaptée aux conditions locales. De cette manière, on pourrait éviter que les exigences de l'industrie de transformation ne restreignent le potentiel de durabilité de la production. Aujourd'hui, par exemple, le fourrage biologique est un désavantage dans l'évaluation de la qualité de la viande de porc. Un autre problème est la fertilisation excessive nécessaire pour répondre aux exigences de qualité boulangère des céréales.

Recommandations au secteur agricole

Atteindre des objectifs environnementaux et élever des races de bétail adaptées

- Les modes de production devraient être modifiés afin que les objectifs environnementaux de l'agriculture puissent être atteints dans un délai raisonnable. Il est essentiel de parvenir à un équilibre effectif – et pas seulement mathématique – dans le bilan de fumure et de réduire l'utilisation des pesticides.
- Dans l'agriculture, il faudrait élever davantage de races animales permettant de valoriser la consommation de sous-produits alimentaires. La diversification du bétail contribuerait à une utilisation plus efficace des ressources existantes, telles que les déchets et les sous-produits. Cela réduirait la proportion d'aliments pour animaux produits spécifiquement pour l'élevage.