



Union Nationale des Associations Familiales

BRUN Nicolas [<mailto:NBRUN@unaf.fr>]

**Réponse de l'Union Nationale des Associations Familiales (UNAF) au livre vert de la Commission des communautés européennes
« Promouvoir une alimentation saine et l'activité physique : une dimension européenne pour la prévention des surcharges pondérales, de l'obésité et des maladies chroniques ».**

Nos modes alimentaires sont-ils le reflet de notre société ? En effet, l'accélération des rythmes de vie, la déstructuration des repas, l'éclatement familial, le développement d'offres alimentaires individualisées, la sédentarité sont autant d'éléments qui peuvent expliquer les modifications de nos comportements alimentaires et les conséquences qui en découlent.

Une telle évolution, qui touche l'ensemble des pays membres de l'Union européenne, n'est pas neutre du point de vue de la santé publique. Elle se traduit notamment par l'émergence rapide et dans des proportions inquiétantes, voire pandémiques, des problèmes de surpoids et d'obésité comme le martèlent de nombreux experts et ceci dans la plupart de nos pays.

Si ce phénomène n'épargne aucune strate de la population, âge, sexe, catégorie socio-professionnelle, force est de constater que les populations les plus défavorisées et les jeunes sont les plus touchés.

Les familles sont les premières concernées, puisque les habitudes alimentaires s'acquièrent et se vivent au sein de la cellule familiale. Elles sont également la cible de messages contradictoires et/ou ambigus concernant l'alimentation. Enfin, leurs connaissances en matière de bonne alimentation sont parfois extrêmement lacunaires.

C'est pourquoi l'UNAF ne peut que se féliciter que la Commission élabore un livre vert concernant ce sujet et souhaite apporter sa contribution aux réflexions qui seront élaborées.

Elle considère également comme un point positif la constitution d'une « plate-forme européenne sur l'alimentation, l'activité physique et la santé. Il est en effet indispensable qu'il y ait à la fois une réflexion commune sur ces sujets associant les experts, les professionnels de santé, de la restauration et de l'alimentation, les industriels, les publicitaires mais aussi les associations. Il faut également que soient recensées dans le même temps, les différentes actions et initiatives positives que peuvent mener individuellement ou collectivement ces différents partenaires. Cette plateforme doit avant tout être un lieu de mise en cohérence de l'ensemble des discours concernant la promotion d'une bonne alimentation et d'une activité physique et non être un lieu d'affrontement des différents lobbies venus promouvoir et défendre leurs seuls intérêts particuliers. Nous nous félicitons que la COFACE participe à cette plateforme.

Cette cohérence est importante, car, dans le cas contraire, les messages élaborés risquent d'être inaudibles pour l'ensemble de nos concitoyens. Ce risque n'est pas virtuel. Nous avons assisté en France à la diffusion d'un message faisant la promotion du sucre et réalisé par l'industrie du sucre qui a précédé de quelques jours (ce n'est pas un hasard) un message de l'Institut National de la Prévention et de l'Education à la Santé (INPES) visant à informer la population sur les risques

liés à la de surconsommation du sucre. Quelle cohérence, quel message pourra-t-il être retenu par la population ? Quelles responsabilités des partenaires ? La Commission devrait relever et rendre public ce type d'incohérence dès qu'elle en a connaissance afin de rappeler à chacun ses engagements et ses responsabilités.

En terme d'action concrète, la Commission pourrait inciter chaque pays membre à mettre en place un programme national nutrition santé avec élaboration d'objectifs dont certains pourraient être communs à l'ensemble des pays membres de l'Union. Cette convergence d'objectifs faciliterait l'évaluation des différentes politiques de prévention et des pratiques en ce domaine.

L'un des axes de ces programmes serait d'inciter la population à diversifier ses modes alimentaires et notamment à consommer plus de fruits et de légumes.

Au-delà de la lutte contre l'obésité, il est utile de rappeler que la consommation de fruits et légumes réduit le risque de certains cancers en particulier ceux des voies aéro-digestives supérieures (œsophage, cavité buccale, larynx et pharynx), de l'estomac, du poumon et du côlon-rectum. On estime que la proportion des cancers qui pourraient être évités par la seule consommation de cinq fruits et légumes par jour s'élève jusqu'à 20 %. La promotion des fruits et légumes ne concernent donc pas uniquement la problématique de l'obésité, mais rentre bien dans un cadre plus global de gestion individuelle de son capital santé.

Promouvoir cette consommation passe également par le renforcement de la qualité gustative de ces produits. Il est en effet peut incitatif de consommer des fruits et légumes si ceux-ci sont de piètre qualité ou s'ils n'ont aucun goût. Il y a donc là une gageure à relever afin de mettre à la disposition de tous les consommateurs des produits de qualité tout en restant dans une gamme de prix qui soit supportable pour l'ensemble des consommateurs. En effet, toutes les études épidémiologiques montrent que c'est parmi les catégories socioprofessionnelles les plus défavorisées que l'on retrouve le plus de personnes en surpoids ou obèses. Le prix élevé des légumes et des fruits n'est sans doute pas étranger à ce phénomène même s'il ne peut tout expliquer et que nous savons que le problème de l'obésité est multifactoriels. Si l'on veut que le prix ne soit plus un obstacle, il serait intéressant de s'interroger sur la pertinence de la mise en place d'une TVA à un taux réduit qui favoriserait la baisse des prix des fruits et des légumes dans les pays qui n'ont pas mis en place un taux particulier pour ce type de produits.

Concernant la promotion de l'activité physique, il est indispensable d'intégrer cette réflexion dans un cadre plus général. On ne peut concevoir le développement de l'activité physique par le seul prisme de la lutte contre l'obésité et des politiques de santé. C'est pourquoi il est nécessaire que cette réflexion soit globale et s'intègre également dans les réflexions concernant à la fois les politiques publiques de santé mais aussi celles de la ville, de l'urbanisme, de l'éducation, du travail, des transports. Il ne sert à rien de promouvoir une activité physique si, dans le même temps, tout est fait pour rendre difficile voir impossible une telle pratique. Il est important de s'attacher particulièrement à faciliter la pratique d'une activité physique dès le plus jeune âge et ouverte à toutes les catégories socioprofessionnelles de la population notamment aux catégories les moins aisées. Un chantier immense est à ouvrir sur ce sujet. La Commission pourrait recenser et valoriser toutes les mesures qui contribuent dans chaque pays à faciliter cette pratique et à influencer nos modes de vie et comportements. Une opération du type « un week-end de sport en famille » où tous les équipements sportifs seraient ouverts et gratuits avec des animations pour l'ensemble des membres de la famille pourraient être une action menée conjointement dans tous les pays de l'Union. D'autres opérations de type « pédibus » peuvent aussi s'organiser facilement et sans coût supplémentaire pour la collectivité.

En tout état de cause, il est important de rappeler que l'on estime qu'entre 20 et 50 % de la population française adulte n'atteint pas le niveau d'activité physique recommandé, c'est à dire au moins l'équivalent d'une demi-heure de marche rapide chaque jour. Ce type de message simple, accessible et compréhensible par tous est à réitérer régulièrement et ceci dans chacun de nos pays.

La définition de politiques publiques implique un engagement des Etats et l'existence d'une réglementation incitative et normative. La définition d'un tel cadre n'est cependant pas en opposition à ce que des systèmes d'autorégulation existent dans ce secteur à la condition que, notamment, les associations de consommateurs et des familles, les associations représentant les personnes en surpoids et les professionnels médicaux soient associés à leur rédaction et à leur évaluation.

Il faut en effet être vigilant à ce que nous n'ayons pas un secteur industriel qui, d'une part, établisse un code volontaire paré de toutes les vertus et qui, d'autre part, produise ou communique sur des produits peu satisfaisants d'un point de vue nutritionnel et contribuent ainsi allègrement au développement du surpoids, de l'obésité et des modes d'alimentation inadaptés.

A titre d'exemple, l'industrie agro-alimentaire s'adjoint moult comités scientifiques, éthiques ou participe à la création d'outils pédagogiques de prévention de l'obésité et, dans le même temps, fabrique et intensifie sa publicité sur des produits ou des modes de consommation qui concourent activement au développement de cette même obésité...

Cohérence dans les discours, cohérence dans les politiques publiques, cohérence dans les stratégies industrielles, cohérence également dans l'information.

Nous pouvons dire qu'aujourd'hui, le consommateur est destinataire de nombreuses informations concernant les valeurs nutritionnelles des produits. Néanmoins, force est de constater que cette information est peu compréhensible pour le public car elle utilise parfois des termes qui ne sont pas ceux employés dans leur vie quotidienne, par la grande majorité de nos concitoyens.

En effet, combien de consommateurs savent ce que signifient les termes lipides, glucides, protéines ? Combien connaissent les doses utiles pour une bonne alimentation quotidienne équilibrée ?

Il faut impérativement simplifier cette information, changer ou traduire les termes et parler de « sucres » et de « matières grasses » plutôt que de « glucides » ou « lipides » par exemple. Mettre des pictogrammes ou des échelles de couleurs afin que le consommateur puisse instinctivement repérer si le produit qu'il achète est équilibré ou non. Contrôler d'une manière plus sévère certaines allégations qui peuvent tromper le consommateur ou tout du moins l'induire en erreur. L'objectif n'est pas d'interdire au consommateur la consommation de produits saturés en gras ou/et en sucre, mais de lui faire prendre conscience qu'il est nécessaire d'alterner les types de produits et d'en modérer leur consommation afin d'atteindre un équilibre global dans son alimentation.

Il serait intéressant que l'information nutritionnelle se présente sous la même forme d'un pays à l'autre, ce qui faciliterait la reconnaissance de l'information nutritionnelle et ceci quelle que soit l'origine du produit ou du lieu d'achat.

Si l'information est un élément indispensable, il est néanmoins capital qu'une éducation du consommateur se fasse pour l'aider à comprendre les messages qui lui sont envoyés, mais aussi contribuer à ce qu'il acquiert des modes de consommation satisfaisants. Cette éducation doit cependant tenir compte des facteurs culturels qui peuvent exister dans certains pays face aux

modes alimentaires. Cette éducation ne doit pas interdire mais proposer des « repères » qui favorisent l'acquisition de ces réflexes. Réapprendre à cuisiner d'une façon équilibrée avec des produits simples, diversifiés, de saison et donc moins chers, est aussi un apprentissage à redécouvrir et à promouvoir. Cette éducation doit, là encore, se faire dès le plus jeune âge mais aussi concerner tous les membres de la famille. Manger, faire à manger, manger ensemble doit rester ou redevenir un plaisir et non une contrainte.

Le développement de la prévention du surpoids et de l'obésité doit de la même manière être un axe de réflexion commun à l'ensemble des pays membres de l'Union. Il est capital que cette prévention et le repérage des situations de surpoids ou d'obésité se fassent le plus précocement possible. Une réflexion doit également être menée sur le risque de stigmatisation voire de discrimination qui peut toucher les personnes en surpoids ou obèses. Être attentif à l'image normative que la société peut produire et qui risque de laisser pour compte les personnes qui sont en dehors de cette norme. La Commission peut sans doute sensibiliser les États à ce risque de discrimination qui existe aujourd'hui bel et bien.

Cette éducation et cette prévention impliquent un travail partenarial et multidisciplinaire important. A ce titre, le développement d'opération du type « ville santé » qui associe à la fois, les professionnels de santé et de l'éducation, les collectivités territoriales, les professionnels des métiers de bouche, les associations locales, les enfants et leurs familles est particulièrement intéressant. De même, le travail en réseau entre la ville et l'hôpital sont des actions à valoriser. Ces actions doivent en tout état de cause s'inscrire dans la durée et être régulièrement évaluées pour pouvoir s'adapter aux évolutions de nos modes de vie. Le traitement de l'obésité doit être une priorité pour nos pays, elle ne doit pas se résumer à des « coups » médiatiques, mais bien faire partie d'une stratégie globale, cohérente, visible et compréhensible pour tous. Cette stratégie ne doit pas, par ailleurs, ne concerner que la nutrition et l'activité physique, mais aussi agir sur tous les autres facteurs génétiques, sociaux, psychologiques qui interagissent entre eux et sont responsables de cette maladie de notre société.

Nicolas Brun
Union Nationale des Associations Familiales UNAF
28 place saint-georges
75009 Paris france

This paper represents the views of its author on the subject. These views have not been adopted or in any way approved by the Commission and should not be relied upon as a statement of the Commission's or Health & Consumer Protection DG's views. The European Commission does not guarantee the accuracy of the data included in this paper, nor does it accept responsibility for any use made thereof.