

## EDITO ◀◀

Un guide nutritionnel des Produits de Terroir

L'article qui suit sur les CLA montre que la qualité nutritionnelle, comme l'ensemble des qualités alimentaires des produits, est une affaire de filière, dans laquelle la matière première agricole a toute sa place. C'est pour cette raison que, pour faire suite à l'étude des filières lait et céréales réalisée en 2003, le groupement Nutravita a décidé de lancer une opération de grande envergure sur 2 ans, consistant en l'élaboration d'un guide nutritionnel des Produits de Terroir de la région Auvergne.

Plus qu'un simple recensement, ce guide sera un outil d'aide à la décision pour les industriels fabricant ce type de produits.

## Manifestations Nutravita

### « La diminution du sel dans les aliments »

Cette réunion Nutravita traitant de la problématique du sel dans les produits agroalimentaires a été proposée dans trois départements (Allier, Puy-de-Dôme et Cantal).

Les présentations ont permis de proposer un point objectif sur ce sujet d'actualité et d'ouvrir le débat entre les intervenants et l'assistance sur l'évolution de la réglementation, les problèmes de dosages, de maîtrise et d'hétérogénéité des teneurs en sel des productions.

Ainsi, si une diminution de la teneur en sel des produits de panification apparaît réaliste d'un point de vue technologique et sensoriel, l'opération apparaît plus délicate pour les produits de charcuteries-salaison et les fromages.

### « Allergies alimentaires »

Faisant suite à l'Assemblée Générale du groupement le 08 juin 2004 au Biopôle de Clermont-Limagne, cette réunion s'est focalisée sur l'allergie alimentaire. Ce trouble, défini comme une réponse immunitaire spécifique et inappropriée à des antigènes de l'aliment, est en augmentation à l'heure actuelle (3,2% des français). Aussi, dans un souci de renfoncer la sécurité et l'information des consommateurs, de nouvelles règles d'étiquetage devront être appliquées.

Des méthodes et outils permettent de limiter ou de maîtriser le risque allergique en atelier de fabrication. Des produits se positionnent dorénavant et déjà sur ce créneau en proposant une liste exhaustive des ingrédients utilisés ou en garantissant une absence d'allergène.

### Les entreprises et les formations régionales en nutrition : quels partenariats possibles ?

21 septembre 2004, Pôle Technologique Lardy (Vichy)

## Ouvrages

### Prévention nutritionnelle de l'ostéoporose

Editions Médicales Internationales

Véronique COXAM, Marie-Noëlle HORCAJADA

INRA Clermont-Ferrand Theix

Unité des Maladies Métaboliques et des Micronutriments, groupe Ostéoporose

Cet ouvrage constitue la première synthèse en français des connaissances actuelles concernant l'influence des facteurs alimentaires sur le métabolisme osseux. Il est particulièrement abordé l'effet des micronutriments.

### Effets fonctionnels, santé et thérapeutiques des algues et extraits d'algues

CD ROM PC & MAC - Version 1.5 (2004)

Cette base de donnée sous format électronique recense les études publiées, au 31 décembre 2003, sur la composition et les effets fonctionnels, santé et thérapeutiques des algues et des extraits d'algues. 580 publications scientifiques sont analysées pour 98 algues répertoriées.

Pour commander le CD-ROM, au prix de 500 € HT : Institut de Phytonutrition, BP 60151, 14804 Deauville cedex – Tél : +33 (0) 231 144 931 – Fax : +33 (0) 231 144 932 – Site web : <http://www.phytonutrition.info>

### Les acides gras oméga 3 passés au crible

Yves DACOSTA vient de publier une nouvelle synthèse intitulée "Les acides gras oméga-3, mars 2004", 6 ans après son ouvrage "La supplémentation nutritionnelle par les acides gras oméga-3". S'intéressant aux oméga 3 depuis les années 1980, Yves DACOSTA a jugé cette réactualisation utile, du fait du nombre accru de connaissances à l'égard de ces AGPI. Entre 1998 et 2004, la monographie s'est enrichie de plus de 100 pages, et a pratiquement doublé le nombre de ses références bibliographiques.

# FOCUS sur les CLA

De nombreuses recherches attribuent aux acides linoléiques conjugués (CLA) des rôles bénéfiques en terme de santé : protection contre certains cancers, contre les maladies cardio-vasculaires, réduction de la masse grasse etc. Ces composés, spécifiques de la graisse des ruminants, pourraient constituer un axe d'avenir prometteur de valorisation des qualités nutritionnelles des matières grasses animales.

## Définitions et données santé

L'acide linoléique conjugué ou "Conjugated Linoleic Acid" (CLA) représente un terme générique qui désigne un mélange complexe d'isomères de l'acide linoléique possédant deux doubles liaisons conjuguées.

Les CLA ont fait l'objet de nombreuses études in-vitro et chez l'animal avec mise en évidence d'effets anticancérigène, antiathérogène, antioxydant, réducteur de l'insulinorésistance, réducteur de la masse grasse etc. Chez l'homme, peu de données sont disponibles et il semblerait que chaque isomère possède une réponse biologique spécifique.

**Ainsi, les résultats de ces recherches, bien qu'encourageants, ne permettent pas à l'heure actuelle de statuer sur les effets santé et la dose requise en CLA chez l'homme.**

## Sources alimentaires

Les CLA sont essentiellement formés dans le rumen par des micro-organismes (*Butyvirbio fibrisolvens*). Aussi, les principales sources alimentaires sont-elles constituées par la matière grasse de la viande de ruminants et les produits laitiers (cf. tableau ci-après).

Teneurs moyennes en CLA de quelques aliments

	mg/g de graisse
Viande d'Agneau	5,6
Lait	5,5
Beurre	4,7
Viande de bœuf	2,9
Viande de veau	2,7
Viande de Porc	0,6
Saumon	0,3

Les teneurs du lait en CLA sont influencées par la race de l'animal, l'état de lactation mais aussi par l'alimentation. La consommation de pâturage (herbe verte) pendant l'été permet d'augmenter la quantité de CLA jusqu'à cinq fois par rapport à une ration à base de fourrages ensilés et de grains.

La quantité de CLA peut aussi être optimisée en supplémentant la ration en lipides sous forme d'huiles végétales (huile de tournesol, huile de lin) ; ces dernières seraient plus efficaces que les graines correspondantes.

Enfin, il semble que la région influence aussi la production de CLA : des analyses récentes de beurre par l'Agence Française de Sécurité Sanitaire des Aliments (AFSSA) ont mis en évidence que les produits issus de régions de collines et de montagnes présentaient les taux de CLA les plus élevés.

Cependant, l'amélioration de la qualité nutritionnelle du lait apparaît limitée par les aspects sensoriels. Des études, à l'image de celles réalisées par l'unité INRA de Recherches sur les Herbivores (URH), montrent qu'une

modification des teneurs lipidiques peut s'accompagner d'une diminution de la qualité sensorielle des produits (fromages notamment).

**Il est possible d'augmenter la production des CLA par les ruminants en agissant sur leur alimentation. Cependant de nombreuses études sont encore nécessaires afin de préciser les conditions et les conséquences de ces différentes pratiques alimentaires au regard de la qualité sanitaire, technologique et sensorielle.**

## Consommations

Bien qu'il soit difficile à l'heure actuelle d'estimer les apports moyens en CLA de la population française, il fait peu de doute que leur ingestion décroît au cours du temps. Leur consommation est directement liée à celle des matières grasses d'animaux ruminants, qui est en net recule ces dernières années. Les causes de cette diminution sont :

- Le succès des allégés, qui représentent pour certains produits, tels que les yaourts aux fruits, près de 50% de part de marché ;
- La tendance de substitution des matières grasses animales par des matières grasses végétales (margarines végétales, substituts de crème fraîche, etc.) ;
- La chute de la consommation de beurre (- 43 % en 20 ans).

## Les CLA, développement et innovation produit

Tant que les preuves scientifiques des effets bénéfiques des CLA ne seront pas consensuellement établies, il n'existera pas d'allégations génériques. Une valorisation de ces composés doit actuellement passer par une validation clinique.

Actuellement, les CLA sont essentiellement exploités par les compléments alimentaires dans des formules à visée minceur telles que le CLA Tonalin de Cognis, CelliSlim des laboratoires Juva Santé, etc. Il est tout de même à noter quelques essais d'enrichissement dans des aliments courants : laits fermentés et de jus de fruits par Ainsi Asturiana.

**En conclusion, rappelons que l'équilibre alimentaire, seul garant d'apports nutritionnels satisfaisants, est la résultante d'une alimentation diversifiée. L'allègement ou l'exclusion systématique de la matière grasse animale ne sont pas recommandés : mieux vaut en consommer avec modération et choisir celles qui présentent la meilleure qualité nutritionnelle. A ce titre, l'alimentation des animaux et la teneur en acides gras de leurs matières grasses, notamment en CLA, représentent probablement un axe sur lequel il faudra compter dans les années futures. En conséquence, les labels et signes de qualités régionaux ne doivent pas ignorer la qualité nutritionnelle, notamment au travers de la composition de la ration alimentation des animaux.**