

EDITO ◀◀

Cela fait maintenant plusieurs années que la problématique du sel dans les industries agroalimentaires est soulevée. Les accusations à l'encontre de l'utilisation de cet élément sont multiples : exagération de l'utilisation de son pouvoir hygroscopique, masquage du manque de goût, induction volontaire d'une consommation accrue de boissons (etc.) et bien sûr son implication sur la santé via l'hypertension.

Malgré ces dénigrements, la teneur en sel de la majorité des produits alimentaires n'a que faiblement évolué ces dernières années, les démarches de réduction de sel demeurant marginales. Ce fait contraste avec l'insistance des pouvoirs publics et l'accueil généralement favorable du public envers de tels produits.

Au travers de cette lettre, Nutravita vous propose un bref état des lieux de la situation saline dans l'industrie agroalimentaire et vous invite à la prochaine réunion Nutravita qui traitera spécifiquement de cette problématique. Cette réunion, se voulant source de propositions concrètes, sera principalement axée sur les secteurs souvent incriminés de la charcuterie-salaison, le secteur fromager et de la panification

Agenda

Prochaine réunion Nutravita : mercredi 3 décembre 2003 de 10 H à 12 H sur le thème : **La diminution du sel dans les aliments : contraintes techniques et impacts sensoriels.**

Lieu : Pôle Universitaire et Technologique LARDY 1, avenue des Célestins - Vichy.

Cette réunion sera suivie de 12H à 13H de **l'Assemblée Générale de Nutravita**. Une convocation sera envoyée ultérieurement.

Quatrième édition de la Conservation de demain : Cette manifestation se déroulera le 20 Novembre à l'ISTAB à Bordeaux. Les thématiques qui seront abordées sont les suivantes : état de l'art des avancées technologiques et scientifiques du domaine ; panorama de la technologie des champs électriques pulsés ; exemple d'application de la lumière pulsée pour la décontamination d'aliments solides et liquides ; aspects réglementaires de cette technologie. Des renseignements complémentaires peuvent être obtenus à l'adresse suivante : agir.papillon@quaternet.fr.

Confiance durable et marketing des aliments santé : réunir les conditions d'une confiance durable entre les entreprises productrices et distributrices et leurs clients. Ce colloque est organisé par l'IREMAS (Institut de Recherche en Marketing de l'Alimentation Santé) et le CNAM. Il se déroulera au CNAM (292, rue Saint Martin, Paris 3ème) le 25 novembre. Parmi les sujets abordés : l'alimentation santé est-elle un univers de confiance ; volatilité versus durabilité de la confiance ; y a-t-il besoin de label(s) pour la confiance durable ; stratégie de communication des aliments santé. Des renseignements complémentaires peuvent être obtenus sur le site : <http://www.iremas.org>.

23ème Congrès de la Société Francophone de Nutrition Entérale et Parentérale. Ces journées qui se dérouleront à Gent (Belgique) du 30 Novembre au 03 décembre, abordent plus spécifiquement la nutrition assistée et les

aspects métaboliques de la nutrition. Une journée entière est consacrée à la formation continue sous forme de présentation de cas cliniques. Au programme : point sur les réseaux de santé en nutrition, les nutriments fonctionnels, nutrition péri-opératoire, dénutrition iatrogène, surpoids et agression, nutrition du sujet âgé...

Ouvrages

Le Régime sans sel : les éditions Hachette font paraître dans leur collection «Régime de la santé» un ouvrage intitulé «Le régime sans sel». Co-écrit par Estelle Lefèvre, le Dr Agnès Mouton et le chef cuisinier Jerry Monmessin, ce livre regroupe 100 recettes, accompagnées de conseils nutritionnels et d'astuces. Epices, herbes et aromates ont la part belle pour démontrer que le régime sans sel peut rimer avec saveur...

Alimentation méditerranéenne : guide pratique à l'usage des industriels. Cet ouvrage édité par l'ACTIA, est une synthèse d'informations à l'usage des industriels. Il comprend des informations sur les positionnements des produits du sud de la France dans l'alimentation méditerranéenne, sur la qualité nutritionnelle des matières premières, sur l'impact de la transformation et la qualité nutritionnelle des produits transformés, le contexte réglementaire d'une valorisation. Il s'agit d'une illustration d'une alimentation méditerranéenne au fil des jours. Vous pouvez vous procurer cet ouvrage, dans la limite des stocks disponibles, auprès de CASIMIR. Pour un coût de 10 euros HT.

L'Iode. Cet ouvrage est le 13^{ème} dossier Scientifique de l'IFN. Il traite des différentes questions qui se posent autour de l'iode : carences et conséquence pathologiques, sources alimentaires et supplémentation, statut iodé de la population, risques liés aux isotopes produits par l'industrie nucléaire ou utilisés en médecine nucléaire. Cet ouvrage peut être commandé auprès de l'IFN pour un coût de 20 euros.

Le sel dans les industries agroalimentaires

Pression artérielle : une affaire de tous

Les maladies cardio-vasculaires représentent aujourd'hui la première cause de mortalité en France. La pression artérielle (PA) constitue l'un des principaux facteurs de risque. Or, si les conséquences d'une PA très élevée ou hypertension artérielle (HTA) ne sont plus à démontrer, il a été observé plus récemment que des élévations modestes de la PA pouvaient être tout aussi délétères. Une récente étude, publiée dans le British Journal of Nutrition de juillet 2003, a dévoilé qu'une diminution de la pression systolique de 10-12 mm de mercure au niveau d'une population entraînait une réduction de l'incidence des accidents vasculaires cérébraux de 38%. *Ainsi, non seulement les « hypertendus », mais aussi l'ensemble de la population considérée comme « normotendue » pourrait retirer des bénéfices santé d'une diminution de leur pression artérielle.*

La relation entre le sodium et la tension artérielle n'est pas encore établie !

Le rôle néfaste du sodium (Na) sur la pression artérielle est un sujet très controversé. Il semblerait que l'ingestion sodée n'influence fortement les valeurs de PA que chez certaines personnes dites « sensibles au sel ».

A l'inverse, il a été démontré qu'une supplémentation en potassium (K), qui possède des effets antagonistes au sodium, diminue la PA chez un grand nombre de sujets (normotendus et hypertendus) ; la déplétion en apport potassique se traduisant par une élévation de la PA.

Ainsi, plus que le seul apport en sodium, il apparaît plus intéressant de considérer l'équilibre entre l'apport de sodium et de potassium de la ration alimentaire.

Haro sur les produits industriels riches en sel !

Bien que la relation entre l'hypertension et la consommation de sodium ne fasse pas consensus, il est classiquement recommandé dans une optique de stabilisation et/ou de diminution de la pression artérielle, de limiter la consommation de sel. Les derniers apports nutritionnels conseillés (ANC, 2001) préconisent une ingestion de l'ordre de 6-8 g/j de chlorure de sodium sans dépasser 12 g/j (pour des besoins estimés à 1-2g).

Or, en France, malgré la difficulté de déterminer précisément l'apport sodé, il est estimé que la consommation moyenne de sel atteint 10 g/j et que près de 10% de la population dépasse le seuil des 12g (INCA, 2000). *Il a de plus été constaté que la majorité du sel consommé (70 %) provenait des produits industriels transformés.* Les principales catégories d'aliments vecteurs de sel sont : pain-biscottes (25% du sel ingéré) ; charcuteries (13%) ; soupes (10%) ; fromages (9%) ; plats composés (8,5%).

C'est pourquoi, le Programme National Nutrition Santé (PNNS, 2001), dans le but de diminuer l'apport sodé de 20% sur 5 ans, recommande de « **limiter la consommation des fromages et des charcuteries les plus salées et les produits apéritifs salés** ».

Quelles démarches et quelles ressources ?

Le sel rempli de multiples fonctions dans les produits alimentaires : stabilisation microbiologique, conservation de l'eau, stabilisation de la structure des produits (...) mais aussi organoleptique ! Diminuer sa teneur peut ainsi s'avérer périlleux et nombre de producteurs rechignent à franchir le pas.

De nombreuses actions sont mises en place au niveau de multiples structures pour accompagner cette démarche :

- L'AFSSA (L'Agence Française de Sécurité Sanitaire des Aliments) recommande aux professionnels du pain de réduire progressivement la teneur en sel de 5% par an et l'utilisation de sels de substitutions aux charcutiers (sels de potassium) ;
- L'ANIA (Association Nationale des Industries Alimentaires) incite les professionnels à contribuer à cette opération et à apposer un étiquetage nutritionnel volontaire ;
- l'ARILAIT au niveau fromager et la FICT (Fédération Française des Industriels Charcutiers, Traiteurs, Transformateurs de Viandes) au niveau charcutier élaborent des guides de bonnes pratiques ;
- des programmes de recherche sont lancés sur les implications technologiques d'une diminution de cette teneur, notamment au niveau de l'ACTIA (Association de Coordination Technique pour l'Industrie Agro-alimentaire).

Le consommateur semble adhérer à la démarche

Selon une étude menée par la Sofres, la moitié des Français déclare surveiller son alimentation en matière de sel dont 24% « énormément » ou « beaucoup ». Les Français sont aussi 74% (Secodip) à estimer que les charcuteries sont trop salées. *Aussi, le marché de certains produits sans sel a fortement augmenté ces dernières années (+16% en 2002 pour les biscottes).*

Quelques exemples produits

Outre les produits pour régimes hyposodés, destinés à une population particulière et relevant de la réglementation des produits diététiques, relativement peu d'entreprises se sont lancées dans une démarche de réduction de sel :

- jambons cuits à teneur en sel réduite de 25% (Paul Prédault, Fleury Michon), gamme de charcuteries de volailles sans sel ajouté ;
- fromage sans sel ajouté (Carré Frais de Bongrain) ;
- pain tranché pauvre en sel (Warburton - UK), biscottes (Heudebert, Augia) et biscuits sans sel ajouté (Céréales) ;
- produits apéritifs, (West Park Food - USA), légumes appertisés (Gillet), produits traiteurs (Marie Restauration).