

Evaluation du degré de transformation de 17 236 produits alimentaires étiquetés selon le score holistique Siga

Frank K.¹, Fardet A.², Christodoulou A.³, Davidou S.⁴

¹ Responsable scientifique de **sig**, 5 avenue Du General DeGaulle, 94160 Saint Mandé, France : e-mail: kelly@sig.care ; ² Docteur en Nutrition Préventive, Unité de Nutrition Humaine (UMR 1019), Département de Nutrition Humaine, INRA & Université d'Auvergne, CRNH d'Auvergne, F-63000 Clermont Ferrand, France : anthony.fardet@inra.fr, président du comité scientifique de **sig** ; ³ Président de la société **sig**, 5 Avenue Du General De Gaulle, 94160 Saint Mandé, France, e-mail: aris@sig.care ; ⁴ Docteur en science des aliments au laboratoire industries agroalimentaires, CNAM, 292 rue Saint-Martin, F-75141 Paris, France : e-mail: sylvie.davidou@lecnam.net, membre du comité scientifique de **sig** ;



BUT DE L'ÉTUDE

Le but de cette étude préliminaire est d'évaluer le degré de transformation d'un grand nombre de produits alimentaires courants avec le score **sig**.

CONTEXTE

Jusqu'à aujourd'hui le potentiel santé des aliments a souvent été réduit à leur composition nutritionnelle (approche réductionniste). Or l'aliment est beaucoup plus qu'une seule somme de nutriments (approche holistique). Aussi, d'autres alternatives aux index réductionnistes existent pour classer les aliments, comme la classification internationale NOVA qui intègre leur degré de transformation. Par ailleurs de plus en plus d'études épidémiologiques associent le risque de maladies chroniques avec l'augmentation du degré de transformation des aliments. Le projet **sig**, basé sur les 4 groupes technologiques NOVA, propose une nouvelle classification holistique en 9 groupes technologiques.

MATERIELS & METHODES

Un aliment est considéré par siga comme ultra-transformé s'il contient au moins un ingrédient purifié et/ou dénaturé, (fractionnement excessif de sa matrice originelle). Il peut notamment s'agir d'additifs cosmétiques (colorant, texturant, exhausteur...) ou d'additifs de conservation (conservateur, antioxydant) évalué à risque pour la santé humaine (méthodologie d'évaluation des risques).

A partir de la base Siga, 17 236 aliments étiquetés hors découpe (plusieurs enseignes de supermarchés, marques nationales et de distributeurs) ont été testés pour leur degré de transformation. La classification Siga distingue : les aliments non transformés (A0), peu transformés (A1: traitements mécaniques et thermiques simples incluant les ingrédients culinaires A2), transformés (B1 incluant l'ajout d'ingrédients culinaires A2), transformés riches en sucre, sel et/ou gras (B2, seuils de la Food Standard Agency), ultra-transformés (C0.1, C0.2, C1, C2 et C3 selon le degré de transformation et le niveau de risque des marqueurs d'ultra-transformation (MUT), en tenant compte de leur nombre et des teneurs en sel/sucre/gras ajoutés.

classification siga détaillée

	Marqueurs d'ultra-transformation (MUT)	Seuils si gras, sucres, sel ajoutés
Aliments non transformés A0	Aucun	Non pris en compte
Aliments peu transformés (dont culinaires) A1	Aucun	Non pris en compte
Aliments transformés équilibrés B1	Aucun	< seuils
Aliments transformés gourmands B2	Aucun	> seuils
Aliments ultra-transformés niveau 0 acceptables C01	1 seul MUT 1 (ingrédient purifié et/ou dénaturé)	< seuils
Aliments ultra-transformés niveau 0 occasionnels C02	1 seul MUT 1 (ingrédient purifié et/ou dénaturé)	> seuils
Aliments ultra-transformés niveau 1 C1	Plusieurs MUT 1	Non pris en compte
Aliments ultra-transformés niveau 2 C2	1 MUT 2 ou cocktail MUT 1 (peut être additif à risque)	Si graisses MUT 1 et > seuils
Aliments ultra-transformés niveau 3 C3	cocktail MUT 1 et/ou MUT 2 (peut être additif à risque élevé)	Si sucres MUT 2 et > seuils

RÉSULTATS

Sur les 17 236 produits alimentaires, 3% sont classés en A0, 14% en A1 et A2, 8% en B1, 5% en B2, 7% en C0.1, 5% en C0.2, 9% en C1, 13% en C2 et 37% en C3 ; soit au total 71% de produits ultra-transformés. En termes de catégories de produits (86 définies par siga) plus de 95% bouchées et biscuits apéritifs, glaces, confiseries chocolatées, viennoiseries, sirops et concentrés, chips, gâteaux et pâtisseries, biscuits secs, salaisons viande, confiseries sucrées, sandwiches et burgers, compléments alimentaires, boissons lactées et végétales aromatisées et laits pour bébé contiennent au moins un marqueur d'ultra-transformation.

CONCLUSION

Le score Siga, par son approche à la fois scientifique et holistique, devrait permettre aux distributeurs et industriels de proposer une offre alimentaire moins transformée et moins délétère pour la santé. On retrouve 29 % de l'offre entre A0 et B2, ce qui pourrait servir d'exemples pour développer moins d'aliments ultra-transformés. Des études épidémiologiques supplémentaires seront nécessaires pour mesurer le lien entre risques de maladies chroniques et degré de transformation des aliments en utilisant ce type de score holistique.

