

## Recommandations issues du groupe de travail « fibres »

Février 2014

Les recommandations présentées ci-dessous partent du constat que l'apport moyen en fibres des français est insuffisant pour assurer la couverture des besoins de l'organisme (pour un adulte, les apports moyens en fibres sont de 17,5 g/jour<sup>1</sup> pour des apports nutritionnels conseillés (ANC) minimum de 25 g/jour<sup>2</sup>). **Ces recommandations ont donc pour objet d'augmenter la part de fibres dans l'alimentation des Français.**

L'ensemble de ces recommandations ainsi que les propositions d'actions en découlant sont issues du groupe de travail mis en place par le Ministre Guillaume Garot en avril 2013 dans le cadre des groupes de travail « ingrédients ».

Ce groupe a réuni une grande partie des acteurs concernés (administrations, professionnels des secteurs agroalimentaires, de la restauration collective et de la distribution, instances scientifiques, agences scientifiques, etc.) afin de répondre au mandat assigné du groupe à savoir échanger sur les possibilités d'amélioration de la composition des produits par l'augmentation de la teneur en fibres en tenant compte de la qualité nutritionnelle globale des produits, ceci dans un objectif de santé publique en tenant compte de l'acceptabilité par le consommateur. Il convient néanmoins de préciser que ces recommandations n'ont pas vocation à être exhaustives, l'ensemble des acteurs n'ayant pas été représentés. Dans ce cadre notamment, les recommandations ci-dessous portent peu sur les fruits et légumes (bruts ou transformés), produits pourtant fortement vecteurs de fibres.

**Ces recommandations sont basées sur le constat suivant :**

- il est nécessaire d'augmenter la part de fibres dans l'alimentation des Français (les apports moyens étant inférieurs aux ANC et les bénéfices santé des fibres étant reconnus) ;
- cette augmentation doit se faire **sur la base d'une consommation diversifiée des aliments vecteurs de fibres** ;
- **il existe déjà une offre diversifiée d'aliments vecteurs de fibres** (source ou riche en fibres) ;
- une partie des aliments est cependant cantonnée à des marchés de niche notamment en raison du **manque d'attractivité de ces aliments pour le consommateur** ;
- dans ce cadre, **plusieurs principaux freins ont été identifiés** :
  - \* pour les consommateurs, la notion de « fibres » renvoie à un univers médicalisé spécifiquement ciblé sur le transit intestinal ;
  - \* le goût, l'apparence et le prix peuvent constituer des freins notamment pour la consommation d'aliments riches en fibres ;
  - \* peu de professionnels de santé connaissent les effets des fibres (en raison notamment du manque de transfert des résultats de recherche auprès des professionnels de santé).

---

<sup>1</sup> ANSES à partir des données de l'étude INCA2 2006-2007.

<sup>2</sup> ANSES, ANC 2001.

## Objectif 1 : Améliorer l'accessibilité aux aliments vecteurs de fibres

**Sous-objectif 1.1. Poursuivre l'amélioration nutritionnelle de l'offre d'aliments vecteurs de fibres en prenant en compte le niveau d'acceptabilité par le consommateur** (reformulation des produits permettant d'augmenter la teneur en fibres – diversification de l'offre avec mise sur le marché de nouveaux produits vecteurs de fibres)

### *1.1.1. Poursuivre l'innovation technologique, levier de développement de nouveaux produits vecteurs de fibres ou de reformulation d'aliments existants*

- Se baser sur les programmes de recherche en cours :

Programme Wheafi (2011-2015) porté par l'INRA de Nantes et qui vise à développer des aliments céréaliers enrichis avec des fibres alimentaires sélectionnées pour leurs propriétés nutritionnelles et à améliorer les méthodes d'analyse des fibres.

Programmes de recherche européens sur les fibres notamment programme « HealthBread » (2012-2014).

Les ingrédients « fonctionnels » : les fibres solubles et insolubles issues de l'amidonnerie (à partir du blé, maïs, pois) constituent l'un des axes des activités de recherche et de développement du secteur.

Céréales vallée a accompagné 6 programmes de recherche visant à faciliter et mieux comprendre l'impact des fibres dans l'alimentation humaine.

Ingrédients de spécialité : Les recherches actuellement menées, soit au sein des entreprises, soit dans le cadre de partenariat public-privé (exemples : AlgoHub, projets dans le cadre du fonds unique interministériel :  $\beta$ -DIAB et Levaci), portent sur la régulation, voire réduction, de la glycémie post-prandiale, l'amélioration du confort digestif, la modulation de la réponse immunitaire, la prévention de l'insulino-résistance, les troubles fonctionnels intestinaux.

- Initier de nouveaux programmes (de recherche - d'études – tables - rondes) :

Vitagora : table ronde sur la formulation de produits induisant la satiété (dont les fibres) au congrès goût nutrition santé Vitagora 2014 (thématique : « Plaisir et santé des consommateurs »).

Lancer un appel à projets au sein des adhérents de Vitagora pour réfléchir à des projets portant sur l'innovation d'aliments contenant des fibres qui pourraient par la suite être retenus dans le cadre de programmes de financement dédiés.

### *1.1.2. Mutualiser et utiliser les travaux de recherche sur les fibres*

- Au niveau des filières céréalières<sup>3</sup> (la filière céréalière proposera un pilotage en associant l'ensemble des secteurs) : réflexion sur la diffusion des travaux issus du programme de recherche « Healthgrain » et participation au forum européen spécialisé sur le sujet.
- Congrès international sur les fibres à Paris en juin 2015 : colloque ICC organisé par l'association internationale des sciences et technologie des céréales et par l'INRA avec le concours de l'Observatoire du pain. La filière céréalière réfléchira à un partenariat avec l'INRA pour diffuser les informations de ce colloque à l'industrie.

<sup>3</sup> Pain, biscotte, pâtes et semoules, biscuits et gâteaux, céréales du petit-déjeuner, etc.

- Dossier de veille scientifique et technologique sur les fibres diffusé aux adhérents en octobre 2013 (Vitagora).
- Céréales Vallée prévoit fin 2014 une action de communication sur la fin du projet « NutriPan : optimisation des qualités nutritionnelles du pain destiné à la restauration collective, par action sur les procédés ».
- Animation d'une demi-journée aux Journées Techniques des Industries Céréalières 2014 sur les innovations disponibles en meunerie pour une meilleure prise en charge des fibres dans les filières boulangerie et biscuiterie (Céréales Vallée - ANMF/Observatoire du pain – secteur céréalier de l'Alliance 7).
- Synpa : publication début 2014 d'une brochure sur les ingrédients santé qui comportera des informations sur les fibres.

*1.1.3. Engagement des entreprises/secteurs/filières dans des dispositifs volontaires d'amélioration nutritionnelle soutenus par l'Etat (cf. accords collectifs du PNA, chartes PNNS)*

## **Sous-objectif 1.2. Développer l'accès aux aliments vecteurs de fibres dans le domaine de la restauration collective**

*1.2.1. Augmenter l'offre d'aliments vecteurs de fibres tout en prenant en compte le niveau d'acceptabilité par le consommateur*

- Intégrer (ou développer), au sein des menus proposés en restauration collective du pain fabriqué à partir de farine T65 ou plus. L'incidence économique est néanmoins à prendre en compte.
- Intégrer de manière plus fréquente, au sein des menus proposés en restauration collective, des céréales semi-complètes.
- Une journée hebdomadaire offre « aliments vecteurs de fibres » ?

*1.2.2. Diversifier l'offre d'aliments vecteurs de fibres*

- Poursuivre les actions en cours sur la valorisation des fruits et des légumes (à travers les recettes adaptées et consommées) et des légumineuses.
- Développer des actions ou outils visant à proposer les recettes mélangeant légumes et aliments céréaliers : pâtes + sauces ou légumes, semoule de couscous ou mélange de céréales + sauces, légumes ou légumineuses, pains + légumes, etc.

<b>Objectif 2 : Sensibiliser les consommateurs à l'importance d'augmenter la part de fibres dans leur alimentation</b>
--

**Sous-objectif 2.1. Sensibiliser les consommateurs aux effets bénéfiques des fibres et, de fait, des aliments vecteurs de fibres**

*2.1.1. Sensibiliser les professionnels de santé aux effets santé des fibres en favorisant notamment la transmission des résultats issus de la recherche « fibres et effets santé » auprès des professionnels de santé (effets ponctuels et à long terme)*

- Diffusion via la formation initiale ?
- Diffusion via les sociétés savantes : Colloques, Médias, etc.
- Dans le cadre du PNNS, établir des outils<sup>4</sup>, en lien avec les repères PNNS, à destination des professionnels de santé qui résument notamment les effets bénéfiques prouvés des fibres en précisant le type de fibres, les aliments vecteurs et les quantités (sans exclure les effets négatifs le cas échéant). Parmi ces outils, création d'une fiche synthétique sur les quantités en fibres à apporter et les aliments vecteurs pouvant servir de support auprès des patients. Il serait également intéressant de proposer un outil de valorisation des repères PNNS auprès des sociétés savantes pour qu'elles puissent les rediffuser au corps médical.
- Observatoire du pain : Colloque et dépliant destinés aux médecins et aux médias à la suite de la publication de l'étude nutritionnelle des pains français.

*2.1.2. Communication institutionnelle des pouvoirs publics sur les effets bénéfiques reconnus des fibres dans toute leur diversité*

- Mise à jour des recommandations / Anses et actualisation des repères nutritionnels PNNS : communication sur les nouveaux repères nutritionnels dans lesquels les aliments vecteurs de fibres seront intégrés. Dans ce cadre, travailler sur des outils à destination des consommateurs.

*2.1.3. Améliorer l'information sur les effets santé des fibres susceptible d'être transmise par les opérateurs économiques sur les supports de communication*

- Exploiter les allégations santé sur les fibres sur les supports de communication dans le respect du règlement CE n°1924/2006 concernant les allégations nutritionnelles et de santé portant sur les denrées alimentaires.
- Encourager l'étiquetage volontaire de la quantité de fibres dans le cadre de la mise en œuvre du règlement UE n°1169/2011 concernant l'information des consommateurs sur les denrées alimentaires (règlement « INCO »).

*2.1.4. Sensibiliser les consommateurs dans le cadre de la restauration hors foyer*

- La restauration collective est un relais en matière de prévention (information nutritionnelle parent/enfant/adulte, éducation au goût, ateliers de cuisine, etc.).
- Améliorer l'acceptabilité des consommateurs en renforçant la prise de conscience de l'intérêt des fruits et légumes de saison/locaux tout en acceptant l'incidence d'une diversité plus limitée (ex : en hiver l'offre de saison est restreinte en F&L) => faire évoluer les habitudes.

---

<sup>4</sup> qui pourront a fortiori être proposés à validation par le comité d'attribution du logo PNNS

## **Sous-objectif 2.2. Améliorer la connaissance des consommateurs sur les aliments vecteurs de fibres**

### *2.2.1. Communication sur les aliments vecteurs de fibres par les représentants des différents secteurs professionnels (dont les interprofessions)*

- Pôle d'accessibilité des céréales et des aliments céréaliers, en partenariat avec FranceAgriMer et les secteurs céréaliers : développer des actions permettant aux consommateurs de connaître ces aliments (cf. Dossiers de presse, proposition de recettes, menus avec scores nutritionnels + Organisation de jeux concours + développer des kits pédagogiques sur la diversité de l'offre).
- FFAS : petit déjeuner presse sur les fibres en 2014.

### *2.2.2. Communication sur les aliments vecteurs de fibres par les opérateurs privés*

- Développer des actions permettant aux consommateurs de connaître ces aliments : recettes, étiquetage, publicité, etc.

### *2.2.3. Communication institutionnelle sur les aliments vecteurs de fibres*

<p><b>Mesure transversale de suivi : Suivre l'évolution des apports en fibres en lien avec l'offre disponible et, le cas échéant, identifier les freins et leviers inhérents à cette évolution</b></p>
--

**Mesure 3.1. : Suivre l'évolution des apports en fibres de la population française**

*3.1.1. Poursuivre les études des consommations alimentaires qui permettent d'évaluer les apports en fibres*

- Etudes INCA (lancement fin 2013 par l'Anses, en collaboration avec l'INPES, de l'étude INCA3).
- Cohorte NutriNet-Santé.

**Mesure 3.2. : Suivre l'évolution de l'offre d'aliments vecteurs en fibres**

*3.2.1. Poursuivre les études de suivi de l'offre alimentaire et de la composition nutritionnelle des produits alimentaires*

- Travaux de l'Oqali et collaboration avec les secteurs alimentaires dans ce cadre.
- Etude de l'ANMF sur l'évolution des types de farines en 2016.

**Mesure 3.3. : Identifier, le cas échéant, les freins et leviers liés à l'évolution des apports en fibres**

*3.3.1. Actions pilotées par les représentants des professionnels des différents secteurs d'aliments vecteurs de fibres*

- Participation de représentants d'organisations professionnelles des filières céréalières (Alliance 7, ANMF, INPB et FEBPF) au projet IRTAC sur les freins et les leviers à la consommation d'aliments céréaliers sources de fibres : 2014 – 2015 (CEREFIBRES).
- Baromètre d'image sur les aliments céréaliers sources de fibres (au sein du pôle accessibilité des céréales et des aliments céréaliers).

*3.3.2. Actions multi-acteurs*

- Poursuite du groupe de travail « fibres » à une fréquence annuelle (prévoir un prochain GT à la rentrée 2014) et en présence, dans la mesure du possible, de participants supplémentaires (permettant notamment de représenter le secteur des fruits et légumes ou encore les consommateurs qui ont respectivement fait part de leur intérêt concernant le GT).