



L'étiquetage des aliments est source de nombreuses informations sur l'aliment, elle vise à informer le consommateur. Cependant, le décrypter pour en tirer les éléments véritablement pertinents se révèle parfois difficile pour les non-initiés.

Les règles d'information du consommateur sur les denrées alimentaires sont régies par le **règlement (UE) n°1169/2011**. Ces règles diffèrent selon le mode de conditionnement ou de présentation des denrées alimentaires. Ainsi, selon si les aliments sont préemballés ou non (en vrac ou au rayon fruits et légumes), les règles s'appliquant sont adaptées.

Cette fiche est en lien direct avec celle traitant des aliments ultra-transformés.

Les informations figurant sur l'emballage doivent **renseigner le consommateur sans l'induire en erreur**. Elles doivent être **objectives**, écrites au moins **en français**, être **loyales** et **précises**.

INFORMATIONS OBLIGATOIRES

- Dénomination de vente
- Liste des ingrédients (par ordre décroissant)
- Quantité des ingrédients mis en valeur sur l'emballage
- Quantité nette du produit en volume
- Date limite de consommation (DLC), « à consommer avant le... » pour les produits périssables ou Date de durabilité minimale (DDM), « à consommer de préférence avant le... » pour les produits non périssables
- Titre alcoométrique quand le produit titre une quantité supérieure à 1,2% d'alcool
- Identification de l'opérateur
- Numéro de lot de fabrication
- Mode d'emploi
- Déclaration nutritionnelle (valeur nutritionnelle pour 100g ou 100ml de produit), obligatoire depuis le 13 décembre 2016 avec à la discrétion du fabricant la mention du Nutriscore
- Origine
 - Origine de l'ingrédient primaire, obligatoire depuis 1er avril 2020, quand l'étiquetage fait apparaître l'origine d'une denrée alimentaire différente de son ingrédient primaire (ex: gâteaux avec mention d'origine française et farine d'origine autre que française).

Les aliments non emballés sont ceux vendus en vrac, au rayon fruits et légumes, le pain, les pâtisseries, le rayon du boucher, poissonnier, fromager, ... **D'autres règles sont mises en œuvre pour l'information du consommateur, une affichette doit être à proximité de l'aliment concerné avec les mentions suivantes :**

- Dénomination de vente
- Présence d'allergènes (le cas échéant)
- Etat physique du produit (ex. décongelé)
- Pour la viande bovine, les lieux de naissance, d'élevage et d'abattage. La mention de l'origine signifie que les lieux de naissance, d'élevage et d'abattage sont situés dans le même pays

ALLÉGATIONS

Les allégations nutritionnelles et de santé sont des mentions, images ou symboles valorisant les denrées alimentaires sur le plan nutritionnel ou de la santé. Ce sont par exemple les phrases du type « jus de fruit riche en vitamine C », « riche en calcium », « allégé en sucres », « bon pour le cœur », « le calcium est nécessaire à une ossature normale », etc.

Elles sont réglementées au niveau européen par le règlement CE n°1924/2006 afin de fournir au consommateur une information loyale et assurer une concurrence saine entre les opérateurs du secteur. Cette réglementation fournit une liste positive d'allégations, autrement dit les allégations ne figurant pas sur cette liste ne pas autorisées (à moins d'une demande de procédure auprès des autorités compétentes).

ALLEGATIONS NUTRITIONNELLES

Suggèrent une qualité nutritionnelle du produit

- Riche en vitamine C
- Sans matières grasses
- Source de fibres
- Pauvre en sodium

ALLEGATIONS DE SANTE

Suggèrent une incidence sur la santé du produit, une réduction de risque pour la santé (visée préventive) ou une incidence sur la santé des enfants en relation avec sa composition nutritionnelle.

- « La vitamine C contribue au fonctionnement normal du système immunitaire. »
- « Il a été démontré que le bêta-glucane d'orge abaissait/réduisait le taux de cholestérol sanguin. Une cholestérolémie élevée constitue un facteur de risque de développement d'une maladie cardiaque coronarienne. »
- « Le calcium est nécessaire à une croissance et à un développement osseux normaux des enfants. »
- Toutes les demandes en lien avec les probiotiques ont été rejetées à ce jour.

Il est aujourd'hui largement démontré qu'une alimentation diversifiée contribue au bon fonctionnement de l'organisme et au maintien d'un bon état de santé, notamment à travers la consommation d'aliments bruts (à transformer dans sa cuisine). L'intérêt d'écrire sur un emballage alimentaire les vertus nutritionnelles du produit peut poser question de façon raisonnable. Plus les informations sont nombreuses, plus il sera difficile de savoir laquelle retenir. De plus, est-il vraiment nécessaire de vanter autant, pour certains produits, les mérites nutritionnels et santé ?

CLASSIFICATIONS NUTRITIONNELLES

Pour guider les consommateurs, des systèmes de classification nutritionnelle existent. Certains, comme le Nutriscore peuvent figurer sur l'emballage alors que d'autres sont disponibles soit par une application comme Open Food Fact, Yuka ou sur Internet comme Nova.

Mis en place depuis 2017, il n'est pas obligatoire mais recommandé et fait suite au règlement européen EU n°1169/2011. Le Nutriscore a pour objectif de simplifier la compréhension des informations nutritionnelles mentionnées sur un emballage par le consommateur. Il est constitué d'un code couleur allant du vert au rouge et de lettres allant de A à E.



CE QUE L'afa VOUS PROPOSE...

PERMANENCES NUTRITION TÉLÉPHONIQUES TOUS LES

- mardis de 14h à 18h
- nutrition@afa.asso.fr

⊕ FICHES THÉMATIQUES NUTRITION ET ALIMENTATION

- Sur le site Internet de l'afa

⊕ LIVRE « Bien manger avec ma MICI »

- Disponible en commande sur le site Internet de l'afa

⊕ DES INFORMATIONS SUR LE SITE INTERNET MICI CONNECT

Il ne concerne que les produits transformés. C'est une synthèse nutritionnelle, dont le calcul se base sur la composition nutritionnelle du produit comparée aux objectifs nutritionnels de santé publique. La présence d'additif, le degré de transformation du produit, la provenance et la filière agriculture biologique ne sont pas pris en considération.

D'autres systèmes d'information du consommateur existent. La classification NOVA par exemple, elle tient compte du degré de transformation du produit ainsi que la présence d'additifs. Elle apparaît sur le site d'Open Food Fact, lui-même source d'information. Ce dernier est une plate-forme collaborative française consultable en ligne. Elle mentionne la composition du produit, tant la liste des ingrédients que nutritionnelle et témoigne à la fois du Nutriscore et de NOVA.

L'application Yuka téléchargeable sur les mobiles permet également d'avoir les informations nutritionnelles disponibles durant les achats.

L'ensemble de ces classifications et source d'informations peuvent induire une surveillance accrue chez le consommateur. Être informé est bien entendu primordial, cependant la multiplication de la documentation a tendance à perdre le consommateur. Revenir aux bases d'une alimentation variée avec l'achat de produits bruts à cuisiner, de saison et issus d'une filière de proximité reste le meilleur gage de qualité.

RÉFÉRENCES

Règlement n°1169/2011 du 25 octobre 2011 concernant l'information des consommateurs sur les denrées alimentaires

Règlement n°1337/2013 du 13 décembre 2013 sur l'indication du pays d'origine pour les viandes des espèces ovine, caprine, porcine et de volaille

Règlement n°1760/2000 du 17 juillet 2000 établissant un système d'identification et d'enregistrement des bovins et concernant l'étiquetage de la viande bovine et des produits à base de viande bovine

Règlement n°2018/775 du 28 mai 2018 sur l'indication du pays d'origine de l'ingrédient primaire d'une denrée alimentaire

Décret n°2015-447 du 17 avril 2015 relatif à l'information des consommateurs sur les allergènes et les denrées alimentaires non préemballées

Décret n°2014-1489 du 11 décembre 2014 sur l'information des consommateurs sur les denrées alimentaires

Décret n°2016-1137 du 19 août 2016 relatif à l'indication de l'origine du lait et du lait et des viandes utilisés en tant qu'ingrédient