

# Nutri-Score



## *Réponses aux fake-news sur Nutri-Score*

Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (EREN) \*  
Inserm/Inrae/Cnam/Université Sorbonne Paris Nord

\* équipe sans liens ni conflits d'intérêts

## Réponses aux fake-news sur Nutri-Score

*« Le Nutri-Score n'a aucun intérêt et est trompeur pour le consommateur, la preuve : certains aliments ultra-transformés contenant des additifs ou des pesticides sont bien classés ! »*

« Le Nutri-Score n'a aucun intérêt et est trompeur pour le consommateur, la preuve : certains aliments ultra-transformés contenant des additifs ou des pesticides sont bien classés ! »

= incompréhension de la finalité des logos nutritionnels

**Nutri-Score est un système d'information sur la qualité nutritionnelle.** Il n'intègre pas les autres dimensions: les additifs, le degré de transformation et les pesticides.

Impossibilité, de développer un indicateur synthétique qui couvrirait l'ensemble de ces dimensions (<https://theconversation.com/le-nutriscore-mesure-la-qualite-nutritionnelle-des-aliments-et-cest-deja-beaucoup-99234>)

1. relations **nutriments/aliments et risque de maladies chroniques** → niveau de preuve documenté et solide (travaux épidémiologiques, cliniques et expérimentaux).  
**Additifs, composés néo-formés ou contaminants** (pesticides, antibiotiques, perturbateurs endocriniens): hypothèses fortes d'un effet sur la santé, mais niveaux de preuves très différents (notamment en termes d'études chez l'homme).
2. **impossibilité de pondérer la contribution relative de chacune des dimensions d'un aliment** sur le risque pour la santé, pour aboutir à une note synthétique prédictive d'un niveau de risque global.



**Politique nutritionnelle de santé publique actuelle:** recommandations à la population de choisir des aliments affichant le **meilleur Nutri-Score possible, sans ou avec la plus courte liste possible d'additifs** (dans la liste des ingrédients) et de **privilégier les aliments bruts et, si possible, Bio** (avec un logo certifiant).

# Fake-news: “Nutri-Score promeut les aliments ultra-transformés (AUT) ...”

► La composition nutritionnelle et le niveau d’ultra-transformation sont susceptibles d’impacter, chacune et de façon indépendante, le risque de maladies chroniques par des mécanismes spécifiques différents et vraisemblablement de façon complémentaire.

► Si le fait d’être un **AUT (NOVA4)** est associé, en moyenne, à une **moindre qualité nutritionnelle**, il n’y a rien de surprenant à ce que l’on retrouve, en moindre nombre, des aliments considérés de **qualité nutritionnelle correcte** mais qui peuvent être **ultra-transformés (NOVA4)**.

*Par ex, des pains de mie complets ou des compotes de fruits sans sucres ajoutés peuvent être ultra-transformées et classés A par Nutri-Score.*

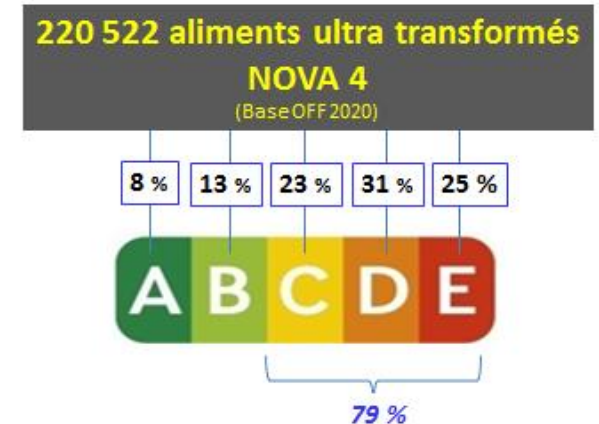
► Mais parmi les aliments considérés comme «**non ultra-transformés**» (NOVA 1, 2 et 3), on en retrouve également qui ne sont **pas de bonne qualité nutritionnelle** (riches en graisses saturées, en sucre ou en sel,...).

*Par ex, les purs jus de raisin sont NOVA1 et classés E par Nutri-Score (car ils contiennent plus de 160g de sucre/l).*

► Enfin, les **ingrédients culinaires (NOVA2)**, comme le sucre, le sel, l’huile ou le beurre ne sont pas classés comme AUT, mais leur composition nutritionnelle justifie d’être identifiés comme plutôt **défavorable sur le plan nutritionnel** à consommer en petites quantités, en adéquation avec les recommandations de santé publique.

La classification NOVA n’intègre pas la variabilité de composition nutritionnelle des produits au sein de chacune de ses catégories. Par ex, pour les produits NOVA2, il n’y a pas de différenciation entre les matières grasses végétales et animales, ni entre les huiles végétales ne permettant pas de reconnaître celles dont la composition nutritionnelle est la plus favorable comme l’huile d’olive ou de colza.

Par contre, Nutri-Score discrimine entre ces différentes huiles avec des notes de C à E, permettant de reconnaître les huiles les plus favorables sur le plan nutritionnel et de la santé.



# Perspective: associer au Nutri-Score (qui informe sur la qualité nutritionnelle) des informations graphiques complémentaires sur le degré de transformation et la présence de pesticides.

- Si scientifiquement, il est impossible de combiner ces 3 dimensions dans le cadre d'un indicateur synthétique qui résumerait à lui seul la valence 'santé' globale des aliments, elles peuvent être combinées graphiquement de façon simple.
- On peut ajouter une bordure noire autour du Nutri-Score si l'aliment est ultra-transformé (NOVA 4).

Nutri-Score sur les emballages des aliments ultra-transformés



Aliments ultra-transformés = Nova 4

Nutri-Score sur les emballages des aliments non ultra-transformés



Logo AB  
(si aliment Bio)



Logo AB  
(si aliment Bio)



## Message

Choisissez :

- 1) les aliments non ultra-transformés (sans bordure noire) en privilégiant les mieux notés par Nutri-Score,*
- 2) si malgré tout pour des raisons de goût, de coût ou de praticité, vous sélectionnez un aliment ultra-transformé (avec bordure noir), choisissez ceux avec le Nutri-Score le plus favorable,*
- 3) privilégiez dans la mesure du possible les aliments Bio lorsque cette alternative existe (particulièrement pour les aliments végétaux).*

Bien que Nutri-Score n'informe que sur la composition nutritionnelle des aliments, cela représente déjà beaucoup en termes de santé publique (comme le démontrent de nombreuses études scientifiques montrant son effet favorable sur le choix des consommateurs et son impact attendu sur la morbidité et la mortalité).

# Pour en savoir plus sur la problématique du Nutri-Score et des aliments ultra-transformés (nutriscore.blog)



NUTRI-SCORE

- Le blog Nutri-Score de l'Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (EREN) Inserm/Inrae/Cnam/Université Sorbonne Paris Nord -

ACCUEIL · ARTICLES EN FRANÇAIS · PAPERS IN ENGLISH · ARTICULOS EN ESPANOL · CONTACT ▾

ARTICLES EN FRANÇAIS

## Nutri-Score et ultra-transformation : deux dimensions différentes, complémentaires et non contradictoires

7 décembre 2020



Une campagne menée par des opposants au Nutri-Score dans divers médias et sur les réseaux sociaux vise à le discréditer en suggérant que le Nutri-Score pourrait être source de confusion pour les consommateurs. Leur argument serait que le Nutri-Score classe en A et B des aliments ultra-transformés, alors qu'une consommation élevée de ces derniers a été associée à un risque délétère pour la santé.

Le plus souvent, ils s'appuient sur une figure issue d'un des articles que nous avons publié en 2018 dans le BMJ (1) présentant le pourcentage de produits ultra-

- versions -

Sélectionner une catégorie ▾

- Articles récents -

Nutri-Score: la eterna lucha entre la salud pública y los intereses económicos en el ámbito de la nutrición 17 mars 2022

The ever-continuing battle between public health and economic interests in nutrition: the case of Nutri-Score 13 mars 2022

Nutri-Score: l'éternel combat entre la santé publique et les intérêts économiques dans le domaine de



NUTRI-SCORE

- Le blog Nutri-Score de l'Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (EREN) Inserm/Inrae/Cnam/Université Sorbonne Paris Nord -

ACCUEIL · ARTICLES EN FRANÇAIS · PAPERS IN ENGLISH · ARTICULOS EN ESPANOL · CONTACT ▾

ARTICLES EN FRANÇAIS, NON CLASSÉ

## Le Nutri-Score et les autres dimensions santé des aliments : informer au mieux les consommateurs

28 novembre 2021

La recherche scientifique a permis d'identifier plusieurs dimensions des aliments qui sont susceptibles d'avoir un impact sur la santé: 1) leur composition nutritionnelle, notamment la présence de nutriments favorables (par ex, les fibres, les protéines, les minéraux, vitamines, ...) ou défavorables (par ex, les sucres, les graisses saturées, le sel, ...) et leur densité énergétique, 2) leur degré de transformation et particulièrement le fait d'être ultra-transformé (correspondant à des aliments ayant subi de multiples processus industriels et/ou contenant des additifs alimentaires cosmétiques ou d'autres ingrédients industriels tels que des huiles hydrogénées, du sucre inverti, etc.), et 3) la présence possible de résidus de pesticides utilisés lors de la production.

- versions -

Sélectionner une catégorie ▾

- Articles récents -

Nutri-Score: la eterna lucha entre la salud pública y los intereses económicos en el ámbito de la nutrición 17 mars 2022

The ever-continuing battle between public health and economic interests in nutrition: the case of Nutri-Score 13 mars 2022

Nutri-Score: l'éternel combat entre la santé publique et les intérêts économiques dans le domaine de

<https://nutriscore.blog/2020/12/07/nutri-score-et-ultra-transformation-deux-dimensions-differentes-complementaires-et-non-contradictoires/>

<https://nutriscore.blog/2021/11/28/le-nutri-score-et-les-autres-dimensions-sante-des-aliments-informer-au-mieux-les-consommateurs/>

## Réponses aux fake-news sur Nutri-Score

*« Le Nutri-Score n'a aucun intérêt et est trompeur pour le consommateur, la preuve il classe l'huile d'olive moins bien que le Coca-Cola Light ou les céréales petit-déjeuner; les frites sont mieux classées que les sardines; le saumon fumé est mal classé et les pizzas sont saines... »*

**« ...le Nutri-Score classe l'huile d'olive moins bien que le Coca-Cola Light... »**  
**« L'huile d'olive est classée comme malsaine et le Coca-Cola light comme sain »**

Le Nutri-Score ne classe pas les aliments en « sains » ou « malsains »



- Comparer l'huile d'olive au Coca Cola Light n'a aucun sens. La question ne se pose absolument pas de cette façon pour les consommateurs au moment de leur acte d'achat ou de leur consommation alimentaire !

*En effet, il est très peu probable que le consommateur envisage d'assaisonner sa salade avec du Coca-Cola ou de se rafraîchir avec de l'huile d'olive...*

« ...le Nutri-Score classe l'huile d'olive moins bien que le Coca-Cola Light... »  
« L'huile d'olive est classée comme malsaine et le Coca-Cola light comme sain »

Le Nutri-Score ne classe pas les aliments en « sains » ou « malsains »



- Comparer l'huile d'olive au Coca Cola Light n'a aucun sens. La question ne se pose absolument pas de cette façon pour les consommateurs au moment de leur acte d'achat ou de leur consommation alimentaire !

*En effet, il est très peu probable que le consommateur envisage d'assaisonner sa salade avec du Coca-Cola ou de se rafraîchir avec de l'huile d'olive...*

- En réalité, le consommateur a besoin de pouvoir comparer la qualité nutritionnelle des aliments qui ont une pertinence à se substituer dans leur consommation, leur usage ou leurs conditions d'achat.

- S'il souhaite choisir **une huile** il verra facilement sur les rayons de supermarchés grâce à l'affichage du Nutri-Score que l'huile d'olive est la mieux classée.

« ...le Nutri-Score classe l'huile d'olive moins bien que le Coca-Cola Light... »  
« L'huile d'olive est classée comme malsaine et le Coca-Cola comme sain »

Le Nutri-Score ne classe pas les aliments en « sains » ou « malsains »



- Comparer l'huile d'olive au Coca Cola Light n'a aucun sens. La question ne se pose absolument pas de cette façon pour les consommateurs au moment de leur acte d'achat ou de leur consommation alimentaire !

*En effet, il est très peu probable que le consommateur envisage d'assaisonner sa salade avec du Coca-Cola ou de se rafraîchir avec de l'huile d'olive...*

- En réalité, le consommateur a besoin de pouvoir comparer la qualité nutritionnelle des aliments qui ont une pertinence à se substituer dans leur consommation, leur usage ou leurs conditions d'achat.

■ *S'il souhaite choisir **une boisson**, il verra que l'eau est la seule classée en A, et que les sodas réguliers sont classés en E...*

\* Le classement des boissons édulcorées fait l'objet de discussions dans le cadre de la mise à jour du Nutri-Score par le Comité Scientifique qui pourrait être amené à modifier le classement des boissons édulcorées

**« ...le Nutri-Score classe l'huile d'olive moins bien que les céréales petit déjeuner  
«L'huile d'olive est classée comme malsaine et les céréales petit-déjeuner comme saines»**

Le Nutri-Score ne classe pas les aliments en « sains » ou « malsains »



- Comparer l'huile d'olive à des céréales petit-déjeuner n'a aucun sens. La question ne se pose absolument pas de cette façon pour les consommateurs au moment de leur acte d'achat ou de leur consommation alimentaire !

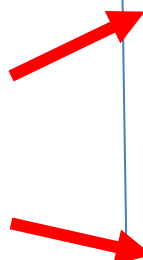
*En effet, il est très peu probable que le consommateur envisage d'assaisonner sa salade avec des céréales ou de prendre un bol d'huile d'olive au petit déjeuner...*

- En réalité, le consommateur a besoin de pouvoir comparer la qualité nutritionnelle des aliments qui ont une pertinence à se substituer dans leur consommation, leur usage ou leurs conditions d'achat: huiles entre elles, céréales petit-déjeuner entre elles,...

**Nutri-Score n'est pas un logo binaire** caractérisant la valeur santé des aliments de façon absolue et classant les aliments comme «sains» ou «malsains» : **les produits classés A/B** ne correspondent pas aux produits « **sains** » et **C/D/E** aux produits « **malsains** ».

**Nutri-Score, avec ses 5 catégories de couleurs/lettres permet aux consommateurs de comparer, sur une base relative, la qualité nutritionnelle des aliments qui sont comparables en terme d'usage ou de consommation (et que l'on retrouve souvent dans les mêmes rayons de supermarchés).**

Au moment de ses achats, le consommateur ne cherche pas à comparer la qualité nutritionnelle de l'huile d'olive à celle des céréales petit déjeuner



Au moment de ses achats, le consommateur cherche à comparer la qualité nutritionnelle de l'huile d'olive à celle des autres matières grasses ajoutées



Pas de A ou B

Au moment de ses achats, le consommateur cherche à comparer la qualité nutritionnelle des différentes céréales petit-déjeuner



« Le Nutri-Score est faux, la preuve : les frites qui ne sont pas bonnes pour la santé sont mieux classées que les sardines qui contiennent plein de bonnes choses ; ou l'huile d'olive est moins bien classée que le Coca-Cola zéro... ! »

**= pseudos contradictions dans la capacité du Nutri-Score à classer les aliments en fonction de leurs qualités nutritionnelles**



- *Finalité de Nutri-Score:*
  - n'est pas de classer en valeur absolue les aliments en « aliments sains » ou « aliments non sains »,
  - mais de fournir aux consommateurs une information, en valeur relative qui leur permet de pouvoir comparer la qualité nutritionnelle des aliments.
- *Mais cette comparaison n'a d'intérêt que si elle est pertinente, si elle porte sur des aliments que le consommateur est confronté à comparer dans la vraie vie (au moment de son acte d'achat ou de sa consommation).*
- *Par ailleurs, par définition, le Nutri-Score n'invente rien, il ne fait que retranscrire sous forme synthétique les éléments de composition nutritionnelle qui figurent sur l'étiquette nutritionnelle présente à l'arrière de l'emballage.*

« Le Nutri-Score est faux, la preuve : les frites qui ne sont pas bonnes pour la santé sont mieux classées que les sardines qui contiennent plein de bonnes choses ; ou l'huile d'olive est moins bien classée que le Coca-Cola zéro... ! »

= pseudos contradictions dans la capacité du Nutri-Score à classer les aliments en fonction de leurs qualités nutritionnelles

Toutes les sardines en boîte ne sont pas classées D...



Tous les jambons ne sont pas classés E...

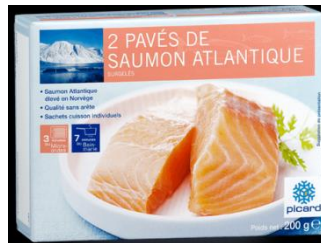


# Le Nutri-Score est faux, la preuve le saumon (un poisson gras) est classé D ou E !



# Le Nutri-Score est faux, la preuve le saumon (un poisson gras) est classé D ou E !

*Le saumon est vendu dans le commerce sous des multiples formes: frais, en conserve, fumé, en tartare, en galette, pané,...*



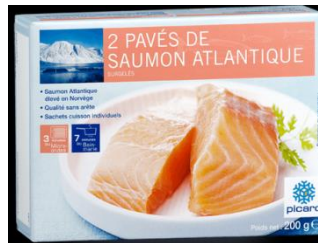
# Le Nutri-Score est faux, la preuve le saumon (un poisson gras) est classé D ou E !

*Le saumon est vendu dans le commerce sous des multiples formes: frais, en conserve, fumé, en tartare, en galette, pané,...*

0,08 g de sel/100g



0,08 g de sel/100g



2,7 g de sel/100g



3,5 g de sel/100g



0,9 g de sel/100g



1,4 g de sel/100g



0,77 g de sel/100g



1,02 g de sel/100g



1,1 g de sel/100g



**La teneur en sel varie selon le mode de préparation du saumon allant de 0 à 4 g sel/100g**

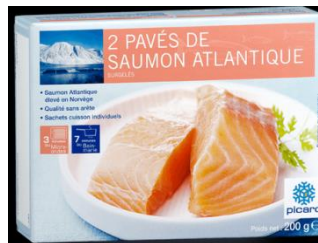
# Le Nutri-Score est faux, la preuve le saumon (un poisson gras) est classé D ou E !

*Le saumon est vendu dans le commerce sous des multiples formes: frais, en conserve, fumé, en tartare, en galette, pané,...*

0,08 g de sel/100g



0,08 g de sel/100g



2,7 g de sel/100g



3,5 g de sel/100g



0,9 g de sel/100g



1,4 g de sel/100g



0,77 g de sel/100g



1,02 g de sel/100g



1,1 g de sel/100g



**La teneur en sel varie selon le mode de préparation du saumon allant de 0 à 4 g sel/100g**



*Sel: facteur de risque d'HTA, de cardiopathie et d'AVC*



**Recommandation de l'OMS :  
< 5 grammes de sel/jour**

# Le Nutri-Score est faux, la preuve le saumon (un poisson gras) est classé D ou E !

*Le saumon est vendu dans le commerce sous des multiples formes: frais, en conserve, fumé, en tartare, en galette, pané,...*



Le Nutri-Score permet de reconnaître les différences de composition nutritionnelle des différentes formes de saumon (notamment liées aux différences de teneur en sel): information utile pour le consommateur  
→ on peut consommer du saumon fumé mais éviter d'en consommer en grandes quantités ou trop fréquemment

# Nutri-Score n'a aucun sens: des pizzas sont classées B !

## Des pizzas saines !

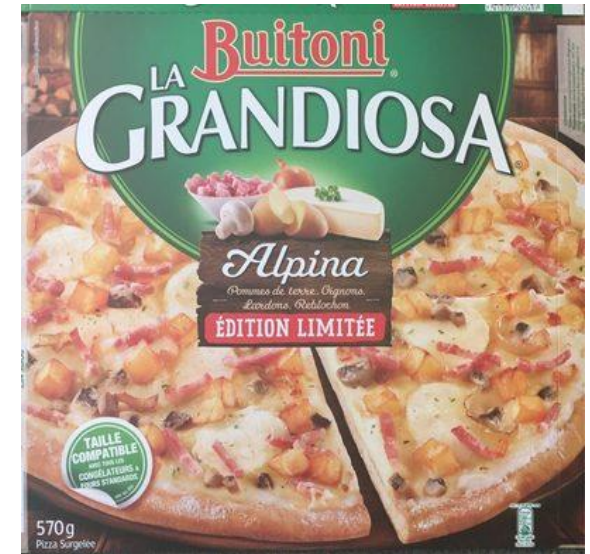


Les nutritionnistes ne recommandent pas de consommer régulièrement des pizzas industrielles, mais pour les consommateurs qui décident d'en consommer, autant leur permettre de reconnaître celles avec le profil nutritionnel le moins défavorable.

NutriScore permet de comparer leurs compositions nutritionnelles .

# Comment reconnaître la qualité nutritionnelle des pizzas industrielles ?

Lesquelles ont la meilleure/la moins bonne composition nutritionnelle ?



# Comment reconnaître la qualité nutritionnelle des pizzas industrielles ?

Utiliser la déclaration des valeurs nutritionnelles sur la face arrière des emballages ???



Tableaux illisibles et incompréhensibles



# Comment reconnaître la qualité nutritionnelle des pizzas industrielles ?

Intérêt du Nutri-Score: d'un coup d'œil il est possible de comparer les différences de qualité nutritionnelle des différentes pizzas



# On pourrait croire que toutes les pizzas au fromage ont la même composition nutritionnelle...



**Non ! toutes les pizzas au fromage, même si elles ont le même nom n'ont pas la même composition nutritionnelle (elles varient selon les marques)**



# Comment est-il possible que les frites soient classées A ou B ?

D'une façon générale, les frites vendues dans le commerce sous forme surgelées affichent un Nutri-Score A ou B.

► Les frites **surgelées non précuites** ne sont rien d'autre que de la pomme de terre épluchée et ont un Nutri-Score A.

► Les **frites précuites** ont un Nutri-Score A ou B selon les types.

*En effet, ces produits ont généralement subi un processus de pré-friture industrielle ayant un **impact faible** sur les quantités de matières grasses dans le produit.*



→ Les **produits cuits au four ne changent pas** de catégories de Nutri-Score **après cuisson**.

→ Par contre, **la cuisson en friteuse** conduit à une pénétration d'huile plus importante dans les produits, conduisant à **passer à 1 ou 2 classes supérieures du Nutri-Score selon le type d'huile** utilisée.

C'est pourquoi il est recommandé que le fabricant indique sur l'emballage la phrase suivante : « **Avec une cuisson en friteuse, le Nutri-Score du produit peut varier d'une lettre si l'huile de friture est peu riche en Acides Gras Saturés (tournesol, arachide) ou de deux si l'huile de friture utilisée est très riche en acides gras saturés (coco, palmiste, palme)** ».

Evidemment pour préserver la qualité nutritionnelle des frites il ne faut pas non plus rajouter beaucoup de sel ni les consommer avec de la mayonnaise ou des sauces grasses (*ceci est également vrai pour des tomates ou des crudités*) et ne pas en consommer en très grandes quantités (*elles sont tout de même caloriques*)...

# Les frites Mc Donald classées B ?

Le logo nutritionnel **Nutri-Score n'invente rien**. Il ne fait que traduire la composition nutritionnelle des produits sous une forme synthétique.

*Les frites de McDo ne sont que des pommes de terre coupées qui sont cuites dans un mélange d'huile de colza et de tournesol (qui contient moins de 12% d'acides gras saturés).*

Les frites Md Donald contiennent après cuisson (pour 100g de frites)

- peu de graisses saturées (1,3g),
- très peu de sucres (0,3g),
- une quantité modérée de sel (0,47g),
- un peu de fibres (3,5g),
- un peu de protéines (3,4g).

Sur le plan nutritionnel, les frites ont donc une composition qui n'est pas défavorable contrairement à leur image négative dans l'imaginaire collectif.

**Si le Nutri-Score des frites est correct (B), il faut tenir en compte l'apport calorique selon la taille des portions proposées (qui est affichée à côté du Nutri-Score): 231 Kcal pour la « Petite frite », 328 pour la « Moyenne » et 434 pour la « Grande » !**

Et le principal problème sur le plan de la nutrition peut venir si on les resale (elles sont déjà salées) ou si on les consomme avec du ketchup (*Nutri-Score C*) et surtout avec les sauces proposées chez McDo, notamment la sauce « pomme-frite » (une sorte de mayonnaise) qui est *Nutri-Score D*.

# Pour en savoir plus (nutriscore.blog)



NUTRI-SCORE

- Le blog Nutri-Score de l'Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (EREN) Inserm/Inrae/Cnam/Université Sorbonne Paris Nord -

ACCUEIL · ARTICLES EN FRANÇAIS · PAPERS IN ENGLISH · ARTICULOS EN ESPANOL · CONTACT ▾

ARTICLES EN FRANÇAIS

## Incompréhensions et fake-news concernant Nutri-Score. Comment essayer de déstabiliser un outil de santé publique qui dérange ?

20 avril 2019

Depuis quelques mois, circulent sur les réseaux sociaux, dans divers médias et parfois même dans la bouche de personnalités politiques de premier plan, un certain nombre d'opinions négatives et d'informations trompeuses à propos du Nutri-Score, le logo d'information nutritionnelle destiné à être apposé en face avant des emballages des aliments adopté officiellement par la France en 2017, et plus récemment par la Belgique, l'Espagne, l'Allemagne et la Hollande. Ce phénomène

- versions -

Sélectionner une catégorie ▾

- Articles récents -

Nutri-Score: la eterna lucha entre la salud pública y los intereses económicos en el ámbito de la nutrición 17 mars 2022

The ever-continuing battle between public health and economic interests in nutrition: the case of Nutri-Score 13



NUTRI-SCORE

- Le blog Nutri-Score de l'Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (EREN) Inserm/Inrae/Cnam/Université Sorbonne Paris Nord -

ACCUEIL · ARTICLES EN FRANÇAIS · PAPERS IN ENGLISH · ARTICULOS EN ESPANOL · CONTACT ▾

ARTICLES EN FRANÇAIS

## Nutri-Score et recommandations nutritionnelles de santé publique: complémentarité et synergie des objectifs

14 septembre 2021

Modifier

**Chantal Julia, Manon Egnell, Pilar Galan, Morgane Fialon, Mathilde Touvier, Serge Hercberg**

Sorbonne Paris Nord University, Inserm U1153, Inrae U1125, Cnam, Nutritional Epidemiology Research Team (EREN), Epidemiology and Statistics Research Center – University of Paris (CRESS), Bobigny, France  
Public Health Department, Paris-Seine-Saint-Denis University Hospitals (AP-HP), Bobigny, France

- versions -

Sélectionner une catégorie ▾

- Articles récents -

Nutri-Score: la eterna lucha entre la salud pública y los intereses económicos en el ámbito de la nutrición 17 mars 2022

The ever-continuing battle between public health and economic interests in nutrition: the case of Nutri-Score 13 mars 2022

<https://nutriscore.blog/2019/04/20/incomprehe-nsions-et-fake-news-concernant-nutri-score-comment-essayer-de-destabiliser-un-outil-de-sante-publique-qui-derange/>

<https://nutriscore.blog/2021/09/14/nutri-score-et-recommandations-nutritionnelles-de-sante-publique-complementarite-et-synergie-des-objectifs/>

# Réponses aux fake-news sur Nutri-Score

*« Le Nutri-Score attaque les produits "Made in Italy" et l'alimentation méditerranéenne. Le Nutrinform proposé par l'Italie est plus intéressant »*

LA FREGATURA



DEL "NUTRI-SCORE"

I prodotti bocciati



Speranza a Ue, non discrimini Italia

Ministro vede nuova commissaria, sistema Nutriscore fuorviante

**NUTRISCORE NEI SUPERMERCATI  
ECCO COSA L'EUROPA  
VUOLE FARCI MANGIARE**



DA BRUXELLES VOGLIONO IMPORRE  
**COSA MANGIAR**



GERMANIA E FRANCIA CONTRO IL #MADEINITALY

Alimentare, scontro finale  
a Bruxelles sulle nuove etichette



**DIFENDIAMO  
I NOSTRI PRODOTTI**

un altro trattato segreto:  
ci frega pure sul cibo



SALUTE Lunedì 9 dicembre 2019 - 20:41

**Speranza difende dieta mediterranea  
contro semaforo Nutri-score**



PROSCIUTTO CRUDO  
PROSCIUTTO SAN DANIELE  
PARMIGIANO REGGIANO  
PECORINO ROMANO

**NUTRI-SCORE È  
BOIATA**

ALIMENTAZIONE E SALUTE

**Nutri-score, Il ministro Speranza:  
«Dico no all'etichetta a semaforo per  
il cibo»**

Il responsabile della salute a un  
in Italy» in quanto segnala i prod  
dall'Oms

**IL BOICOTTAGGIO EUROPEO  
DEI PRODOTTI ITALIANI**

**Alimentare, scontro finale a Bruxelles  
sulle nuove etichette**

Federalimentare: questa scelta può costarci fino al 50% del nostro export  
Germania e Francia premono per adottare in fretta il Nutriscore

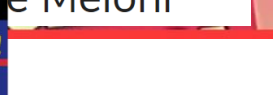


**DIFENDIAMO IL MADE IN ITALY!**

**#STOPNUTRISCORE**



**EUROPA BOICOTTATA  
PRODOTTI ITALIANI**



# Le Nutri-Score ne s'attaque pas au « made in Italy » !

Les fromages italiens ne sont pas plus mal classés par le Nutri-Score que les autres fromages en Europe, qu'ils soient français, espagnols, hollandais, allemands, grecs ou suisses.

  
Gorgonzola



  
Pecorino



  
Provolone



  
Roquefort



  
St Nectaire



  
Camembert



  
Mimolette



  
Fourme d'Ambert



  
Mozzarella



  
Ricotta



  
Edam



  
Fêta



  
Manchego



  
Gruyère



  
Munster

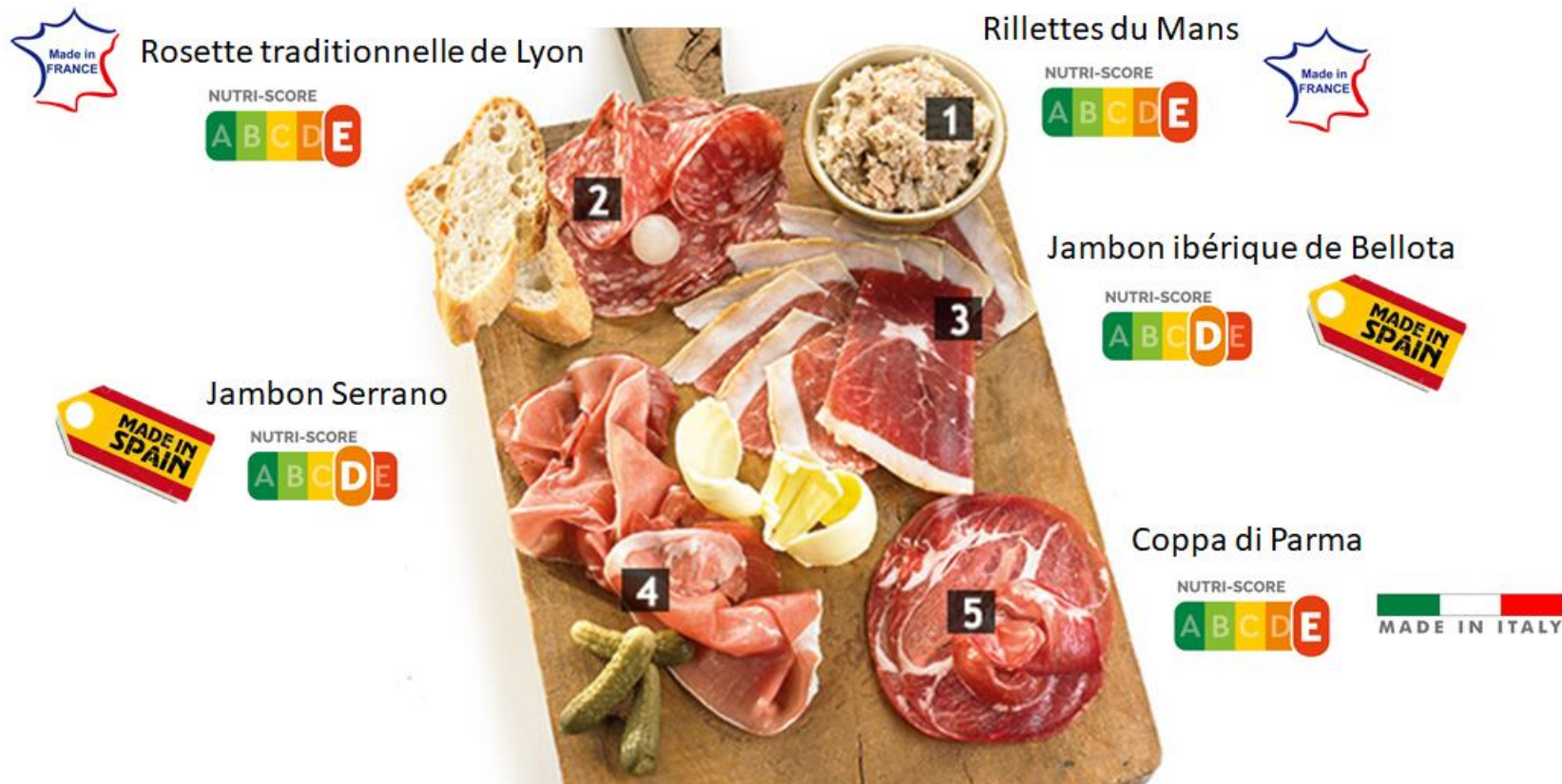


A noter que parmi les très rares fromages traditionnels classés C, on retrouve les célèbres fromages italiens Mozzarella et Ricotta,...

# Le Nutri-Score ne s'attaque pas au « made in Italy » !

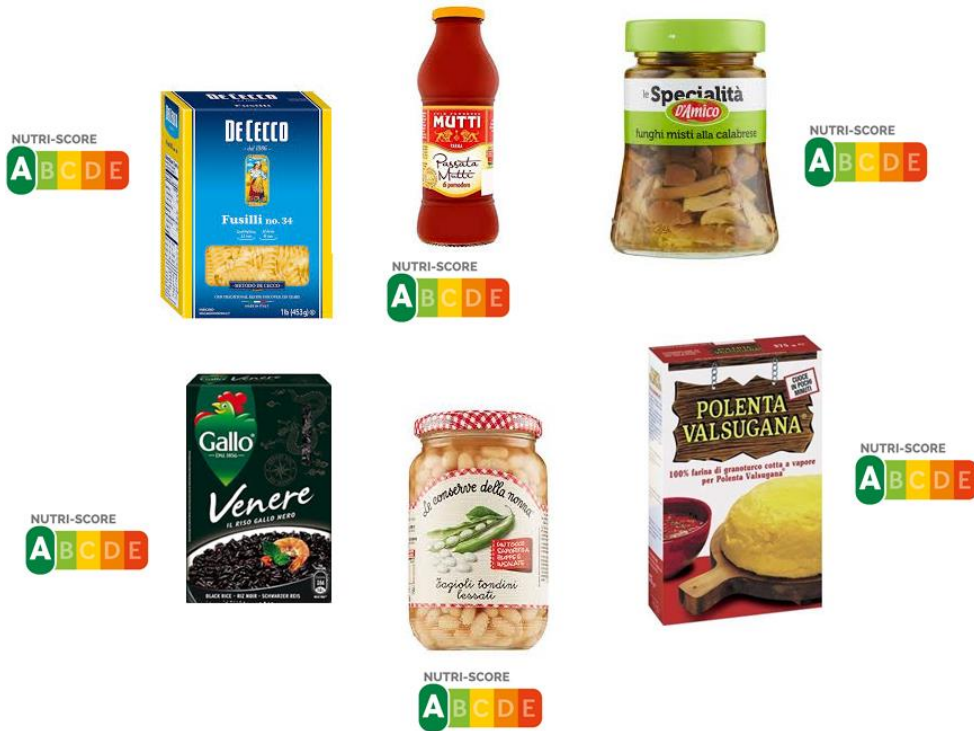
Les charcuteries italiennes ne sont pas plus mal classées par le Nutri-Score que les autres charcuteries en Europe, qu'elles soient françaises, espagnoles, allemandes,...

Si le jambon San Daniele est classé D, c'est également le cas du jambon de Bayonne français ou du jambon Serrano espagnol,... Quand au salami, il se retrouve au même niveau que la rosette de Lyon, le chorizo espagnol et tous les autres saucissons en Europe...



# Le Nutri-Score ne s'attaque pas au « made in Italy » !

*Aliments traditionnels italiens avec une qualité nutritionnelle favorable*



*Aliments « made in Italy » gras, sucrés....*



**« ...le Nutri-Score s'oppose à l'alimentation méditerranéenne car il classe le Pecorino Romano, le Gorgonzola, le Prosciutto, le Jambon San Daniele et l'huile d'olive dans les catégories moins favorables sur le plan nutritionnel ! »**

**Nutri-Score ne s'oppose absolument pas à l'alimentation méditerranéenne.  
Au contraire !**

L'alimentation méditerranéenne ne se limite pas à manger du Pecorino romano, du Gorgonzola, du Prosciutto ou du jambon San Daniele...

Elle est caractérisée par

- la consommation en abondance de **fruits, légumes, légumineuses, céréales (surtout complètes)**,
- une consommation modérée de **poisson**
- **une consommation limitée** de produits laitiers (dont les **fromages**)
- **une consommation faible** de viandes, **charcuteries** et des produits sucrés, gras et salés
- et **privilégie l'huile d'olive** parmi les matières grasses ajoutées mais n'en recommande **pas une consommation ad libitum...**



**Totale cohérence entre Nutri-Score et les principes de l'alimentation méditerranéenne**

« ...le Nutri-Score s'oppose à l'alimentation méditerranéenne car il classe le Pecorino Romano, le Gorgonzola, le Prosciutto, le Jambon San Daniele et l'huile d'olive dans les catégories moins favorables sur le plan nutritionnel ! »

Nutri-Score ne s'oppose absolument pas à l'alimentation méditerranéenne.  
Au contraire !

Les **fromages et charcuteries** (et pas seulement italiens) sont classés pour la majorité **en D et parfois en E**. Ils contiennent des quantités importantes de **graisses saturées et de sel** et sont également **caloriques...**

Mais comme tous les produits classés D ou E, ils **peuvent parfaitement être consommés dans le cadre d'une alimentation équilibrée** mais en **quantités/ fréquences limitées** (cohérence avec les principes de l'alimentation méditerranéenne et avec Nutri-Score).

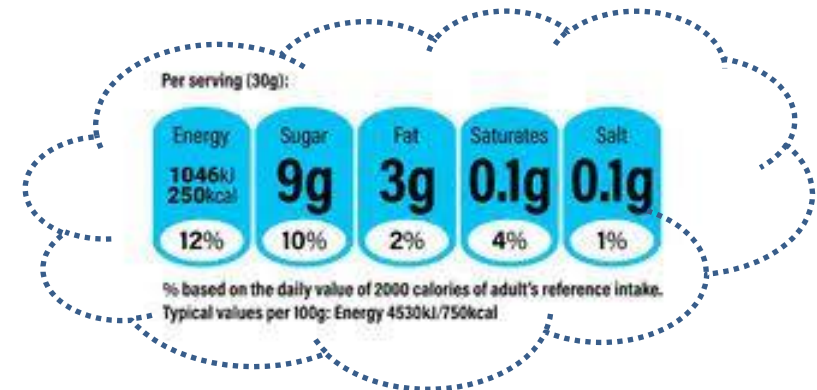
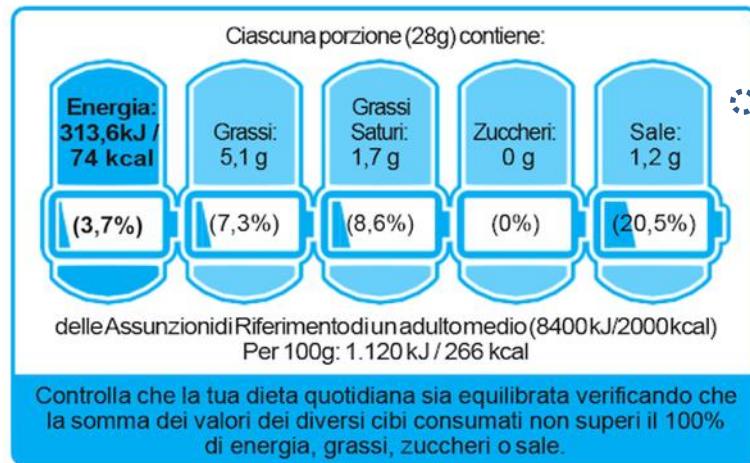
L'**huile d'olive n'est pas rouge/E** mais **C** = meilleur score pour les matières grasses ajoutées et pour les huiles végétales (avec l'huile de colza et l'huile de noix) et mieux classée que les huiles de soja, tournesol, maïs (D), coco ou palme (E) et beurre (E).



# L'alternative italienne au Nutri-Score

## Le système des « batteries »

*soutenu par le gouvernement italien et les lobbys agro-alimentaires Italiens (Coldiretti)*



*Inspiré des GDA/RI mis en place par les industriels dans les années 2000 et dont de très nombreux travaux ont démontré la totale inefficacité*

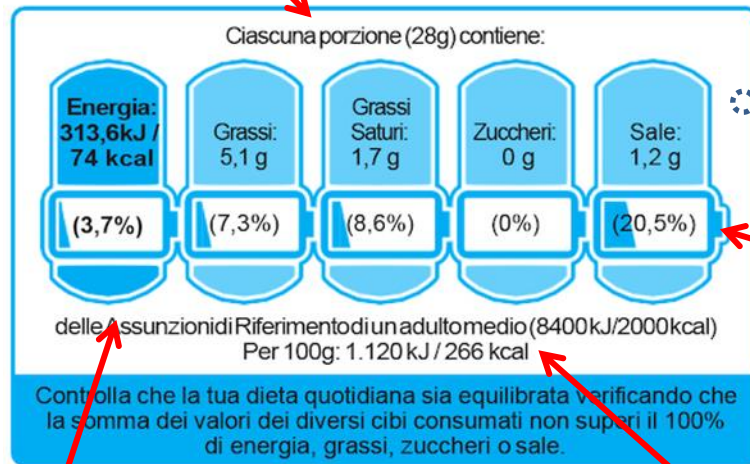
*Des travaux italiens affirment que le Nutrinform est préféré au Nutri-Score par les consommateurs. Ces études (dont la méthodologie est discutable) ne portent que sur la préférence et donc ne préjuge pas de sa compréhension objective et de son impact sur les choix alimentaires. Aucune étude scientifique publiée a montré sa bonne compréhension, son efficacité sur les comportements d'achats des consommateurs en conditions réelles et sur l'amélioration de la qualité nutritionnelle des achats (à la différence du Nutri-Score)*

# L'alternative italienne au Nutri-Score

## Le système des « batteries »

soutenu par le gouvernement italien et les lobbys agro-alimentaires Italiens (Coldiretti)

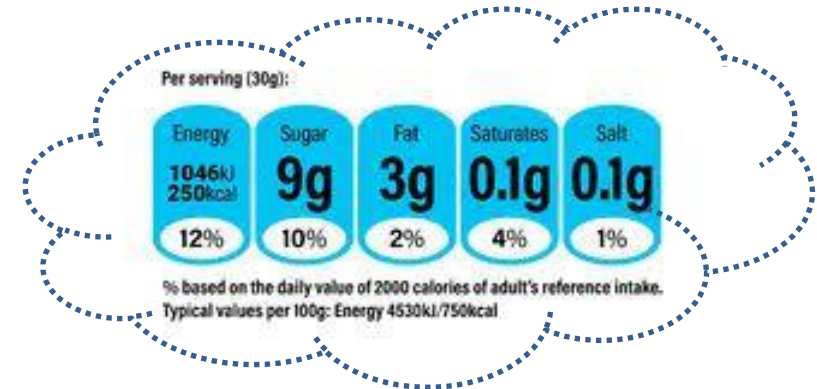
par portion (fixée par l'industriel)



par rapport aux apports conseillés d'un adulte moyen (2000 Kcal/j)

calories exprimées par 100g

un système de batteries contre-intuitif par rapport au symbole de batteries de téléphone



- Le Nutri-Score ne vise pas à pénaliser le « made in Italy », pas plus que le « made in France » ou le « made in Spain »...
- Il vise à donner une transparence sur la qualité nutritionnelle de l'ensemble des aliments et aider les consommateurs à orienter leurs choix (*sans jamais dire qu'un produit mal classé ne doit pas être consommé mais qu'il doit être replacé dans le cadre d'une alimentation équilibrée et consommé en quantité limitée...*).
- Le Nutri-Score a été développé sur des bases scientifiques pour l'intérêt des consommateurs et répond à leur demande, même si cela va à l'encontre de certains intérêts économiques.
- Le Nutri-Score n'est pas « made in France » ou « made in ailleurs », mais il est « **made in Santé Publique** » !



*Nutri-Score soutenu par d'éminents scientifiques italiens*

## Nutri-Score: perché non dobbiamo averne paura

ALIMENTAZIONE

Paolo Vineis<sup>1</sup>, Elio Riboli<sup>2</sup>, Walter Ricciardi<sup>3</sup>, Mauro Serafini<sup>4</sup>, Silvio Garattini<sup>5</sup>

1 Imperial College, Londra

2 Humanitas University, Milano; Imperial College, Londra

3 Università Cattolica del Sacro Cuore, Roma

4 Università degli Studi di Teramo

5 Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri, Milano

# Pour en savoir plus sur l'instrumentalisation politique du Nutri-Score en Italie (nutriscore.blog)



NUTRI-SCORE

- Le blog Nutri-Score de l'Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (EREN) Inserm/Inrae/Cnam/Université Sorbonne Paris Nord -

ACCUEIL · ARTICLES EN FRANÇAIS · PAPERS IN ENGLISH · ARTICULOS EN ESPAÑOL · CONTACT ▼

ARTICLES EN FRANÇAIS

Non à l'instrumentalisation politique du Nutri-Score en Italie par Monsieur Matteo Salvini [1].  
Non au déni de la science et de la santé publique !

16 décembre 2019

A l'occasion d'interviews données sur divers supports médiatiques et d'interventions sur les réseaux sociaux, Monsieur Matteo Salvini accuse le logo d'information nutritionnelle Nutri-Score d'être le support d'une **opération secrètement pilotée par l'Union Européenne** contre l'alimentation méditerranéenne et les produits « made in Italy » (<https://twitter.com/matteosalvinimi/status/1202197787347173376?s=20>).

- versions -

Sélectionner une catégorie ▼

- Articles récents -

Nutri-Score: la eterna lucha entre la salud pública y los intereses económicos en el ámbito de la nutrición 17 mars 2022

The ever continuing battle between public health and economic interests in nutrition: the case of Nutri-Score 13 mars 2022

Nutri-Score: l'éternel combat entre la santé publique et les intérêts

<https://nutriscore.blog/2019/12/16/non-a-linstrumentalisation-politique-du-nutri-score-en-italie-par-monsieur-matteo-salvini-1-non-au-deni-de-la-science-et-de-la-sante-publique/>

# Réponses aux fake-news sur Nutri-Score

*« Le Nutri-Score s'attaque aux aliments traditionnels. Il pénalise les bons produits AOP/AOC et IGP... »*

# Nutri-Score pénalise-t-il les aliments traditionnels ? (comme le disent les producteurs de fromages, de charcuteries,...

- Si les fromages ou les charcuteries (AOP ou non) sont majoritairement classés Nutri-Score D ou E (certains en C), c'est lié à leur **richesse en graisses saturées et en sel**. Ceci n'indique pas qu'ils ne doivent pas être consommés, mais ils doivent l'être **en quantité limitée ou à une moindre fréquence**, en accord avec les recommandations de santé publique
- Ce n'est pas parce qu'un produit est **traditionnel**, rattaché au **terroir**, produit selon un **savoir-faire** souvent ancestral et qu'il fait partie du **patrimoine culinaire** (notions importantes sur laquelle il est possible de communiquer), qu'il faut refuser aux consommateurs la **transparence nutritionnelle** et donc d'afficher Nutri-Score
- Même avec une AOP/AOC ou une IGP, un produit gras, sucré ou salé même traditionnel reste un produit gras, sucré ou salé !
- Même s'il faut soutenir les aliments AOP/AOC produits de façon traditionnelle et promouvoir leur mode de production, il ne faut pas occulter l'information sur leur composition nutritionnelle, comme pour tous les autres aliments. C'est un **droit des consommateurs** d'être informé !
- Bien évidemment rien n'empêche de communiquer que, parmi les fromages, il est intéressant de **privilégier ceux qui sont AOP/AOC Ou IGP** par rapport à ceux qui ne le sont pas mais **pas en occultant la réalité de leur composition nutritionnelle**: consommer moins mais mieux.

Le Roquefort, visé par un classement défavorable par le Nutri-Score, demande à être exempté

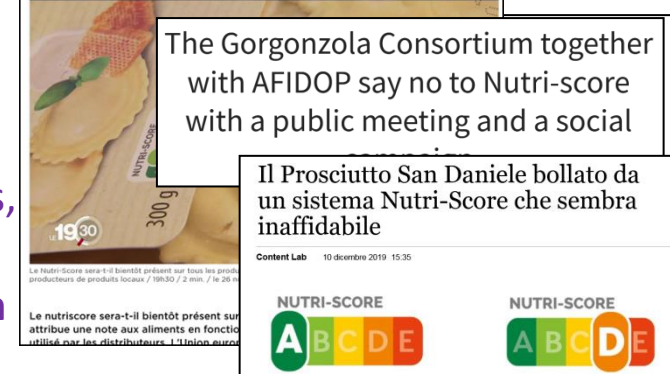
Nutri-Score: Parmigiano Reggiano e Grana Padano contro l'etichetta a semaforo adottata in mezza Europa

Economie ▼ Entreprises Conso Entrepreneurs ▼ Décideurs Bourse Médias



El jamón ibérico pide ser excluido del semáforo nutricional tras el 'indulto' del

Economie Modifié le 26 novembre 2021 à 22:56  
Le nutriscore, une menace pour le Gruyère suisse?  
que solo aprobará Nutriscore o excluidos"  
del semáforo nutricional



# Pour en savoir plus sur Nutri-Score et les aliments traditionnels (nutriscore.blog)



NUTRI-SCORE

- Le blog Nutri-Score de l'Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (EREN) Inserm/Inrae/Cnam/Université Sorbonne Paris Nord -

ACCUEIL · ARTICLES EN FRANÇAIS · PAPERS IN ENGLISH · ARTICULOS EN ESPANOL · CONTACT ▼

## ARTICLES EN FRANÇAIS

**Nutri-Score : même avec un signe de qualité ou d'origine (AOC/AOP, IGP, Bio, Label Rouge...), un produit gras, sucré ou salé reste un produit gras, sucré ou salé !**

17 juin 2021

**Serge Hercberg<sup>1,2</sup>, Chantal Julia<sup>1,2</sup>, Mathilde Touvier<sup>1</sup>, Pilar Galan<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (EREN), CRESS U1153

<sup>2</sup>Inserm/Inrae/Cnam/ Université Sorbonne Paris Nord/GHU Paris Seine-Saint-Denis (AP-HP)

Depuis qu'il a été proposé en 2014 par des chercheurs académiques spécialisés en Nutrition et santé publique et indépendants de l'industrie agroalimentaire, le logo d'information nutritionnelle Nutri-Score a fait l'objet de très nombreuses attaques des lobbys de l'industrie agro-alimentaire visant à empêcher son déploiement. Ce logo à 5 couleurs (du vert foncé/A à l'orange foncé/E) destiné à aider les

- versions -

Sélectionner une catégorie ▼

- Articles récents -

Nutri-Score: la eterna lucha entre la salud pública y los intereses económicos en el ámbito de la nutrición 17 mars 2022

The ever continuing battle between public health and economic interests in nutrition: the case of Nutri-Score 13 mars 2022

Nutri-Score: l'éternel combat entre la santé publique et les intérêts économiques dans le domaine de

<https://nutriscore.blog/2021/06/17/nutri-score-meme-avec-un-sign-de-qualite-ou-dorigine-aoc-aop-igp-bio-label-rouge-un-produit-gras-sucre-ou-sale-reste-un-produit-gras-sucre-ou-sale/>

## Réponses aux fake-news sur Nutri-Score

*« Le Nutri-Score n'a aucun intérêt et est trompeur pour le consommateur, il est calculé pour 100g mais on ne mange pas 100 g d'huile d'olive ou 100 g de roquefort »*

# Pourquoi Nutri-Score est calculé pour 100g et non pas par portion (*comme le demandent de nombreux industriels*)

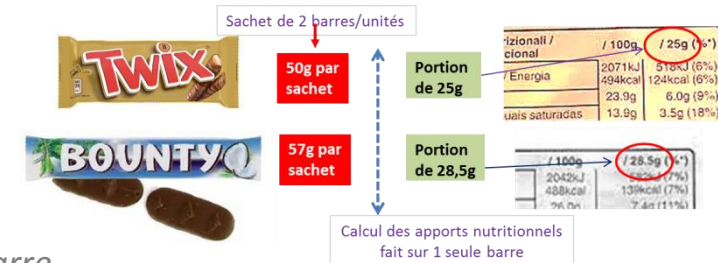
- les données disponibles affichées dans le **tableau nutritionnel rendu obligatoire par la réglementation européenne INCO** (n°1169/2011), et qui servent de support au calcul du Nutri-Score, sont exprimées pour **100g (ou 100 ml)** d'aliment.
- la taille des portions est difficile à définir pour les aliments car elle varie en fonction *de l'âge, du sexe, de l'activité physique/sédentarité...* → **difficile de calculer un logo universel s'appuyant sur différentes tailles de portions ou d'afficher plusieurs logos sur les emballages en fonction des différents groupes de population...**
- comme les tailles de portions ne peuvent être standardisées sur des bases scientifiques, elles sont fixées par les fabricants eux-mêmes et très souvent bien en dessous des portions réellement consommées → **risque de manipulations: il suffit aux industriels d'utiliser des tailles de portions plus petites pour réduire artificiellement aux yeux du consommateur les quantités de gras, de sucre ou de sel de la portion de leurs produits.**

*Les fabricants de céréales petit déjeuner suggèrent des portions de 30g... alors que la majorité des adolescents consomment 60 ou 80 g par portion...*

*Des fabricants de barres chocolatées suggèrent des portions d'1 barre alors que le sachet en contient 2 ... Et proposent de calculer un logo pour une portion d'1 seule barre*

- comme les tailles de portions sont fixées par les fabricants elles peuvent varier d'un fabricant à l'autre. Par ex pour les pizzas, **selon les fabricants elles varient de 123 g, 150g, 175 g, 200g, 210g et 420g.**
- même s'il est possible de donner l'information nutritionnelle par portion, difficile pour le consommateur d'évaluer à quoi cela correspond en pratique: c'est quoi 35 g de mimolette ? 123 g de pizza ? 40 g de rillettes?...
- un travail scientifique a montré qu'un logo par portion proposé en 2016 par le Big6 (Coca-Cola, Pepsi, Nestlé, Mars, Mondelez, Unilever) qui permettait de faire pâlir les couleurs du logo était fausement rassurant et aboutissait à la sélection par les consommateurs de tailles de portion plus grosses pour des aliments de faible qualité nutritionnelle (pâtes à tartiner).

Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 g	
Energie	1514 kJ (362 kcal)
Matières grasses	2,4 g
dont acides gras saturés	0,7 g
Glucides	79 g
dont sucres	<0,5 g
Protéines	6,6 g
Sel	0,03 g



# Pourquoi Nutri-Score est calculé pour 100g et non pas par portion (comme le demandent de nombreux industriels)

- les données disponibles affichées dans le **tableau nutritionnel rendu obligatoire par la réglementation européenne INCO** (n°1169/2011), et qui servent de support au calcul du Nutri-Score, sont exprimées pour **100g (ou 100 ml)** d'aliment.
- la taille des portions est difficile à définir pour les aliments car elle varie en fonction *de l'âge, du sexe, de l'activité physique/sédentarité...* → **difficile de calculer un logo universel s'appuyant sur différentes tailles de portions ou d'afficher plusieurs logos sur les emballages en fonction des différents groupes de population...**
- comme les tailles de portions ne peuvent être standardisées sur des bases scientifiques, elles sont fixées par les fabricants eux-mêmes et très souvent bien en dessous des portions réellement consommées → **risque de manipulations: il suffit aux industriels d'utiliser des tailles de portions plus petites pour réduire artificiellement aux yeux du consommateur les quantités de gras, de sucre ou de sel de la portion de leurs produits.**
  - Les fabricants de céréales petit déjeuner suggèrent des portions de 30g... alors que la majorité des adolescents consomment 60 ou 80 g par portion...*
  - Des fabricants de barres chocolatées suggèrent des portions d'1 barre alors que le sachet en contient 2 ... Et proposent de calculer un logo pour une portion d'1 seule barre*
- comme les tailles de portions sont fixées par les fabricants elles peuvent varier d'un fabricant à l'autre. Par ex pour les pizzas, **selon les fabricants elles varient de 123 g, 150g, 175 g, 200g, 210g et 420g.**
- même s'il est possible de donner l'information nutritionnelle par portion, difficile pour le consommateur **d'évaluer à quoi cela correspond en pratique: c'est quoi 35 g de mimolette ? 123 g de pizza ? 40 g de rillettes?...**
- un travail scientifique a montré qu'un logo par portion proposé en 2016 par le Big6 (Coca-Cola, Pepsi, Nestlé, Mars, Mondelez, Unilever) qui permettait de faire pâler les couleurs du logo était faussement rassurant et aboutissait à la sélection par les consommateurs de tailles de portion plus grosses pour des aliments de faible qualité nutritionnelle (pâtes à tartiner).



il n'est pas possible d'utiliser la référence aux portions pour le calcul d'un logo nutritionnel. La prise en compte d'une quantité standard, telle que 100g (100 ml) est un choix raisonnable, un dénominateur commun, permettant une comparaison valide entre les aliments sans induire d'erreur d'estimation: comparer 100 ml d'huile d'olive à 100 ml d'une autre huile; 100g de céréales petit déjeuner à 100g d'autres céréales; 100g d'une pizza à 100g d'une autre pizza; 100 g de Comté, à 100g de Camembert ou de Roquefort ou de Mozzarella...

# Pour en savoir plus sur pourquoi Nutri-Score est calculé par 100g et pas par portion (nutriscore.blog)



NUTRI-SCORE

- Le blog Nutri-Score de l'Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (EREN) Inserm/Inrae/Cnam/Université Sorbonne Paris Nord -

ACCUEIL • ARTICLES EN FRANÇAIS • PAPERS IN ENGLISH • ARTICULOS EN ESPANOL • CONTACT ▾

ARTICLES EN FRANÇAIS

Pourquoi Nutri-Score est calculé sur la base de 100g et non par portion (comme demandé par les industriels) ?

3 novembre 2021

Serge Hercberg, Pilar Galan, Emmanuelle Kesse-Guyot, Mathilde Touvier, Chantal Julia

Université Sorbonne Paris Nord. Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle U1153 (Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale / Institut National de la Recherche Agronomique/CNAM/Université Sorbonne Paris Nord), Bobigny, France.

Unité de Nutrition et Santé Publique. Dépt. de Santé Publique. Hôpital Avicenne.

- versions -

Sélectionner une catégorie ▾

- Articles récents -

Nutri-Score: la eterna lucha entre la salud pública y los intereses económicos en el ámbito de la nutrición 17 mars 2022

The ever-continuing battle between public health and economic interests in nutrition: the case of Nutri-Score 13 mars 2022

<https://nutriscore.blog/2021/11/03/pourquoi-nutri-score-est-calcule-sur-la-base-de-100g-et-non-par-portion-comme-demande-par-les-industriels/>

## Réponses aux fake-news sur Nutri-Score

*« Le Nutri-Score a été créé et est soutenu par les fabricants de junk foods. Il favorise les aliments industriels et surtout ceux ultra-transformés »*

# Nutri-Score créé et soutenu par les fabricants de junk-foods ? ABSURDE

2014

*Proposition officielle du Nutri-Score basée sur des études scientifiques*



0 firme alimentaire en faveur de Nutri-Score

← -- **lobbys**

Pendant près de 4 ans, presque tout a été fait par de **puissants lobbys** pour **empêcher** la mise en œuvre de Nutri-Score

← -- **lobbys**

Mais différents acteurs se sont mobilisés pour **convaincre** et **démontrer l'intérêt** du Nutri-Score : *scientifiques, professionnels de la santé, associations de consommateurs...*

← -- **lobbys**



pressions politiques

pressions économiques

Jeter le doute sur la science

retarder

bloquer

mettre de la confusion

fake news

alternatives

**BIG 6:**

Nestlé, Coca-Cola, PepsiCo, Mars, Mondelez, Unilever

2017

*Adoption officielle du Nutri-Score en France (décret 31/10/2017)*



3 industriels et 3 distributeurs ont adopté Nutri-Score

← -- **lobbys**



← -- **lobbys**

*La pression des consommateurs et de la société civile a poussé Nestlé et d'autres firmes alimentaires à revenir sur leur position de rejet du Nutri-Score*

2020

*Annonce de la stratégie Farm to Fork*



← -- **lobbys**



2022



815 firmes alimentaires ont adopté Nutri-Score (95 % sont des PME et TPE)

**et de nombreuse autres firmes continuent à combattre Nutri-Score !**

# Nutri-Score: le rapport de force en Europe; les « pour » et les « contre »

## ACTEURS SCIENTIFIQUES

- **417 scientifiques académiques européens** (de 32 pays européens)
- **30 associations d'experts** (nutrition, santé publique, cancérologie, pédiatrie, cardiologie, hépatologie...)



## ASSOCIATIONS DE CONSOMMATEURS ET PATIENTS



Associations de Patients

## ACTEURS ECONOMIQUES



*en faveur de l'adoption du Nutri-Score comme logo harmonisé et obligatoire pour l'Europe dans l'intérêt des consommateurs et de la santé publique*

*non au Nutri-Score (defense d'intérêts économiques)*

# Pour plus d'informations sur Nutri-Score:

- <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/nutrition-et-activite-physique/articles/nutri-score>
- <https://solidarites-sante.gouv.fr/prevention-en-sante/preserver-sa-sante/nutrition/article/articles-scientifiques-et-documents-publies-relatifs-au-nutri-score>
- <https://nutriscore.blog/>
- **Mange et tais-toi. Un nutritionniste face au lobby agro-alimentaire\*** (*éditions HumenSciences*)



\* Les droits d'auteurs sont intégralement versés à la Maison d'Izieu et au Mémorial de la Shoah