

Conférence sur la promotion de la santé 2024



Nouvelle pyramide alimentaire pour la Suisse :  
bases scientifiques pour  
l'intégration d'informations sur l'environnement

**Contexte :** Les recommandations alimentaires suisses doivent être actualisées. Elles devront tenir compte de l'impact environnemental .

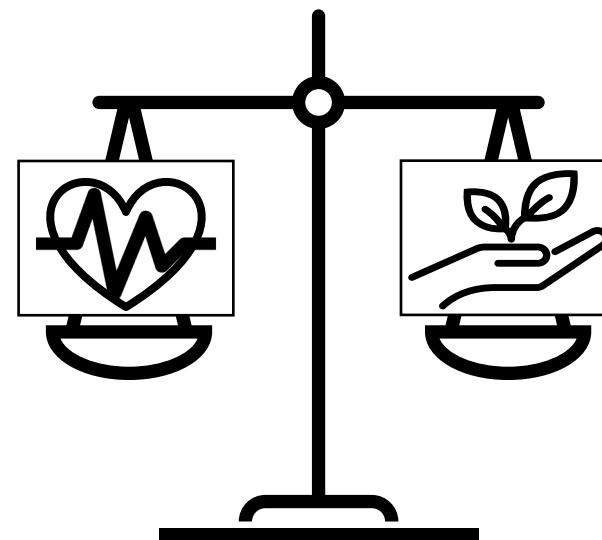
**Objectif :** Mise à disposition d'informations actualisées pour la mise à jour des recommandations alimentaires

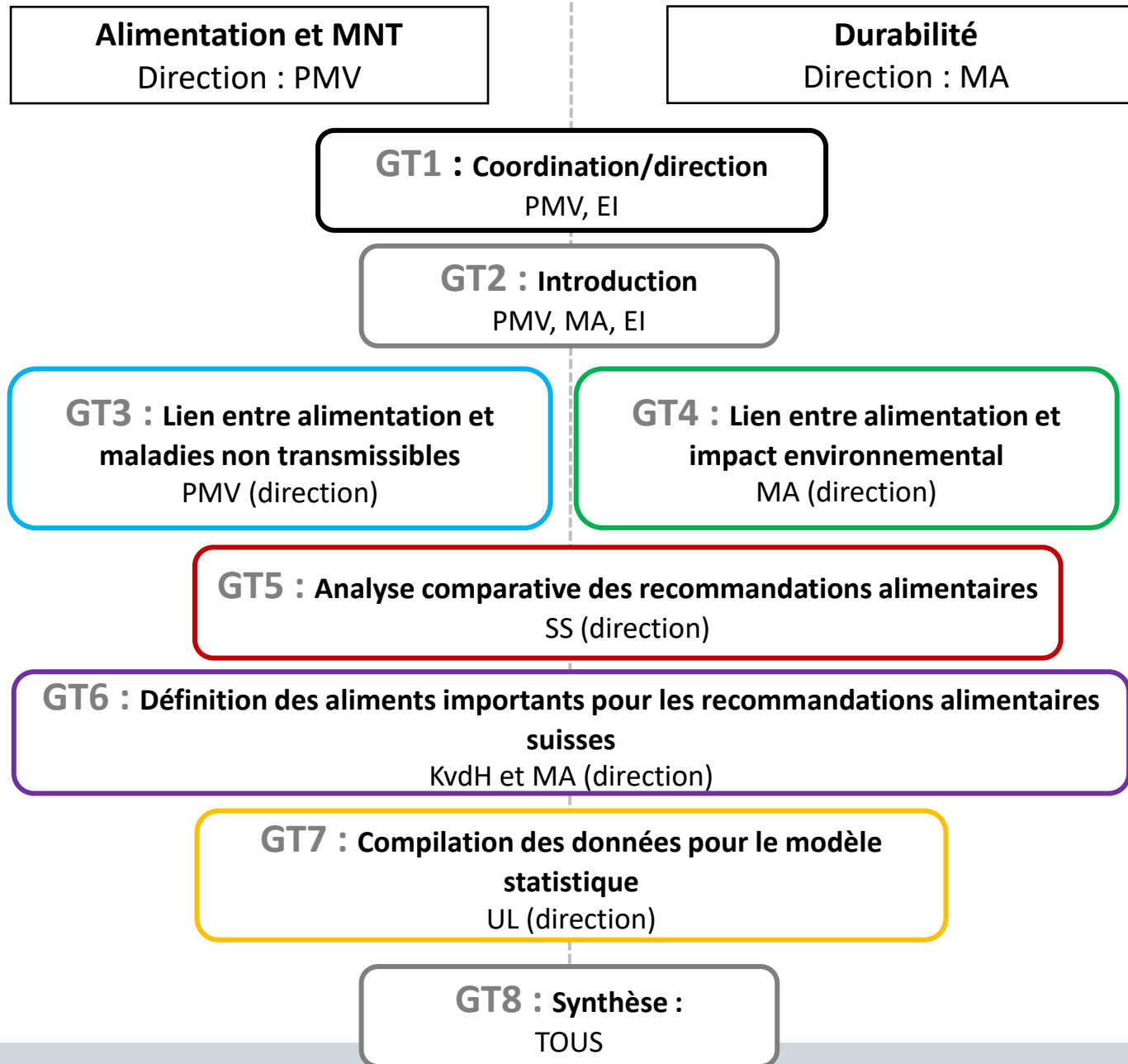
## Actualité



Révision des recommandations alimentaires, c'est parti !

Les travaux d'actualisation des recommandations alimentaires suisses ont débuté par la publication d'un rapport scientifique.



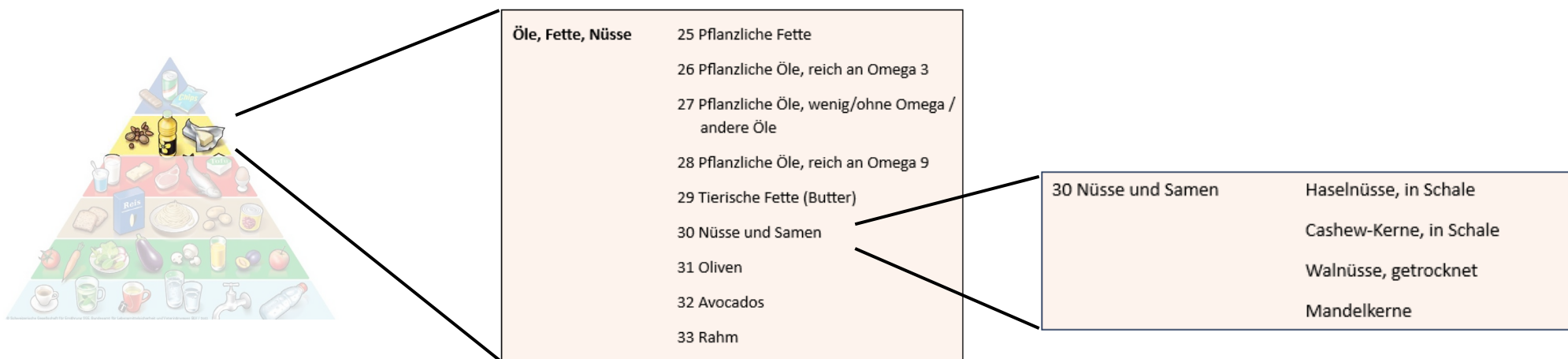




Méthodes et principaux résultats

## Méthode

- Définition de 3 à 9 aliments par groupe alimentaire → 44 aliments
- Définition de 1 à 9 produits par aliment → Calcul de l'impact environnemental pour 115 produits et synthèse par aliment

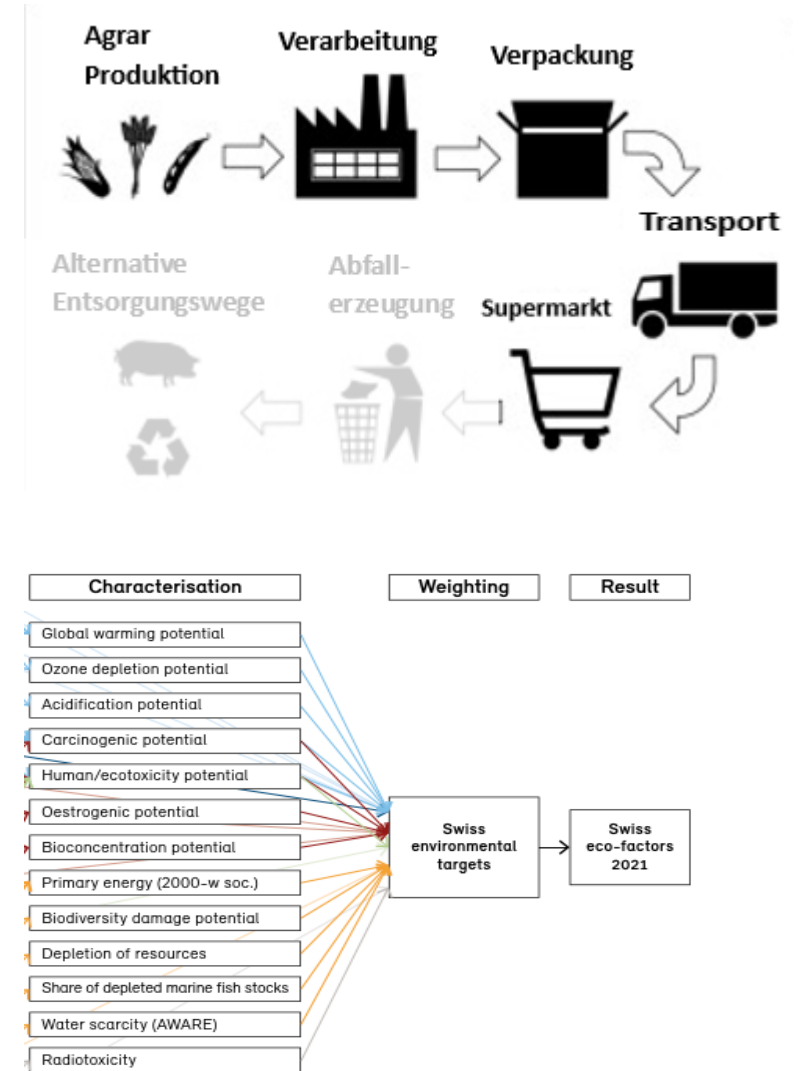


## Aliments

Lait (lait de consommation)	Alternatives au lait	Beurre
Yaourt	Céréales	Noix et graines
Fromage frais	Pain	Olives
Fromages à pâte molle	Fruits à coque	Avocats
Fromages à pâte dure	Crackers (pain suédois, etc.)	Crème
Viande rouge	Farine	Fruits
Volaille	Riz	Légumes
Viande transformée	Pâtes	Salade
Poisson pauvre en oméga 3	Pommes de terre	Eau minérale
Coquillages et crustacés	Polenta	Eau en bouteille
Poisson riche en oméga 3	Graisses végétales	Thé
Œufs	Huiles végétales riches en oméga 3	Café
Alternatives à la viande, avec transformation minimale	Huiles végétales pauvres en oméga 3	Boissons fraîches
Alternatives à la viande, avec transformation importante	Huiles végétales riches en oméga 9	Jus de fruits
		Snacks et aliments préemballés

## Méthode – Analyse du cycle de vie

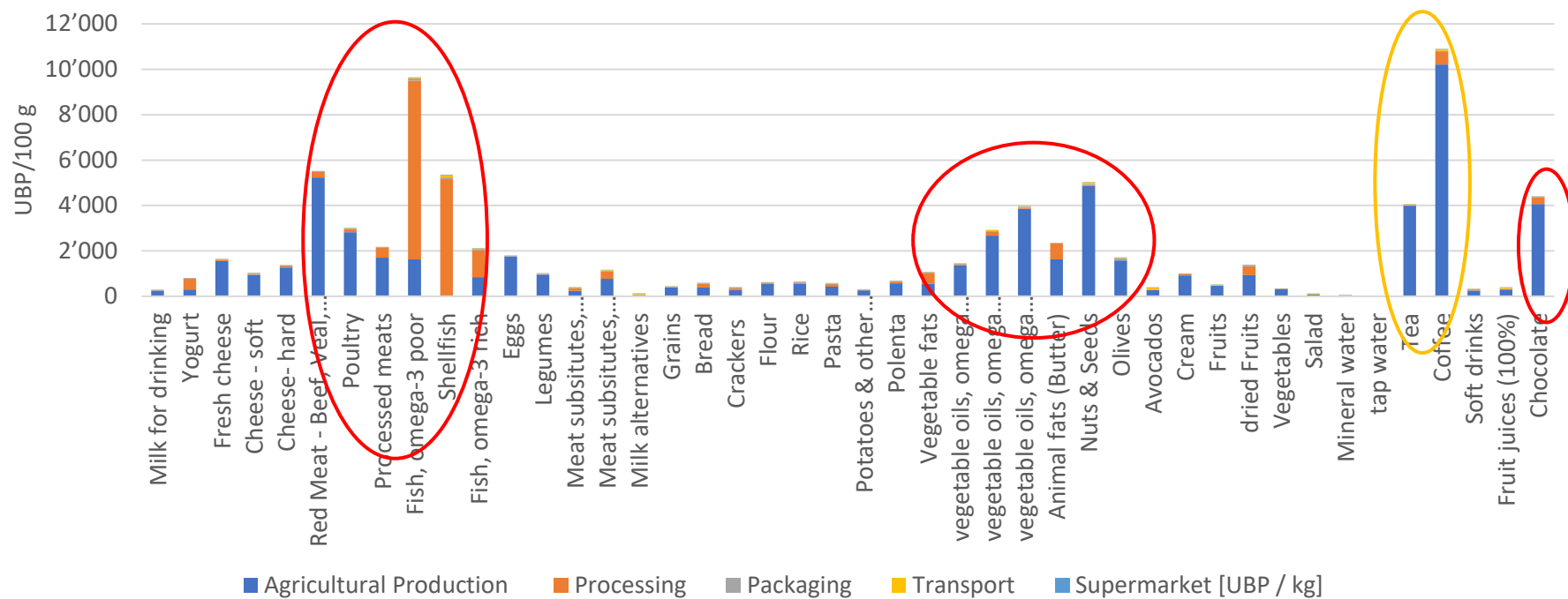
- Analyse du cycle de vie tout au long de la vie
- Utilisation des bases de données existantes
- Représente la production conventionnelle moyenne
- Impact environnemental en écopoints (UBP)
- Unité de référence/unité fonctionnelle
- Impact pour 100 g
- Impact par kcal



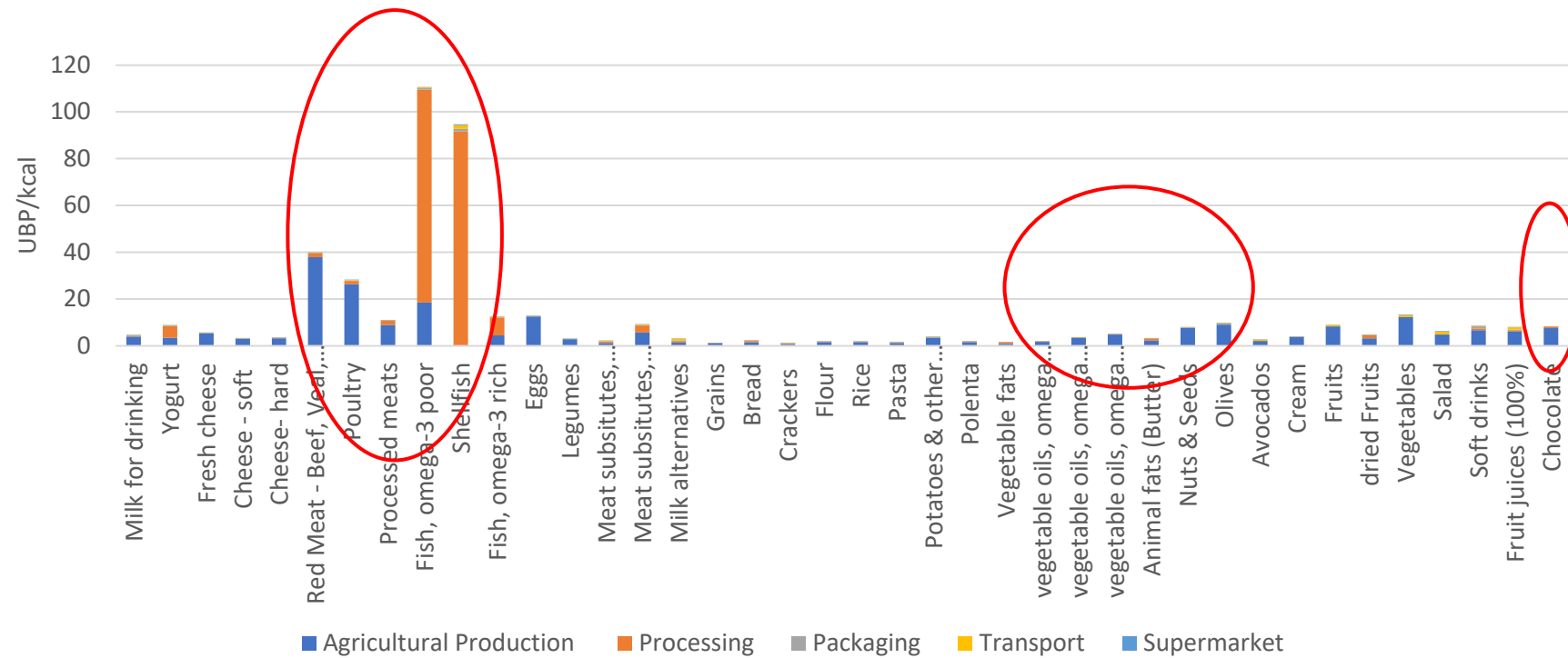


- Comprend : la production agricole, la transformation des aliments, le conditionnement des aliments, le transport jusqu'aux supermarchés
- Pas de distinction selon les méthodes de production, production conventionnelle par défaut
- Consommation en Suisse
  - Produit primaire suisse
  - Importation mixte uniquement, si disponible, sinon pays caractéristique (selon les données disponibles)
- Déchets alimentaires issus de l'agriculture, de la transformation et du commerce pris en compte

## Principaux résultats pour 100 g



## Principaux résultats par kcal





### Réduction de la consommation de :

- boissons sucrées
- viande (transformée)
- graisses
- chocolat

### Augmentation de la consommation de :

- eau
- fruits et légumes
- sources de protéines alternatives (tofu, seitan, quorn)

### Café

- Environnement : réduire
- Santé : 1-6 par jour

### Poisson

- Environnement : réduire
- Santé : 50 g/jour

### Fruits à coque/graines/olives

- Environnement : réduire
- Santé : > 10 g/jour

### Légumineuses (sèches)

- Impact plus élevé que d'autres féculents, mais moins que la viande

### Huiles végétales

- Dépend du type d'huile

- La fonction des aliments : aucun groupe d'aliments ne saurait être totalement supprimé si l'on veut conserver une alimentation équilibrée.
  - L'analyse des effets sur diverses fonctions (par ex. la teneur en protéines ou en micronutriments) donne des résultats différents.
  - Optimisation au sein des familles d'aliments

- La fonction des aliments : aucun groupe d'aliments ne saurait être totalement supprimé si l'on veut conserver une alimentation équilibrée.
  - L'analyse des effets sur diverses fonctions (par ex. la teneur en protéines ou en micronutriments) donne des résultats différents.
  - Optimisation au sein des familles d'aliments
  
- Base de données :
  - Grandes différences au sein des systèmes de production → Simplifications nécessaires
  - Le traitement des données de fond est nécessaire pour combler les lacunes



- La fonction des aliments : aucun groupe d'aliments ne saurait être totalement supprimé si l'on veut conserver une alimentation équilibrée.
  - L'analyse des effets sur diverses fonctions (par ex. la teneur en protéines ou en micronutriments) donne des résultats différents.
  - Optimisation au sein des familles d'aliments
- Base de données :
  - Grandes différences au sein des systèmes de production → Simplifications nécessaires
  - Le traitement des données de fond est nécessaire pour combler les lacunes
- Définition des aliments et différences entre eux :
  - Regroupement des aliments sur la base de leurs propriétés nutritionnelles ≠ regroupement des aliments sur la base de leurs propriétés environnementales
    - par ex. regroupement des poissons pauvres et riches en oméga-3 ≠ regroupement des poissons sauvages et poissons d'élevage
  - L'impact environnemental des produits alimentaires varie en fonction des produits soumis à l'évaluation

Des questions pour mieux comprendre ?



## Intep

Integrale Planung GmbH  
Pfungstweidstrasse 16  
CH-8005 Zurich  
T +41 (0) 43 48838 90

## Intep

Integrale Planung GmbH  
Innere Wiener Str. 11a  
D-81667 Munich  
T +49 (0) 89 459949 30

## Intep

Integrale Planung GmbH  
Baumwall 7  
D-20459 Hambourg  
T +49 (0) 40 8821570 10

## Intep

Integrale Planung GmbH  
Tucholskystraße 13  
D-10117 Berlin  
T +49 (0) 30 4036666 83

## Intep

Integrale Planung GmbH  
Wiesenhüttenplatz 25  
D-60329 Francfort-sur-le-  
Main  
T +49 (0) 40 8821570 10

## Intep

Integrated Planning LLC  
901 23rd Ave NE  
USA-MN 55418,  
Minneapolis,  
T +1 (0) 612 339 5515

## Intep

Integrated Planning LLC  
Jinyuan Road No. 26  
Huangcunzhen,  
Daxing District  
CN-102627 Beijing

## Intep

Integrated Planning LLC  
Mei'ao No. 3 Rd.  
Jiangke Building, No. 29  
518049 Shenzhen  
CN-Guangdong