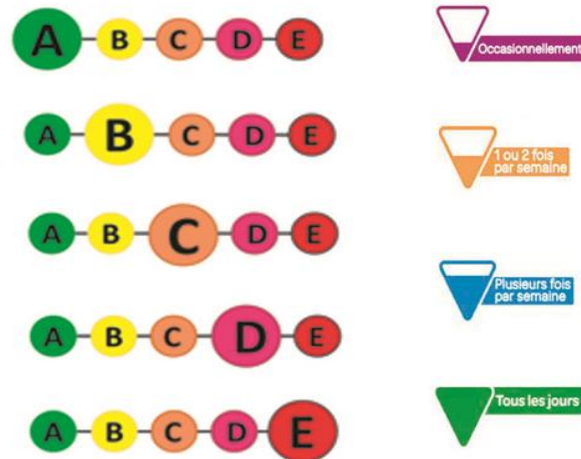


Nutri-Score, le label au-dessus du lot ?

En 2016, notre mouvement publiait une étude sur les labels¹ et le rôle qu'ils sont amenés à jouer dans le souhait de nos membres de se réapproprier leur alimentation. La diffusion de cette étude était alors l'occasion de les sensibiliser à un projet de label nutritionnel alors en gestation en France.

A cette époque, le gouvernement français testait en effet plusieurs logos capables d'orienter le choix des consommateurs désireux d'avoir une alimentation plus saine.



Malgré un certain enthousiasme, les personnes rencontrées émettaient un certain doute quant à l'impact de ce futur label dans leur mode de consommation : « c'est bien d'informer, mais le nutritionnel ne va pas changer la façon de faire mes courses. »² « La santé, ce n'est pas la même chose que la qualité. »³

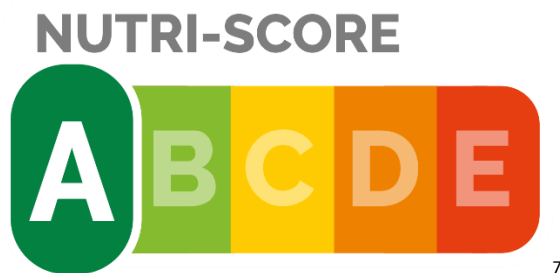
Derrière ces mots, ces personnes questionnaient en réalité le double enjeu fondamental de ce nouveau label : quelle mission lui ont donné ses concepteurs ? Et ce message sera-t-il vraiment compris par les consommateurs ?

L'éclosion d'un label particulièrement intuitif

Développé en 2013 par l'équipe du professeur Serge Hercberg sur base du score nutritionnel de la FSA (Food Standards Agency) du Royaume-Uni, le Nutri-Score a été conçu pour permettre une comparaison aisée de la qualité nutritionnelle des différents produits présents dans les allées de nos grandes surfaces⁴.

Après avoir été évalué par une trentaine d'études scientifiques ayant analysé sa perception par le grand public, son impact sur ses choix de consommation, son potentiel en matière de lutte contre l'obésité, le diabète ou encore les maladies cardiovasculaires⁵ et après avoir subi des tests « grandeurs nature » dans plus d'une soixantaine de supermarchés de l'Hexagone, le label est enfin adopté en octobre 2017.

La Belgique suivra alors rapidement et l'avalisera en avril 2018 tout comme l'Espagne en novembre de la même année, l'Allemagne en septembre 2019 et les Pays-Bas deux mois plus tard⁶.



Concrètement, ce processus scientifique solide a ainsi abouti à un label d'information sur la qualité nutritionnelle des aliments se composant de cinq lettres, allant d'un A sur fond vert à un E sur fond rouge.

En réalité, cette cotation lettrée synthétise les informations chiffrées déjà obligatoires à l'arrière des produits mais dont la compréhension et la portée est particulièrement ardue à évaluer pour un public non initié. Tout comme ces données, cette cotation est établie pour 100g du produit que ce soit de l'huile, du lait, des lasagnes préparées ou des pommes de terre.

Clairement défini comme un outil au service de la santé des consommateurs, ce label a pour mission de les aider à saisir instantanément les aliments à limiter et ceux à favoriser.

Aussi, ceux qui détiendront davantage de fibres, de protéines, de fruits et légumes ou de légumineuses et de fruits à coque se verront gratifiés d'un beau A sur fond vert alors que ceux contenant trop de calories, d'acides gras saturés, de sucres simples ou de sel se verront attribuer un triste E sur fond rouge.

Notons, par ailleurs, qu'il existe quatre catégorisations de Nutri-Score : les aliments solides, les fromages, les graisses ajoutées et les boissons dont les calculs de score sont différents mais avec le même logo⁸.

Enfin, pour être complet, ce label ne convient pas aux aliments pour enfants de moins de trois ans, dont les besoins alimentaires sont spécifiques, notamment en terme de lipides. Ils ne rentrent donc pas dans la méthode de calcul du Nutri-Score⁹.

Succès industriel garanti

Alors que les tests « grandeur-nature » ont permis de sonder la bonne réception du label par des consommateurs en demande de toujours plus de clarté et d'informations fiables¹⁰, allait-il en être de même pour les industriels de l'agro-alimentaire, qui jouaient, là, la crédibilité de leur produits ?

Jusqu'alors, la position défendue par les associations de l'agro-industrie était le rejet en bloc de toute forme de label jugeant de la qualité de leur production. Pourtant, à l'annonce de ce label et des chiffres de son impact sur les habitudes des clients, certains industriels se sont montrés intéressés¹¹.

Et depuis, l'adhésion du monde de l'agroalimentaire ne cesse de croître. Même Nestlé, d'abord réticent, fait désormais partie de ceux qui parient sur le label. Et le mouvement s'observe également du côté des distributeurs.

En Belgique, le succès est tel que même s'il n'est pas contraignant, Delhaize et Intermarché d'abord et Carrefour et Colruyt ensuite ont adopté le Nutri-Score pour leurs propres produits.

Même si certains comme Coca-Cola ou Unilever font de la résistance¹², le mouvement est bien en marche et la logique de concurrence commence à faire pleinement son œuvre.

Alors que se généralise l'usage de ce code couleur, aucune marque n'a envie d'être la dernière à apposer ce label. Ce serait pour elle, aux yeux de ses client·e·s, un aveu de mauvaise qualité nutritionnelle.

Aussi, comme aucune marque ne souhaite se voir adjoindre un gros feu rouge en plein milieu de la face avant de ses étiquettes, les positions se mettent à bouger et un principe vertueux s'amorce. Pour ne pas se voir attribuer le E sur fond rouge qui leur serait fatal, les industriels commencent à améliorer leurs recettes en diminuant sensiblement les teneurs en sucre, sel, acide gras saturés, etc¹³. Avec à la clef, un nouveau logo mettant en évidence cet effort.



14

Au vu de ce succès, certain·e·s eurodéputé·e·s, accompagné·e·s d'associations de consommateur·rice·s réclament désormais l'obligation du label sur l'ensemble du continent¹⁵.

En effet, cette obligation devrait renforcer le cercle vertueux de l'amélioration des recettes par logique de concurrence. Les consommateur·rice·s mangeront alors mieux, même sans faire l'effort de sélectionner des aliments labellisés A, tandis que les pouvoirs publics feront de sérieuses économies en matière de soins de santé. Nos membres ayant toujours porté un grand intérêt à cette question de la réappropriation de leur alimentation, nous ne pouvons, à cet égard, que saluer ce souhait.

Pourtant, l'imposition généralisée de ce label comporte, à nos yeux, de nombreuses questions qui nécessitent d'être investiguées avant de pouvoir avancer concrètement dans cette voie.

Label et le brouillard nutritionnel

L'assise scientifique du label a beau être solide, cela ne la rend pas plus lisible pour autant par le grand public. Celui-ci pourrait en effet s'émouvoir du fait que le Nutri-Score ne s'attarde que sur les éléments scientifiquement nutritifs et exclut, par exemple, la question des additifs, des arômes ou encore du degré de transformation des aliments.

Certes, ces ingrédients n'interviennent pas directement dans la qualité de la nutrition en tant que tels, mais pour de très nombreuses personnes, ils sont très clairement liés à la santé. De cette considération émerge donc un premier biais entre l'intention strictement scientifique du label et la compréhension qu'en a le grand public.

Ce biais est d'ailleurs également présent dans la portée de l'évaluation. En effet, le label se « contente » de donner une cotation pour 100g de produit. À ce titre, l'huile d'olive (cotée C) est moins bien considérée par le label que le Coca-Light (coté B) par exemple¹⁶.

Or, l'huile d'olive est recommandée dans de nombreux régimes alors que vous ne boiriez jamais un grand verre d'huile d'olive extra vierge. Mais qui pense réellement à la taille des portions de l'aliment dans sa consommation courante lorsqu'il va faire ses courses ? C'est encore là une réelle distance entre la visée scientifique du label et sa concrétisation dans la vie de tous les jours.

Vu sous cet angle, le risque est réel de voir certains aliments être voués aux gémonies par cette mauvaise interprétation des informations diffusées par le label, alors qu'en quantité raisonnable (une ou deux cuillères d'huile d'olive par repas par exemple), ces aliments seraient même recommandés.

Le même problème se pose dans le cas contraire. La méconnaissance de la portée véritable de ce label peut engendrer une adoption plus massive de certains produits recevant une bonne cotation alors qu'ils convient de les limiter dans notre alimentation. C'est le cas notamment pour les frites surgelées qui reçoivent une belle cote B car le label ne prend jamais en compte le mode de cuisson¹⁷.

Aussi, nous pensons sincèrement que même si ce système de feu allant du vert au rouge est très clair et intuitif, le message qu'il traduit doit, lui, faire œuvre d'une véritable pédagogie avant de se voir généralisé à l'échelle européenne.

Sans cet effort pédagogique, pourtant vecteur essentiel de réussite des labels en général¹⁸, le Nutri-Score pourrait donc conduire à des effets contreproductifs.

Dans l'hypothèse d'une généralisation à l'ensemble de l'Europe, le système du feu de couleur intuitif et facile, risque d'être, à la longue, perçu comme un assentiment ou un rejet général du produit alors que la base scientifique de la cotation veut traduire la notion plus complexe du degré de présence dans notre régime alimentaire. Car le label ne dit absolument pas qu'il faut rejeter les produits cotés E sur fond rouge mais simplement en limiter la présence dans notre alimentation.

C'est là un biais qui coutera très cher en communication. Or, qui se chargera de ces campagnes pour faire comprendre la vraie teneur du label aux consommateurs ?

Une obligation lourde de conséquences

Aussi à notre sens, si nos autorités rendaient obligatoire le Nutri-Score, cela le fera passer d'une information utile cherchée par des personnes atteintes d'obésité, de diabète, etc. et conscientisées à la portée véritable du label, à une validation générale des produits influençant les choix des consommateurs. D'une information, il deviendra porteur d'une recommandation officielle.

Or, c'est là que le bât blesse. Sans une redoutable campagne pédagogique, s'installera un hiatus entre des autorités qui argueront que ce n'est qu'une information nutritionnelle d'une part et le grand public qui y verra un avis sur la qualité du produit d'autre part.

Aussi, comment, par exemple, s'assurer que les consommateurs n'utilisent pas le label pour rejeter de l'huile d'olive de leur alimentation sous couvert d'une recommandation officielle ?

Au-delà de cette mauvaise interprétation globale des informations nutritionnelles du label, le rendre obligatoire devra au préalable répondre à la question de savoir pourquoi les autorités privilégient la qualité nutritionnelle de l'alimentation au détriment d'autres critères qualitatifs tout aussi essentiels tels que le côté éthique de leur production, le mode de culture et son empreinte sur la planète, etc.

Concrètement, si les autorités venaient à imposer ce label, elles se mettraient devant le dilemme de devoir promouvoir certains produits à la fois bons pour la santé et potentiellement nocifs pour la planète, le commerce local et le bien-être des travailleurs.

Comment justifier que l'état priorise la nutrition sur un de ces autres aspects fondamentaux de notre alimentation ? La question que pose donc cette proposition de rendre obligatoire le label relance ainsi la quête du label ultime, qui pourrait clairement établir une hiérarchie absolue entre les produits rencontrés dans nos allées de supermarchés.

Pourtant, ce label ultime tient du Graal. Si la tentation est grande de regrouper tous les critères de qualité sous un même logo, il n'en reste pas moins qu'un mirage car aucun système n'est parfait.

Le Nutri-Score dans sa forme actuelle contient déjà quelques défauts et un risque sérieux de mécompréhension de la part du public. Or, si nous voulions y greffer en sus d'autres éléments chers à nos systèmes de valeur tels que l'éthique ou la durabilité, par exemple, cela coûterait d'autant plus cher en contrôles dont les coûts seraient inévitablement répercutés en rayons. Par conséquent, ces produits deviendraient irrémédiablement moins accessibles, plus élitistes et donc moins démocratiques.

Yuka, l'application qui voulait compléter le Nutri-Score

Cette volonté de proposer un label complet est pourtant, en partie au moins, le pari tenté par l'application à la mode en matière de santé et consommation : Yuka.

L'algorithme de notation de cette application pour smartphone dépasse le seul critère nutritionnel. En effet, il donne une triple cotation (une note sur 100, un code couleur et un adjectif (excellent, bon, médiocre, mauvais)) basée seulement à 60 % sur sa composition nutritionnelle (Nutri-Score) mais également à 30% sur la présence ou non d'additifs et 10% sur le mode de culture bio ou non¹⁹.

Et le succès est au rendez-vous. À ce jour, plus de 15 millions de personnes ont téléchargé gratuitement l'application²⁰.

Pourtant, nous tenons à souligner que la base de données sur laquelle s'assoit l'application (Open Food Facts) peut être alimentée librement et donc par les marques elles-mêmes. En outre, cette base n'est pas encore contrôlée automatiquement, ce qui pose toute de même une certaine remise en question de la fiabilité de l'application à grande échelle²¹. Bien sûr, l'on pourra rétorquer qu'il est toujours possible de remonter jusqu'à la personne ou la marque qui a alimenté la base de manière erronée. Mais peut-on penser sincèrement que les client-e-s de cette application se prêteront à ce jeu de manière systématique ?

En réalité, Yuka ne résout pas les défis principaux du label Nutri-Score qu'il entendait améliorer. En effet, la façon dont les consommateur-trice-s recevront l'information peut fortement diverger du principe fondateur de l'algorithme de l'application.

Par conséquent, nous voudrions insister auprès de nos membres et du grand public en général, qu'en dépit des bonnes intentions que véhiculent Yuka et le Nutri-Score, à ce jour, aucun système de labellisation n'est parfait.

Par ailleurs, il est crucial que les personnes qui s'appuieront sur ces systèmes pour opérer leur choix de consommation gardent à l'esprit que ce ne sont, là, que des cotations nutritionnelles ou un peu plus. Or, nous l'avons vu dans notre étude sur la recherche de qualité de la part des consommateur-trice-s²², l'aspect nutritionnel est loin d'être la valeur qualitative la plus recherchée.

Dès lors, il ne faudrait pas interpréter, par facilité, les indications de Yuka ou du Nutri-Score comme un indicateur absolu de qualité. Au vu des attentes de chacun, un produit coté D par le Nutri-Score pourrait pourtant prétendre à une grande qualité auprès de certains en vertu du fait qu'il est local, qu'il est éthique ou plus simplement, qu'il a un goût agréable.

La qualité est essentiellement subjective et, bien que leur assise scientifique soit rigoureuse, ces initiatives risquent bien d'être interprétées tout aussi individuellement. Alors que les personnes souffrant d'obésité auront fait le travail de se renseigner sur les facteurs réellement pris en compte dans ces cotations, le grand public, lui, dans le doute, risque bien de lui apposer la valeur qui l'arrange à ce moment-là. Le label deviendra alors une sorte d'alibi cautionné par les autorités pour adopter ou rejeter un certain aliment.

Aussi, comme pour n'importe quel label, l'expérience a montré que c'est dans une démarche pédagogique et une très large communication que ce dernier atteindra son objectif. Un label ne donne le résultat escompté par ces concepteur-trice-s que s'il est compris, et pas seulement s'il est joli.

Corentin de Favereau
Chargé d'études et d'analyses

Pour aller plus loin :

- Utilisez-vous le Nutri-score pour vous aider à comparer vos achats ?
- L'aspect nutritionnel est-il au cœur de vos préoccupations lorsque vous devez choisir entre deux produits ?
- De manière générale, les labels guident-ils vos choix de consommation ?



Avec le soutien de



Cette analyse est disponible au format PDF sur notre site Internet www.acrf.be

L'ACRF-Femmes en milieu rural souhaite que les informations qu'elle publie soient diffusées et reproduites. Toutefois, n'oubliez pas, dans ce cas, de mentionner la source et de nous transmettre copie de la publication.

Merci !

*Editeur responsable : ACRF-Femmes en milieu rural ASBL – rue Maurice Jaumain 15 – 5330 ASSESSE
R.P.M. Liège-division Namur n°0408.004.863*

¹ De Favereau, C., *Labels et le brouillard*, étude ACRF-Femmes en milieu rural, Assesse, 2016. <http://acrf.be/wp-content/uploads/2016/09/Etude-LABEL-relecture-finale-2-CDF.pdf>, site consulté le 1^{er} avril 2020.

² Témoignage recueilli lors d'une présentation des résultats de cette étude à Battice en octobre 2016.

³ Témoignage recueilli lors d'une présentation des résultats de cette étude à Battice en octobre 2016.

⁴ <https://fr.openfoodfacts.org/nutriscore>, site consulté le 1^{er} avril 2020.

⁵ http://eurohealthnet-magazine.eu/nutri-score-the-story-so-far/?gclid=EAIaIQobChMI4I_07emw6AIVBOh3Ch2XbQU4EAAYASAAEgK9TPD_BwE, site consulté le 1^{er} avril 2020.

⁶ <https://michele-rivasi.eu/politique/non-a-linstrumentalisation-politique-du-nutri-score>, site consulté le 1^{er} avril 2020.

⁷ Forme finale du logo du label « Nutri-Score » tel que nous pouvons le trouver sur les étiquettes de nos produits de grandes surfaces.

⁸ http://eurohealthnet-magazine.eu/nutri-score-the-story-so-far/?gclid=EAIaIQobChMI4I_07emw6AIVBOh3Ch2XbQU4EAAYASAAEgK9TPD_BwE, site consulté le 1^{er} avril 2020.

⁹ <https://apivia-prevention.fr/prevention-au-quotidien/gourmand-mais-raisonnable/faut-il-prendre-le-nutri-score-a-la-lettre/>, site consulté le 1^{er} avril 2020.

¹⁰ <https://theconversation.com/fr/topics/nutriscore-70636>, site consulté le 1^{er} avril 2020.

¹¹ https://lemonde.fr/sciences/article/2019/11/05/nutri-score-la-transparence-nutritionnelle-reste-incomplete_6018136_1650684.html, site consulté le 1^{er} avril 2020.

¹² <https://apivia-prevention.fr/prevention-au-quotidien/gourmand-mais-raisonnable/faut-il-prendre-le-nutri-score-a-la-lettre/>, site consulté le 1^{er} avril 2020.

¹³ <https://apivia-prevention.fr/prevention-au-quotidien/gourmand-mais-raisonnable/faut-il-prendre-le-nutri-score-a-la-lettre/>, site consulté le 1^{er} avril 2020.

-
- ¹⁴ « Forme évolutive ou dynamique » du label découvert sur un paquet de jambon dégraissé de marque Delhaize le 25 mars 2020. Photo prise le 25 mars à partir d'un produit vendu au Delhaize de Gembloux.
- ¹⁵ https://rtbf.be/info/societe/detail_alimentation-des-eurodeputes-veulent-etendre-le-systeme-nutri-score?id=1408516, site consulté le 1^{er} avril 2020.
- ¹⁶ ¹⁶ <https://michele-rivasi.eu/politique/non-a-linstrumentalisation-politique-du-nutri-score>, site consulté le 1^{er} avril 2020.
- ¹⁷ <https://europeanscientist.com/fr/sante/le-reveillon-europeen-bientot-sous-surveillance-du-nutri-score/>, site consulté le 1^{er} avril 2020.
- ¹⁸ De Favereau, C., *Labels et le brouillard*, étude ACRF-Femmes en milieu rural, Assesse, 2016. <http://acrf.be/wp-content/uploads/2016/09/Etude-LABEL-relecture-finale-2-CDF.pdf>, site consulté le 1^{er} avril 2020.
- ¹⁹ <https://test-achats.be/sante/alimentation-et-nutrition/alimentation-saine/news/app-yuka>, site consulté le 1^{er} avril 2020.
- ²⁰ <https://sosoir.lesoir.be/yuka-lapplication-est-elle-vraiment-efficace>, site consulté le 1^{er} avril 2020.
- ²¹ https://liberation.fr/desintox/2018/05/18/yuka-est-elle-une-appli-publicitaire-deguisee_1651227, site consulté le 1^{er} avril 2020.
- ²² De Favereau, C., *l'avenir est-il à votre goût ?*, étude ACRF-Femmes en milieu rural, Assesse, 2014. http://acrf.be/wp-content/uploads/2014/11/28238-ACRF-Bro-Etu-DrCo-COV-INT_FULLL.pdf, site consulté le 1^{er} avril 2020.