

1.8. Alimentation saine et durable : nouveaux enjeux et stratégies nutritionnelles et culturelles

Date et lieu : 7 octobre 2025, Laboratoire CarMeN (Lyon)

Nombre de participants : ~110

Personnes contact : Dr Marie-Caroline Michalski (INRAE, laboratoire CarMeN) et Pr Benoît Lamarche (Institut NUTRISS, Université Laval)

S'agit-il d'une suite d'un colloque organisé les éditions précédentes ? Il s'agit d'une nouvelle initiative que nous souhaitons poursuivre lors de prochaines éditions.

➤ [Lien vers la page Web du colloque](#)

1. Quels enjeux majeurs observez-vous aujourd'hui dans votre domaine d'activité ?

Une alimentation riche en aliments ultra-transformés (AUT) est aujourd'hui identifiée comme liée au développement de maladies cardio-métaboliques. Elle est très ancrée, poussée par les industriels et les publicités et rentrée dans les habitudes de consommation du fait de ses caractéristiques de palatabilité, praticité, accessibilité et abordabilité. Cette thématique aux enjeux de santé majeurs fait l'objet d'importantes recherches et pourtant de nombreuses questions restent à élucider. Celles-ci doivent impliquer tous les acteurs et tenir compte de la diversité des produits et de leurs usages, soulignant aussi la question de la définition de ces aliments. Les industriels disent être en attente de validations scientifiques concernant les impacts santé des différents produits et les mécanismes, ainsi qu'une définition claire ; les scientifiques expriment de surcroît un besoin crucial de soutien pour des projets de recherche transdisciplinaires sur les AUT, ainsi que de

politiques publiques pour encadrer la production et la consommation de ces produits – une alimentation riche en AUT étant déjà reconnue comme néfaste pour la santé.

En ce qui concerne les produits laitiers, leur importance dans une alimentation saine et durable est aujourd'hui reconnue mais leur place dans la consommation générale n'atteint pas le niveau indiqué dans les recommandations de santé. Il y a une confusion des consommateurs à cause de messages et d'idées reçues sur les aspects de santé. Les questions liées aux modes de production sont également clés : il faut s'intéresser à la qualité des produits (nutritionnelle et sensorielle), aux territoires et aux savoir-faire, ainsi qu'aux aspects environnementaux, et la question de leur conciliation se pose.

Il y a un enjeu majeur d'améliorer la santé des consommateurs au travers de l'alimentation tout en prenant en compte les problématiques environnementales : une transition radicale est nécessaire. Les produits les moins bons pour la

santé sont souvent les moins bons pour l'environnement, soulignant le concept de Santé Unique, planétaire et humaine. Quelle est la place de la recherche et de tous les acteurs de la chaîne dans cette transition ? Comment assurer un changement profond, radical, mais surtout immédiat ?

2. Qu'est-ce que la notion de « résilience » signifie pour vous et pour votre secteur ?

La notion de résilience en alimentation-nutrition-santé renvoie à la capacité des systèmes alimentaires à résister, s'adapter et se transformer face aux crises — qu'elles soient sanitaires, économiques, climatiques ou sociales — tout en garantissant une alimentation saine, durable et accessible à tous. Pour les chercheurs, la résilience implique l'étude des interactions entre alimentation, nutrition, environnement, économie et comportements alimentaires afin d'identifier des leviers d'adaptation durables. Les producteurs y voient la possibilité de diversifier leurs cultures, de renforcer les circuits courts et de préserver la fertilité des sols et la biodiversité. Les industriels cherchent à sécuriser leurs chaînes d'approvisionnement et à innover vers des produits plus sains et moins impactants pour l'environnement. Les consommateurs développent des pratiques alimentaires plus conscientes et locales, en ayant besoin qu'elles correspondent à leurs moyens et à leurs goûts. Quant aux collectivités et décideurs politiques, ils jouent un rôle clé dans la mise en place de politiques publiques favorisant l'autonomie alimentaire, la réduction des inégalités et la durabilité des territoires.

3. En quoi votre colloque illustre-t-il la thématique « Résiliences et transformations : nouvelles dynamiques pour un monde en mutation » ?

Un monde soutenable pour nous et les générations futures nécessite des transformations profondes au niveau alimentaire dans toute la chaîne de valeurs et impliquant l'ensemble des acteurs, des transformations qui doivent s'inscrire dans le temps. Le monde est en effet en mutation : les maladies chroniques ne cessent d'augmenter, notamment l'obésité, et du point de vue de la santé environnementale et de l'impact des activités humaines, nous venons de dépasser la 7^{ème} limite planétaire : la situation est plus qu'inquiétante. Les enjeux liés à la filière des produits laitiers illustrent cette thématique car il y a un besoin de prioriser la stratégie pour transformer la filière et la rendre résiliente, compte tenu de l'importance avérée des produits laitiers dans une alimentation saine et durable : préserver les savoir-faire, préserver l'environnement, favoriser et promouvoir la qualité des produits, les rendre accessibles et attractifs pour les consommateurs, permettre d'atteindre les recommandations alimentaires pour la santé. La question des AUT illustre aussi cette thématique : c'est un point clé. Une transition alimentaire qui assure la santé de l'homme tout autant que celle de la planète est une nécessité et constitue la direction que nous prenons. Cependant, l'ubiquité des AUT dans nos modes alimentaires contemporains représente un frein aux mutations nécessaires des systèmes alimentaires.

Le colloque souligne la nécessité d'avancer sur ce sujet : on ne peut pas continuer comme ça et toute la responsabilité ne peut pas reposer sur les choix des consommateurs, à la fois influencés et soumis à des contraintes ! Le dialogue entre les différentes parties prenantes (producteurs, industriels, consommateurs, scientifiques, collectivités et politiques) ressort comme capital à améliorer et le pouvoir d'action de chacune de ces parties prenantes à mieux considérer.

4. Quelles solutions, quelles pistes d'action ou quels projets concrets ont émergé de vos échanges ?

Concernant les enjeux liés aux aliments ultra-transformés (AUTs):

- Améliorer la définition des AUT et leur caractérisation, les définitions actuelles présentant des limites vu la grande diversité de types et de compositions de produits, et ne pas oublier que leur formulation et leur composition restent un facteur majeur dans les effets santé.
- Adresser la reformulation d'AUTs mais également des stratégies pour favoriser l'évolution des pratiques alimentaires en vue de limiter la consommation d'AUTs et de favoriser celle des fruits et légumes et céréales complètes.
- Ces actions devront être réalisées en lien avec les acteurs des territoires (via les SAT au Québec et PAT en AURA) et les acteurs de la (grande) distribution.
- S'intéresser au rôle des cantines (centrales en France, absentes au Québec).
- Concernant les enjeux liés aux produits laitiers et filières Appellation d'Origine Protégée (AOP) :

- Œuvrer à trouver un équilibre entre les pratiques d'élevage (proportion d'herbe pâturée), les performances (production de lait, émissions GES, bien-être animal, biodiversité, etc.) ET la qualité des produits laitiers.
- Concernant le rôle en santé: éclairer l'impact santé des différents types de produits laitiers selon les conditions de production et le rôle du microbiote, tester des stratégies pour augmenter la consommation des produits laitiers (ces produits n'étant actuellement pas consommés tous les jours contrairement aux recommandations : augmenter les opportunités de consommation, bien informer pour éviter la confusion avec des messages parfois polémiques sur les réseaux sociaux).
- Concernant les filières AOP : l'état et les collectivités ont été identifiés comme ayant des rôles clés, ainsi que la recherche qui a un rôle dans la capacité de réponses aux enjeux posés par les AOP laitières, à relever les pratiques sociétales et à poser les enjeux en termes de politiques publiques.

En terme de coopération :

Renforcement de la collaboration entre les équipes lyonnaises (laboratoire CarMeN, en lien avec l'Institut Thématique en alimentation de la ComUE Université de Lyon) et l'Université Laval (Centre NUTRISS) sur ces thématiques, en partenariat avec les autres acteurs impliqués (producteurs, industriels, collectivités locales notamment). Des échanges à ce sujet avec le Vice-Recteur aux affaires internationales de l'Université Laval ont eu lieu dans le but de favoriser l'échange d'étudiants et les thèses en co-tutelles.

5. En quoi la coopération intersectorielle et l'engagement citoyen peuvent-ils contribuer à ces solutions/pistes ?

La coopération intersectorielle est indispensable : l'alimentation est un sujet qui nous touche tous, le but est commun et les responsabilités partagées entre la production, l'offre (agriculteurs, industriels, collectivités locales, restauration collective, grande distribution, publicitaire), les choix et comportements (consommateurs), la politique et la législation (élus). Il en va de même pour la préservation de notre habitat. Ainsi, nous devons pouvoir avancer ensemble, favoriser le dialogue, prendre en compte les points de vue de chacun et imaginer des solutions durables prenant en compte l'ensemble du système alimentaire, de la fourche à la fourchette. La plus récente version du rapport de la commission EAT-Lancet est claire à ce sujet : l'accès à une alimentation santé est non seulement un droit fondamental, mais également une responsabilité collective. Les citoyens ont donc un rôle à jouer dans l'alimentation durable et l'on peut d'ailleurs l'observer à travers de nombreuses initiatives (e.g., pétition contre la loi Duplomb; exemple de la marque « C'est qui le patron » qui co-crée des produits avec les consommateurs et qui rémunère justement les producteurs). Les approches bottom-up sont en réalité puissantes, il est indispensable de bien informer les consommateurs, ce qui peut engendrer une dynamique d'engagement efficace et accélérer tout processus de changement.

6. Citation "coup de projecteur"

« Le symposium s'inscrit dans le mieux comprendre, dans l'échange des bonnes pratiques entre 2 territoires, dans le co-construire et prendre le temps de s'écouter, dans l'ébauche de solutions de transitions avec l'ensemble des regards, points de vue et expertises. Il intègre la question d'innovation, incluant l'innovation sociale et publique pour prendre en compte les contextes. Il souligne les forts enjeux de transdisciplinarités et la nécessité d'établir la stratégie scientifique sur le long terme. »

« Le bien manger sain et durable est une responsabilité collective de tous les acteurs : producteurs, industriels, consommateurs, scientifiques, collectivités et politiques ». •