



Disponible en ligne sur

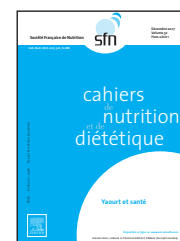
ScienceDirect

www.sciencedirect.com

Elsevier Masson France

EM|consulte

www.em-consulte.com



Apports en sucres et principaux contributeurs dans la population française

Sugars intake and main contributors in the French population

Véronique Azais-Braesco^{1,*}, Matthieu Maillot²

¹VAB-Nutrition, 1, rue Claude-Danziger, 63100 Clermont-Ferrand, France

²MS-Nutrition, 27, boulevard Jean-Moulin, 13005 Marseille, France

MOTS-CLÉS

Sucres ;
Sucres ajoutés ;
Sucres libres ;
Contribution ;
Enfants ;
Adultes ;
France

Résumé

La consommation de sucres par la population française (enfants et adultes) a été étudiée à partir des données de l'enquête représentative de l'Étude individuelle nationale des consommations alimentaires 2 (INCA2), retraitées de façon à évaluer les apports en sucres ajoutés et libres. Chez les adultes, les sucres totaux et libres représentent respectivement 16,4 et 9,5 % de l'apport énergétique. Chez les enfants et les adolescents, les sucres totaux apportent plus de 19 % de l'énergie consommée et les sucres libres plus de 13 %, alors que la recommandation de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) pour ces derniers est de ne pas dépasser 10 %. Le niveau socio-économique n'apparaît associé à la consommation de sucres que chez les enfants, avec une plus forte consommation de sucres totaux, mais pas de sucres libres, dans les catégories de population les plus favorisées. Les produits sucrés (confiserie, biscuits, pâtisseries, etc.) et les boissons sont les principaux contributeurs aux apports en sucres totaux et libres (environ 50 et 70 % respectivement). Les fruits et les produits laitiers contribuent plus aux apports en sucres totaux (selon les âges, 12 à 23 % pour les fruits et légumes et 12 à 22 % pour les produits laitiers) qu'aux apports en sucres libres (2 à 5 % pour les fruits et légumes et 6 à 12 % pour les produits laitiers). Les conclusions de cette analyse, qui devra être renouvelée sur des données plus récentes, pourraient être utilisées pour choisir les mesures de santé publique les mieux adaptées pour réduire les apports en sucres libres, notamment chez les enfants.

© 2017 Société française de nutrition. Publié par Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés.

*Auteur correspondant.

Adresse e-mail : veronique.braesco@vab-nutrition.com (V. Azais-Braesco).

KEYWORDS

Sugars;
Added sugars;
Free sugars;
Contribution;
Children;
Adults;
France

Summary

Sugar intakes of the French population (children and adults) have been studied from data collected in the representative INCA2 survey, which have been reprocessed to evaluate intakes of added and free sugars. In adults, total and free sugars represent respectively 16.4 % and 9.5% of energy intake. In children and adolescents, total sugars contribute to more than 19% of energy intake, and free sugars to more than 13%, when WHO recommends that the latest do not exceed 10% of energy intake. Socio-economic characteristics appear linked to sugars intake only in children; those being in the highest socio-economic groups consuming more total sugars, but not more free sugars. Sweet products (confectionery, biscuits and pastries, etc.) and beverages are the main contributors to total sugars intakes (approx. 50%) and free sugars (approx. 70%). Fruits and dairy products contribute more to total sugars intake (according to age, from 12 to 23% for fruits and vegetables and from 12 to 22% for dairy products) than to free sugars (from 2 to 5% for fruits and vegetables and from 6 to 12% for dairy products). The outcomes of such an analysis, which should be reproduced on more recent data, could be helpful when designing Public Health policies aiming at decreasing free sugars intakes, especially in children.

© 2017 Société française de nutrition. Published by Elsevier Masson SAS. All rights reserved.

Introduction

La lutte contre l'excès de sucres dans l'alimentation est aujourd'hui considérée comme une priorité de santé publique, justifiée par l'augmentation des risques de pathologies (caries dentaires, surpoids, maladies cardiovasculaires et métaboliques) observée chez les forts consommateurs. L'OMS recommande une consommation de sucres libres inférieure à 10 % de l'apport énergétique total, ce qui génère de multiples réflexions et débats sur les mesures à mettre en place pour atteindre cet objectif [1].

L'adoption de politiques réalistes et efficaces implique une bonne connaissance du niveau actuel de consommation et de ses caractéristiques, en particulier la variation selon les groupes d'âge et les principaux aliments contributeurs. C'est le but de cet article qui présente des données françaises, issues de retraitement des données de l'étude INCA2 [2], ainsi que quelques données européennes reprises dans une revue récente [3]. Y sont notamment décrits les apports en sucres totaux, mais également les apports en sucres ajoutés et en sucres libres (voir encadré). Cette distinction entre les différents sucres ne repose pas sur des différences chimiques ou physiologiques, et les données épidémiologiques ou cliniques ne montrent pas un risque plus élevé des sucres libres ou ajoutés par rapport aux sucres totaux, mais elle permet d'identifier les sucres sur lesquels il paraît plus pertinent d'agir pour diminuer la consommation globale de sucres.

Méthodes

Nous avons utilisé les données de l'enquête INCA2, représentative de la population française et réalisée en 2006 [2]. Les consommations alimentaires étaient relevées sur un

Nomenclature des sucres [1,9]

Le terme « **sucres** » est conventionnellement utilisé pour décrire les mono- et disaccharides (à l'exclusion des polyols), le « **sucré** » (au singulier) ne représentant que le saccharose.

Les « **sucres ajoutés** » sont les mono- et les disaccharides ajoutés aux aliments et aux boissons par le fabricant, le cuisinier ou le consommateur.

Les « **sucres libres** » comprennent les sucres ajoutés, ainsi que les sucres naturellement présents dans le miel, les sirops, les jus de fruits et les concentrés de jus de fruits.

Les « **sucres intrinsèques** » sont les sucres naturellement présents dans les aliments, et notamment dans les fruits et légumes, ainsi que dans le lait.

Les « **sucres totaux** » correspondent à l'ensemble des sucres présents, quelle que soit leur origine.

carnet de consommation durant 7 jours et les apports nutritionnels calculés en utilisant la table de composition du Centre d'information sur la qualité des aliments (CIQUAL). Les teneurs en sucres ajoutés ou libres, qui ne figurent pas dans les tables de composition, ont été approchées à partir de recettes moyennes fournies par l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation (ANSES) et des teneurs en sucres des ingrédients bruts fournies dans les tables pour la moitié des aliments, et par expertise nutritionnelle pour l'autre moitié dont la quasi-totalité était des aliments mono-ingrédient [4].

Des analyses ont été réalisées selon l'âge (enfants 3-6 ans, enfants 7-11 ans, adolescents 12-17 ans et adultes 18 ans et plus), selon le niveau d'éducation du chef de famille (primaire, collège, lycée, enseignement supérieur) et selon le niveau social. Ce dernier a été évalué selon

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/8582545>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/8582545>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)