



HAL
open science

Le SAIN et le LIM. Un système de “profilage nutritionnel” pour orienter favorablement les choix des consommateurs

Nicole N. Darmon, Mathieu Maillot, Michel Darmon, Ambroise Martin

► To cite this version:

Nicole N. Darmon, Mathieu Maillot, Michel Darmon, Ambroise Martin. Le SAIN et le LIM. Un système de “profilage nutritionnel” pour orienter favorablement les choix des consommateurs. 3. Journées annuelles INPES de la prévention, Mar 2007, Paris, France. 24 p. hal-02823451

HAL Id: hal-02823451

<https://hal.inrae.fr/hal-02823451v1>

Submitted on 6 Jun 2020

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

[Le SAIN et le LIM

Un système de «profilage nutritionnel» pour orienter favorablement les choix des consommateurs ?

**Nicole Darmon¹,
Matthieu Maillot, Michel Darmon, Ambroise Martin**

¹Unité Mixte de Recherches en Nutrition Humaine Inserm/Inra
Faculté de Médecine de la Timone, Marseille
nicole.darmon@medecine.univ-mrs.fr

Qu'est-ce le profil nutritionnel d'un aliment ?

Concept nouveau, introduit dans le règlement européen du
20 Décembre 2006 sur les allégations nutritionnelles et de santé

- ✓ **Objectif immédiat : restriction de l'accès aux allégations**
 - seuls les produits ayant un profil jugé favorable pourront en faire l'objet
- ✓ **Implique un jugement de valeur sur les aliments**
 - estimation de la capacité de chaque aliment à favoriser l'équilibre alimentaire
 - expression synthétique de la qualité nutritionnelle de chaque aliment

Comment établir le profil nutritionnel d'un aliment ?

Pas de méthode consensuelle

Une seule sera retenue au niveau Européen

Plusieurs approches actuellement à l'étude :

- transversale vs par catégories d'aliments ?
- scores vs seuils ?
- nutriments « négatifs » seulement ou nutriments « positifs » également ?
- compensation nutriments « négatifs » par nutriments « positifs » ou non ?

Parmi elles, une proposition française :

le SAIN et le LIM, des indicateurs initialement développés pour analyser le rapport entre la qualité nutritionnelle des aliments et leur prix.

Des indicateurs de qualité pour les aliments

SAIN = aspects favorables de l'aliment

- Score d'Adéquation Individuel aux recommandations Nutritionnelles
- Exprimé pour 100kcal : c'est une densité nutritionnelle (ratio nutriments/énergie)
- Le SAIN mesure le respect moyen des Apports Nutritionnels Conseillés

LIM = aspects défavorables de l'aliment

- Score de composés à LIMiter sur le plan nutritionnel
- Exprimé pour 100g : teneurs en sel, acides gras saturés et sucres ajoutés
- Le LIM mesure l'excès par rapport aux valeurs maximales recommandées

SAIN : % moyen d'adéquation
aux ANC pour 100 kcal

$$\text{SAIN} = \frac{\left(\frac{\text{Nut}_1}{\text{ANC}_1} + \frac{\text{Nut}_2}{\text{ANC}_2} + \dots + \frac{\text{Nut}_{15}}{\text{ANC}_{15}} \right)}{15} \times 100$$

énergie

15 = nombre total de nutriments qualifiants pris en compte

énergie = densité énergétique de l'aliment en kcal/100g

Nut_i = quantité du nutriment i dans 100g d'aliment

ANC_i = recommandation journalière d'apport en nutriment i pour la population générale

Nut_i et ANC_i doivent être exprimés avec la même unité (g, mg ou µg)

SAIN : % moyen d'adéquation
aux ANC pour 100 kcal

Les 15 nutriments pris en compte dans le calcul du SAIN et leurs ANC

Nutriment	ANC	Nutriment	ANC
Protéines	65 g	Calcium	900 mg
Fibres	30 g	Fer	12,5 mg
Vitamine C	110 mg	Magnésium	390 mg
Vitamine E	12 mg	Zinc	11 mg
Thiamine (B1)	1,2 mg	Potassium	3100 mg
Riboflavine (B2)	1,6 mg	Ac. α -linoléinique	1,8 g
Vitamine B6	1,7 mg	DHA	0,11 g
Folates (B9)	315 μ g		

LIM : % d'excès moyen en composés à limiter dans 100g

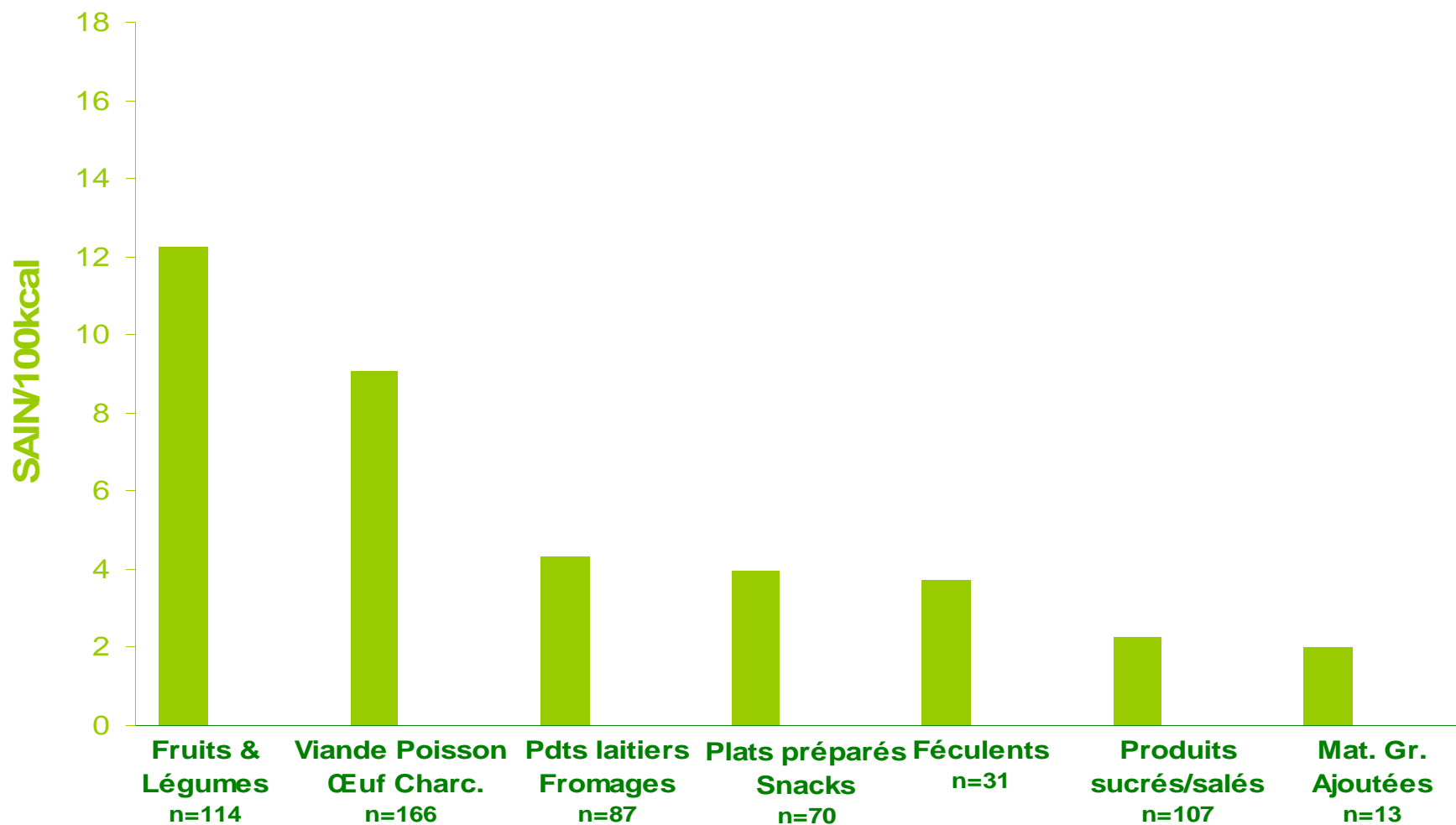
$$\text{LIM} = \frac{\left(\frac{\text{Na}}{3153} + \frac{\text{AGS}}{22} + \dots + \frac{\text{Sucres ajoutés}}{50} \right)}{3} \times 100$$

Na = quantité de Na (en mg) dans 100 g d'aliment
3153 mg de Na correspondent à un maximum de 8 g de sel par jour

AGS = quantité d'AGS (en g) dans 100 g d'aliment
22 g d'AGS correspondent à un maximum 10% de 2000kcal

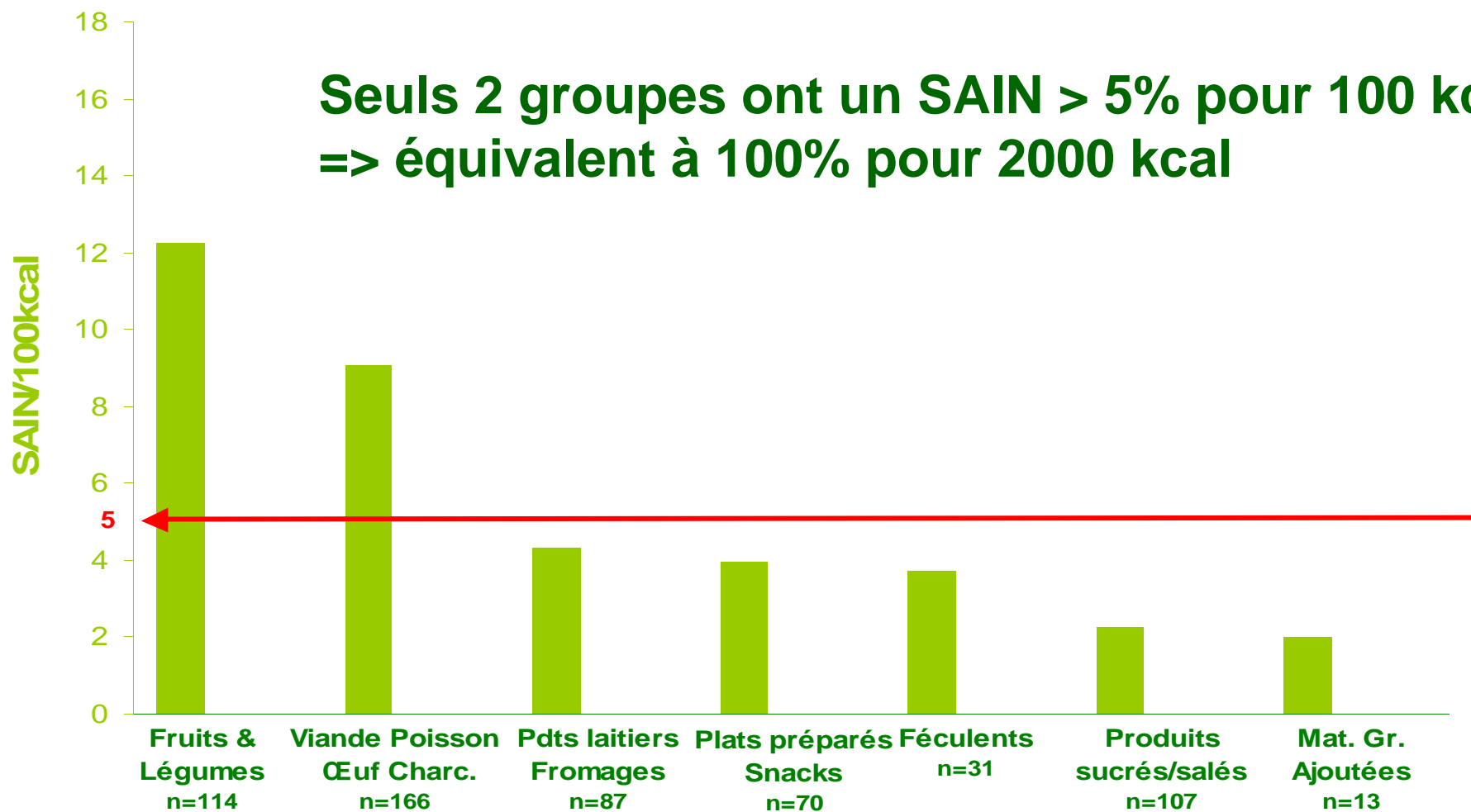
Sucres ajoutés = quantité de sucres ajoutés (en g) dans 100 g d'aliment
50g de sucres correspondent à un maximum 10% de 2000kcal

Le SAIN des groupes d'aliments (médianes)

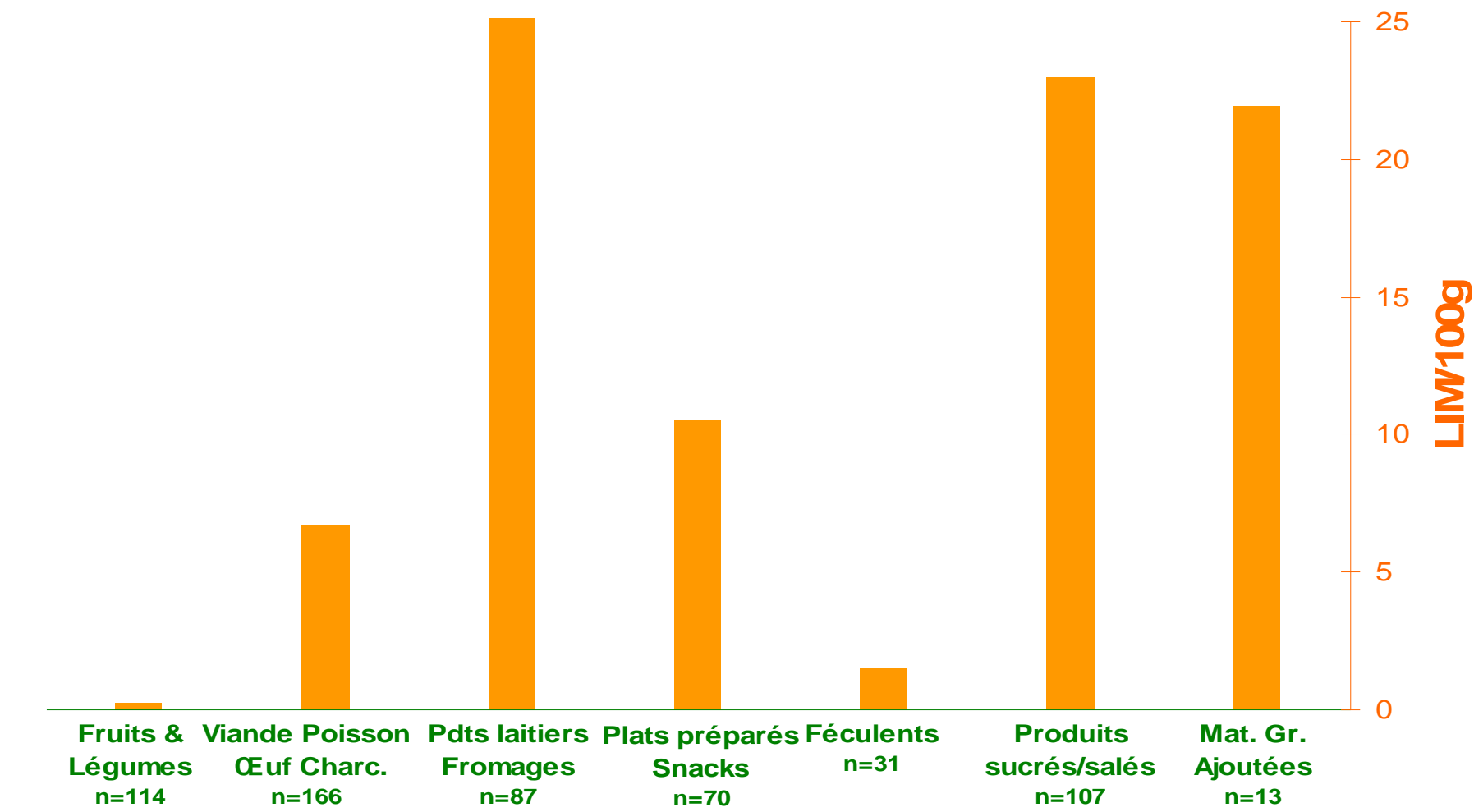


SAIN : seuil recommandé > 5

Seuls 2 groupes ont un SAIN > 5% pour 100 kcal,
=> équivalent à 100% pour 2000 kcal

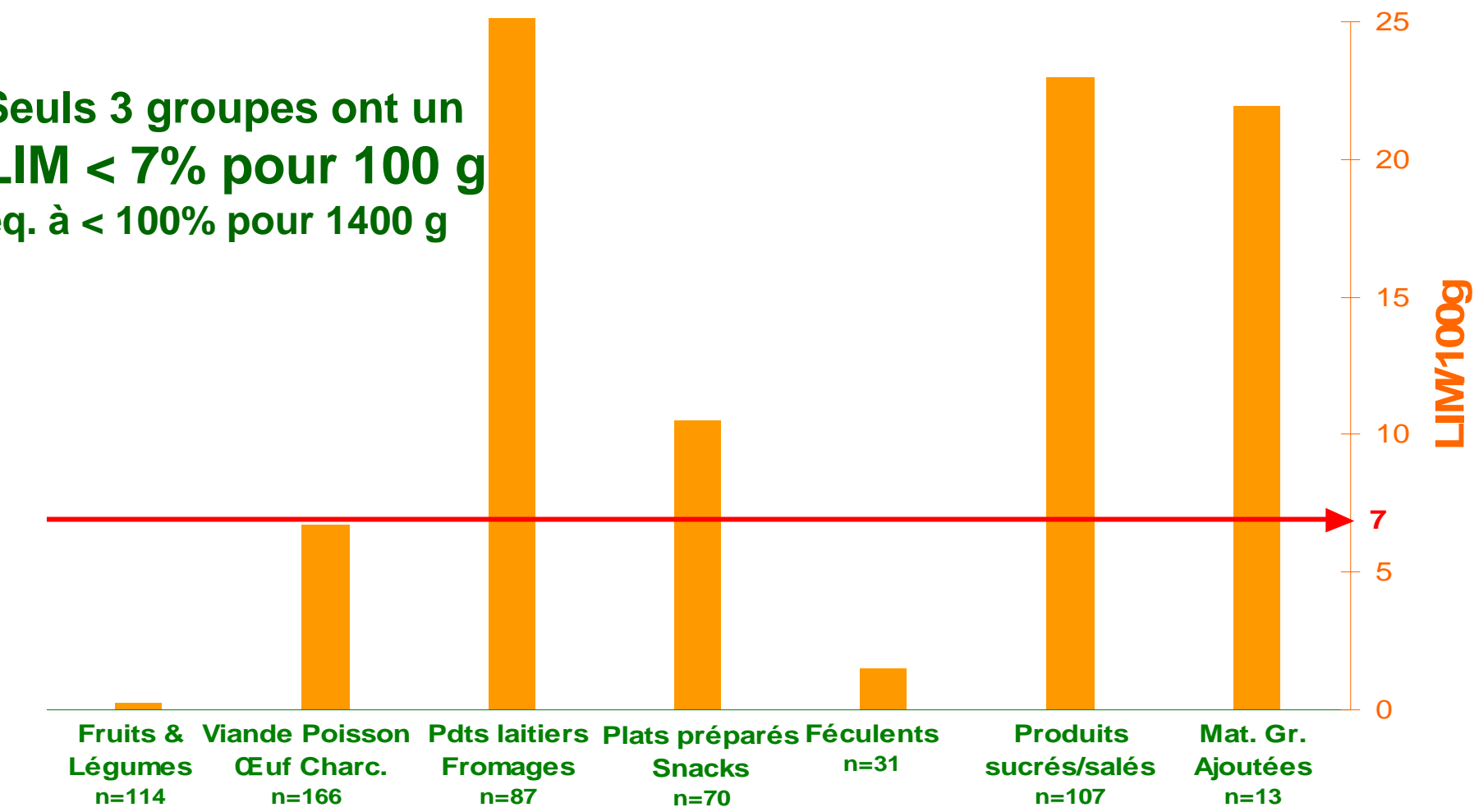


Le LIM des groupes d'aliments (médianes)

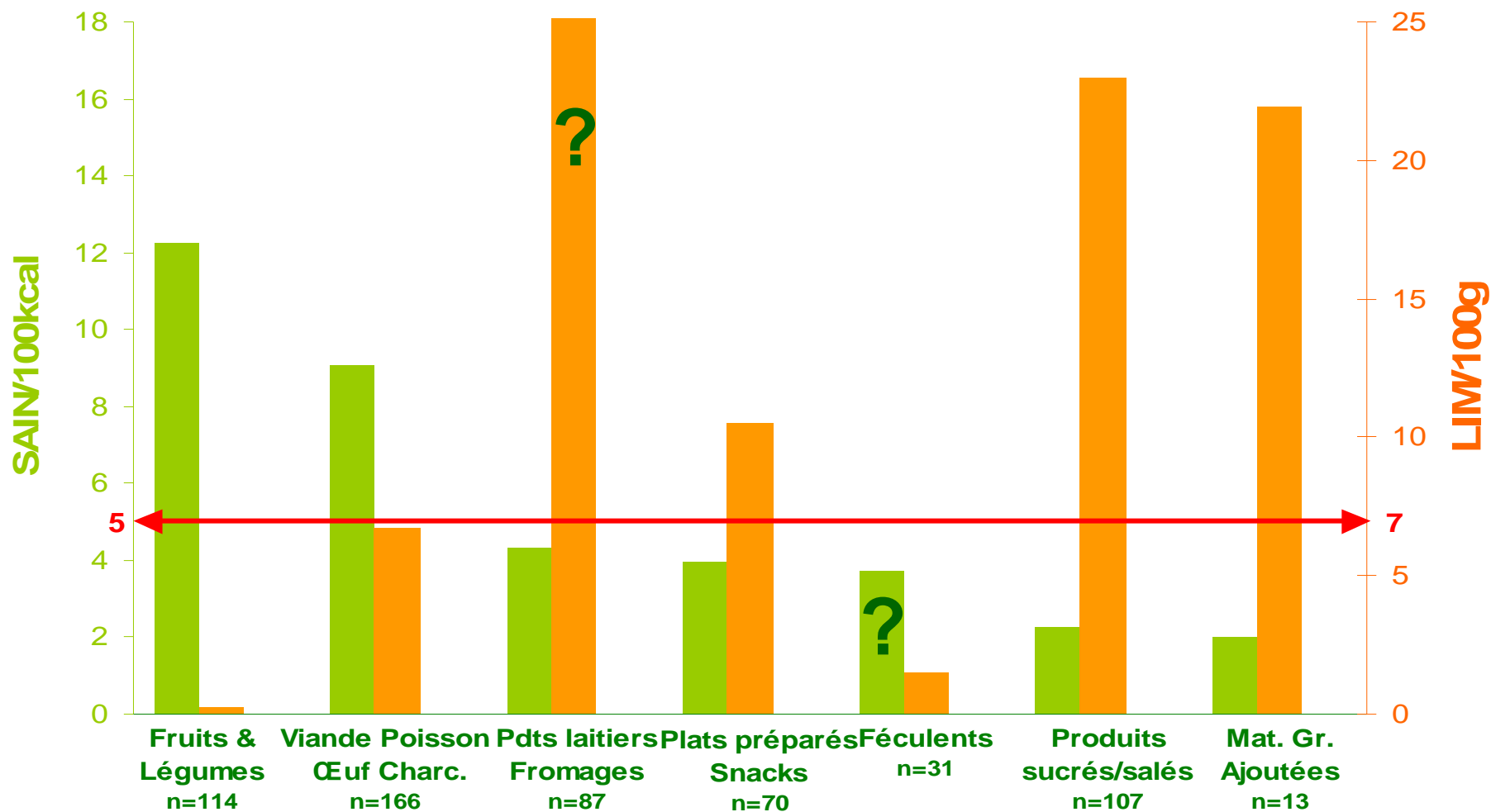


LIM :
seuil recommandé < 7

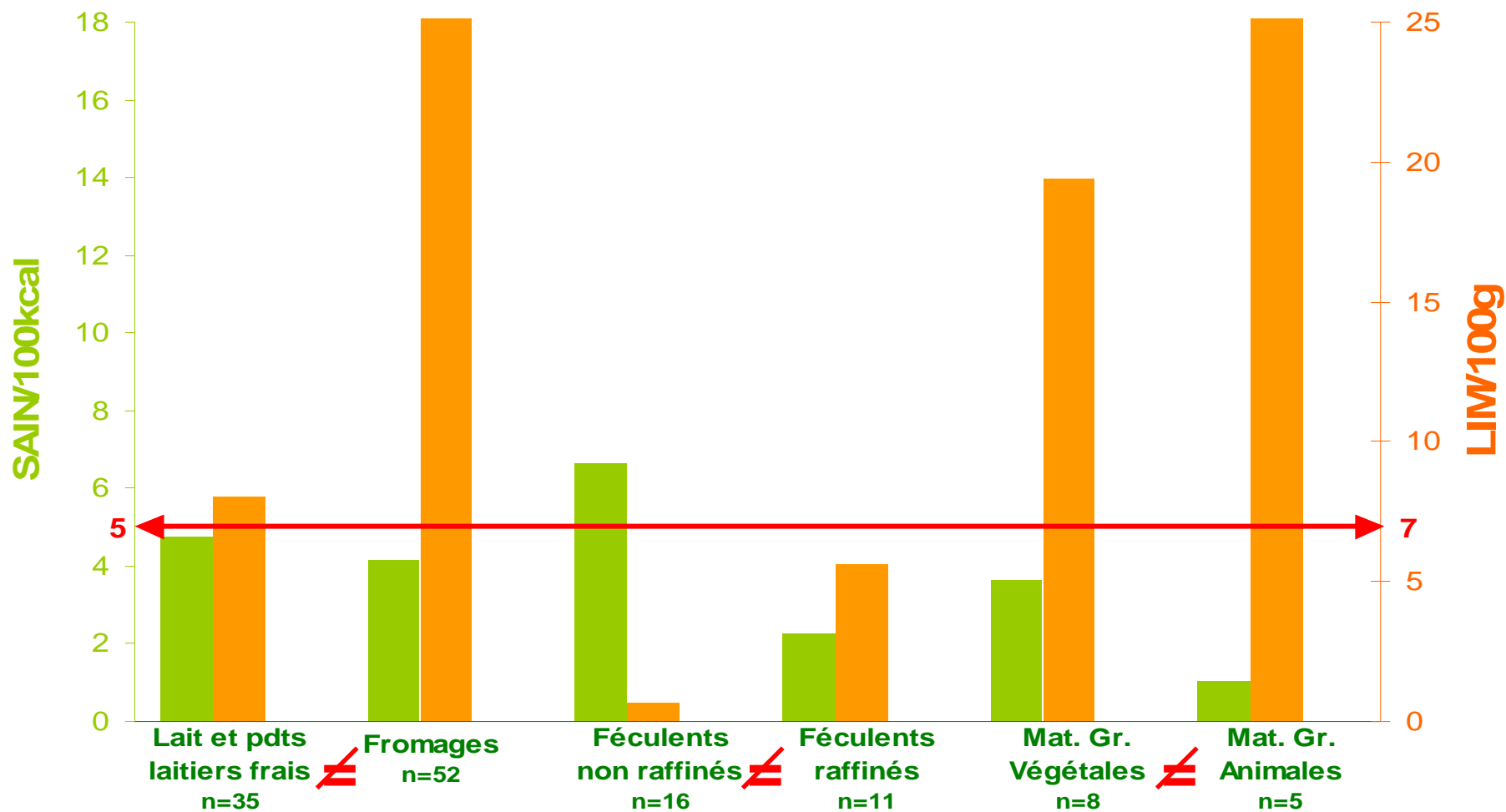
Seuls 3 groupes ont un
LIM $< 7\%$ pour 100 g
éq. à $< 100\%$ pour 1400 g



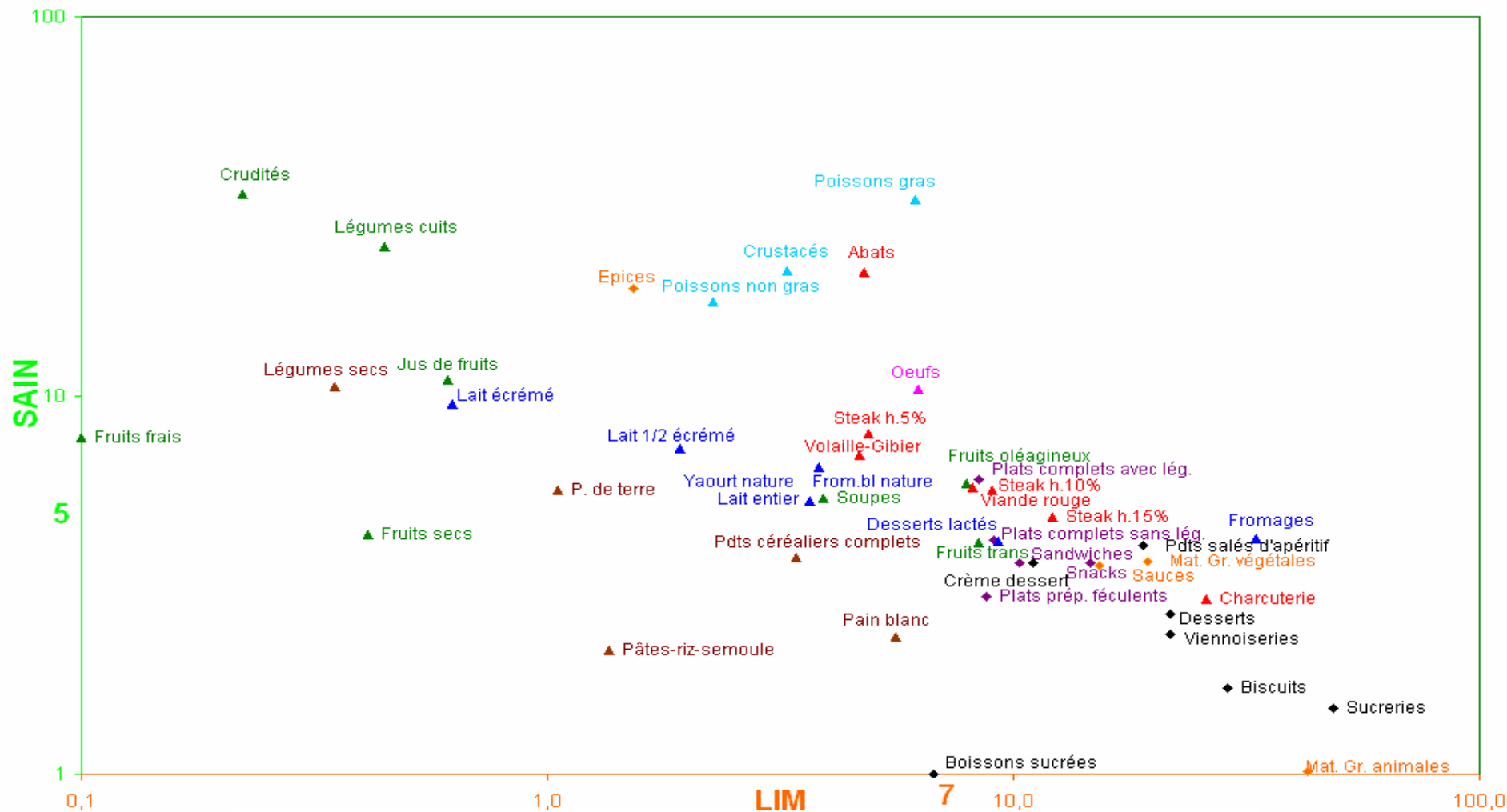
Des interrogations ...



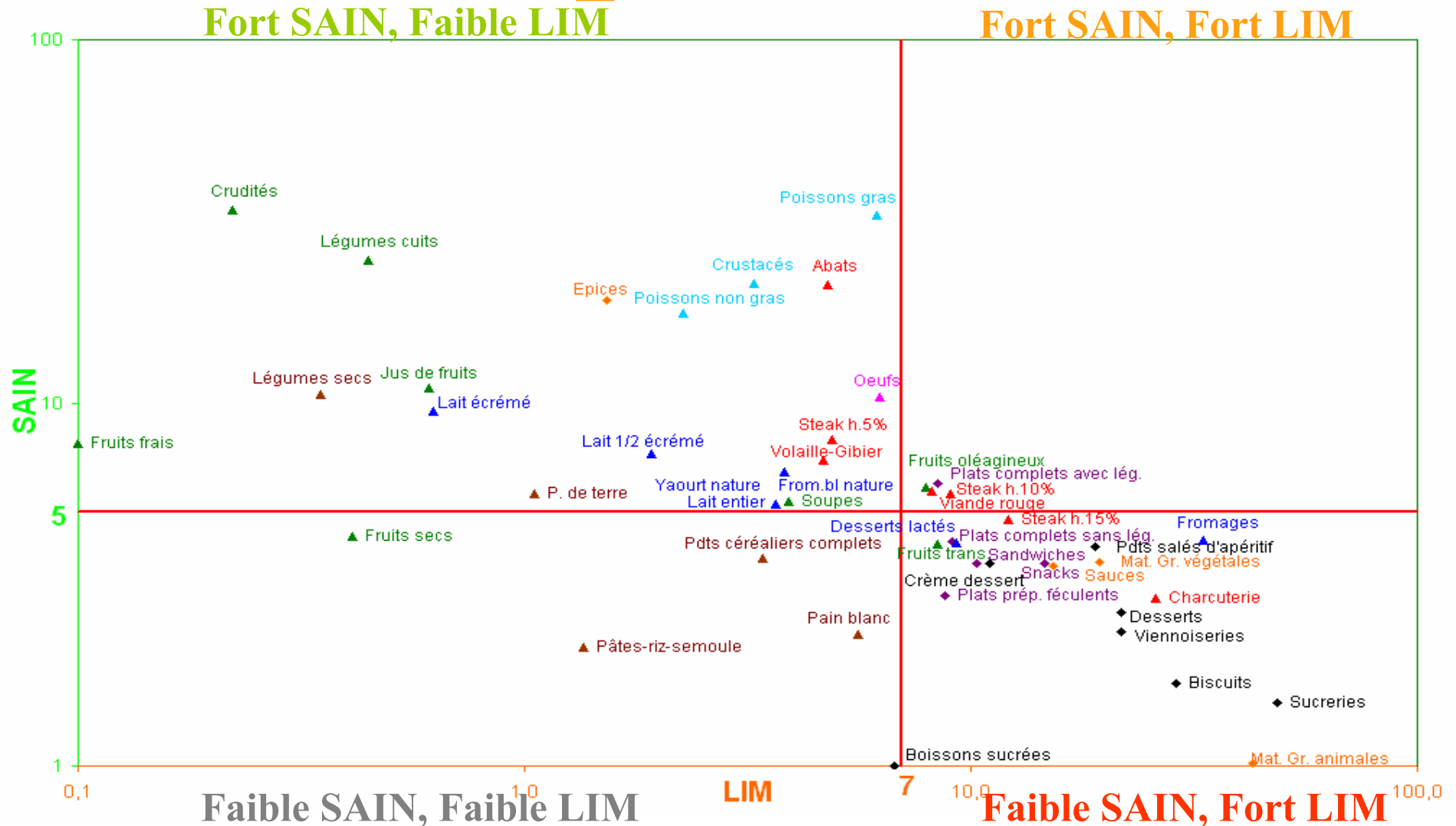
liées à l'hétérogénéité des groupes...



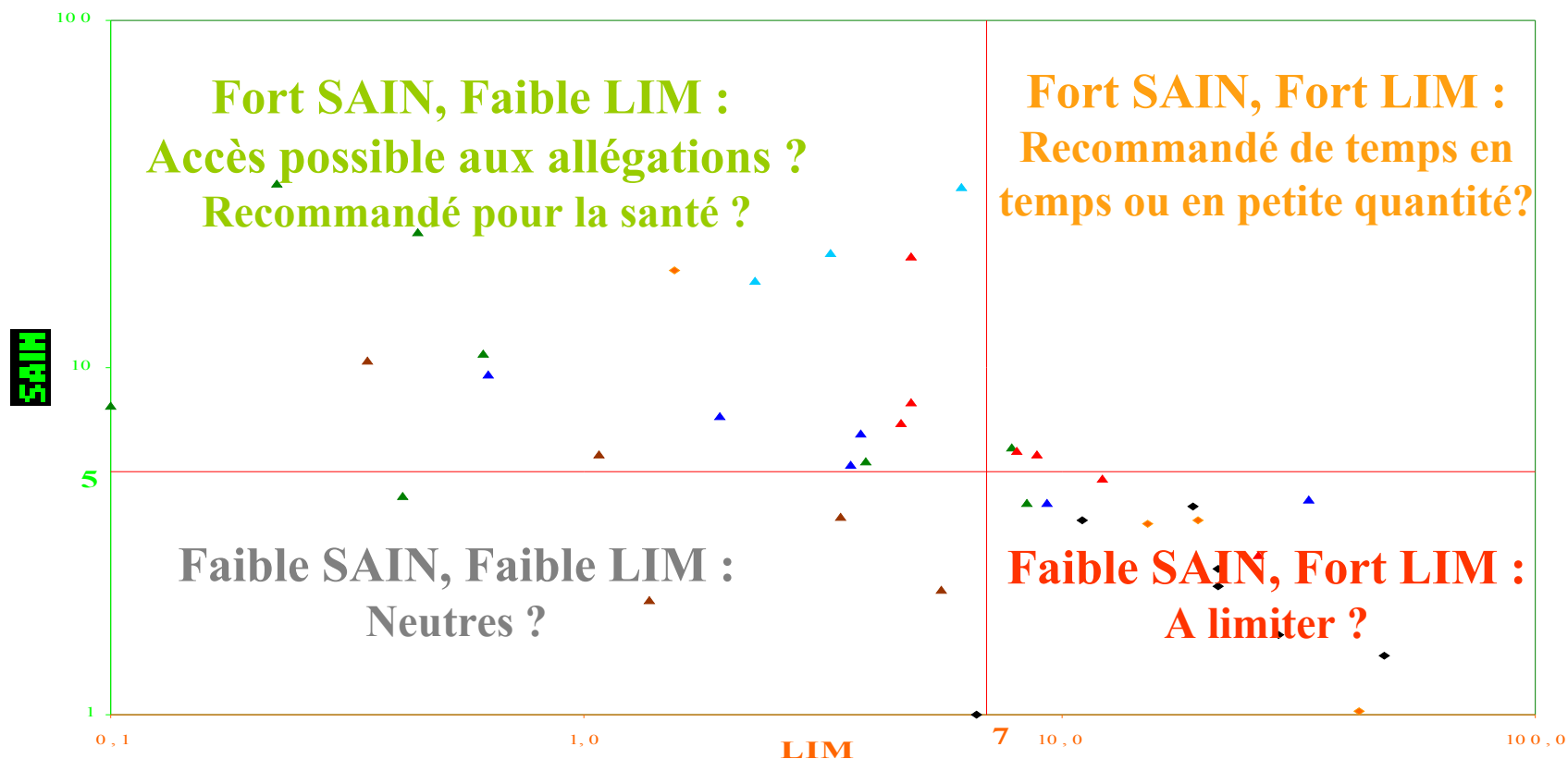
... mieux adapté aux familles d'aliments



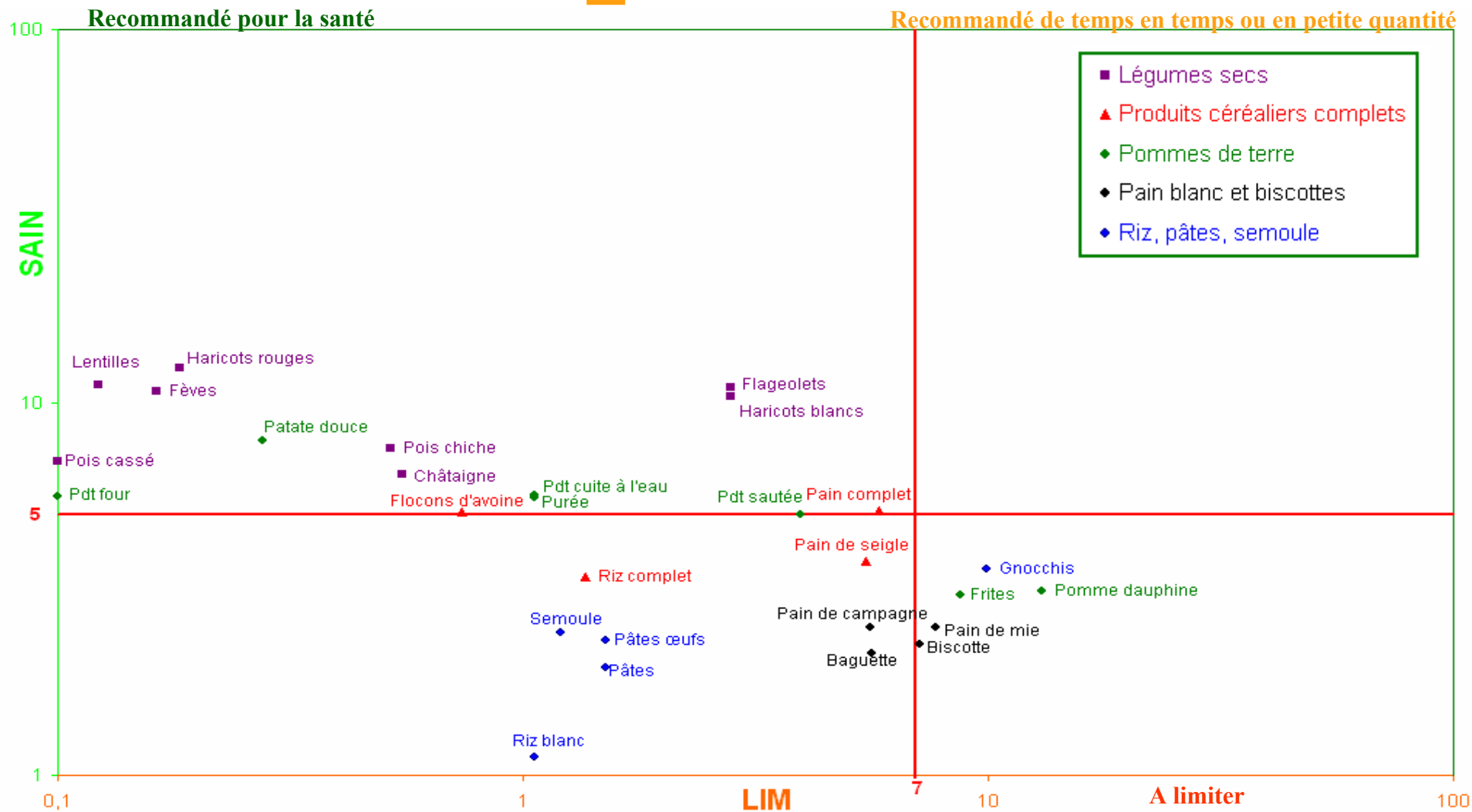
Définition de 4 classes



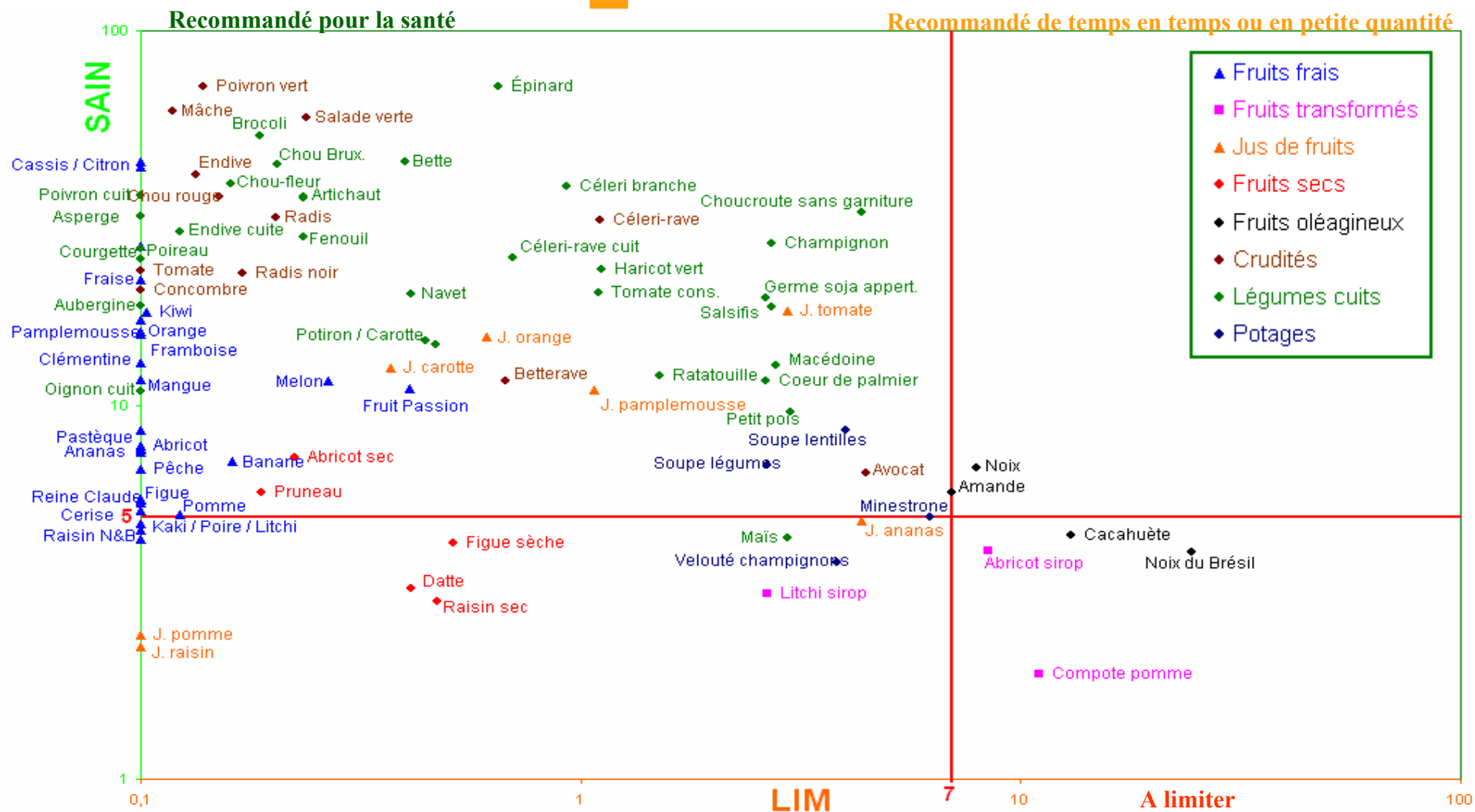
Application possible aux aliments ?



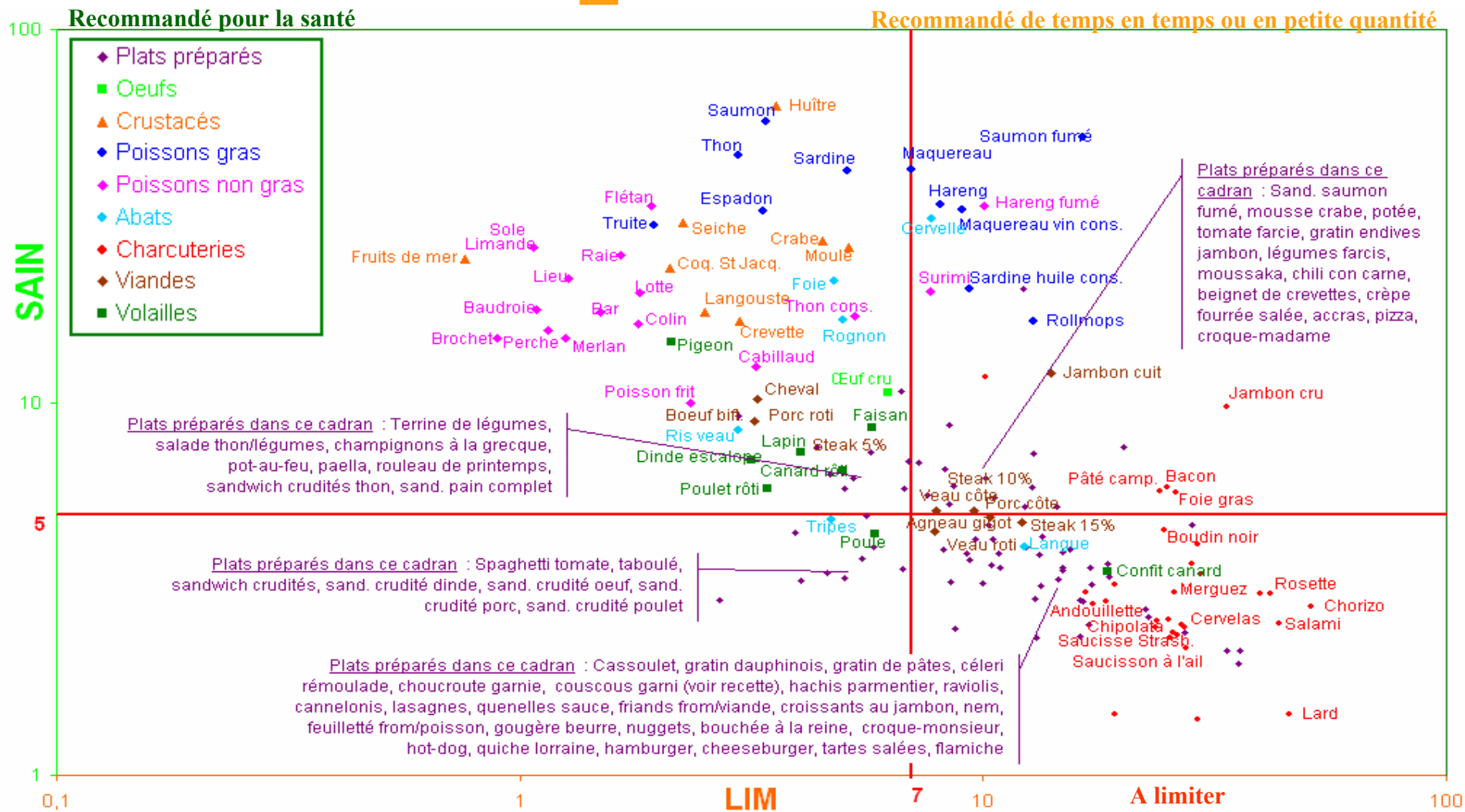
FECULENTS



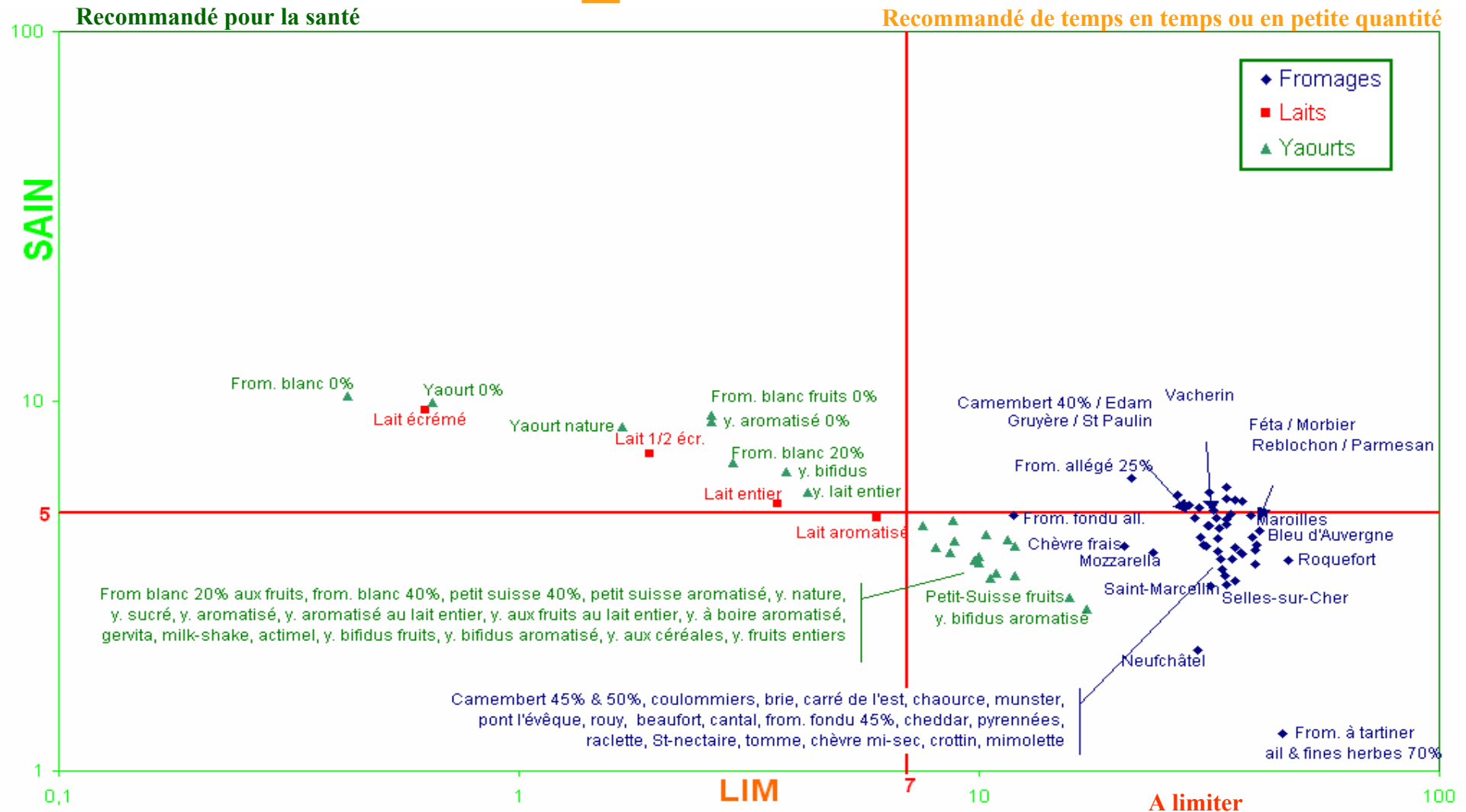
FRUITS & LEGUMES



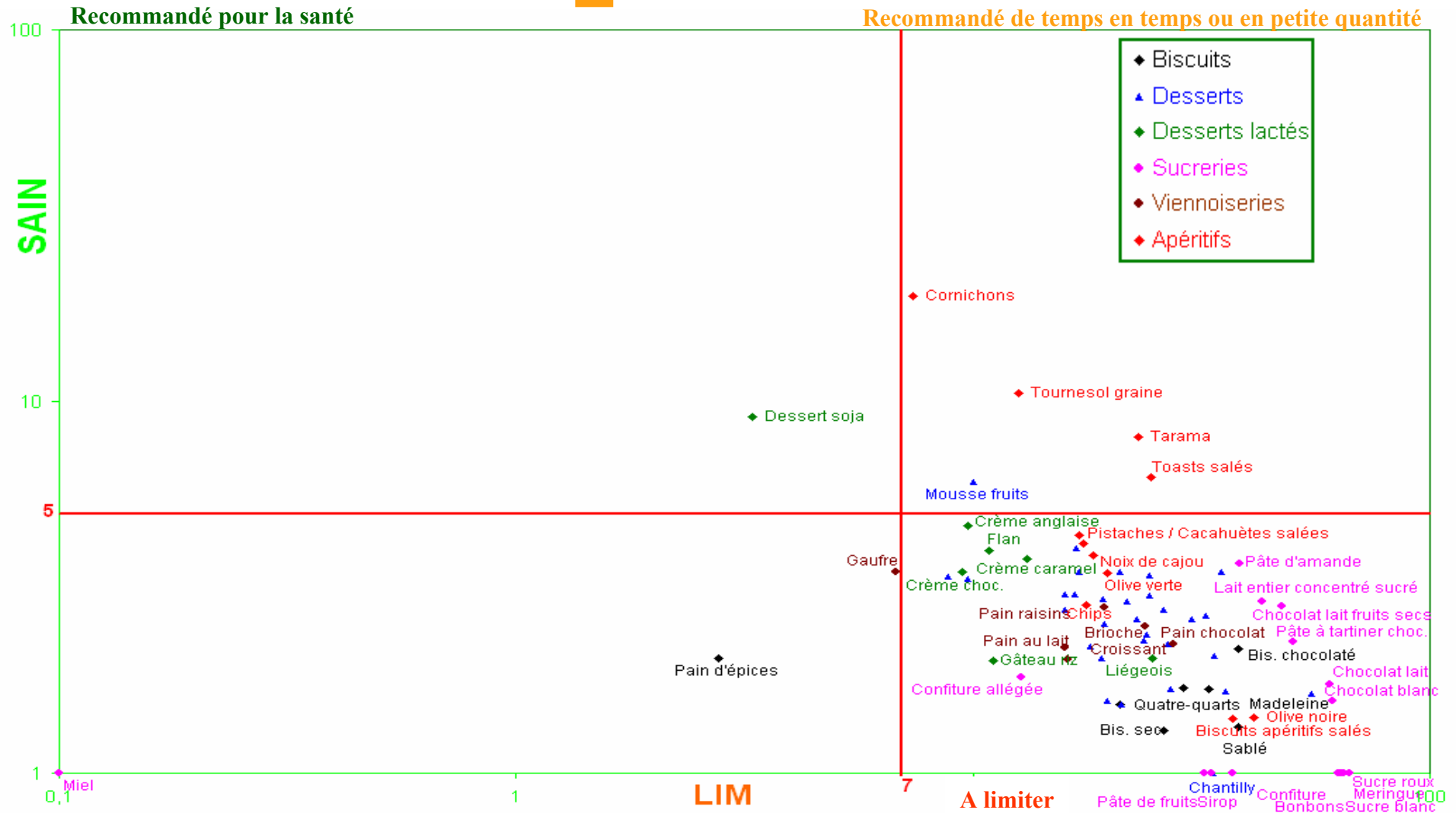
VIANDE, ŒUFS, POISSON et Plats Préparés



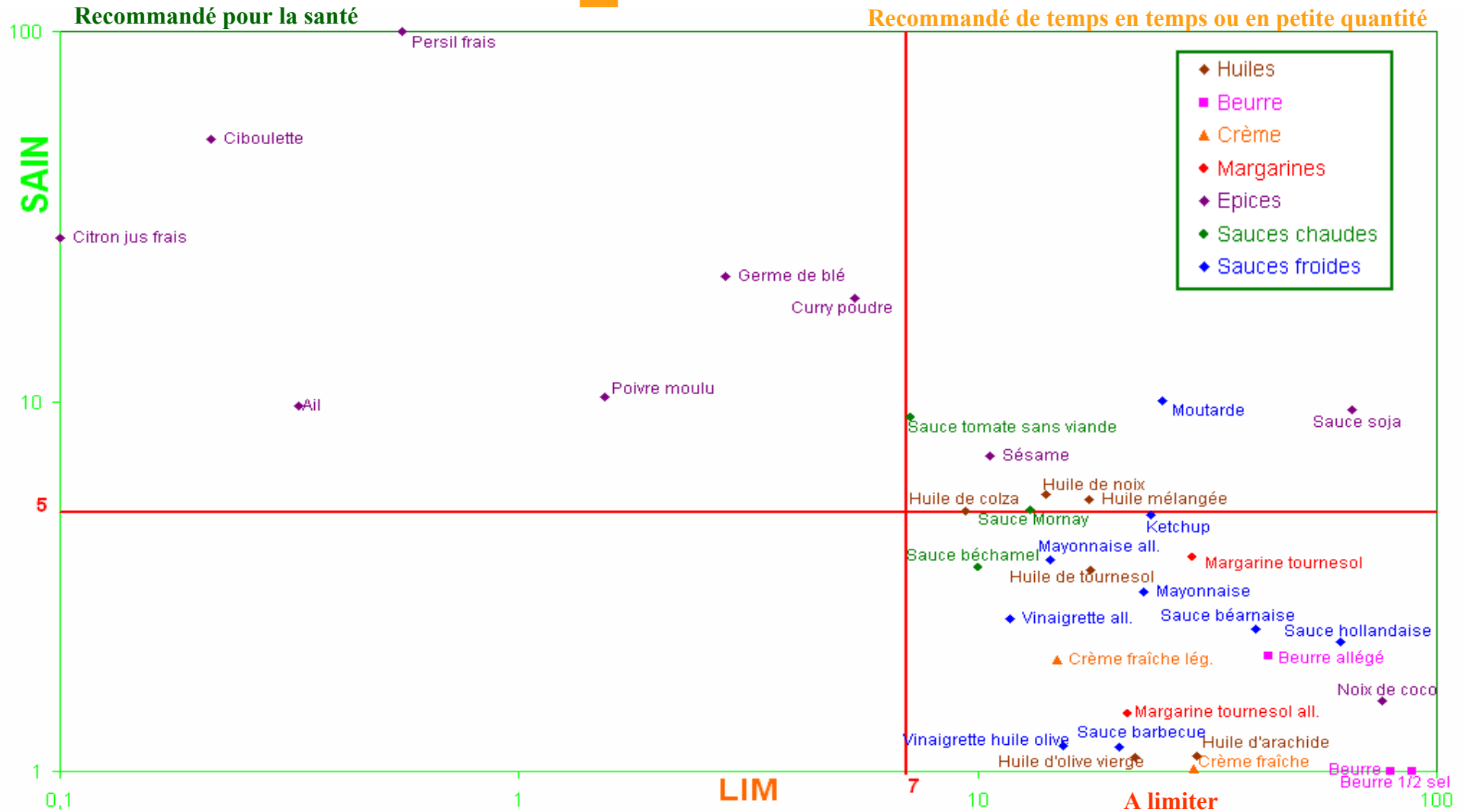
PRODUITS LAITIERS



Produits Gras Sucrés Gras Salés



Matières grasses et assaisonnements



[Le SAIN et le LIM

Un système transversal bi-dimensionnel qui permet :

- d'évaluer séparément les aspects positifs (SAIN) et négatifs (LIM) de chaque aliment
- de comparer les aliments au sein d'une même catégorie ou d'une catégorie à l'autre
- de comparer chaque aliment par rapport à des valeurs repères (SAIN>5; LIM<7)

Un système encore en évolution, mais qui pourrait être utile pour :

- le législateur (accès à la publicité, suivi chartes d'engagements PNNS...)
- les technologues (standards nutritionnels pour l'amélioration des produits)
- les professionnels de la restauration/distribution (choix des produits à référencer)
- les professionnels de santé (conseil aux patients)

A plus long terme : Un outil d'information nutritionnelle ...

pour orienter favorablement les choix des consommateurs au moment de l'achat ?

PRODUITS LAITIERS, avec SAIN 5 nutriments

