

Amélioration des apports lipidiques du menu moyen français par le choix du mode de production animale - Focus sur les produits de ruminants de la filière Bleu-Blanc-Cœur

Improvement of dietary lipid intake in the average French diet by the choice of the animal production system – Focus on ruminant Bleu-Blanc-Coeur label products

MAIRESSE G. (1), SCHMITT B. (2), FERRY C. (2), CHESNEAU G. (1), KERHOAS N. (3), MOUROT J. (4)

(1) VALOREX, La Messayais, 35210 Combourillé

(2) Centre d'Enseignement et de Recherche en Nutrition humaine, Centre Hospitalier de Bretagne Sud, F-56322 Lorient

(3) Association Bleu-Blanc-Cœur, La Messayais, F-35210 Combourillé

(4) INRA-AgroCampus Ouest, UMR 1348 PEGASE, 35590 Saint-Gilles

INTRODUCTION

L'enquête INCA2 visant à collecter les données de consommations des français a montré que les apports en acides gras, notamment saturés (AGS), athérogènes en excès (C12-C14-C16:0) ou alpha-linolénique (ALA) pour la population adulte étaient en décalage avec les Apports Nutritionnels Conseillés (ANC) établis par l'ANSES (Tressou *et al.*, 2016). Les produits animaux sont des contributeurs importants aux apports lipidiques (Anses, 2009) et leur composition en acides gras est très dépendante de la ration distribuée. Ils apparaissent donc comme des vecteurs de rééquilibrage des apports en acides gras, notamment par le choix du mode d'élevage. Cette étude vise à quantifier l'effet d'un changement de mode de production, au travers des produits animaux issus de la filière Bleu-Blanc-Cœur (BBC), sur les apports en acides gras journaliers dans le cadre d'un menu moyen français. La filière BBC vise notamment à améliorer les apports lipidiques chez l'homme en réintroduisant dans les rations animales des sources naturelles d'ALA (lin, herbe,...).

1. MATERIEL ET METHODES

Un menu moyen sur 15 jours, représentatif de la population adulte masculine, a été construit à partir de la base de données issue de l'enquête menée par le CREDOC sur les Comportements et Consommations Alimentaires en France (CREDOC, 2010). Une sélection des 92 aliments les plus consommés par les français a été réalisée. Une quantité moyenne de consommation de chacun des 92 aliments en g/j a ensuite été déterminée. Sur cette base, 2 menus types ont été construits : le premier menu (STD) comprend des produits animaux issus d'un mode de production standard ; le second (BBC) substitue ces produits animaux standards par leurs équivalents issus de la filière BBC. Le bilan des apports en acides gras de ces 2 menus est calculé en s'appuyant sur les tables de composition nutritionnelle CIQUAL (ANSES, 2013), excepté pour les produits animaux (hors poissons) pour lesquels de nouvelles références ont été établies pour les acides gras. Ces profils sont issus de la littérature scientifique existante (ANSES, 2011 ; Guillevic, 2009), et des données internes à l'Association Bleu-Blanc-Cœur recueillies de 2010 à 2013.

2. RESULTATS

Les 2 menus constitués apportent 37,2% des apports énergétiques totaux (AET) sous forme de lipides, ce qui est conforme à la littérature (CREDOC, 2010 ; ANSES, 2015 ; Tressou *et al.*, 2016). Parmi les produits animaux, les produits laitiers et fromages sont les principaux pourvoyeurs d'AGS et d'acides gras athérogènes en excès (C12-14-16:0), avec respectivement 58% et 55% des AET (Tableau 1). Pour l'ALA, les produits de ruminants représente une source non négligeable d'apports avec près de 18% des AET. Pour les AGS, les produits animaux BBC permettent de réduire de 32% l'écart entre les apports du menu STD et les ANC, dont 76,6% est attribuable aux produits laitiers et 6,3% à la viande bovine. Concernant les acides gras athérogènes la réduction est de 72% expliquée à 87,8% par les produits laitiers et 1,8% par les viandes bovines. Globalement, les produits

animaux BBC permettent d'accroître de 80% les apports en ALA, dont 17,5% attribuable aux produits laitiers et aux viandes bovines.

Tableau 1 : Apport en AGS, en acides gras athérogènes en excès (C12-14-16:0) et en ALA des menus STD et BBC.

	AGS %AET		C12-14-16 %AET		ALA %AET	
	STD	BBC	STD	BBC	STD	BBC
Produits laitiers*	9,50	8,53	6,19	4,60	0,06	0,10
Viande bovine	0,96	0,88	0,61	0,57	0,01	0,02
Viande porcine	0,44	0,42	0,31	0,28	0,01	0,04
Viande volaille	0,20	0,17	0,15	0,12	0,01	0,04
Œufs	0,43	0,40	0,32	0,31	0,01	0,04
Charcuterie	2,11	1,97	1,52	1,40	0,04	0,18
Poisson	0,10	0,10	0,06	0,06	0,01	0,01
Autres**	2,22	2,22	1,37	1,37	0,22	0,22
Total	15,98	14,71	10,53	8,72	0,36	0,65
ANC	<12		<8		1	

* Produits laitiers : beurres, crèmes, laits frais, desserts lactés et fromages ;

**Autres : huiles végétales, fruits et légumes, féculents

3. DISCUSSION

L'impact du changement de pratiques alimentaires en élevages permet une amélioration significative des apports en acides gras. Les produits laitiers BBC, et les viandes bovines dans une moindre mesure, permettent de baisser les apports en acides gras athérogènes, conformément à de précédents travaux (ANSES, 2011), mais aussi de contribuer à hauteur de 12% des ANC en ALA.

CONCLUSION

Dans une stratégie globale d'amélioration de la durabilité des systèmes de production, la consommation de produits de ruminants BBC permet une réduction significative des apports en AGS et acides gras athérogènes chez l'homme. Les différents produits animaux issus d'un mode de production adéquat combinés aux recommandations du Programme National Nutrition Santé notamment par le choix des huiles végétales dans les menus, sont complémentaires pour se rapprocher davantage des ANC.

Ces travaux ont été financés par l'ANR 12-ALID-0003, AGRALID.

ANSES, 2009. Étude individuelle nationale des consommations alimentaires 2 (Inca 2) 2006-2007. Maisons-Alfort, France.

ANSES, 2011. Impact des pratiques en alimentation animale sur la composition en acides gras des produits animaux destinés à l'Homme. Paris, France. 1-274.

ANSES, 2013. <http://www.afssa.fr/TableCIQUAL/>

ANSES, 2015. Apports en acides gras de la population vivant en France et comparaison aux apports nutritionnels conseillés définis en 2010. Maisons-Alfort, France.

CREDOC, 2010. Base de données Comportements et consommations alimentaires en France (CCAF).

Tressou J., Pasteau S., Dartinet S.D., Simon N., Le Guillou C. 2016. OCL. DOI: 10.1051/oc/2016001.

Guillevic, 2009. Effets des acides gras n-3 sur la construction de la qualité nutritionnelle de la viande de porc et sur le métabolisme des lipides, Thèse. Agrocampus Ouest.