



HAL
open science

Contexte alimentation durable

Jacques Mourot

► **To cite this version:**

Jacques Mourot. Contexte alimentation durable. Séminaire Means 2015, Nov 2015, Paris, France.
hal-01455910

HAL Id: hal-01455910

<https://hal.science/hal-01455910v1>

Submitted on 5 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.



Nutrition et environnement

Jacques Mourot
UMR 1348 PEGASE
Centre de Rennes

jacques.mourot@rennes.inra.fr



Recommandations alimentaires par IANSES

Pour les lipides et plus particulièrement les acides gras polyinsaturés:

	souhaits	consommés
AG n-6: diminuer la consommation	10 g/j	18 à 20 g
AG n-3: augmenter la consommation		
précurseur n-3 ALA C18:3 n-3	2 g/j	0,7 à 0,8 g
dérivés longues chaînes		
EPA C20:5 n-3	0,5 g/j	0,25 g
DHA C22:6 n-3		
Rapport : n-6/n-3	5	15 à 30

ALA : acide -linoléique

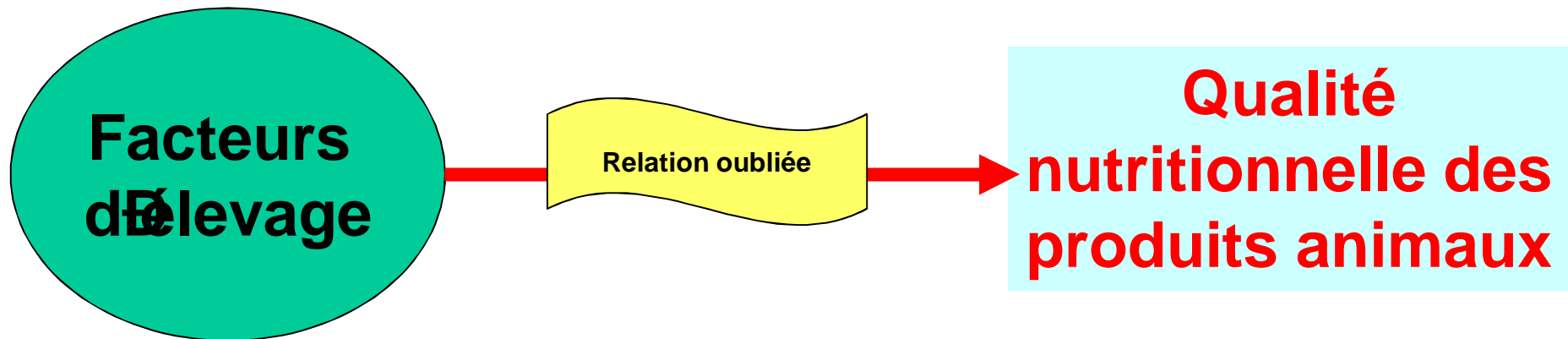
EPA : acide 56 eicosapentaénoïque

DHA : acide docosahexaénoïque

Solutions

Changer un peu les habitudes alimentaires: huile de colza à la place de l'huile de tournesol

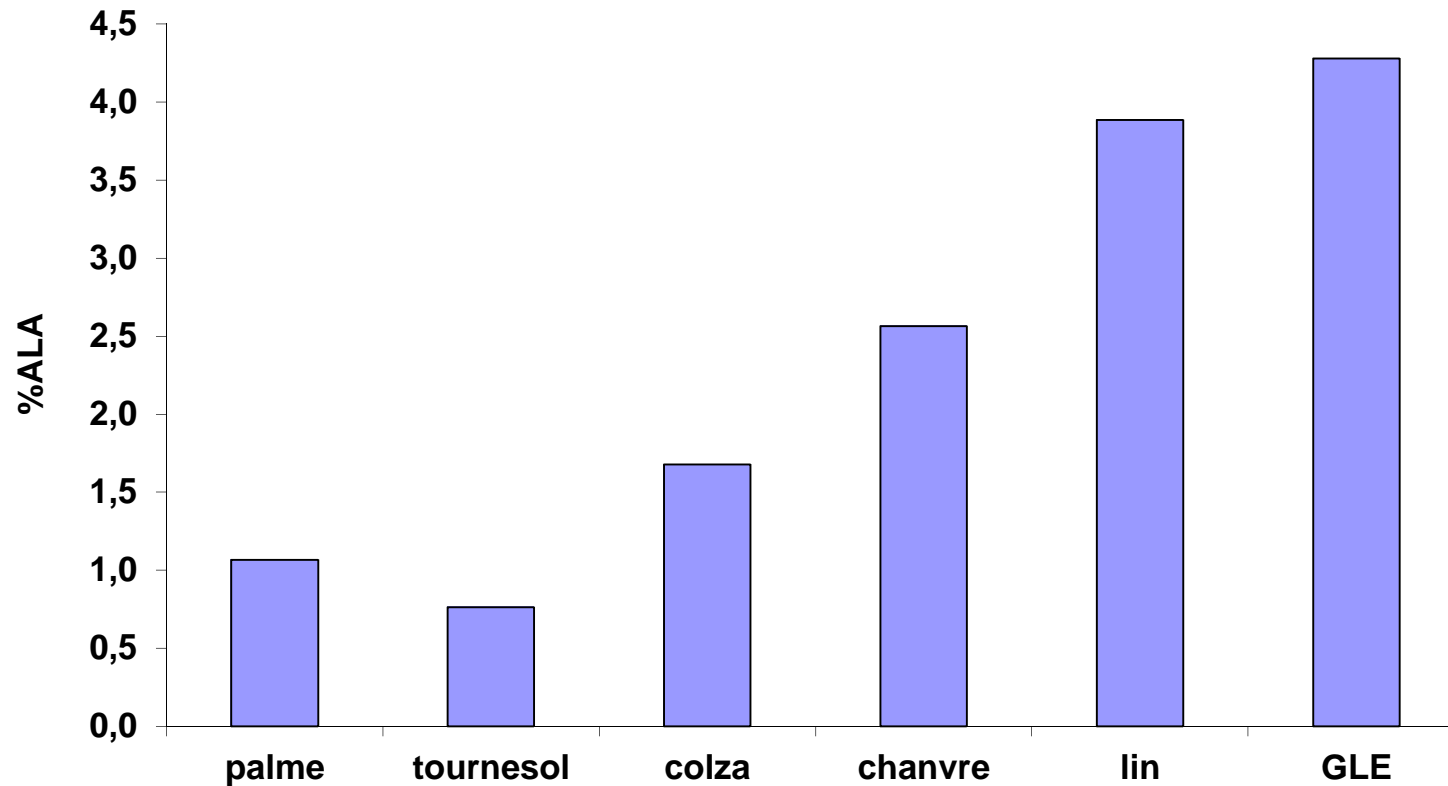
Vecteur animal: 60 % des acides gras n-3 sont déjà apportés dans l'alimentation humaine par les produits animaux



Utilisation de cette particularité pour orienter la production en fonction de la qualité nutritionnelle recherchée

AGRICULTURE A VOCATION SANTE

Faisabilité déjà bien connue avec l'utilisation de graines de lin extrudées (GLE) ou d'autres sources alimentaires riches en AG n-3



ALA g/kg aliment

0,61

0,67

2,02

3,43

5,19

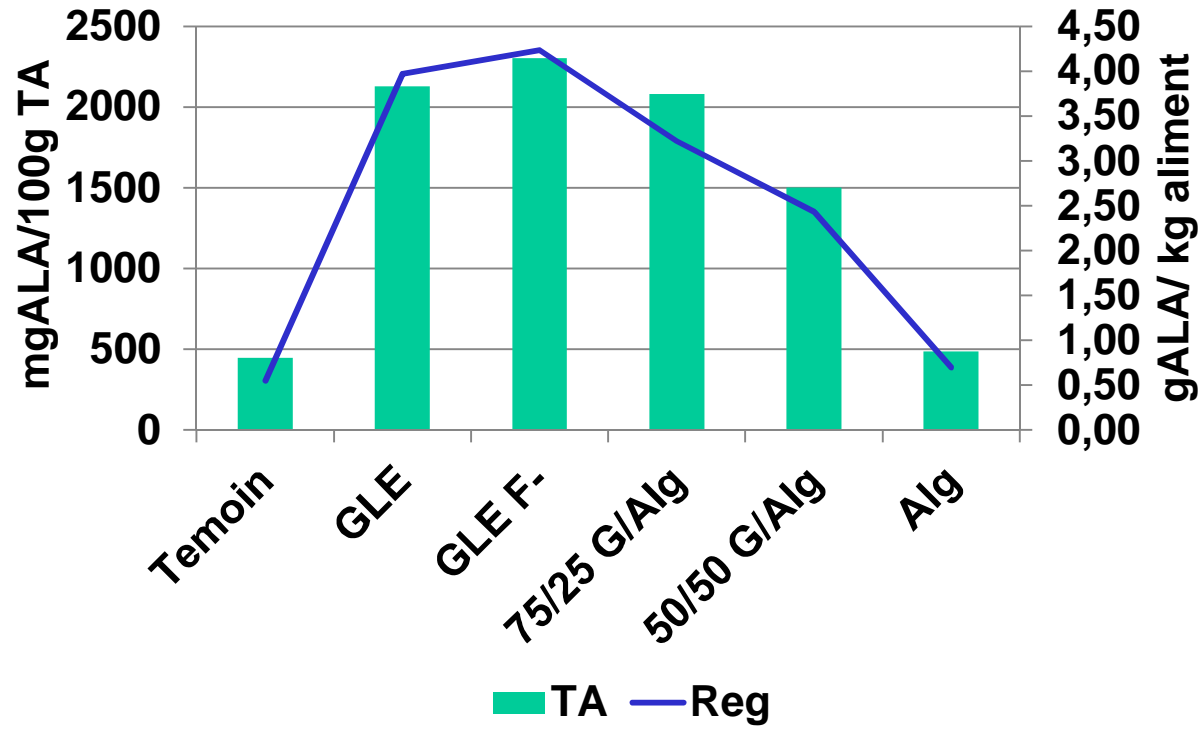
5,75

Il faut aller plus loin

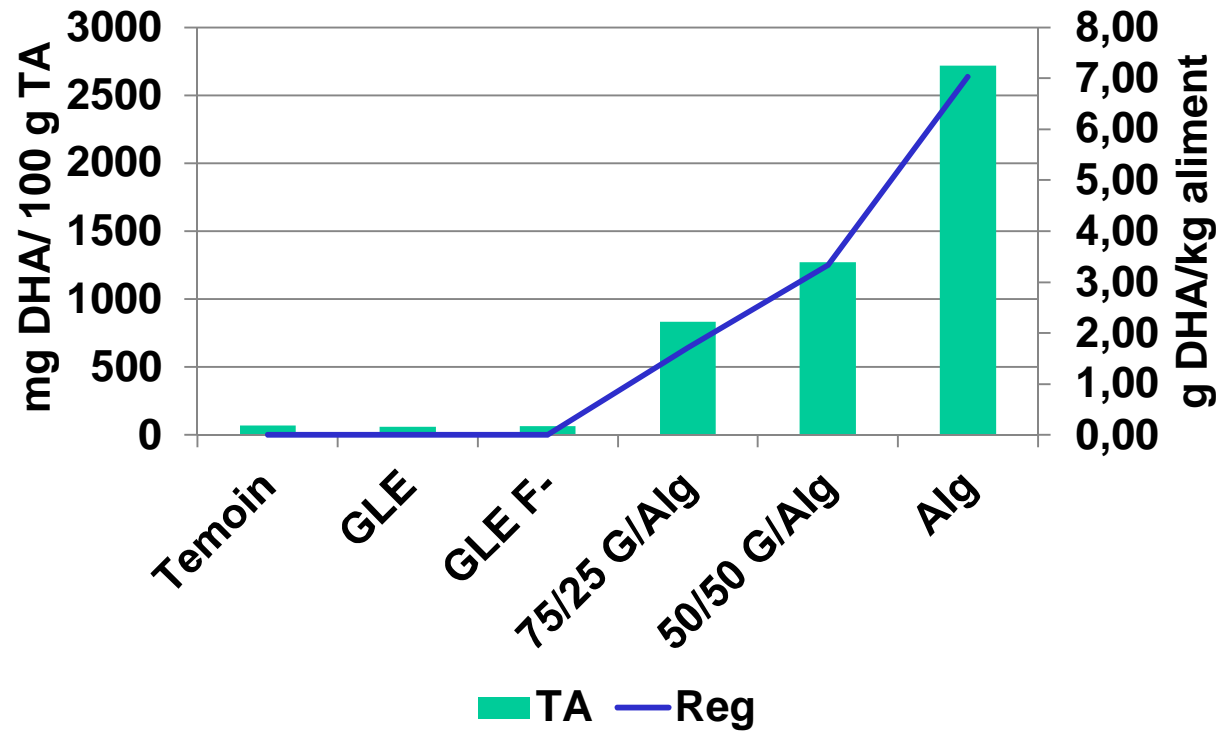
Projet ANR AGRALID

- Repenser les menus de l'homme
- Augmenter l'efficacité de dépôts des n-3
- Elevage, apport de DHA, via des micro-algues
- Evaluation environnementale par ACV de menus et pratiques d'élevage
- Acceptation du consommateur et du producteur
- Outil de décision: choix nutritionnel et/ou environnemental
- **Accessibilité des produits à tous**
- **Ne pas modifier les habitudes alimentaires**

ALA dans le tissu adipeux



DHA dans le tissu adipeux



Conclusions provisoires AGRALID

Résultats prometteurs pour mieux équilibrer les acides gras dans l'assiette du consommateur

La plupart des produits enrichies sont jugés bons en analyse sensorielle

Enrichissement en AG n'augmente pas les impacts environnementaux des produits

Les produits filières sont ceux préférés par les consommateurs

La plupart des producteurs sont intéressés par la démarche si l'explication est bien faite