

AAF : Séance publique du 5 avril 2023

Quelques mots de conclusions

Claire Bourlieu-Lacanal, Présidente du GLN, Vice-présidente SFEL, CRCN INRAE, UMR IATE, Montpellier ;
Philippe Besnard, Membre du CA GLN et Membre de l'Académie d'Agriculture, Professeur UMR 1231 Lipides/Nutrition/Cancer, Dijon ;
Anaïs Boeglin, Membre du CA GLN, Responsable des Affaires Réglementaires & Nutrition, Lesieur, Paris ;
Leslie Couëdelo, Membre du CA GLN, Chef de projet ITERG - Institut des Corps Gras, Bordeaux ;
Marie-Caroline Michalski, Membre du CA GLN, DR INRAE, Laboratoire CarMeN - Cardiovasculaire Métabolisme diabétologie et Nutrition (Inserm U1060, INRAE UMR1397, Université Claude Bernard Lyon 1) ;
Jennifer Michaud, Secrétaire générale GLN, Chargée d'affaires réglementaires – FNCG, Paris ;
Elodie Tormo, Membre du CA GLN, Chargée de mission Alimentation, Nutrition & Santé chez *Terres Univia*, Paris ;
Laetitia de Souza, Vice-présidente du GLN, Responsable Nutrition & Affaires Réglementaires, St Hubert.

Les huiles et corps gras végétaux constituent des vecteurs privilégiés d'acides gras diversifiés et notamment des deux grands précurseurs des familles métaboliques oméga 3 et 6, l'acide alpha-linolénique et l'acide linoléique, indispensables à la santé humaine. La diversité des huiles et corps gras qui nous sont proposés contribue à l'équilibre dans nos apports en différents acides gras (oméga 9, 6 et 3, acides gras saturés...). Cette diversité permet aussi sensoriellement une complémentarité d'usages puisque ces huiles constituent à la fois des précurseurs et des solvants de la plupart des molécules aromatiques hydrophobes (Morin et Pagès-Xatart-Pares, OCL, 2012). Les corps gras renfermant davantage d'acides gras saturés interviennent aussi dans la texture et l'acceptabilité sensorielle de nombreux produits. Les huiles et corps gras végétaux sont des produits de grande consommation, très présents au cœur des foyers français (INCA 2). Longtemps grands consommateurs d'huile de tournesol (42% des volumes de ventes en 2011 et 40 % en 2021, données NIELSEN), les français consomment également de l'huile d'olive (26% des volumes de ventes en 2021), des huiles combinées (11%) et de l'huile de colza (10 %). De façon plus discrète, ils consomment et citent aussi dans leur consommation (données INCA 3, courtoisie de B. Buaud et L. Couëdelo) des huiles de niche telles que les huiles de noisette, noix, lin, pépins de raisin, pépins de courge, élargissant ainsi la palette des « couleurs » disponibles pour contribuer aux 35-40% des apports énergétiques totaux couverts par les lipides recommandés chez l'adulte (ANSES, 2011). Bien que l'équilibre dans la consommation de sources d'acides gras oméga 6 et 3 au sein de la population française (la cible de rapport oméga 6/3 étant de 4) se soit largement amélioré entre 1960 et 2000 (Duru, OCL, 2019) et que les huiles et corps gras végétaux ne constituent qu'une fraction des aliments vecteurs (environ deux tiers des lipides étant amenés dans la diète par les aliments et non sous forme « libre » d'huile ou corps gras), une attention particulière et continue doit être prêtée à cette recherche d'équilibre. En effet, l'étude INCA 3 a démontré que ce ratio oméga 6/3 demeurerait très déséquilibré en faveur des oméga 6, notamment chez les jeunes (4-17 ans, Chuy et al., Journées Chevreul, 2023). En ce qui concerne la production, la France, terre agricole, peut s'enorgueillir d'être le premier producteur européen d'huiles végétales. Notre pays est grand producteur de colza et contribue également à la production européenne de tournesol, soja ou encore d'olive (bien que loin derrière les pays voisins européens méditerranéens tels que l'Espagne ou l'Italie pour cette dernière). Derrière ces productions importantes ou historiques, des petites filières d'espèces adaptées aux transitions climatiques et environnementales se développent (chia, cameline, lin...), illustrant que la résilience inclut une notion de biodiversité cultivée puis transformée et que du champ au régime, la diversité des huiles et corps gras végétaux est gage d'équilibre.

Références :

Anses. 2011. Actualisation des apports nutritionnels conseillés pour les acides gras. Rapport d'expertise collective. Disponible sur <https://www.anses.fr/fr>.
Chuy, V., Augoyard E., Buaud B., Féart C. Fatty acid intakes among children in France: data from the INCA 3 survey. Présentation orale. Journées Chevreul 2023, Paris.
Duru M. 2019. Trends in agri-food choices for health since the 1960s: the case of fatty acids. OCL 26: 44. doi.org/10.1051/ocl/2019038

Morin O, Pages-Xatart-Pares X. 2012. Huiles et corps gras végétaux : ressources fonctionnelles et intérêt nutritionnel. OCL 19(2) : 63-75. doi : 10.1684/ocl.2012.0446