

Comment favoriser l'évolution des comportements vers une alimentation plus durable ?

Le Fonds français pour l'alimentation et la santé (FFAS) a organisé, le 30 mars 2021, sa première conférence sur la thématique « alimentation et environnement ». Le FFAS a toujours traité l'alimentation sous l'angle de la santé, tout en y intégrant les dimensions sociales et culturelles, psychologiques et affectives, économiques. Mais aujourd'hui, il faut aussi raisonner en tenant compte des questions liées à l'environnement, telles que l'impact environnemental de notre alimentation. De récentes études ont montré qu'une évolution de nos habitudes alimentaires pourrait le réduire très significativement. Cependant, une alimentation de faible impact environnemental n'est pas automatiquement de bonne qualité nutritionnelle et n'est pas forcément acceptable culturellement ou accessible financièrement. Alors, comment favoriser l'évolution des comportements vers une alimentation plus durable ?

Nicole Darmon, directrice de recherche INRAE, s'est intéressée aux études permettant d'identifier la façon dont les choix des consommateurs peuvent améliorer la durabilité de leur alimentation. Elle s'est penchée sur la question de la compatibilité des différentes dimensions de l'alimentation durable. A partir de comportements observés, il est possible de proposer des chemins d'évolution vers une alimentation plus durable. Une hiérarchisation similaire des catégories d'aliments selon le coût et l'impact carbone montre une certaine proximité entre une alimentation abordable et une alimentation à faible impact environnemental. Toutefois, cette analyse doit nécessairement inclure la dimension nutritionnelle pour ne pas risquer d'orienter les choix alimentaires vers des produits gras, sucrés, salés. Ces produits, en effet peu coûteux et de faible impact environnemental, sont défavorables à notre santé s'ils sont consommés en excès. Concrètement, pour concilier nutrition, budget et environnement un rééquilibrage alimentaire s'impose. Il consiste à consommer davantage de légumes secs et de produits céréaliers, à augmenter la consommation de légumes et fruits, et à réduire la consommation de viande de ruminant au profit des viandes blanches. Une alimentation durable est donc diversifiée, flexitarienne et frugale.

Dès lors que le chemin vers plus de durabilité est indiqué, il semble important de développer des systèmes d'information pour guider les consommateurs mais aussi inciter les producteurs à concevoir une offre alimentaire plus durable. C'est l'enjeu de l'affichage environnemental qui fait actuellement l'objet d'une expérimentation nationale, présentée lors de cette web conférence par Flore Nougarede, cheffe de projet ADEME. L'objectif de l'expérimentation en cours est d'évaluer les effets de cet affichage sur les choix des consommateurs et de les orienter vers une consommation alimentaire plus respectueuse de l'environnement. Cette expérimentation devra apporter des éclairages sur les différents choix techniques et politiques à mettre en œuvre (méthodes de calcul, formats d'affichage...) et débouchera sur des recommandations pour une information lisible, fiable et objective sur les produits alimentaires. Un rapport sera rendu à l'automne 2021.

La conférence a une nouvelle fois rappelé la multidimensionnalité de l'alimentation et soulevé les problématiques scientifiques de l'alimentation durable. Il existe plusieurs leviers d'action pour réduire les impacts environnementaux de notre alimentation. Un rééquilibrage des assiettes vers une végétalisation adaptée à chacun et une meilleure information environnementale des produits alimentaires favoriseront la transition vers plus de durabilité.

L'intégralité de la conférence peut être consultée sur le site internet du FFAS :

<http://alimentation-sante.org/>

Service de Presse du Fonds Français pour l'Alimentation et la Santé :

Vivactis Public Relations - Houney Touré Valogne

LD : 01 46 67 63 55 – Port : 06 10 80 72 96

h.toure-valogne@vivactis-publicrelations.fr