

# Le développement durable dans tous les domaines de l'alimentation: une tâche complexe

Le principe «Penser globalement, agir localement» acquiert une énorme importance, puisque la notion de développement durable se superpose à toutes les questions actuelles sur l'alimentation. De plus, les prestataires et les consommateurs sont souvent désorientés au moment de décider et d'agir. Le sujet est si complexe qu'il empêche toute aide et recommandation claire dans la vie quotidienne. Cependant, comparées à celles de la mobilité ou de l'habitat, les conséquences du choix des aliments sont relativement minimales. En effet, la production et la préparation des produits alimentaires ne représentent qu'un cinquième environ de l'impact sur l'environnement provoqué par nos actes de consommation.



**Christian Ryser**  
Directeur, Société suisse de nutrition SSN

Un environnement intact est la condition absolue pour avoir un système alimentaire mondial durable. Des recommandations alimentaires générales ne suffisent pas toujours à satisfaire aux exigences du développement durable en plus de celles de la santé. Par exemple, les denrées alimentaires fraîches non transformées ne contiennent a priori pas plus de vitamines et de minéraux que les produits qui ont été transformés en préservant leurs qualités nutritionnelles. Par conséquent, les denrées produites dans des conditions proches de la nature ne sont ni meilleures pour la santé ni plus sûres que celles issues de la production traditionnelle. Il faut simplement préciser que les aliments biologiques sont produits avec moins d'additifs et de résidus et que certains nutriments y figurent parfois en quantité supérieure. Il existe, cependant, de nombreuses autres motivations importantes (p. ex. l'impact sur l'environnement de la production et de la distribution des denrées alimentaires) pour acheter des produits régionaux, saisonniers ou fabriqués artisanalement.

## L'embaras du choix

La production agricole traditionnelle répond, en Suisse, à des normes très exigeantes en matière de préservation de l'environnement. Les aliments et la méthode de production que l'on veut soutenir découlent du choix personnel de chacun. L'influence sur la santé dépend essentiellement de la quantité de calories et de la teneur en graisse, en sucre et en fibres des aliments consommés et non pas de leur mode de production. Concrètement, par exemple, les fruits et les légumes contiennent de nombreux micronutriments et substances végétales secondaires qui s'accompagnent de divers effets bénéfiques sur la santé; c'est pourquoi leur consommation est fortement encouragée. De nombreux facteurs précédant et suivant la récolte – comme l'entreposage et la préparation – influencent la concentration et le profil des micronutriments et des substances végétales secondaires. Les producteurs de denrées alimentaires, les distributeurs et les consommateurs ont ainsi leur part d'influence sur la valeur nutritive des fruits et légumes.

Un autre défi de taille se présente, puisqu'il faudra en théorie doubler la production de

denrées animales d'ici 30 ans pour satisfaire aux besoins de la population mondiale. Même si le rendement en matière de viande, d'œufs et de lait s'est fortement développé, répondre à l'augmentation de la demande reste un défi.

## Le rôle des consommateurs

Les consommateurs, lorsqu'ils effectuent leur choix, exercent une influence considérable sur la charge écologique de la production des denrées alimentaires. Par exemple, le transport aérien des produits a un impact énorme sur l'environnement. Comme le public est très intéressé par ce sujet, le choix des aliments constitue une bonne approche pour modifier les comportements. Cependant, le problème réside dans le fait que le consommateur dispose souvent de peu de temps pour effectuer son choix devant le rayon du magasin et que, parfois, les recommandations et ses souhaits personnels sont en contradiction et doivent être conciliés.

Pour que l'alimentation soit équilibrée, la pyramide alimentaire de la Société suisse de nutrition (SSN) recommande également de veiller, dans la mesure du possible, à la provenance régionale et à la disponibilité saisonnière des aliments. Ainsi, en s'abstenant de consommer des produits cultivés sous serre, en réduisant sa consommation de viande et de lait, en renonçant à utiliser la voiture pour faire ses achats, en évitant de produire des déchets et surtout en économisant l'énergie pour la cuisine et le refroidissement, on peut contribuer à promouvoir un système alimentaire mondial durable.

Encadré 1

### Informations complémentaires

La Société suisse de nutrition (SSN) est l'organisation nationale spécialisée dans le domaine de l'alimentation. Elle informe la population et les professionnels à l'aide de données scientifiques fondées concernant l'alimentation.

### Contact

Société suisse de nutrition SSN  
Schwarztorstrasse 87, case postale 8333, 3001 Berne  
Tél. 031 385 00 00, Fax 031 385 00 05  
Mail: [info@sge-ssn.ch](mailto:info@sge-ssn.ch), Internet: [www.sge-ssn.ch](http://www.sge-ssn.ch)