

LES ALIMENTS LOCAUX SONT-ILS PLUS SAINS?

Qualité nutritionnelle globale et présence du symbole nutritionnel de Santé Canada sur les aliments préemballés locaux et non locaux offerts au Québec

Jolène Fournier^{1, 2}, Mylène Turcotte², Alicia Corriveau², Marie-Ève Labonté^{1, 2}

¹École de nutrition, Faculté des Sciences de l'Agriculture et de l'Alimentation, Québec, Canada.

²Centre Nutrition, santé et société (NUTRISS), Institut sur la nutrition et les aliments fonctionnels (INAF), Université Laval, Québec, Canada.

Introduction

Les aliments locaux sont souvent perçus par les consommateurs comme étant plus sains que leurs équivalents non locaux. Cette hypothèse demeure cependant peu étudiée, en particulier pour les aliments préemballés qui sont de plus en plus populaires auprès des Québécois^{1,2}.

Objectif

Évaluer les associations entre l'aspect local des aliments préemballés offerts au Québec et deux indicateurs de leur qualité nutritionnelle : la qualité nutritionnelle globale et la présence théorique du symbole nutritionnel de Santé Canada.

Méthodes

Deux catégories d'aliments ont été étudiées, à partir des données les plus récentes de l'Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire³ :



Pains tranchés,
n₂₀₂₁ = 340



Viandes transformées
tranchées, n₂₀₂₂ = 487

L'aspect local des aliments a été évalué à l'aide de deux critères à l'échelle provinciale.

1. Lieu de production et/ou de transformation :



Aliment produit et/ou transformé au Québec versus ailleurs

2. Présence d'au moins un logo de l'organisme

« Aliments du Québec » sur l'emballage :



Aliment transformé et emballé au Québec, composé d'au moins 85% d'ingrédients du Québec⁴



Aliment transformé et emballé au Québec, composé d'ingrédients du Québec et/ou importés⁴

La qualité nutritionnelle globale a été évaluée à l'aide de l'algorithme originel (2017) du Nutri-Score, un outil de profilage nutritionnel⁵.

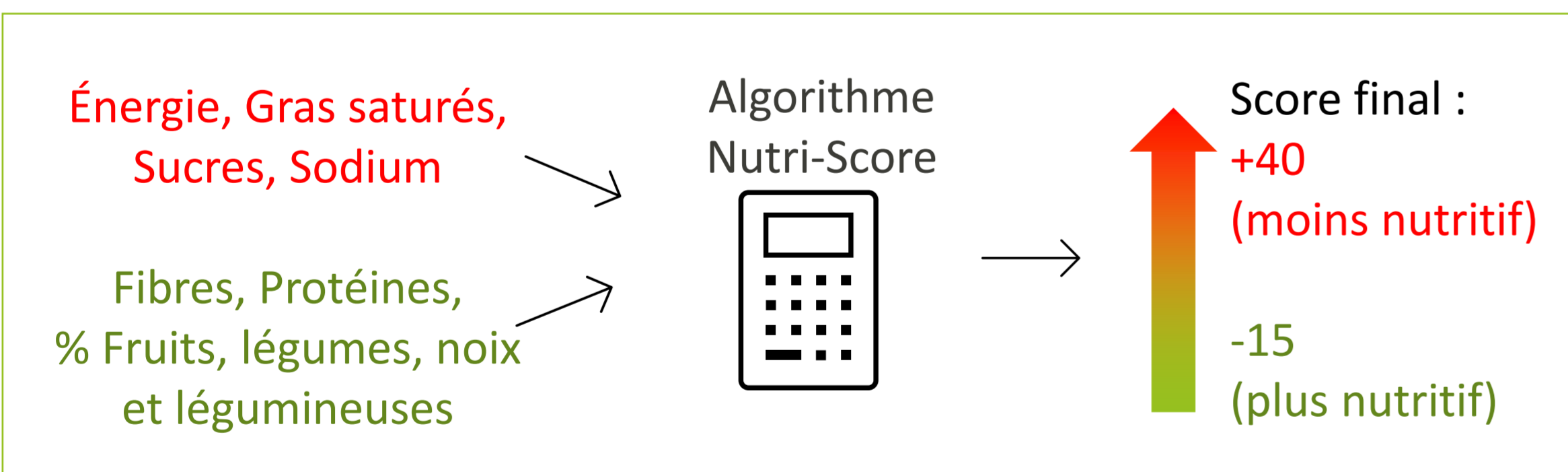


Figure 1. Aperçu du calcul et de l'interprétation du Nutri-Score

La présence théorique du symbole nutritionnel a été estimée à l'aide des seuils de Santé Canada pour les aliments riches en sucres, en sodium et/ou en gras saturés, en fonction de la quantité de référence (QR) ou de la portion indiquée, selon la plus élevée des deux⁶.

Tableau 1. Seuils pour le symbole nutritionnel sur le devant de l'emballage de Santé Canada⁶

Type d'aliment préemballé	Seuil
QR ≤ 30 g ou ml	≥ 10% de la VQ
QR > 30 g ou ml	≥ 15% de la VQ
...	...

VQ= Valeur quotidienne



Figure 2. Symbole nutritionnel sur le devant de l'emballage de Santé Canada⁶

Résultats

1. Lieu de production et/ou de transformation



57% des pains étaient produits et/ou transformés au Québec



50% des viandes étaient produites et/ou transformées au Québec

Tableau 2. Moyennes (± écart-types) sur la base du Nutri-Score et proportion d'aliments qui présenteraient le symbole nutritionnel de Santé Canada pour le sodium et les gras saturés, pour les pains tranchés et les viandes transformées tranchées offerts au Québec, selon leur lieu de production et/ou de transformation

	Nutri-Score moyen			Présence symbole sodium			Présence symbole gras saturés		
	Québec	Ailleurs	valeur p*	Québec	Ailleurs	valeur p†	Québec	Ailleurs	valeur p†
Pains	-0,44 ± 3,53	-0,41 ± 3,46	0,80	68 (35%)	47 (32%)	0,58	5 (1%)	3 (2%)	0,66
Viandes	13,89 ± 7,47	13,80 ± 8,17	0,95	469 (96%)	234 (97%)	0,65	108 (44%)	116 (48%)	0,39

*Test de la somme des rangs de Wilcoxon, †Test de Chi-carré

Aucune différence n'a été observée entre les aliments produits et/ou transformés au Québec et ceux produits ou transformés ailleurs, autant en termes de qualité nutritionnelle globale et de la présence théorique du symbole de Santé Canada (tous les p ≥ 0.39).

2. Présence d'au moins un logo « Aliments du Québec »



26% des pains affichaient au moins un logo « Aliments du Québec »



7% des viandes affichaient au moins un logo « Aliments du Québec »

Tableau 3. Moyennes (± écart-types) sur la base du Nutri-Score et proportion d'aliments qui présenteraient le symbole nutritionnel de Santé Canada pour le sodium et les gras saturés, pour les pains tranchés et les viandes transformées tranchées offerts au Québec, selon la présence des logos

	Nutri-Score moyen			Présence symbole sodium			Présence symbole gras saturés		
	≥ 1 logo	Ø logo	valeur p*	≥ 1 logo	Ø logo	valeur p†	≥ 1 logo	Ø logo	valeur p†
Pains	-1,83 ± 3,01	0,08 ± 3,53	<0,0001	15 (17%)	100 (40%)	<0,0001	0 (0%)	5 (2%)	0,33
Viandes	10,66 ± 5,56	14,10 ± 7,82	0,009	33 (94%)	436 (96%)	0,38	7 (20%)	217 (48%)	0,001

*Test de la somme des rangs de Wilcoxon, †Test de Chi-carré

Les aliments affichant **au moins un logo** « Aliments du Québec » présentaient une **qualité nutritionnelle globale légèrement supérieure** (c.-à-d. un Nutri-Score inférieur) à celle des aliments sans logo (tous les p ≤ 0,009).

Les aliments affichant **au moins un logo** étaient également **moins susceptibles** que ceux sans logo de dépasser le **seuil pour le sodium dans le cas des pains** (p < 0,0001) et le **seuil pour les gras saturés dans le cas des viandes transformées** (p = 0,001).

Conclusion

Les pains tranchés et les viandes transformées tranchées affichant au moins un logo « Aliments du Québec » présentaient des profils nutritionnels légèrement plus sains que les produits sans logo. Des recherches supplémentaires sont nécessaires pour examiner d'autres catégories d'aliments, ainsi que les implications de l'approvisionnement local sur les choix des consommateurs et les stratégies de santé publique.

Références

- Feldmann et Hamm. Food Quality and Preference; 40:152-164.
- INSPO, L'achat d'aliments ultra-transformés en supermarchés et magasins à grande surface au Québec. 2018. p. 126.
- Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire [en ligne] <https://observatoire.inaf.ulaval.ca/>
- Aliments du Québec [en ligne] <https://www.alimentsduquebec.com/fr/>
- Santé publique France. Outil de calcul du Nutri-Score 2021.
- Santé Canada. Guide pour l'industrie sur l'étiquetage d'un symbole nutritionnel sur le devant de l'emballage. 2023.

Support financier

Bourse de la Chaire en nutrition de l'Université Laval (JF), Bourse d'étude supérieure en recherche du Canada au niveau de la maîtrise des Instituts de recherche en Santé du Canada (JF), Instituts de recherche en Santé du Canada (PJT-178070) (MEL).

Date de publication : novembre 2025. © 2025. Tous droits réservés. Les droits d'auteur appartiennent à l'auteur. Aucune partie de cette affiche ne peut être reproduite sans l'autorisation écrite de l'auteur.



Instituts de recherche
en santé du Canada

Canadian Institutes
of Health Research



INAF



CHAIRE EN NUTRITION