

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}.

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.

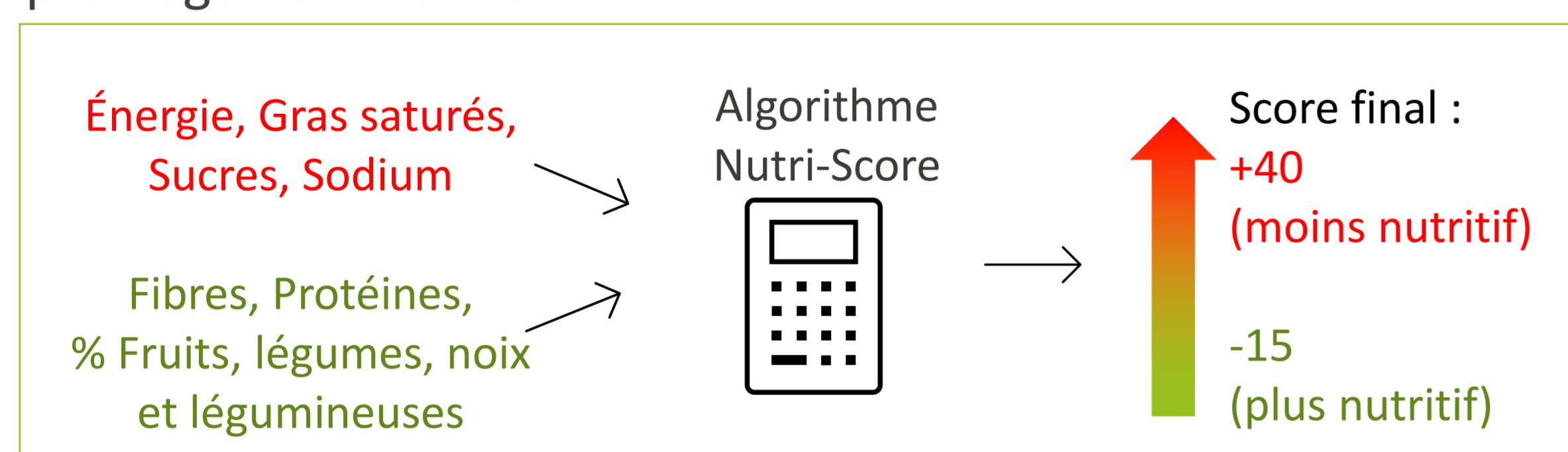


Figure 1. Aperçu du calcul et de l'interprétation du Nutri-Score

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

Références

1. Feldmann et Hamm. Food Quality and Preference; 40:152-164.
2. INSPO, L'achat d'aliments ultra-transformés en supermarchés et magasins à grande surface au Québec. 2018. p. 126.
3. Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire [en ligne] <https://observatoire.inaf.ulaval.ca/>
4. Aliments du Québec [en ligne] <https://www.alimentsduquebec.com/fr/>
5. Santé publique France. Outil de calcul du Nutri-Score 2021.
6. 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

UNIVERSITÉ LAVAL

Chaire en nutrition