

"PREVENTION NUTRITIONNELLE DES MALADIES
CARDIO-VASCULAIRES

23 FEVRIER 1989

I -- Exposé des motifs

L'avis du CNA sur la prévention nutritionnelle des maladies cardio-vasculaires s'appuie sur trois considérations développées, chacun pour ce qui le concerne par le Conseil Supérieur d'hygiène Publique de France (section Nutrition) et par la Commission Nationale des Maladies Cardio-vasculaires, siégeants auprès du Ministère de la Santé Publique.

La maladie coronarienne avec ses conséquences (angine de poitrine, infarctus du myocarde, mort subite) est un problème très sérieux de santé publique : 100 000 à 150 000 infarctus du myocarde se produisent chaque année en France, dont environ 25 000 avant 55 ans, 50 000 avant 65 ans et plus des 2/3 avant 75 ans.

Bien que la fréquence de la maladie coronarienne et la mortalité dont elle est responsable soient élevées en France, cette fréquence et cette mortalité sont sensiblement inférieures à celles observées dans certains pays industrialisés (Grande-Bretagne, Pays Scandinaves, Allemagne, Amérique du Nord), elles sont toutefois du même ordre de grandeur que celles observées dans des pays voisins comme la Suisse ou l'Italie.

L'athérosclérose et sa localisation cardiaque (la maladie coronarienne) est une maladie multifactorielle (cholestérol, tabac, facteurs génétiques jouent chacun un rôle important). Dans les 10 dernières années, il a été particulièrement démontré que la séquence : alimentation riche en matières grasses, taux élevé du cholestérol plasmatique, développement des plaques d'athérome, survenue des complications cliniques, est le mécanisme principal de la maladie. Ce mécanisme justifie une politique de prévention basée sur des conseils alimentaires.

Cette maladie multifactorielle est ainsi en partie sous la dépendance de facteurs d'environnement qui ont une spécificité nationale voire régionale. Une politique de prévention doit tenir compte de ces spécificités et ne peut être fondée sur la simple traduction, mot à mot, des recommandations étrangères.

II - Le CNA est d'avis que la politique française de prévention nutritionnelle des maladies cardio-vasculaires s'exerce dans quatre directions

- la diffusion la plus large possible des "recommandations pour la prévention nutritionnelle des maladies cardio-vasculaires : BIEN MANGER POUR MIEUX SE PORTER", établies par le Conseil Supérieur d'Hygiène Publique de France ;
- le développement de la campagne "Connaissez votre taux de cholestérol" sous l'égide de la Fédération Française de Cardiologie ;
- l'encouragement à la production et à la commercialisation des produits alimentaires traditionnels ou nouveaux, répondant aux recommandations pour la prévention des maladies cardio-vasculaires ;

- une information loyale sur la composition des produits alimentaires offerts au public grâce :

- à un étiquetage nutritionnel simple et respectant une règle unique pour l'ensemble des professionnels ;
- à l'emploi contrôlé des slogans et allégations à visée nutritionnelle sur quelque support que ce soit.

Chacun de ces objectifs a pour axe principal, non pas l'interdiction d'un aliment quelconque, mais l'éducation raisonnée du consommateur.

Il n'est pas question d'amener chaque consommateur à diriger son alimentation avec une balance de précision : "consommer avec modération les aliments les plus variés" n'exige aucun instrument de mesure ; de même qu'il n'est pas question de développer la production de pilules à visée alimentaire mais d'encourager la consommation d'aliments variés et des modes de cuisson utilisant le moins de matières grasses possible.

III - Propositions du CNA pour la diffusion des recommandations du CSHPF : "bien manger pour mieux se porter"

Le CNA fait sien l'avis du CSHPF adopté par sa section nutrition le 14 février 1989 :

" BIEN MANGER POUR MIEUX SE PORTER "

Les 10 recommandations contenues dans cet avis comportent 4 règles d'hygiène générale et 6 conseils alimentaires :

Règles d'hygiène générale :

- Faites apprécier vos facteurs de risque de maladies cardio-vasculaires ;
- Connaissez votre taux de cholestérol ;
- Réduisez votre consommation de tabac, si vous ne fumez pas, ne commencez pas à le faire ;
- Faites régulièrement de l'exercice.

Conseils alimentaires :

- mangez des aliments très variés ;
- maintenez un poids idéal ;
- réduisez les graisses ;
- mangez suffisamment de glucides et de fruits ;
- faites attention au sel (sodium) ;
- si vous buvez des boissons alcoolisées... faites le avec modération, si vous n'en buvez pas... continuez

Le CNA est d'avis que la diffusion de ces recommandations doit être la plus large possible et qu'elle doit revêtir les formes les plus appropriées pour toucher les publics les plus variés. Les propositions du CNA pour cette diffusion font l'objet de l'avis particulier numéro 6.

IV – Développement d'une campagne sur le thème : "connaissez votre taux de cholestérol"

La connaissance du taux de cholestérol est l'un des éléments de base de l'appréciation des facteurs de risque de maladies cardio-vasculaires de chaque individu. Le CNA a été informé que relativement peu de français connaissent leur taux de cholestérol. Il lui apparaît donc nécessaire de développer une campagne sur le thème "connaissez votre taux de cholestérol".

Il s'agit d'un acte médical : le ou les dosages doivent être effectués par les laboratoires spécialisés ; l'interprétation du résultat et l'appréciation du facteur de risque individuel doit être assuré par des médecins.

La Fédération Française de Cardiologie réunit les compétences nécessaires pour diriger et animer cette campagne, et rassemble les structures de soutien (notamment les organismes de Sécurité Sociale) qui permettent d'en assurer la réalisation pratique.

Le CNA approuve la campagne entreprise en 1989 par la Fédération Française de Cardiologie sur le thème "CONNAISSEZ VOTRE TAUX DE CHOLESTEROL" et demande qu'elle soit prolongée sous une forme ou sous une autre les années suivantes.

V – Encouragement à la production et à la commercialisation des produits alimentaires traditionnels ou nouveaux répondant aux recommandations " Bien manger pour mieux se porter "

Les rapports faits devant le CNA par les représentants des diverses branches de la production et de la transformation des aliments destinés à l'homme ont montré que chaque branche dispose d'ores et déjà de produits répondant à ces besoins. Ceci signifie qu'aucune branche de la production agro-alimentaire ne peut aujourd'hui être mise à l'index au nom de cette politique de prévention des maladies cardio-vasculaires.

Néanmoins la production, la transformation et la distribution doivent être fortement encouragées à développer leurs efforts dans trois directions :

- s'efforcer de répondre aux besoins d'une alimentation variée, d'accroître la consommation de légumes et d'utiliser plus modérément les matières grasses ;
- développer le contrôle et la certification de la composition nutritionnelle des produits,
- veiller à ce que ces produits conformes soient à des prix accessibles : la santé n'est pas un luxe.

L'objectif raisonnable est que le consommateur ait à sa disposition autant de produits conformes aux recommandations que d'autres produits et qu'ils soient les uns et les autres également attrayants par le goût, le prix et la présentation.

VI – Développement et harmonisation de l'étiquetage nutritionnel des produits alimentaires

Le CNA demande aux industriels, dans l'attente de la mise au point de règles communautaires, de développer l'étiquetage nutritionnel et d'appliquer les règles communes contenues dans l'avis n°7.

Une politique de prévention reposant sur des conseils nutritionnels est inséparable d'une information appropriée du consommateur sur la composition nutritionnelle des produits alimentaires : d'où l'utilité de l'étiquetage nutritionnel. Celui-ci doit se faire en respectant un certain nombre de règles et de définitions communes à tous afin d'éviter la multiplication de termes désignant pourtant une même chose, ce qui entraînerait une confusion préjudiciable au consommateur et empêcherait de faire les comparaisons utiles.

L'application par les producteurs et les transformateurs français des règles communes établies avec leur participation par la Commission mixte CNC/CNA est le meilleur moyen pour eux de se préparer à l'application d'une directive communautaire quand celle-ci sera définitive.

Les règles publiées dans l'avis n°7 reposent sur trois principes, conformément à l'avis du CNA sur l'information nutritionnelle (BOCCRF du 12/07/1986) :

- l'étiquetage nutritionnel n'est pas obligatoire, mais tout industriel ou commerçant qui jugerait utile de donner des informations ou allégations nutritionnelles devra appliquer la règle commune sur l'étiquetage nutritionnel ;
- l'étiquetage nutritionnel ne donnera qu'un nombre limité d'informations chiffrées (autour de 8) ; certaines seront " permanentes ", c'est-à-dire communes à tous les produits ; d'autres seront " spéciales ", c'est-à-dire laissées à l'initiative du producteur ; les unes et les autres devront employer des termes identiques définis dans le document ;
- toute information doit être contrôlable.

VII - Recommandations du CNA sur l'emploi des slogans et allégations à visées nutritionnelles

La tentation est grande pour les équipes marketing de mettre en évidence une propriété particulière d'un produit alimentaire en utilisant un slogan ou une formule choc. Il existe aussi une position inverse qui affirme que le commerce des produits alimentaires ne doit pas utiliser des arguments nutritionnels ou de santé.

La situation actuelle démontre à la fois que la position restrictive n'est pas tenable et que laisser libre cours à l'imagination des publicitaires est générateur d'abus.

Une position raisonnable est d'admettre l'emploi contrôlé d'un certain nombre d'allégations nutritionnelles respectant trois principes :

- l'allégation ne doit tendre à faire croire que la denrée alimentaire possède des caractéristiques particulières alors que toutes les denrées alimentaires similaires possèdent les mêmes caractéristiques,
- l'allégation doit reposer sur des arguments scientifiques indiscutables, quant à l'intérêt nutritionnel invoqué,

- la consommation du produit alimentaire concerné doit représenter un apport quantitatif important et contrôlable pour ce qui concerne la propriété visée par l'allégation.

Il y aurait lieu de développer les procédures de reconnaissance de ces allégations et d'en surveiller strictement l'application.

A ce propos, le CNA rappelle la position qu'il avait prise en commun avec la commission Creyssel sur la nécessité d'une sensibilisation toute particulière des magistrats aux effets pervers des allégations erronées ou mensongères. Il est inutile de fixer des règles sur les allégations nutritionnelles ou sur la publicité des produits alimentaires, si le non respect de ces règles n'est pas poursuivi en justice ou n'entraîne qu'une sanction dérisoire.

VIII - Recommandations pour la recherche

Le projet MONICA, projet international coordonné par l'OMS auquel participe la France, développe des programmes de surveillance épidémiologique ayant pour objectif de :

- mesurer la fréquence de la maladie coronarienne et la mortalité qui lui est due dans des échantillons de la population française ainsi que leurs variations temporelles dans les années à venir,
- mesurer, dans des échantillons de population, les niveaux des facteurs de risque de cette maladie (cholestérol, pression artérielle, alimentation...) et leurs variation temporelles dans les années à venir,
- mettre en relation les deux types de paramètres précédents.

Le CNA est d'avis de développer les recherches en ce sens et notamment de:

- suivre dans le temps l'évolution de ces facteurs en fonction de la politique de prévention et de l'évolution de la thérapeutique,
- apprécier régulièrement comment est perçu le message de prévention nutritionnelle par la population,
- développer les recherches sur les facteurs de protection vis à vis de ces maladies et notamment ceux qui peuvent être apportés par l'alimentation,
- développer les recherches sur l'analyse de la composition des aliments et sur l'amélioration de leurs qualités nutritionnelles ainsi que de leur valeur santé,
- étudier les diverses hypothèses permettant d'expliquer les différences de risque vis à vis de la maladie coronarienne entre les français et anglo-saxons.

IX - Le CNA fera régulièrement le point sur l'application des recommandations adoptées dans cet avis