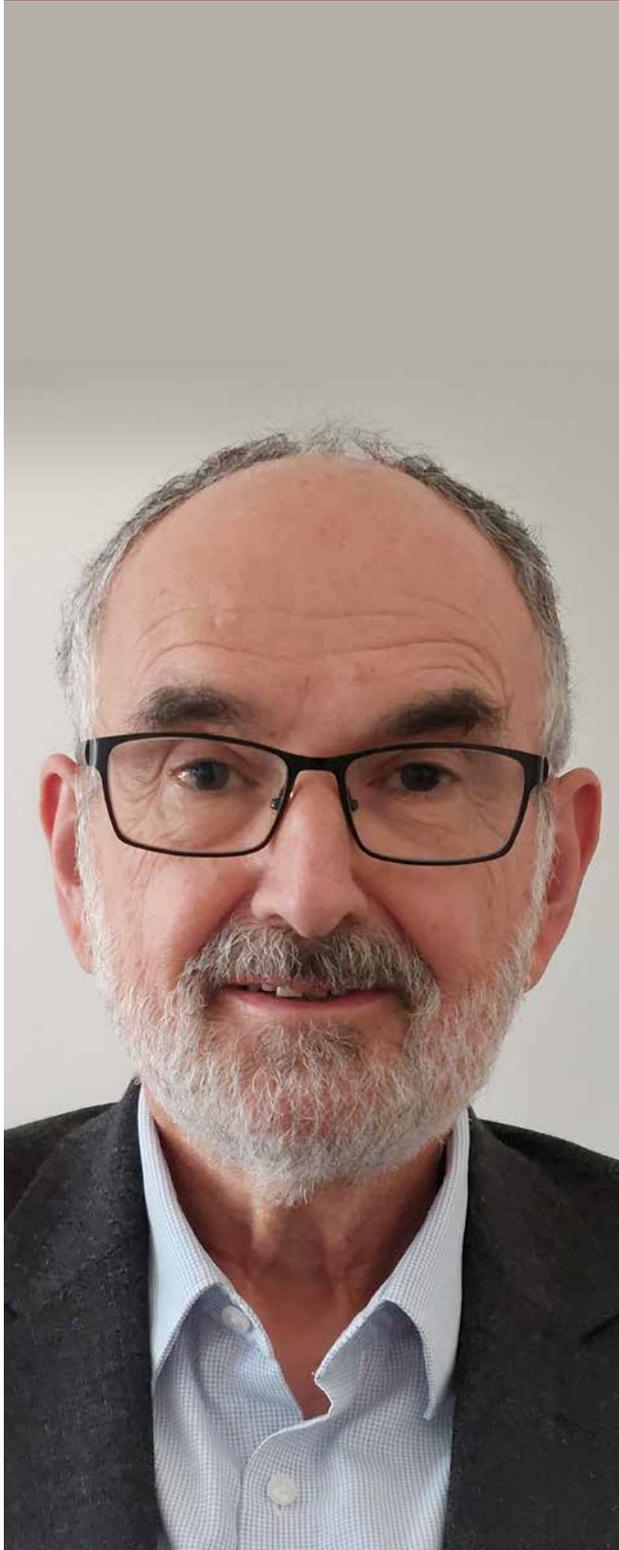


Grand témoin

INTERVIEW du P^R SERGE HERCBERG, épidémiologiste et nutritionniste



Bio express

Serge Hercberg est médecin nutritionniste et épidémiologiste. Ses recherches portent notamment sur les relations entre alimentation, état nutritionnel et santé, sujets sur lesquels il a piloté de nombreuses études épidémiologiques de grande ampleur, telles que la cohorte NutriNet-Santé.

Il a présidé le PNNS de 2001 à 2017. La conception du Nutri-Score a été basée sur les travaux de l'équipe de recherche en épidémiologie nutritionnelle (EREN), qu'il a dirigée jusqu'en 2018.





Pouvez-vous évoquer votre parcours, et ce qui vous a mené vers l'épidémiologie de la nutrition ?

Mon parcours se caractérise par un continuum entre les activités de recherche – à l'INSERM, au CNAM et à l'INRAE – et l'action en santé publique. En résumé, je suis un professionnel de santé ayant développé de la recherche avec une finalité de santé publique.

Je fais partie de la génération qui a été marquée, dans les années 1970, par l'aventure MSF. J'ai débuté mon exercice dans le cadre d'une activité humanitaire, et j'ai pu découvrir la réalité de la santé publique sur le terrain. Cette confrontation m'a amené à m'orienter vers les domaines de la nutrition et de la santé publique et m'a aussi valu la rencontre déterminante avec le Pr Henri Dupin, qui a contribué à ma formation. Sous sa conduite, j'ai développé de premiers travaux de recherche, sur les carences en fer, vitamines et minéraux, et sur les déterminants nutritionnels des maladies chroniques, dont la carie dentaire.

Pourquoi le combat de la nutrition, en tant que levier clé de prévention, vous a-t-il paru essentiel ?

Au gré des avancées de la recherche, nous avons pris conscience du fait que la nutrition était un facteur majeur des maladies chroniques, et en tant que tel un enjeu de premier plan en matière de santé publique. Toutes sont des maladies multifactorielles, mais au contraire d'autres paramètres comme la génétique, la nutrition est un sujet sur lequel on peut agir, à titre individuel ou collectif. Cette idée s'est donc imposée à nous : en jouant sur la nutrition, il était possible de contribuer à réduire le risque de maladies chroniques et d'avoir un impact fort en prévention.

Quel regard portez-vous sur le Programme national nutrition santé (PNNS), que vous avez longtemps piloté, et sur son impact, ses évolutions prévisibles ou souhaitables ?

Le PNNS a été une source de révolution culturelle en France. Avant sa mise en place, le pays ne disposait d'aucune politique nutritionnelle et accusait un certain retard en la matière en Europe. Ce décalage a en quelque sorte été une aubaine, puisque nous avons pu capitaliser sur l'expérience

de nos voisins pour construire, dès le départ, une politique structurée, robuste et qui a pu se pérenniser. En mettant en place un cadre de référence, en participant à une prise de conscience généralisée et à la création d'une culture commune de la nutrition, le programme a eu des effets très positifs.

Quelles sont ses évolutions prévisibles ou souhaitables, étant donné les défis nutritionnels actuels ?

Son impact sur les inégalités sociales de santé a été limité, et il n'est pas allé assez loin sur certains sujets. Porter l'effort sur l'information et l'éducation est nécessaire, mais ce n'est pas suffisant. Il faut désormais faire en sorte que les citoyens traduisent ces connaissances dans leur vie quotidienne à travers une action sur l'environnement nutritionnel, que ce soit pour améliorer l'accessibilité aux aliments de bonne qualité ou pour réduire le marketing agressif sur les produits moins favorables. Cette urgence est entre les mains des pouvoirs publics, et il faut donc faire bénéficier le PNNS d'un soutien politique pour pouvoir mettre en place des mesures en ce sens.

Les travaux de recherche de vos équipes ont été à l'origine du Nutri-Score. Pouvez-vous revenir sur la genèse de l'outil, et le combat – toujours en cours – associé à son déploiement ?

L'idée d'un logo nutritionnel sur les aliments, dans un objectif de transparence, remontait déjà à plusieurs années. Avec mon équipe, nous travaillions déjà à la mise en place d'un tel dispositif et développions des travaux sur les conditions de son efficacité. En 2013, à la demande de la ministre de la Santé Marisol Touraine, nous remettions un rapport structuré autour de 15 propositions, dont l'une portait sur le Nutri-Score, à l'époque désigné par l'expression « logo 5 couleurs ». La ministre a souhaité défendre et porter cette mesure, marquant ainsi le début d'une bataille longue et complexe avec les lobbies, jusqu'à ce que le principe du logo soit accepté en 2016, et officialisé l'année suivante. Celle-ci se poursuit, avec des critiques souvent infondées ou instrumentalisées, et dénuées d'arguments scientifiques ou de santé publique. Notre réponse aux détracteurs reste inchangée : la science, toujours la science, laquelle démontre l'intérêt et l'efficacité du logo.

Quel bilan peut-on dresser du dispositif, et quid de ses perspectives futures ?

Encore une fois, le Nutri-Score est un outil fondé sur la science, et validé par la science. De nombreuses études et données démontrent qu'il est particulièrement bien perçu par les consommateurs, et qu'il impacte leurs choix d'achat dans un sens plus favorable à leur santé. À titre d'exemple, on sait que les produits classifiés D et E tendent à être moins vendus, et les produits A et B à l'être mieux : quand une alternative existe, le consommateur s'oriente vers la plus qualitative sur le plan nutritionnel.

Pour autant, le logo ne couvre pas à lui seul toute la valeur santé et nutrition des aliments, et il doit être complété pour renseigner sur d'autres problématiques telles que l'ultra-transformation.

Par ailleurs, s'il est adopté aujourd'hui par plus de 1 400 marques (contre trois industriels et trois distributeurs au moment de son déploiement) et s'il a été étendu à six autres pays en Europe, il n'est toujours pas obligatoire du fait de la réglementation européenne et de l'opposition constante des lobbies. L'engagement de la communauté scientifique et de la société demeure essentiel, et, dernièrement encore, une tribune signée par 2 500 professionnels de santé – et soutenue par l'UFSBD, notamment – a été diffusée pour que la France généralise le Nutri-Score de façon obligatoire.

Quelles modifications ont été apportées récemment, et peuvent-elles avoir une influence dans le domaine de la santé bucco-dentaire ?

Dès le départ, il était prévu des mises à jour régulières de l'outil par un comité scientifique et la dernière d'entre elles, applicable depuis peu, comporte des propositions

d'adaptation significatives concernant environ 30 % du classement des aliments. Il s'agit, en particulier, de mieux valoriser les produits végétaux ou céréaliers complets, et de pénaliser davantage les items salés et sucrés, ainsi que les boissons avec édulcorant. Sur ce dernier point, on peut espérer que ce nouveau Nutri-Score contribuera à réduire leur consommation et incitera les industriels à affaiblir la teneur en sucres, avec un effet vertueux, par extension, sur la santé orale.

Que pensez-vous du rôle des professionnels de santé, dont les chirurgiens-dentistes, dans la prévention nutritionnelle aujourd'hui ?

Pour qu'une politique nutritionnelle de santé publique fonctionne, le cadre et les messages qui en découlent doivent être repris au plus près des populations, par les professionnels en contact avec le public, dont les professionnels de santé. Ces derniers sont crédibles et légitimes dans la diffusion d'informations sur l'importance de la nutrition. Les chirurgiens-dentistes tout particulièrement : après tout, les aliments entrent par la bouche, et les praticiens ont un rôle fort à jouer pour indiquer que les bons comportements nutritionnels sont favorables à une bonne santé orale, et que ceux-ci sont les mêmes qui participent à limiter les risques de maladies chroniques.

La formation sur ces sujets a progressé mais doit encore se développer, pour donner un bagage aux futurs professionnels et pour qu'ils soient pleinement acteurs de la prévention au sens large, incluant la thématique de la nutrition.

