

Place des produits laitiers dans une alimentation durable : ce que révèlent les données récentes



SYMPOSIUM DU CERIN LORS DES JOURNÉES D'ÉTUDES DE L'AFDN

(Association Française des Diététiciens-Nutritionnistes)

Le Centre de Ressources et d'Informations Nutritionnelles (CERIN) a organisé un symposium lors des Journées d'Études de l'AFDN, qui s'est tenu le 26 septembre dernier. Ce symposium a réuni deux experts : le Dr Florent Vieux, Directeur Général de MS-Nutrition et chercheur en choix alimentaires durables et Jean-Louis Peyraud, ingénieur agronome et chargé de mission à la direction scientifique Agriculture à l'INRAE.

Selon la FAO* les régimes alimentaires durables sont des régimes alimentaires ayant de faibles conséquences sur l'environnement, qui contribuent à la sécurité alimentaire et nutritionnelle ainsi qu'à une vie saine pour les générations actuelles et futures. Ces régimes qui contribuent à protéger et à respecter la biodiversité et les écosystèmes, sont culturellement acceptables, économiquement équitables et accessibles, abordables, nutritionnellement sûrs et sains, et permettent d'optimiser les ressources naturelles et humaines. En se basant sur cette définition, l'alimentation durable repose sur 4 dimensions : l'environnement, le socio-culturel, l'économie et la nutrition en lien avec la santé.

Dans le cadre de la réflexion sur l'alimentation durable, la place des produits d'origine animale, y compris les produits laitiers, est parfois remise en cause et questionnée. À l'occasion de ce symposium scientifique, le Cerin a réuni deux experts afin de partager des éclairages et des résultats d'études récentes, sur le rôle des produits laitiers dans une alimentation durable.

L'étude de la durabilité de l'alimentation s'appuie sur des indicateurs représentant chaque dimension, par exemple : le coût d'une alimentation peut être utilisé comme indicateur économique, son impact carbone comme un des indicateurs environnementaux, et ses apports nutritionnels comme indicateur santé. L'analyse croisée de ces indicateurs, à travers diverses approches scientifiques innovantes, permet l'étude de la durabilité de l'alimentation.



3 approches innovantes



Une approche hiérarchique entre groupes alimentaires :

qui consiste à comparer, entre autres, l'impact environnemental et le coût en fonction des caractéristiques nutritionnelles des produits laitiers avec l'ensemble des autres groupes alimentaires.



Une approche de déviance positive :

qui consiste à comparer la consommation de produits laitiers dans des régimes alimentaires de qualité nutritionnelle et d'impact environnemental différents.



Une approche d'optimisation :

qui vise à déterminer les portions de produits laitiers compatibles avec les recommandations nutritionnelles, la réduction des impacts environnementaux et le respect des habitudes culturelles.

Ces différentes approches conduites par Dr Florent Vieux, *Directeur Général de MS-Nutrition et chercheur en choix alimentaires durables*, permettent de souligner que les produits laitiers représentent une source de protéines, de calcium et de vitamine B12 peu coûteuse et peu impactante sur le plan environnemental. Ainsi en exprimant leur impact en fonction de leur qualité nutritionnelle globale, les produits laitiers occupent une place intermédiaire

vis-à-vis des autres groupes alimentaires. Par ailleurs, on constate que dans un régime de bonne qualité nutritionnelle et avec un faible impact environnemental, les produits laitiers sont présents.

Ainsi, les produits laitiers permettent de concilier les aspects nutrition, environnement, économie et socio-culturel, participant ainsi à une alimentation équilibrée et durable.

Eclairage sur l'élevage laitier et l'environnement

« La réduction de la consommation de viande et de lait, souvent perçue comme la solution unique pour diminuer l'empreinte environnementale, est une approche trop simpliste » selon Jean-Louis Peyraud, ingénieur agronome et chargé de mission à la direction scientifique Agriculture, INRAE.

La croissance de la demande mondiale en protéines alimente les débats sur la compétition entre alimentation animale et humaine pour l'utilisation des ressources végétales. Or, l'élevage bovin, en valorisant des aliments non consommables par l'Homme, comme l'herbe, contribue à une meilleure utilisation des ressources. En effet, 60 à 90 % des protéines qu'ils ingèrent ne sont pas directement valorisables par l'Homme ce qui permet une meilleure utilisation de la biomasse. L'animal contribue ainsi à **recycler les parties non comestibles des plantes et les transforme en aliments (lait, viande...) sources de nutriments essentiels (protéines, minéraux...)**.

Par ailleurs, le chercheur rappelle qu'une partie des émissions sont compensées grâce au **stockage de carbone dans les prairies**, dont la capacité est bien supérieure à celle des sols cultivés.

Pour finir, la filière laitière, consciente de son impact sur le climat, s'est engagée à réduire son empreinte carbone de 17% par litre de lait entre 2016 et 2025. Elle a déjà réduit de 24% son impact carbone entre 1990 et 2010. La réflexion se poursuit pour initier de nouvelles actions visant à préserver ces ressources grâce notamment à :

- ✓ **La sélection d'animaux moins émetteurs**
- ✓ **L'allongement de la carrière des vaches**
- ✓ **Des pratiques agricoles optimisées (gestion des effluents, de l'alimentation, etc.)**



photo © Thierry RYO

Dans un contexte global où la durabilité des systèmes alimentaires est de plus en plus scrutée, ce symposium a été l'occasion de partager des travaux de recherche innovants confirmant la place des produits laitiers dans une alimentation durable.

LE CERIN, centre de ressources et d'informations nutritionnelles, est le département santé de l'interprofession des produits laitiers. Le CERIN a pour mission de délivrer aux professionnels de santé et du secteur social, ainsi qu'aux journalistes une information nutritionnelle scientifique, sur les liens entre l'alimentation, le lait et les produits laitiers et la santé.

CONTACTS : PROTÉINESXTC – Eloïse GIBET – e.gibet@proteinesxtc.com – 06 80 13 20 35
Rebecca LAHMI – r.lahmi@proteinesxtc.com – 06 51 44 82 35