

# Stratégie de modernisation de la réglementation sur les aliments : un levier pour la santé de la population

MÉMOIRE À L'INTENTION DE SANTÉ CANADA  
JUILLET 2023



---

## Auteure

Marie-Jeanne Rossier-Bisaillon, Dt.P., M.Sc.

## Collaboratrices

Charlène Blanchette, Dt.P.

Amélie Côté-Lévesque, M.Sc.

Corinne Voyer, M.Sc.

Ce document est disponible intégralement en format électronique sur le site Web du Collectif Vital: [collectifvital.ca](http://collectifvital.ca). Les informations contenues dans ce document peuvent être citées à condition d'en mentionner la source.

© Collectif Vital (2023).

## À propos du Collectif Vital

Au cœur de la mission du Collectif Vital, anciennement la Coalition Poids, il y a la volonté de permettre à la population québécoise d'adopter de saines habitudes de vie au quotidien. Nous misons sur la mise en place de milieux de vie sains et inclusifs, en intervenant collectivement auprès des décideuses et des décideurs. Le Collectif compte sur l'engagement de plus de 700 organisations et individus mobilisés pour un Québec sain.

Le Collectif Vital est une initiative de l'Association pour la santé publique du Québec.

5455, avenue de Gaspé, bureau 200  
Montréal (Qc), H2T 3B3  
Tél. : 514 598-8058  
[info@collectifvital.ca](mailto:info@collectifvital.ca)



---

## Mise en contexte

Le Collectif Vital souligne les actions déployées par le gouvernement du Canada dans le cadre de sa *Stratégie en matière de saine alimentation*, qui a mené à de nombreux gains pour la santé de la population canadienne dans les dernières années.

À l'instar de cette stratégie, la nouvelle mouture du Programme de modernisation de la réglementation sur les aliments doit être à la **hauteur des ambitions du gouvernement**. Dans cette optique, le Collectif Vital émet des **recommandations à l'intention de Santé Canada**.

Le Collectif Vital tient d'abord à réitérer son appui envers la publication de nouveaux règlements imposant des restrictions sur la publicité de certains aliments auprès des enfants âgés de moins de 13 ans, tel qu'indiqué dans son **mémoire** sur la mise à jour de la politique sur la restriction de la publicité alimentaire destinée principalement aux enfants. Il est essentiel que ceci demeure une priorité dans le programme de modernisation, comme prévu actuellement.

De manière générale, le Collectif Vital recommande à Santé Canada d'opter pour des délais d'application plus rigoureux pour les différentes priorités du programme de modernisation. L'expérience antérieure démontre que des délais trop longs sont octroyés à l'industrie pour se conformer aux réglementations de Santé Canada. L'exemple de l'interdiction visant les gras trans, détaillé dans l'encadré ci-bas, illustre bien cette problématique. Elle illustre également la nécessité de passer par des voies législatives et réglementaires plutôt que par des approches volontaires.

**Interdiction visant les gras trans.** En juin 2007, le gouvernement fédéral avait proposé aux industries et aux restaurants une réduction volontaire des gras trans. L'industrie alimentaire était alors incitée à retirer ces derniers dans un délai de deux ans, à défaut de quoi le gouvernement canadien l'imposera par une réglementation. Des progrès notables sont alors observés, mais la démonstration des limites de l'autoréglementation est vite constatée. Sans surprise, les cibles ne sont pas complètement atteintes, tandis que l'encadrement promis se fait attendre.

Ce n'est que huit ans plus tard qu'un règlement est enfin adopté. Bien que, depuis septembre 2018, l'industrie ne puisse plus fabriquer de nouveaux produits contenant des huiles partiellement hydrogénées riches en gras trans industriels, l'interdiction de vendre de tels produits déjà existants n'est appliquée qu'en septembre 2020.

Il aura ainsi fallu plus de 13 ans pour offrir à la population du Canada des produits alimentaires exempts de gras trans industriels, le gras le plus nocif pour la santé cardiovasculaire.

---

## Prochaines priorités en matière de modernisation

**Question.** Selon vous, cette liste représente-t-elle et décrit-elle avec précision les principaux éléments et questions à résoudre? Dans la négative, veuillez indiquer tout élément qui devrait y figurer, ainsi qu'une brève description de l'élément.

Le Collectif Vital souhaite proposer l'ajout des deux priorités suivantes au programme de modernisation.

### Implantation d'une taxe sur les boissons sucrées et énergisantes

La taxation des boissons sucrées et énergisantes a fait ses preuves à l'international pour réduire la consommation de ces produits non-essentiels et nuisibles pour la santé humaine et planétaire. Le Collectif Vital recommande à Santé Canada d'instaurer une taxe sur les boissons sucrées et énergisantes au pays.

### Révision de la valeur quotidienne en matière de sucre pour le tableau de la valeur nutritive

La valeur quotidienne en sucre prévue aux fins de l'étiquetage nutritionnel est inférieure aux recommandations internationales. Dans une optique de cohérence, le Collectif Vital invite Santé Canada de réviser cette valeur, afin de permettre à la population canadienne de faire des choix éclairés.

**Pour en savoir plus** sur la pertinence de prioriser ces deux mesures, consultez la section suivante.

# Priorisation des éléments relatifs à la modernisation

**Question.** Veuillez classer, par ordre d'importance, les cinq éléments les plus importants figurant dans la liste (y compris ceux dont vous proposez l'ajout) et expliquer brièvement pourquoi ils devraient être prioritaires.

Selon le Collectif Vital, voici les priorités futures du programme de modernisation, de la plus importante à la moins importante.

## Priorité 1 : Modernisation du cadre réglementaire visant les allégations de santé sur les aliments

Selon la population québécoise, faciliter l'accès aux aliments à haute valeur nutritive figure parmi les principales contributions que les entreprises alimentaires devraient avoir dans la société<sup>1</sup>. Cet engouement se traduit notamment par la multiplication des emballages aux apparences « santé ».

En hiver 2022, le Collectif Vital a mené une enquête exploratoire sur les allégations et logos à connotation santé sur les emballages des céréales à déjeuner dans les principales bannières d'épicerie (Super C, Provigo, IGA, Métro et Maxi). En moyenne, sur les 120 céréales analysées, qui sont pour la grande majorité des aliments ultra-transformés, six allégations ou logos aux allures santé ont été identifiés, incluant plusieurs répétitions. Pour les céréales qui afficheraient un symbole sur le devant de l'emballage, cette moyenne s'élevait à cinq allégations ou logos.

Plusieurs emballages alimentaires portent des **allégations nutritionnelles** (incluant les allégations relatives à la teneur nutritive, les allégations de santé et les allégations autres) qui leur confèrent un **halo santé trompeur** et sèment la **confusion**.

Les allégations nutritionnelles font ombrage au tableau de valeur nutritive, dont l'analyse nécessite d'ailleurs une certaine littératie. De plus, certaines allégations vantent les aspects soi-disant « santé » de produits ultra-transformés qui afficheront pourtant le symbole nutritionnel de Santé Canada sur le devant de l'emballage. Elles nuisent donc à son objectif de faciliter des choix éclairés. Par exemple, un emballage pourrait afficher « grains entiers » ou « source de 6 vitamines et minéraux », tout en ayant comme deuxième ingrédient des sucres.



Exemples d'allégations repérées sur des céréales à déjeuner.  
PHOTOS : COLLECTIF VITAL

---

Parallèlement, il n'existe aucune réglementation concernant les autres logos, mentions ou slogans à connotation santé de l'industrie, comme « collations saines », « sucré sensé » ou « collation intelligente ». Or, ces dernières peuvent être trompeuses et induire la population en erreur.

De plus, selon les **travaux du Collectif Vital**, l'usage de logos ou de mentions concernant la provenance québécoise sert de faire-valoir à de nombreux aliments de faible qualité nutritive. En effet, un aliment sur deux bénéficiant de ce type de promotion est ultra-transformé et quatre aliments sur dix promus comme étant québécois contiennent trop de sucre, sel ou gras saturés.

Somme toute, les allégations nutritionnelles détournent parfois l'attention de l'information nutritionnelle, sèment la confusion et alimentent la cacophonie nutritionnelle. En plus de prioriser la modernisation des allégations de santé, le Collectif Vital recommande à Santé Canada de :

- élargir la modernisation à toutes les allégations nutritionnelles, c'est-à-dire aux allégations relatives à la teneur en nutriments, aux allégations relatives à la santé et aux allégations autres;
- inclure les logos, mentions et slogans aux allures santé, incluant ceux sur la provenance locale, dans ses réflexions;
- interdire l'utilisation d'allégations nutritionnelles sur les produits qui disposent du symbole nutritionnel de Santé Canada sur le devant de l'emballage.

## **Priorité 2 : Proposition de nouveaux règlements concernant l'étiquetage en ligne du tableau de la valeur nutritive et des ingrédients**

Les plateformes de commerce électronique qui vendent des aliments devraient fournir aux consommateurs et consommatrices les informations dont ils ont besoin pour prendre des décisions d'achat éclairées.

Ces informations doivent être encadrées par des lignes directrices obligatoires plutôt que volontaires. Pour assurer l'obtention de résultats, la mise en place de directives exige certaines formes de contraintes (surveillance, imputabilité, sanctions, objectifs clairs et mesurables). En parallèle, l'efficacité du modèle volontaire est limitée et constitue souvent une façon d'échapper, pour les compagnies, à des règles plus strictes.

---

**« La vente de produits alimentaires au moyen du commerce électronique a augmenté ces dernières années et les renseignements fournis aux consommateurs sont incohérents et parfois inadéquats pour éclairer les achats d'aliments effectués en ligne »**

Source : Gouvernement du Canada<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Gouvernement du Canada. (2022). **Consultation** sur l'élaboration de lignes directrices d'application volontaire pour la fourniture de renseignements sur les aliments vendus aux consommateurs au moyen du commerce électronique.

---

Le Collectif Vital souligne l'importance d'adopter de nouveaux règlements concernant l'étiquetage en ligne du tableau et de la valeur nutritive et des ingrédients qui prévoient de :

- resserrer les règles en matière de marketing en ligne, notamment en termes d'utilisation d'attributs et d'incitatifs à l'achat;
- obliger l'affichage complet et lisible de l'étiquetage des aliments en ligne (tableau de valeur nutritive, liste d'ingrédients et d'allergènes);
- rendre l'étiquetage sur le devant de l'emballage obligatoire sur les photos des produits alimentaires proposés en ligne;
- imposer un délai d'application maximal d'un an pour se soumettre aux directives.

Pour en savoir plus, consultez le [mémoire](#) du Collectif Vital sur le sujet.

### **Priorité 3 : Révision de la valeur quotidienne en matière de sucre pour le tableau de la valeur nutritive**

La réforme du tableau de valeur nutritive de Santé Canada de 2016 prévoit le regroupement des sucres dans la liste d'ingrédients ainsi que l'ajout d'un pourcentage de la valeur quotidienne pour le sucre, ce qui a permis à la population d'avoir accès à une information plus juste et compréhensible. Cette initiative a d'ailleurs été soulignée par le Collectif Vital, étant donné que la consommation de sucres est associée à l'obésité, la stéatose hépatique, le diabète de type 2, la dyslipidémie, les maladies cardiovasculaires et les caries dentaires<sup>2</sup>.

Pour sa part, l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) recommande aux enfants et aux adultes de limiter l'apport quotidien en sucres libres à 10 % de l'apport calorique quotidien, afin de prévenir les maladies chroniques, l'obésité et la carie dentaire<sup>3</sup>. La quantité de sucres libres maximale recommandée varie donc selon l'apport énergétique consommé. À titre d'exemple, elle est de 37,5 g pour un garçon âgé de 2 à 3 ans et de 75 g pour un homme actif âgé de 19 et 30 ans, comme indiqué dans le tableau ci-bas.

RECOMMANDATION DE L'OMS EN SUCRES LIBRES SELON L'APPORT CALORIQUE QUOTIDIEN		
Apport calorique quotidien	Profils d'individus	Quantité de sucres
1500 calories	Garçons actifs de 2-3 ans Filles actives de 4-5 ans Femmes sédentaires de 71 ans et plus	37,5 g
2000 calories	Femmes légèrement actives de 31-50 ans Hommes sédentaires de 71 ans et plus	50 g
2700 calories	Garçons légèrement actifs de 14-16 ans Hommes légèrement actifs de 19 à 30 ans	68 g
3000 calories	Hommes actifs de 19-30 ans Hommes actifs de 31-50 ans	75 g

Ce tableau est basé sur le tableau 5 du document [La consommation de sucre et la santé](#) de l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), 2017. Pour accéder au tableau exhaustif, consultez le document de l'INSPQ.

La réglementation canadienne en vigueur actuellement indique que la valeur quotidienne de sucres est de 100 g pour les aliments destinés aux adultes, ce qui ne permet pas pleinement à la population de prendre des décisions éclairées<sup>4</sup>. Ceci est d'autant plus vrai puisque le symbole sur le devant de l'emballage se base sur cette valeur quotidienne.

Ainsi, le Collectif Vital recommande à Santé Canada de réviser la valeur quotidienne pour les sucres, afin qu'elle reflète davantage des données probantes.

#### Priorité 4 : Implantation d'une taxe sur les boissons sucrées et énergisantes

Au Canada, plus de quatre adultes sur dix sont atteints d'au moins une maladie chronique, comme le cancer, le diabète de type 2 et les maladies cardiovasculaires<sup>5</sup>. Les enfants sont aussi touchés, et reçoivent de plus en plus tôt un diagnostic d'hypertension ou de diabète de type 2<sup>6</sup>. Ainsi, il importe de mettre en place des mesures de prévention efficaces pour améliorer la santé et le bien-être de la population et réduire la pression sur notre système de santé.

Comme indiqué dans le *Guide alimentaire canadien*, les aliments et boissons transformés riches en sodium, sucres libres ou gras saturés nuisent à la saine alimentation<sup>7</sup>. Or, les boissons sucrées, qui devraient être consommées à l'occasion, représentent la principale source de sucre libre dans l'alimentation des Canadiens et Canadiennes<sup>8</sup>. Selon l'Enquête québécoise sur la santé de la population 2020-2021, plus de la moitié de la population québécoise consomme des boissons sucrées quotidiennement<sup>9</sup>.

Cette surconsommation est associée à de nombreuses conséquences sur la santé, comme le diabète de type 2, l'obésité, les maladies cardiovasculaires, le syndrome métabolique et les problèmes dentaires ou osseux.



Conséquences des boissons sucrées.

IMAGE : COLLECTIF VITAL

Considérant les investissements colossaux en marketing et l'omniprésence des boissons sucrées, l'industrie des boissons sucrées contribue à la surconsommation de ces produits. Dès lors, elle partage la responsabilité des répercussions sur la santé et sur l'environnement. Cette industrie est redevable à la société canadienne, qui assume présentement l'ensemble des conséquences de cette problématique.

La taxation des boissons sucrées et énergisantes a déjà été adoptée dans plus de **85 juridictions à travers le monde**, notamment dans la province de Terre-Neuve-et-Labrador<sup>10</sup>.



---

La taxation des boissons sucrées et énergisantes permet de réduire leur consommation et de compenser les impacts liés à leur consommation, en investissant les revenus générés en prévention. Selon des travaux réalisés au Québec, une taxe de 0,20\$ par litre permettrait de générer annuellement plus de 50 millions de dollars seulement pour cette province<sup>11</sup>.

Au Québec, deux adultes du trois sont en faveur d'une taxe sur les boissons sucrées et énergisantes : les revenus sont réinvestis en prévention de l'obésité et des maladies chroniques<sup>12</sup>.

Pour en savoir plus sur cette mesure, consultez notre [note politique](#) et notre [mémoire](#) à ce sujet.



## Références

---

<sup>1</sup> Léger. (2017). *Préoccupations et perceptions de la population du Québec face à l'industrie alimentaire québécoise : Rapport d'analyse d'un sondage web – version finale.*

<sup>2</sup> Lia S, Lalani L, Munasinghe AO et Veugelers PJ. (2020). *La teneur en sucres ajoutés, libres et totaux et la consommation d'aliments et de boissons au Canada.* Statistiques Canada.

<sup>3</sup> Organisation mondiale de la Santé. (2015). *Guideline : Sugars intake for adults and children.*

<sup>4</sup> Gouvernement du Canada. (2022). *Étiquetage nutritionnel – Tableau des valeurs quotidiennes.*

<sup>5</sup> Gouvernement du Canada. (2019). *Prévalence de maladies chroniques chez les adultes canadiens.*

<sup>6</sup> Gouvernement du Canada (2011). *Tension artérielle des enfants et des adolescents, 2016-2019.*

<sup>7</sup> Gouvernement du Canada (2023). *Guide alimentaire canadien : Ressources pour les professionnels de la santé et les responsables des politiques.*

<sup>8</sup> Langlois K, Garriguet D, Gonzalez A, Sinclair S Colapinto CK. (2019). *Changement dans la consommation de sucres totaux chez les enfants et les adultes canadiens.* Statistiques Canada.

<sup>9</sup> Institut de la statistique du Québec. (2023). *Habitudes de vie et comportements : faits saillants.*

<sup>10</sup> Organisation mondiale de la Santé. (2022). *WHO manual on sugar-sweetened beverage taxation policies to promote healthy diets.*

<sup>11</sup> Haeck C, Lawson N, Poirier K. (2021). *La taxation des boissons sucrées.*

<sup>12</sup> Sondage Léger au compte du Collectif Vital réalisés du 5 au 7 février 2021.