



Riche en...

Les allégations
nutritionnelles
sont-elles une **stratégie
marketing** pour tromper
le consommateur?



AVEC LA COLLABORATION DE



DÉVELOPPÉ À L'INITIATIVE DE



Good Food, Good Life

À l'attention des professionnels
de la santé © 2018



Sur l'étiquette nutritionnelle d'un produit,
qui respecte des **conditions définies**,
peuvent figurer des mentions tirées de la
liste des allégations autorisées.

Aperçu des conditions
fixées par la loi:



Fibres



Source
de fibres

≥ 3 g

fibres/100 g

ou

≥ 1,5 g

fibres/100 kcal



Riche
en fibres

≥ 6 g

fibres/100 g

ou

≥ 3 g

fibres/100 kcal

Recommandation
journalière:

30 g



Vitamines

Un aliment peut porter une allégation en matière de vitamines, s'il pourvoit à une part minimale de l'AR*.

✓ **Source** de... ✓ **Riche** en...

≥ 15%
de l'AR*

pour cette vitamine
par 100 g**

≥ 30%
de l'AR*

pour cette vitamine
par 100 g**



Recommandation
journalière pour
la vitamine D3:

10-15 µg

Exemple:

AR*
vitamine D =
5 µg



Source de vitamine D

≥ 0,75 µg vitamine D par 100 g**



Riche en vitamine D

≥ 1,5 µg vitamine D par 100 g**

* Apport de référence (AR) pour un adulte moyen ayant besoin d'un apport journalier en énergie de 2000 kcal (8400 kJ).

** Ou par portion si le produit est emballé en portions individuelles.



Recommandation
journalière:

≤ 5 g



Sel

par rapport à un produit similaire

Réduction de
 $\geq 25\%$
de la teneur en
sodium*



À teneur réduite
en sel/sodium

$\leq 0,12$ g
de sodium* /100 g



Pauvre en sel/sodium

$\leq 0,04$ g
de sodium* /100 g



Très pauvre en sel/sodium

$\leq 0,005$ g
de sodium* /100 g



Sans sel/sodium

* Ou une quantité équivalente de sel
(1 g de sodium correspond à 2,5 g de sel).



Light

Réduction de $\geq 30\%$

de la teneur en calories ou en
matières grasses ou en sucres
par rapport aux produits similaires
qui existent sur le marché.

minimum

30%

de calories
en moins

ou

minimum

30%

de graisses
en moins

ou

minimum

30%

de sucres
en moins



L'eau peut-elle aussi bénéficier d'allégations nutritionnelles?

Oui!

Les allégations nutritionnelles concernant l'eau font l'objet d'une loi distincte.

Exemple:



**Riche en
magnésium**

**≥ 50
mg Mg^{2+} /l**



**Riche en
calcium**

**≥ 150
mg Ca^{2+} /l**



**Convient
pour un régime
pauvre en sodium**

**≤ 20
mg Na^{+} /l**

Références:

Règlement (CE) n° 1924/2006 du Parlement européen et du Conseil du 20 décembre 2006.

Annexe à la directive 90/496/CEE du Conseil des Communautés européennes du 24 septembre 1990.

Directive 80/777/CEE du Conseil des Communautés européennes du 15 juillet 1980.

Conseil Supérieur de la Santé (CSS), recommandations nutritionnelles pour la Belgique 2016.