

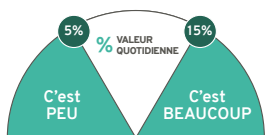


# Portrait initial des 15 catégories d'aliments étudiées par l'Observatoire entre 2016 et 2022



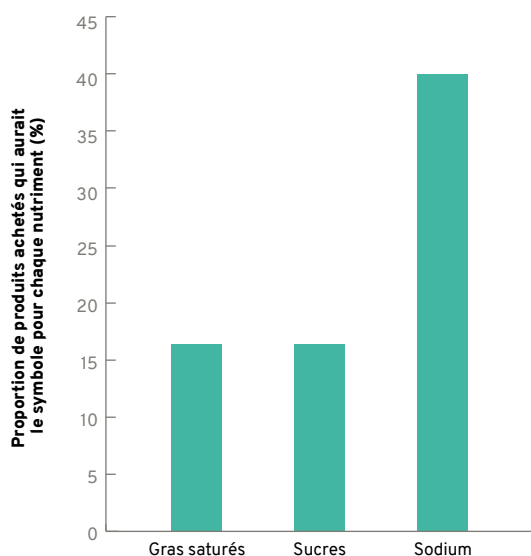
L'Observatoire a caractérisé la qualité de l'offre alimentaire de **15 catégories d'aliments** fréquemment consommés par les Québécois.es. Un total de **5132 produits** a été répertorié entre 2016 et 2022. Les données de ventes ont été obtenues pour 77% de ces produits (n=3941), ce qui représente en moyenne **79% des ventes** de ces catégories.

## 1 Teneurs élevées en nutriments à limiter



**66%** des produits achetés ont des teneurs élevées<sup>1</sup> en gras saturés, en sucres ou en sodium.

**60%** des produits achetés auraient à afficher le symbole nutritionnel de Santé Canada révélant une teneur élevée en gras saturés, sucres et/ou sodium. Le sodium serait le nutriment le plus souvent affiché sur le symbole.



● Nombre de produits offerts

<sup>1</sup> Le seuil de la valeur quotidienne de 15% ou plus représente une quantité élevée d'un nutriment pour une quantité de référence (ou 30% pour les mets composés).

Pour en savoir plus : [offrealimentaire.ca](http://offrealimentaire.ca)

En partenariat avec :



Ce projet est financé dans le cadre de la Politique gouvernementale de prévention en santé du gouvernement du Québec.

## 2 Contributeurs importants aux achats en nutriments à limiter

Ces catégories d'aliments constituent un des trois plus grands contributeurs en gras saturés, en sucres et/ou en sodium et devraient donc être améliorées en priorité:



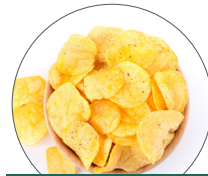
Pains tranchés



Céréales à déjeuner



Biscuits et galettes



Grignotines

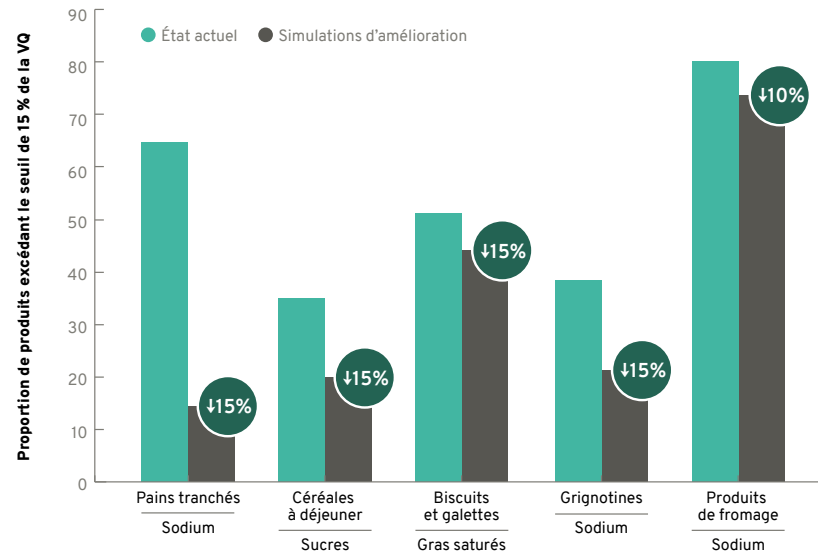


Produits de fromage

## 3 Simulations d'amélioration

Le seuil de 15% de la valeur quotidienne (VQ) est utilisé pour identifier les produits ayant une teneur élevée en un nutriment.

Dans une visée d'amélioration, des réductions allant de 5 à 15% ont été proposées pour chacune des catégories d'aliments à retravailler en priorité:



## 4 Conclusion

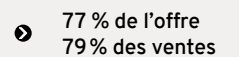
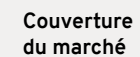
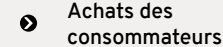
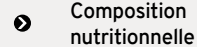
Les deux-tiers des produits achetés ont des teneurs élevées en gras saturés, en sucres et/ou en sodium.

De par leur teneur élevée et leur contribution importante aux nutriments à limiter des Québécois.es, les catégories d'aliments suivantes sont à améliorer en priorité :

- Pains tranchés (↓15% sodium)
- Céréales à déjeuner (↓15% sucres)
- Biscuits et galettes (↓15% gras saturés, ↓10% sucres)
- Grignotines (↓15% sodium)
- Produits de fromage (↓5% gras saturés, ↓10% sodium)

De légères améliorations allant de 5 à 15% permettraient à une grande proportion de produits de ne plus excéder le seuil de 15% de la VQ et ainsi, éviter l'apposition du symbole sur le devant de leur emballage. Par conséquent, davantage de produits alimentaires intéressants d'un point de vue nutritionnel seraient disponibles pour le consommateur.

Les données de ce portrait des 15 catégories d'aliments proviennent :



Pour en savoir plus : [offrealimentaire.ca](http://offrealimentaire.ca)

En partenariat avec :



Ce projet est financé dans le cadre de la Politique gouvernementale de prévention en santé du gouvernement du Québec.