



## Position de la fial sur la transformation des aliments

- La transformation des denrées alimentaires fait partie de notre alimentation depuis des milliers d'années. Elle remplit de nombreuses fonctions importantes, apporte de la diversité et de la variété dans nos assiettes, facilite la préparation et la rend plus rapide, améliore la conservation et la sécurité alimentaire et permet même de rendre la composition plus saine. Sans transformation des aliments, il ne serait pas possible de nourrir la population mondiale croissante.
- Le terme « aliments ultra-transformés » a été créé en 2009 par un scientifique brésilien qui souhaitait classer les aliments selon différents types de transformation. Cette classification (NOVA) est scientifiquement controversée et les mécanismes et répercussions qu'elle sous-entend doivent faire l'objet de recherches approfondies.
- Au contraire : le groupe des aliments « ultra-transformés » (NOVA) ne tient pas ou pas suffisamment compte de la valeur nutritionnelle et comprend aussi des denrées alimentaires faisant partie des recommandations nutritionnelles suisses comme le pain complet ou les yoghourts (aromatisés) aux fruits.
- La fial s'occupe intensivement de ce sujet. Nos entreprises membres accordent une grande importance à une alimentation équilibrée. Elles s'efforcent de contrôler et d'améliorer en continu la valeur nutritionnelle de leurs produits et les processus de fabrication en se basant sur des données actuelles et solides.

### Rappel des faits

L'alimentation n'est pas seulement vitale, mais elle influe aussi fortement sur notre bien-être et sur notre santé. La sécurité alimentaire n'a jamais été aussi élevée qu'aujourd'hui en Suisse ; la même chose vaut pour la diversité et le choix de denrées alimentaires. Cela est notamment dû à la transformation des aliments.

À côté des aliments de base, les denrées alimentaires transformées font aussi partie de notre alimentation depuis des milliers d'années. Elles enrichissent notre alimentation et remplissent divers besoins comme la diversité et la variété, une préparation simple et rapide, une sécurité alimentaire accrue, une meilleure conservation ou une composition plus saine (p. ex. par l'enrichissement avec des vitamines et des substances minérales importantes ou par la réduction du sucre, du sel ou de la graisse).

Malgré les recommandations de la Société suisse de nutrition basées sur des preuves, un débat sur le terme « aliments ultra-transformés » (« ultra-processed foods » ou UPF en anglais) prend actuellement de l'ampleur et déstabilise les expertes et experts mais aussi les consommatrices et consommateurs. Le degré de transformation d'un aliment est de plus en plus mis en avant comme indicateur de ses supposés bienfaits sur la santé.

## Position de la fial

La transformation comprend tous les processus utilisés pour traiter les matières premières comme les céréales, les légumes, le poisson, la viande, le lait, etc. La qualité de ces produits, leur goût ou leur conservation est améliorée, et la sécurité alimentaire est augmentée ce qui contribue à éviter le gaspillage alimentaire. Beaucoup de matières premières (p. ex. pommes de terre, aubergines, viande de poulet ou haricots rouges) ne sont d'ailleurs comestibles qu'après la transformation.

La classification sommaire et l'évaluation accrue des denrées alimentaires en aliments « sains » et « malsains » en se basant sur le degré de transformation ne fonctionne pas selon la fial, et ce pour diverses raisons :

- Premièrement, la fial estime qu'il n'existe pas d'aliments sains ou malsains, mais uniquement des aliments à consommer en quantités adéquates. Ce qui est sain, c'est une alimentation équilibrée, combinée avec suffisamment d'exercice. Tous les aliments ont leur place dans une alimentation saine s'ils sont consommés en quantité appropriée.

L'industrie alimentaire suisse est consciente de la problématique des maladies causées par l'alimentation et souhaite contribuer à les réduire, que ce soit par une reformulation des recettes, l'adaptation des processus de transformation ou la limitation facultative de la publicité qui s'adresse aux enfants (cf. pour les détails la prise de position de la fial sur [l'alimentation et la santé](#)). Selon diverses organisations scientifiques, les bases scientifiques ne suffisent pas pour intégrer la classe des « aliments ultra-transformés » dans les recommandations nutritionnelles ;

- Deuxièmement, la transformation des aliments a aussi des répercussions positives, par exemple concernant la conservation, la sécurité alimentaire, voire une composition plus saine (notamment par l'enrichissement avec des vitamines et des substances minérales importantes ou par la réduction du sucre, du sel et de la graisse). Ces aspects positifs de la transformation ne sont jamais évoqués dans les discussions sur les « aliments ultra-transformés » ;
- Troisièmement, il n'existe pas encore de définition claire des « aliments ultra-transformés ». Le terme a été créé en 2009 par un scientifique brésilien qui souhaitait classer les aliments selon différents types de transformation. Cette classification très répandue (NOVA) du degré de transformation des aliments est néanmoins scientifiquement contestée et les mécanismes et répercussions qu'elle sous-entend doivent faire l'objet de recherches approfondies. La classification NOVA ne tient ainsi pas ou pas suffisamment compte de la valeur nutritionnelle des aliments et comprend aussi des denrées alimentaires qui font partie des recommandations nutritionnelles suisses comme le pain complet ou les yogourts (aromatisés) aux fruits. De plus, les études sur lesquelles elle se base appliquent la classification de manière différente (le pain et le fromage font parfois partie des UPF et parfois pas), ce qui limite leur comparaison et leur pertinence scientifique.

Fabrication industrielle ne signifie donc pas automatiquement ultra-transformé et ultra-transformé ne signifie pas forcément malsain. Il faut voir les choses de manière différenciée et veiller à une définition claire. La classification actuelle des aliments selon divers degrés de transformation ne dit rien sur leur valeur pour une alimentation saine et équilibrée. Des plats prêts à consommer contenant des additifs sont par exemple considérés comme ultra-transformés, mais peuvent représenter un précieux complément du point de vue nutritionnel. De l'autre côté, tous les repas préparés à la maison ne sont pas toujours sains et équilibrés.

Étant donné qu'il manque une définition universelle des aliments transformés ainsi que des preuves suffisantes concernant les répercussions de la consommation de tels aliments sur la

santé et vu les contradictions au niveau des recommandations nutritionnelles, la fial souhaite que cette thématique fasse l'objet de recherches scientifiques supplémentaires.

La fial suit de près l'évolution de la discussion sur le degré de transformation des aliments afin de fournir des informations à ses membres pour optimiser les recettes et les processus de transformation. Beaucoup de membres de la fial le font déjà en continu aujourd'hui pour améliorer la qualité nutritionnelle de leurs produits, que ce soit dans le cadre d'un engagement lié à la déclaration de Milan (réduction du sucre) ou d'une propre initiative concernant le sel, avec un clean label, etc. Vous trouverez des exemples de ces activités dans le [catalogue de mesures Alimentation et santé](#).

La présente position a été adoptée le 7 juillet 2025 par le comité de la fial.

**fial**

La Fédération des industries alimentaires suisses fial est le groupement représentatif des associations sectorielles de l'industrie alimentaire suisse. Elle a pour but la défense des intérêts économiques et politiques communs des secteurs affiliés ainsi que de leurs entreprises : pour une alimentation sûre, durable, saine et savoureuse. Vous trouverez notre vision [ici](#).

Nos membres couvrent toute la palette des produits fabriqués en Suisse, des denrées alimentaires de base pour la consommation quotidienne jusqu'aux aliments hautement spécialisés destinés à la nutrition clinique.

Les fabricants de denrées alimentaires (sans la production primaire agricole, mais avec les petites entreprises artisanales) emploient au total environ 100 000 personnes en Suisse et génèrent un chiffre d'affaires de plus de 30 milliards de francs, dont près de 4 milliards de francs à l'étranger.