

Prise de position sur le sel

Le sel est indispensable dans l'alimentation : Le sodium et le chlorure sont indispensables pour le fonctionnement du corps humain. De plus, le sel (chlorure de sodium) remplit des fonctions aromatiques et techniques importantes dans les denrées alimentaires.

Des objectifs réalistes et facultatifs doivent être fixés pour une utilisation équilibrée de sel : Les mesures facultatives ont la priorité. Les objectifs de réduction doivent être spécifiques aux produits, sensoriellement convaincants, technologiquement faisables, scientifiquement étayés et économiquement acceptables.

Il faut promouvoir le sel iodé : Les entreprises reconnaissent l'importance du sel iodé et en tiennent compte dans l'élaboration de leurs nouveaux produits et lors de l'actualisation de leurs recettes. Du sel iodé doit être utilisé de manière accrue pour le marché suisse.

Rappel des faits

Le sel n'est pas seulement un condiment, mais il joue aussi un rôle important pour la conservation, la texture et la sécurité alimentaire. En même temps, une consommation excessive de sel est considérée comme facteur de risque pour l'hypertension et d'autres maladies.

Dans la discussion sur la réduction de sel, il est important de différencier entre la quantité de sel ajoutée dans les denrées alimentaires et la teneur effective de ces dernières.

Par sel ajouté, on entend en général le chlorure de sodium (NaCl, sel de cuisine) utilisé de manière ciblée dans la fabrication pour l'assaisonnement et pour assurer des fonctions technologiques (p. ex. structure, conservation). Il faut différencier ce sel de la teneur naturelle en sodium et en sel des denrées alimentaires. Le sodium est naturellement présent dans des ingrédients sans ajout de sel de cuisine (p. ex. dans les légumes, dans le lait ou dans la viande) et peut, de plus, provenir d'autres composés de sodium (p. ex. certains régulateurs d'acidité, poudres à lever ou agents conservateurs). La teneur en sel indiquée dans la déclaration nutritionnelle reflète l'équivalent en sel de cuisine¹ du sodium total et ne correspond donc pas automatiquement à la quantité de sel ajoutée. Les additifs alimentaires à base de sodium (p. ex. lactate de sodium, glutamate de sodium ou certains acidifiants/poudres à lever) peuvent augmenter la teneur en sodium d'un aliment sans ajout de sel de cuisine (NaCl).

L'OMS recommande une quantité maximale de 5 g de sel par jour. Selon l'étude sur le sel actuelle, les Suissesses et les Suisses consomment en moyenne 8.6 g de sel par jour². Une diminution de la consommation de sel de 0,42 g a été enregistrée auprès de la population adulte de la Suisse entre la première (2010 à 2011) et la deuxième étude sur le sel (2022 à 2023). Cela équivaut à une baisse statistique significative de 4,6 %.

Les salines suisses enregistrent aussi une diminution des ventes de sel alimentaire. Celles-ci ont baissé de près de 37 000 tonnes en 2005 à environ 30 000 tonnes aujourd'hui. Cela concerne la transformation ainsi que la vente directe aux consommatrices et consommateurs.

¹ L'équivalent en sel de cuisine est la quantité de sel de cuisine/NaCl correspondant à la teneur totale en sodium calculée selon la formule $\text{sel} = \text{sodium} \times 2,5$.¹

² <https://www.blv.admin.ch/blv/fr/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/produktzusammensetzung/salzstrategie/salz-brot.html>, dernière visite le 29.04.2026.

La fial est consciente des problèmes engendrés par une consommation excessive de sel. Elle assume ses responsabilités en sensibilisant ses associations et entreprises membres à la thématique du sel et en les soutenant à ce sujet.

Engagement de la fial

La fial et ses entreprises membres s'engagent activement pour une utilisation équilibrée de sel :

- **Reformulation de recettes**

- Exemple des soupes et des bouillons : le secteur a réduit la teneur en sel de 9.45 à 9 g par litre entre 2009 et 2020. Cela correspond à une baisse de 4.7 %. En même temps, des exhausteurs de goût et des ingrédients comme des extraits de levure ont été réduits ou éliminés.
- Certaines entreprises membres de la fial ont réduit la teneur en sel dans divers groupes de produits dans le cadre d'actions santé, notamment dans les plats prêts à consommer, les garnitures à base de pommes de terre et le pain. La teneur en sel du pain fabriqué industriellement a été réduite à 1.4 g.
- L'Association suisse des patrons boulangers-confiseurs (BCS) a fixé une valeur de 1.3 à 1.5 g de sel pour 100 g de pain comme objectif.

- **Adaptations à long terme**

- La réduction intervient progressivement afin d'habituer les consommatrices et consommateurs aux produits moins salés.
- Afin d'éviter que les consommatrices et consommateurs ne choisissent des alternatives plus salées ou n'ajoutent du sel à la maison, des campagnes de sensibilisation doivent être organisées par les institutions publiques de la santé en même temps.

Défis pour la réduction de la teneur en sel

La réduction de la teneur en sel des denrées alimentaires comporte d'importants défis technologiques, sensoriels et économiques.

- **Fonctions technologiques**

- Le sel contribue à la conservation et à la sécurité microbiologique notamment des produits à base de viande, du fromage et des produits prêts à la consommation. L'utilisation de sel peut contribuer à prolonger naturellement la durée de conservation et permet de renoncer aux agents conservateurs.
- L'exemple du pain illustre cela parfaitement : la teneur en sel influe entre autres sur le levage et la fermentation, sur la structure du gluten, de la croûte et de la mie et sur la durée de conservation. Sa réduction doit par conséquent être testée et accompagnée soigneusement, de manière spécifique et en tenant compte de la recette.

- **Acceptation du goût**

- Le sel est un vecteur de goût, et la réduction de sa teneur se répercute sur ce dernier. La réduction doit donc être faite de sorte à ne pas rendre nécessaire un recours à des additifs pour l'aromatisation. En même temps, il faut éviter que les consommatrices et consommateurs ne salent les produits à la maison parce qu'elles et ils les trouvent fades.

- **Aspects économiques**

- Des dispositions différentes pénaliseraient les fabricants suisses par rapport à la concurrence étrangère.



- La reformulation des recettes coûte cher et peut constituer une charge excessive pour les petites et moyennes entreprises.

Position de la fial

La fial s'engage en faveur d'exigences réalistes, scientifiquement étayées et équitables qui assurent une expérience gustative de qualité aux consommatrices et consommateurs

- **Mesures facultatives au lieu d'une régulation**

- Les mesures de réduction facultatives ont la priorité par rapport aux dispositions légales.
- Les mesures doivent être basées sur des faits et être efficaces à long terme.

- **Promouvoir l'utilisation de sel iodé**

Les membres de la fial reconnaissent l'importance du sel iodé et s'engagent pour une utilisation accrue de ce dernier.

- **Objectifs à long terme et réalistes**

La réduction de la teneur en sel des aliments doit se faire progressivement afin de garantir l'acceptation sensorielle.

- **Différenciation par catégorie de produits**

Les denrées alimentaires ne contribuent pas toutes de la même manière à l'absorption quotidienne de sel. Des produits comme les soupes, les bouillons ou les condiments sont employés de manière ciblée pour l'aromatisation et sont généralement consommés en petite quantité. Les objectifs de réduction doivent par conséquent être spécifiques aux produits et axés sur la consommation.

- **Pas de pénalisation des produits suisses**

Les mesures doivent aussi valoir pour les produits importés afin d'éviter de pénaliser les produits suisses et de ne pas favoriser le tourisme d'achat.

- **Approche globale**

La réduction de sel fait partie d'une stratégie globale pour assurer une alimentation saine. Il est aussi important d'informer les consommatrices et consommateurs afin qu'elles et ils puissent agir en connaissance de cause.

La présente prise de position a été adoptée en mai 2026 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.