

“ La nutrition santé, un business en devenir ”



Selon L'Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale (INSERM), “la nutrition est impliquée dans l'apparition de la plupart des maladies chroniques fréquentes” (1). De nombreuses études, se fondant principalement sur les données de la FAO (Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture), démontrent de plus en plus, de nos jours ; que l'alimentation et la santé sont liées de très près. Elles dépendent l'une de l'autre. La population française en prend donc de plus en conscience. Elle essaie d'adapter davantage son alimentation aux conseils prodigués par les professionnels de la santé et de la nutrition. C'est un modèle économique qui change alors de façon conséquente pour que la demande et l'offre du marché se rejoignent.

La nutrition, besoin physiologique mais pas que

La surconsommation, les origines d'un régime alimentaire bousculé

Se nourrir fait partie de nos besoins physiologiques premiers. Cependant, s'alimenter ne permet pas simplement d'incorporer de l'énergie dans le corps humain. L'alimentation a également pour but de protéger l'organisme et de lutter contre certaines maladies.

La surconsommation de la planète par ses habitants est l'un des principaux facteurs d'une nutrition bien trop souvent mise de côté. "En France, comme dans l'ensemble des pays industrialisés, les habitudes alimentaires ont beaucoup plus changé au cours des 50 dernières années qu'au cours des siècles précédents" selon une étude du Ministère de la Santé (2).

On constate alors que la consommation des produits céréaliers, les légumes secs ainsi que les féculents a largement diminué. Un comportement s'expliquant par le changement de vie professionnelle de maintenant.

La consommation de fruits et légumes, quant à elle, toujours selon le Ministère de la Santé (2), est en plein essor. C'est une bonne nouvelle car elle permet d'améliorer l'équilibre nutritionnel des individus. Cet équilibre qui est, par ailleurs, entaché de l'augmentation massive de la consommation du sucre et des produits sucrés.

On remarque également que les Français mangent trop de produits d'origine animale. Une tendance qui pourrait, très rapidement, se voir à la baisse avec les prises de conscience actuelles.

D'autre part, "La consommation des matières grasses visibles a considérablement augmenté au cours des dernières décennies, mais a tendance à se stabiliser depuis les 10 dernières années." (2). Le rôle des nutritionnistes notamment, et des médias, est à l'origine de cette baisse constatée de ces dernières années.

La dénutrition de plus en plus présente

Depuis des dizaines d'années, l'obésité se situe comme un enjeu de nutrition santé très évoqué. Dernièrement, c'est la dénutrition qui prend de la place dans la bouche des Français. La dénutrition se définit comme l'ensemble des troubles provoqués par une alimentation déficiente.

Alors qu'elle est considérée comme un phénomène touchant les pays en voie de développement, elle touche aussi des pays développés comme la France. En effet, une étude du Ministère de la Santé sur la dénutrition estime que "en Europe, la prévalence de la dénutrition entre 5 et 10 %" (3).

Vers une évolution du système nutrition santé

Une véritable prise de conscience de la part des Français se fait alors ressentir depuis une dizaine d'années. La nutrition rime donc avec la santé.

Nous voyons ainsi des spots publicitaires, à la télévision, des interventions de spécialistes de la nutrition dans les médias... Tous ces rappels à l'ordre sont aujourd'hui disséminés dans notre quotidien.

De plus en plus d'acteurs économiques nous rappellent qu'il est primordial d'accompagner son alimentation d'une bonne activité physique. On nous rappelle quotidiennement qu'il faut manger cinq fruits et légumes par jour. Les spots publicitaires dont le sujet traite de l'alimentation doivent maintenant s'accompagner d'un message de nutrition santé. Il est alors bien évident que le système nutritionnel est en plein changement, et pour le meilleur.

De nombreux travaux soulèvent la responsabilité de la nutrition dans l'obésité bien sûr, mais également la propagation d'une multitude de maladies. Par exemple, si l'alimentation d'un individu n'est pas saine, elle peut malheureusement faire survenir du diabète de type 2, certains cancers ou des

maladies cardiovasculaires. Que l'on se rassure, c'est pour pallier à tous ces problèmes de santé que la nutrition est continuellement en train de changer.

Un marché de la nutrition en plein essor

La surconsommation des cinquante dernières années a provoqué des habitudes alimentaires néfastes. Depuis 2010, l'importance de l'impact de la nutrition avec la santé se fait entendre. Le marché de l'alimentation s'adapte et propose ainsi de nombreuses alternatives en s'emparant de cette "nutrition santé" omniprésente.

Des startups consacrent ainsi leur activité dans le développement de [programmes et de solutions exclusivement en matière de nutrition santé.](#)

C'est le cas notamment de Nutrisens, un spécialiste de la nutrition clinique et de l'alimentation médicale. Nutrisens s'est donné comme mission de développer et proposer des solutions nutritionnels pour des hôpitaux, des maisons de retraite, des pharmacies et des particuliers.

Ce professionnel de la nutrition santé adapte des recettes avec l'aide de diététiciens, de chefs et d'ingénieurs afin de proposer des programmes nutritionnels à la pointe de l'innovation et en accord avec la santé.

De nombreuses autres startups mêlant nutrition et santé s'engagent sur le marché de l'alimentation. Parmi elles, Qilibri propose un programme alimentaire personnalisé à domicile. Le client profite alors d'un suivi diététicien, d'un rééquilibrage alimentaire ainsi que d'un coaching sportif.

Les professionnels de la santé reconnaissent que l'alimentation joue bien plus qu'un "simple" rôle de besoin physiologique pour l'Homme. La nutrition et la santé sont étroitement liées. Avec une augmentation des problèmes de santé liés à une mauvaise alimentation, la nutrition a ouvert la porte d'un nouveau marché. Obésité, maladies cardiovasculaires ou encore dénutrition sont les

enjeux de la nutrition d'aujourd'hui. L'économie mondiale et ses marchés évoluent très vite, et parfois, à tort. La santé est généralement un aspect fort trop maltraité. C'est pourtant le moteur de tout. Déjà en 1925, le gastronome Jean Anthelme Brillat-Savarin soulevait le concept de la nutrition liée étroitement à celui de la santé : « Dis-moi ce que tu manges, je te dirai qui tu es. ». C'est aussi à nous, consommateurs, de faire changer ce système pour le bien commun.

1. *Nutrition et santé*, de l'INSERM : <https://www.inserm.fr/information-en-sante/dossiers-information/nutrition-et-sante>
2. Consommation alimentaire et état nutritionnel de la population vivant en France, du Ministère de la Santé : <https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/conso.pdf>
3. *Dénutrition*, du Ministère de la Santé : https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/brochure_denutrition.pdf

Par **Kim GABORIEAU**