



L'amélioration alimentaire, un projet de société

Rédaction : *Carolyn Dubreuil*

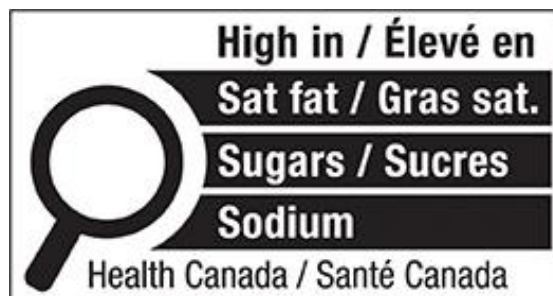
Les consommateurs canadiens sont fort exigeants en matière d'alimentation. En réponse aux technologies émergentes et aux dernières études, ceux-ci ont un vaste éventail de requêtes fluctuant selon les idéologies souvent dictées par les réseaux sociaux et les médias. En contraste à ces désirs de bien-être, de conscience socio-environnementale et d'optimisation de la performance athlétique, les statistiques indiquent que les Canadiens demeurent fortement affectés par des maladies chroniques liées à la diète et au mode de vie, dont le diabète de type II¹, l'obésité, les troubles cardiovasculaires et certains cancers².

Afin d'outiller la population et d'appuyer des choix alimentaires sains, Santé Canada a déployé un symbole nutritionnel sur le devant de l'emballage obligatoire pour certaines catégories de produits alimentaires dont la teneur en sodium, en sucres et/ou en gras saturés est jugée élevée.

Cette mesure, entrée en vigueur le 1^{er} janvier 2026, facilite donc l'alimentation saine, notamment pour les personnes ayant un plus faible niveau de littératie alimentaire et les ménages affectés par une maladie chronique. Mais l'impact va bien au-delà de l'individu. En effet, le symbole nutritionnel représente un vecteur de changement à l'échelle industrielle, avec le potentiel de changer considérablement l'offre alimentaire.

Comme l'expliquait Pierre-Marc Denault, Responsable Commercial Canadien chez NielsenIQ Product Insights, lors d'une session au sujet des facteurs d'influence sur les choix alimentaires canadiens dans le cadre de la formation Bienfaits en mai 2026, le symbole nutritionnel sur le devant de l'emballage influencerait de 57 à 69% des consommateurs à modifier leurs décisions d'achat, selon la catégorie de produit³.

Pour faire le point sur le sujet, nous avons discuté avec deux expertes : la professeure Daiva Nielsen, chercheuse spécialisée notamment en comportements alimentaire et indicateurs de santé à l'École de nutrition humaine de l'Université McGill, ainsi que la professeure Sarah Berger Richardson de la Faculté de droit de l'Université d'Ottawa, spécialisée en droit alimentaire.



Modèle du symbole nutritionnel développé par Santé Canada pour un produit alimentaire ayant une teneur élevée en gras saturés, sucres et sodium.

¹ Statistique Canada (2025). Le diabète au Canada : un rapport interactif sur les statistiques clés. Disponible en ligne: <https://sante-infobase.canada.ca/diabete/>

² Agence de la santé publique du Canada (2025). Tableau de bord des indicateurs de santé publique au Canada. Extrait de : <https://sante-infobase.canada.ca/indicateurs-sante-publique/> Statistique Canada. Tableau 13-10-0394-01 Les principales causes de décès, population totale, selon le groupe d'âge. DOI : <https://doi.org/10.25318/1310039401-fra>

³ NielsenIQ Product Insights. Étude sur l'avant des emballages auprès du panel Omnishopper (2026).

Comment pensez-vous que le symbole nutritionnel sur le devant de l'emballage pourrait affecter la perception des consommateurs envers les aliments emballés, notamment en ce qui concerne les allégations de santé et les allégations relatives à la teneur en nutriments existantes ?

Daiva Nielsen : Je crois que le nouveau symbole (la « loupe ») représente une avancée importante. Les recherches menées dans d'autres pays où des symboles nutritionnels similaires ont été rendus obligatoires sur les emballages alimentaires montrent des effets positifs. Ces pays ont mis en place des mesures obligatoires avant le Canada : notamment le Chili en 2016 et le Mexique en 2020. Au Chili, on a observé, dans les deux premières années d'utilisation obligatoire, une réduction de 7 % de la production et de la disponibilité sur le marché des aliments considérés comme ayant une valeur nutritionnelle plus faible. Cela peut sembler modeste, mais à l'échelle d'un pays entier, c'est un progrès considérable pour la promotion de la santé et l'amélioration de la qualité de l'environnement alimentaire.

Au Canada, le symbole nutritionnel a été conçu pour être largement efficace, quel que soit le profil du consommateur. Cela ne signifie pas qu'il fonctionne parfaitement, mais les recherches menées pour développer le symbole ont eu recours à la technologie de suivi oculaire. Les chercheurs ont réalisé des études auprès de plus de 600 personnes, qui ont réalisé de nombreuses tâches dans un environnement simulant un détaillant alimentaire. Ils ont constaté que, peu importe le niveau de littératie alimentaire des participants, l'efficacité du symbole demeurait stable. Par exemple, les acheteurs étaient tâchés de repérer un produit riche en sucre ou en gras saturés, ou encore de choisir une soupe qui conviendrait à une personne faisant de l'hypertension et nécessitant un régime faible en gras saturés. Dans les deux cas, les groupes ont pu identifier des produits appropriés avec un haut taux de réussite et un délai réduit grâce au symbole développé par Santé Canada⁴.

Il est si important de comprendre les comportements et les besoins des consommateurs. Le nouveau symbole nutritionnel a pour objectif d'aider le public à faire de meilleurs choix. Nous savons que la nutrition joue un rôle essentiel dans notre santé et notre bien-être. Il est crucial, en tant qu'industrie, de guider les consommateurs vers des choix plus judicieux, et ce symbole sera très efficace pour informer rapidement. Toutefois, nous devons approfondir nos connaissances pour bien comprendre les effets de cette nouvelle réglementation, non seulement sur la population, mais aussi pour étudier la réaction de l'industrie : les reformulations qui en découlent, les réflexions sur l'étiquetage dans son ensemble, etc.

Est-ce que certains segments de consommateurs risquent d'être plus interpellés par le symbole nutritionnel ?

Daiva Nielsen : L'objectif était donc de créer un symbole capable de bien fonctionner pour tous les consommateurs, indépendamment de leurs connaissances ou de leur expérience. Cela dit, dans la réalité, des facteurs comme l'âge ou les considérations culturelles entraîneront probablement certaines différences.

Les données de NielsenIQ montrent déjà que la démographie influence le comportement des consommateurs, notamment l'âge, peut-être en partie en raison des écarts dans l'utilisation des technologies entre les tranches d'âge. Nous observons que les consommateurs peuvent scanner les

⁴ Elizabeth D. Mansfield, Dominique Ibanez, Fuqi Chen, Emily Chen et Elaine de Grandpré. *Efficacy of "High in" Nutrient Specific Front of Package Labels—A Retail Experiment with Canadians of Varying Health Literacy Levels*. *Nutrients* 2020, 12(10), 3199; <https://doi.org/10.3390/nu12103199>

informations figurant sur les emballages à l'aide d'applications pour obtenir plus de détails sur les propriétés nutritionnelles. Dans ce contexte, comprendre comment les différents segments de la population interagissent avec l'environnement alimentaire fournit des informations pertinentes.



Les professeurs Sarah Berger Richardson et Daiva Nielsen en discussion avec Pierre-Marc Denault, agissant comme modérateur, lors d'un panel organisé dans le cadre de l'atelier de formation Bienfaits, le 19 mai 2026 à l'Université McGill.

Comment les entreprises peuvent-elles mieux s'outiller pour respecter leurs devoirs légaux et appliquer la réglementation à la lettre ?

Sarah Berger Richardson : Je pense que les entreprises doivent se renseigner à la source, c'est leur responsabilité. Il existe des entreprises qui se spécialisent dans l'étiquetage et la conformité réglementaire ainsi que quelques avocats spécialisés dans ce domaine, mais dans la réalité, c'est beaucoup plus fréquent de voir l'industrie guider l'industrie en ce qui a trait à la réglementation alimentaire. On se fie aux autres personnes attirées aux affaires réglementaires car l'application et les exigences sont très techniques.

Annick Van Campenhout, directrice du Progrès en alimentation et développement durable au Conseil de la transformation alimentaire du Québec (CTAQ), rappelle d'ailleurs : « Il ne faut surtout pas utiliser l'intelligence artificielle pour faire ses étiquettes! » Effectivement, les technologies génératives n'offrent pas des conseils fiables et ne produisent pas des informations suffisamment rigoureuses pour générer un étiquetage alimentaire conforme aux réglementations.

Quels conséquences imprévues les efforts de reformulation pourraient-ils entraîner? Doit-on se préoccuper d'un potentiel recours accru aux additifs, aux édulcorants ou aux

techniques de transformation ultra-industrielle par les fabricants, pour éviter l'affichage du symbole sur leurs produits?

Daiva Nielsen : Au Chili, ils ont constaté que le sucre avait été remplacé par des édulcorants artificiels afin de réduire la proportion d'étiquettes d'avertissement apposées sur les produits. On observe donc que l'industrie cherche à substituer certains ingrédients pour éviter d'avoir une étiquette sur l'emballage. Mais cela soulève de nouvelles questions, n'est-ce pas ? Les données scientifiques sont mitigées quant aux effets sur la santé des édulcorants artificiels. Et il y a aussi la question des techniques de transformation. Les aliments ultra-transformés sont un sujet brûlant en ce moment. Mais est-ce le procédé de transformation lui-même qui est lié à certains effets négatifs sur la santé, ou est-ce plutôt dû aux propriétés nutritionnelles et aux ingrédients utilisés dans la formulation de ces aliments ?



Labels d'avertissement « Élevé en ... » du ministère de la Santé Chilien pour les produits alimentaires ayant une teneur élevée en sucres, gras saturés, sodium et calories (de gauche à droite).

À titre personnel, je pense que la transformation est quelque chose dont nous avons besoin. Nous devons nourrir la population mondiale. Nous avons besoin de méthodes efficaces, performantes et économiquement viables pour y parvenir. Je ne considère donc pas l'ultra-transformation comme un problème en soi, mais peut-être pouvons-nous améliorer les pratiques qui sous-tendent ces techniques.

Encore une fois, je crois que cette nouvelle réglementation suscite de nombreuses nouvelles questions et entraînera de nouvelles initiatives dans l'industrie et dans la recherche. Et j'espère que tout cela mènera à des améliorations dans nos façons de produire les aliments.

Comment les autorités réglementaires peuvent-elles appliquer la réglementation et s'assurer de la conformité des produits sur le marché canadien?

Sarah Berger Richardson : Les autorités peuvent investir dans les ressources, les organismes responsables de la vérification et du contrôle, pour faire plus d'inspections sur les lieux. Ces investissements, le gouvernement canadien les a annoncés l'année dernière pour pallier d'importantes lacunes dans plusieurs domaines d'inspection. Les médias ont aussi soulevé récemment des enjeux de poids non-conformes pour des viandes pré-emballées vendues en épicerie⁵. Comme il y a toujours des risques, ça prend plus d'inspections sur les lieux pour faire la collecte des échantillons.

⁵ Sophia Harris, Andreas Wesley et Britnei Bilhete. *CBC investigation finds grocers Loblaw, Sobeys overcharging for underweight meat — again.* Date: 2026-04-14. Disponible en ligne: <https://www.cbc.ca/news/business/loblaw-sobeys-meat-weight-9.7158279>

Une autre option serait d'infliger des amendes plus salées. Souvent, les autorités commencent par émettre un avertissement. Je pense que les gros acteurs du milieu pourraient subir des conséquences plus sévères. On voit dans certains cas des avis de non-conformité et des avertissements répétés à de grandes entreprises. Je pense qu'on peut avoir d'autres outils pour encourager le respect des normes, conjointement à un plus grand nombre d'inspections pour détecter les infractions.

En général, les valeurs des amendes imposées sont trop faibles pour être réellement dissuasives. L'approche préconisée par les autorités se situe plutôt au niveau de l'éducation que de la pénalisation. Ce n'est pas toujours équitable, car un même montant d'amende peut avoir un effet minime sur une grande entreprise alors qu'elle pourrait avoir un effet punitif et financier plus sévère sur une entreprise en démarrage, qui n'a pas les moyens pour se payer un avocat. Je pense qu'il faut donc avoir des réflexions adaptées à la part de marché et aux ressources de l'entreprise. Mais on peut concevoir des amendes plus élevées pour symboliser le sérieux de la démarche.

Prenons l'exemple d'un producteur fautif, qui n'a pas affiché le symbole nutritionnel sur un produit ayant une teneur élevée en sodium. Quelles sont les conséquences?

Sarah Berger Richardson : L'Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA) transmet peu d'information à ce sujet, c'est très difficile d'obtenir des données. Mon expertise de recherche se situe principalement dans le domaine du droit lié à l'abattage, et on refuse de me donner ces informations. La décision quant à la pénalité est à la discrétion des acteurs, mais en général, le producteur reçoit un avertissement. Lors d'une seconde infraction, le producteur peut recevoir un avis de non-conformité avec un délai au bout duquel l'entreprise doit être en conformité. Puis après, on peut s'attendre à avoir un avis de violation avec ou sans amende, s'il y a une infraction à nouveau. Donc le processus est très progressif pour aider l'industrie à se conformer aux exigences.

Je pense qu'il ne faut pas oublier qu'on a intérêt à encourager l'industrie agroalimentaire et que les instances gouvernementales ne souhaitent pas être perçues comme une police. Si on propose émettre plus d'amendes, ça soulève aussi l'argument comme quoi dissuader l'industrie pourrait causer leur exode. Le rôle des autorités est donc délicat.

À ce jour, je pense que les conséquences liées à l'étiquetage non-conforme sont peut-être moins courantes que celles liées à d'autres manquements, comme dans le transport des animaux. Habituellement, les amendes à ce niveau sont perçues comme étant une dépense normale, le coût d'être en affaires. Les entreprises se disent : « OK, ça me coûte 5000 \$, puis la deuxième fois c'est 7000 \$, mais c'est moins cher que de changer mon équipement, mes pratiques ou mon produit pour être conforme aux exigences. »

Il faut comprendre que le système est complexe, et que chaque action entraîne des répercussions sur l'ensemble de la chaîne d'approvisionnement. Les consommateurs veulent payer moins cher pour les aliments qu'ils achètent à l'épicerie. On doit éviter de refiler le coût de l'amende au consommateur, qui n'est pas prêt à encaisser des hausses de prix supplémentaires. Le gouvernement se retrouve pris entre l'arbre et l'écorce. Ce n'est pas pour se donner des excuses, mais je pense que c'est important de voir la complexité dans la situation.

Ce qu'il faut retenir

L'avènement du symbole nutritionnel sur le devant des emballages de Santé Canada n'est qu'un chapitre de l'histoire. Pour continuer d'améliorer l'offre alimentaire sur le marché canadien et transitionner vers une alimentation saine de façon durable, les parties prenantes doivent travailler de concert en suivant les réactions, en adaptant les messages véhiculés et en offrant un soutien

approprié. Les demandes des consommateurs évoluent, et l'industrie doit réévaluer sa stratégie pour assurer un avenir prospère.

Certaines réponses ont été traduites et/ou éditées dans un souci de bréveté et de clarté des informations, tout en portant attention à conserver le sens original des propos.



Partenariat canadien pour
une agriculture durable

Québec 

Canada 

Cette capsule est une initiative de l'Université McGill, préparée par le Consortium RITA, découlant de l'atelier de formation BIENFAITS 2026. Ce projet est financé par l'entremise du Programme Innovation bioalimentaire 2023-2028, Volet 5 - Soutien au transfert de connaissances et à la diffusion, en vertu du Partenariat canadien pour une agriculture durable, entente conclue entre les gouvernements du Canada et du Québec.