



## SIGA NOUS ALERTE SUR LES MARQUEURS D'ULTRA-TRANSFORMATION DANS LES ALIMENTS BIO À TRAVERS UNE NOUVELLE ÉTUDE

*Siga, le score scientifique qui identifie la présence de marqueurs d'ultra-transformation dans vos assiettes vient de publier dans le "International Journal of Food Sciences and Nutrition" une nouvelle étude visant à déterminer le pourcentage d'aliments ultra-transformés dans les produits biologiques et à décrypter leurs listes d'ingrédients. Cette étude est signée Aris Christodoulou, Sylvie Davidou, Kelly Frank et Anthony Fardet.*

Durant les dernières années, les habitudes alimentaires se sont modifiées et aujourd'hui une bonne partie des aliments, même ceux en apparence sains et simples que nous consommons quotidiennement ont été altérés par les marqueurs d'ultra-transformation. Alors même que **les aliments ultra-transformés représentent 69% de l'offre alimentaire des supermarchés français**, leurs effets sur la santé sont non-négligeables puisqu'ils sont mis en cause dans le développement de certaines maladies chroniques, comme l'obésité, le cancer ou encore le diabète.

L'agriculture et la consommation de denrées alimentaires biologiques augmentent notamment en réponse à des enjeux environnementaux et à la demande croissante des consommateurs de mieux manger. Si le bio interdit de nombreux additifs dans son cahier des charges, limitant certains marqueurs d'ultra-transformation présents dans les aliments, ce label n'interdit pas l'utilisation de tous les marqueurs d'ultra-transformation notamment une majorité dits « non-additifs ».



Il a été prouvé que **53% des produits biologiques sont en réalité ultra-transformés contre 74% pour les produits conventionnels**. Les marqueurs d'ultra-transformation les plus fréquents prennent la forme d'huiles raffinées, d'arômes, d'extraits naturels, d'amidon naturel, du sirop de glucose, de la lécithine ou encore de l'acide citrique. L'étude a révélé que les aliments biologiques vendus en GMS conventionnelles étaient plus facilement ultra-transformés que ceux commercialisés dans les magasins spécialisés bio.

En définitive les produits biologiques restent moins transformés par rapport aux plus conventionnels mais ils restent composés, pour plus de la moitié, d'aliment ultra-transformés. Cela signifie que même si les aliments bio interdisent l'utilisation de certains additifs, ils contiennent tout de même des marqueurs d'ultra-transformation avec une forte proportion de MUT non-additifs.

Cette nouvelle étude est encore un pas supplémentaire pour alerter les politiques de santé publique et les amener à prendre des mesures pour diminuer la présence d'aliments ultra-transformés dans l'offre alimentaire. Planétaire, le défi de la transition alimentaire nécessite aujourd'hui de donner plus de place au Vrai dans nos assiettes.