

ÉVALUATION DE LA CONSOMMATION DE SUCRES AJOUTÉS AU CANADA

Cet article passe en revue les estimations actuelles des « d'apports réels » en sucres ajoutés au Canada et les estimations concernant les sucres ajoutés « disponibles pour consommation » (on parle aussi de disparition ou disponibilité). Nous avons remarqué, dans les articles scientifiques et pour le grand public, que l'on indique souvent par erreur les données sur la disponibilité comme étant la consommation réelle. En fait, la disponibilité surestime la consommation réelle puisqu'elle représente la quantité totale disponible dans l'alimentation, sans tenir compte des pertes importantes dans les établissements de détail, dans les foyers lors de la cuisson, dans les assiettes ou les déchets.

TERMINOLOGIE

Sucre	Sucre raffiné régulier, composé de sucrose pur.
Sucres	Tous les monosaccharides (p. ex., glucose, fructose) et disaccharides (p. ex., sucrose, lactose) dans les aliments (p. ex., lait, fruits et légumes) ou ajoutés aux aliments (p. ex., sucre blanc, cassonade, miel, sirops).
Sucres ajoutés	Les sucres ajoutés aux aliments, y compris le sucre blanc, la cassonade et les sucres venant du miel, du sirop de maïs et des édulcorants à base de maïs (dextrose, sirop de glucose et sirop de maïs à haute teneur en fructose).
Aliments disponibles pour consommation (que l'on appelle aussi disparition ou disponibilité)	Données sur l'approvisionnement de denrées alimentaires qui ne comptent pas les pertes qui surviennent dans les magasins, dans les foyers, dans les établissements privés ou les restaurants. Statistique Canada publie ce type de données. Disponibilité = (stocks au début + production + importations) moins (exportations + utilisations industrielles + alimentation animale + perte à l'entreposage ou au traitement + stocks à la fin).
Apport réel	Estimation d'apports réels ou « aliments consommés » tirée des enquêtes nutritionnelles (qui demandent aux consommateurs les quantités d'aliments consommés) ou en soustrayant une évaluation des pertes au détail et dans les foyers des « aliments destinés à la consommation ».

■ APPORTS RÉELS DE SUCRES AJOUTÉS AU CANADA

Au départ, il faut avoir les données des enquêtes nutritionnelles à l'échelle nationale ou une estimation précise de toutes les pertes d'aliment pour estimer la consommation réelle de sucres ajoutés (tout en sachant que la précision des enquêtes nutritionnelles est limitée; les données étant indiquées par les répondants). Malheureusement, aucune évaluation précise des pertes en aliment n'existe au Canada et aucune des deux enquêtes nationales des Canadiens, effectuées dans les années 1970 et en 2004, ne comprennent d'évaluations de la consommation du « sucres ajoutés », parce que nous n'avons pas de base de données assez complète sur la teneur des « sucres ajoutés » dans les aliments.

En raison du manque de données au Canada, les évaluations sur la consommation peuvent être dérivées des enquêtes sur l'alimentation aux États-Unis qui comprennent des données sur les sucres ajoutés. Les enquêtes américaines et les données sur la disparition peuvent servir à calculer la proportion de sucres ajoutés gaspillée ou qui n'est pas consommée. En supposant que la proportion soit la même au Canada, on peut appliquer le pourcentage aux données canadiennes sur la disparition (voir page 2) pour évaluer la consommation réelle de « sucres ajoutés » au Canada. À partir de cette supposition, le Tableau 1 montre une estimation de la consommation totale de « sucres ajoutés » au Canada de 1994 à 2004 en grammes par personne par jour, ainsi qu'en pourcentage du total des calories quotidiennes (les sucres ajoutés comprennent des sucres venant du sucre raffiné, du sirop d'érable, du miel, du sirop de maïs à haute teneur en fructose, du sirop de glucose et du dextrose).

TABLEAU 1

Sucres ajoutés	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004
Consommation moyenne journalière (g/personne)*	63,3	63,2	64,0	65,5	67,0	66,0	65,7	65,2	65,7	64,1	63,5
Pourcentage du total des calories quotidiennes*	12,7	12,6	12,8	13,1	13,4	13,2	13,1	13,0	13,1	12,8	12,7

* Évalué à partir du U.S. Continuing Survey of Food Intakes by Individuals 1994-1996¹ et du total de sucres ajoutés disponibles au Canada² et aux États-Unis.³ En supposant une moyenne de 2 000 kcal/jour (moyenne américaine = 2 007 kcal/jour¹).

Ces données indiquent que les apports moyens en « sucres ajoutés » au Canada sont relativement stables et représentent à l'heure actuelle environ 13 % des calories quotidiennes, ce qui est considéré une quantité moyenne. La quantité maximale suggérée de sucres ajoutés par personne au Canada et aux États-Unis est de 25 % de l'énergie quotidienne.⁴

■ SUCRES AJOUTÉS DISPONIBLES POUR CONSOMMATION AU CANADA

Statistique Canada publie des données sur les « aliments disponibles pour consommation » (ou la disponibilité) deux fois par année, qui incluent des données sur les sucres raffinés (soit le sucre blanc et la cassonade venant de la canne à sucre ou de la betterave à sucre).² Ces données représentent la quantité totale dans le marché peu importe son utilisation finale. En se basant sur ces données, on peut examiner les changements de consommation des aliments au fil du temps (tendances) sans avoir les problèmes implicites aux enquêtes auprès des consommateurs ou des évaluations des pertes. Si le gaspillage et les autres pertes restent relativement constants avec le temps, ces données permettent de déceler des changements au niveau des tendances de la consommation, indépendamment des données des enquêtes sur la nutrition ou en combinaison avec celles-ci.

FIGURE 1 : Sucre raffiné disponibles pour consommation (kg/personne/année)

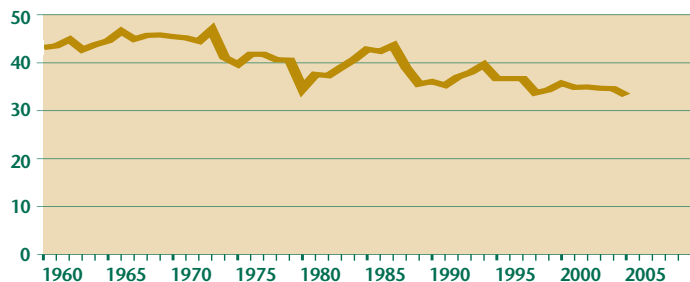


FIGURE 2 : Boissons gazeuses (régulières et diètes) disponibles pour consommation (litres/personne/année)

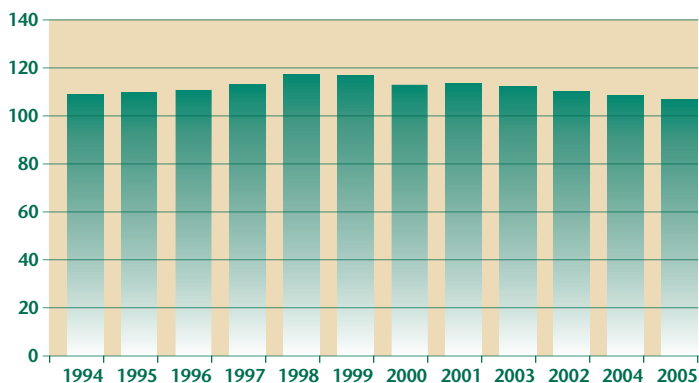
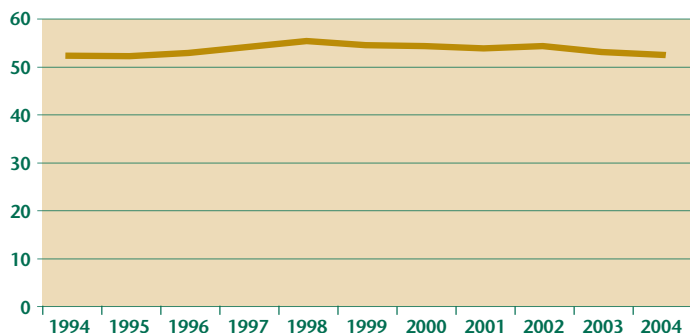


FIGURE 3 : Sucres ajoutés disponibles pour consommation au Canada (kg/personne/année)



Les « sucres ajoutés » comprennent les sucres venant du sucre raffiné, du sirop d'érable, du miel, du sirop de maïs à haute teneur en fructose, du sirop de glucose et du dextrose.

Références

1. US Department of Agriculture, Agriculture Research Service. Pyramid servings intakes by U.S. children and adults: 1994-96, 1998, 2000.
2. Statistique Canada. Statistiques sur les aliments 2005, vol. 5, n° 1, 2006.
3. US Department of Agriculture, Economic Research Service. Food consumption (per capita) data system, 2005.
4. Institute of Medicine. Dietary Reference Intakes: energy, carbohydrate, fiber, fat, fatty acids, cholesterol, protein, and amino acids. Washington, DC: National Academies Press, 2005.

SUCRE RAFFINÉ

Les données de Statistique Canada pour le sucre raffiné (sucrose) indiquées à la Figure 1 montrent que la disponibilité a diminué depuis les années 1960.² Ces données incluent des révisions par Statistique Canada de données publiées auparavant pour corriger certaines erreurs de méthodologie et pour tenir compte de la croissance importante des exportations de sucre dans les produits alimentaires qui ne sont pas consommés au Canada. La disponibilité du sucre raffiné a diminué de 16 % soit de 39,1 à 32,7 kg par personne par année de 1994 à 2005 (Figure 1).

TOTAL DES SUCRES AJOUTÉS

Statistique Canada ne publie pas de données sur les « sucres ajoutés » totaux puisque ces données ne sont pas disponibles pour les édulcorants à base de maïs (p. ex., dextrose, sirop de glucose et sirop de maïs à haute teneur en fructose). Cependant, les estimations sont tirées de la disponibilité des boissons gazeuses, un grand utilisateur de ces produits, et des estimations de l'utilisation dans d'autres produits.

Les données de Statistique Canada montrent que la disponibilité des boissons gazeuses est restée stable au cours des dix dernières années. On peut le constater dans la Figure 2 où l'on voit la disponibilité combinée des boissons gazeuses diètes et régulières. Même si les données sur la disponibilité ne font pas la distinction entre les boissons gazeuses diètes et régulières, les données sur la contribution des calories venant des boissons gazeuses (p. ex., boissons gazeuses régulières) comme pourcentage de l'alimentation totale montrent des tendances semblables (Tableau 2).²

TABLEAU 2

Boissons gazeuses comme pourcentage des calories totales disponibles dans l'alimentation canadiennes

1994	3,78 %
1995	3,80 %
1996	3,77 %
1997	3,74 %
1998	3,84 %
1999	3,79 %
2000	3,66 %
2001	3,65 %
2002	3,62 %
2003	3,57 %
2004	3,48 %
2005.....	Sans objet

Conformément à ces données, l'estimation de la disponibilité de tous les « sucres ajoutés » indique qu'elle a été relativement stable de 1994 à 2004 (Figure 3).



Service d'information sur la nutrition

10, rue Bay, bureau 620
Toronto (Ontario) M5J 2R8
tél. : (416) 368-8091
télé. : (416) 368-6426
courriel : info@sugar.ca
www.sugar.ca