

1/ Alicaments, aliments fonctionnels et nutraceutiques

A l'heure actuelle, les «**aliments**» sont partout. Que nous le sachions ou non, chaque jour nous consommons certainement un ou plusieurs aliments de ce type, que ce soit de la margarine anti-cholestérol, des œufs enrichis en oméga 3, des yoghourts au bifidus actif ou encore des jus de fruits vitaminés.

Ces **aliments** peuvent être mis en évidence par différentes procédures telles que :

- ✓ l'ajout des ingrédients actifs à des produits alimentaires de base (des aliments auxquels nous avons ajouté des fibres solubles, etc.) ;
- ✓ Utilisation des techniques de production spéciales,
 - la sélection des végétaux,
 - la modification génétique,
 - des diètes alimentaires spécialisées (حمية غذائية متخصصة) (comme les tomates renfermant un niveau élevé de lycopène, des oeufs oméga-3, etc.).

Les produits laitiers pro ou pré-biotiques ainsi que les aliments enrichis en vitamines et minéraux en sont des exemples connus en Europe et en Amérique du Nord.

Une des grandes difficultés pour reconnaître les dits «**aliments santé**» est que les noms les définissant sont multiples. On entend par exemple **aliments fonctionnels**, **nutraceutiques**, ou encore **aliments** dans les pays francophones et/ou «**nutraceuticals**», «**functional foods**», «**pharmafoods**», «**designer foods**»... dans les pays anglophones. Cela entraîne évidemment une confusion car ces termes, bien que très proches, n'ont pas tous la même signification.

Dans les pays francophones, on distingue deux catégories du type «aliments santé»:

- **Les nutraceutiques** qui se rapprochent plus des médicaments car ils se présentent sous forme de poudres ou de pastilles.
- **Les aliments fonctionnels** et les **aliments**, produits alimentaires enrichis en diverses substances (vitamines, sels minéraux, calcium...).

❖ Type d'aliments fonctionnels

On trouve sur le marché cinq principaux types d'aliments fonctionnels, qui comprennent :

- ✓ des produits dans lesquels la quantité d'un ingrédient naturellement ou normalement présent est augmentée ou diminuée, par exemple céréales pour le petit déjeuner auxquelles on ajoute du son (النخالة) ou produits laitiers dont on réduit la quantité de graisse ;
- ✓ des produits dans lesquels ont été introduits des nouveaux ingrédients, par exemple jus de fruits auxquels sont ajoutés des fibres, ou pâtes à tartiner aux quelles sont ajoutées des huiles de poissons ;
- ✓ des produits laitiers fermentés tels que les yaourts avec des cultures bactériennes actives ;
- ✓ des boissons sportives ou énergétiques pour compenser la perte de liquide et/ou d'énergie ;
- ✓ des produits assurant la libération lente d'hydrates de carbone pour la gestion de l'énergie, par exemple des boissons ou des produits à base de céréales.

On trouve, en outre, sur les marchés des pays européens, un choix croissant d'autres produits : barres de céréales, pains, laits, biscuits, fromages à tartiner, œufs, eaux en bouteille et confiserie. Les ingrédients bioactifs utilisés dans la production de ces aliments fonctionnels comprennent, entre autres, les éléments suivants : vitamines, minéraux, phospholipides, protéines de lait, aminoacides, huiles nutritionnelles, oméga 3 et oméga 6, phytostérols, probiotiques, prebiotiques, fibres alimentaires et extraits de plantes.

Les producteurs sont généralement les grands industriels de l'alimentation et de la boisson tels que :

- Nestlé,
- Unilever,
- General Mills,
- Kellogg's,
- Quaker Oats,
- Danone,
- Pepsico.

2/ But des alicaments

Le but de ces aliments est toujours le même: apporter un bénéfice réel à la santé du consommateur ou réduire le risque de certaines maladies chroniques. Les effets devant être toujours supérieurs aux effets naturels du contenant (ex: margarine, yogourt...).

Les **aliments fonctionnels** sont associés à la prévention et/ou au traitement des quatre principales causes de mortalité de notre siècle :

- l'obésité
- l'hypertension
- les maladies cardiovasculaires
- le stress

Ils sont utilisés aussi pour la prévention et/ou le traitement d'autres affections, telles que :

- malformations du tube neural (les malformations du congénitale عيوب خلقية),
- l'ostéoporose (هشاشة العظام),
- les troubles de la fonction intestinale et l'arthrite (التهاب المفاصل).

Deux des principaux domaines visés par les aliments fonctionnels sont la **santé cardiaque**, grâce à des produits hypocholestérolémiants, et **l'entretien des os**, grâce à des produits riches en calcium et en minéraux.

Les deux autres grands objectifs à atteindre sont :

- **un système digestif équilibré** : grâce à la consommation de produits contenant des bactéries bénéfiques ou de produits riches en fibres,
- **un système immunitaire sain** : grâce à l'absorption de vitamines, de minéraux ou des bonnes bactéries.

- **Intérêts vis-à-vis des alicaments**

Intérêt des consommateurs

Cet intérêt augmente avec le vieillissement d'une population qui veut se maintenir en bonne santé plus longtemps.

Cet intérêt a aussi été stimulé par les préoccupations santé des populations devant l'augmentation éclatante des maladies chroniques ainsi que par la tendance sociale à prendre sa santé en main.

✓ **Intérêt de l'industrie**

Souvent pointée du doigt parce qu'elle met sur le marché bien des aliments trop gras, trop sucrés ou trop salés, l'industrie voit dans les aliments fonctionnels une source de profits et un moyen de redorer son image devant le consommateur.

✓ **Intérêt des autorités publiques**

Certains pays, notamment le Japon, ont fait le pari que l'intégration d'aliments fonctionnels dans l'alimentation peut améliorer la santé de la population et ainsi freiner l'augmentation des coûts de santé.

✓ **Progrès technologiques**

Certains produits ont des effets bénéfiques importants sur la santé et il est logique d'encourager leur développement, leur commercialisation et leur consommation.

La mise au point d'aliments fonctionnels peut devenir une occasion unique de contribuer à l'amélioration de la qualité des aliments proposés aux consommateurs dans l'intérêt de leur santé et de leur bien-être. Mais seule une approche scientifique rigoureuse fournissant des données solides et significatives garantira le succès de cette nouvelle discipline de la nutrition. En outre, seule une base scientifique éprouvée peut assurer la réussite économique d'un produit.

Souvent, les aliments fonctionnels sont plus chers que les autres et un régime sain équilibré permet d'obtenir les mêmes ingrédients bénéfiques à moindre coût et de façon plus naturelle. Par exemple, une boisson aux fruits fortifiée au calcium coûte beaucoup plus cher qu'un verre de lait contenant le minéral à l'état naturel.

Néanmoins, les aliments fonctionnels ont toutes les chances de plaire parce qu'ils correspondent au mode de vie actuel. Certains sont le résultat de véritables recherches et offrent des ingrédients nouveaux qui peuvent avoir plus rapidement des effets bénéfiques pour la santé que la seule consommation normale d'aliments sains traditionnels.

Un bon état de santé est étroitement lié à un mode de vie sain. Le principal message à adresser au consommateur devrait être d'avoir un régime alimentaire équilibré. Des aliments

fonctionnels, preuves scientifiques sérieuses à l'appui, pris dans le cadre d'un tel régime, pourraient avoir un effet bénéfique supplémentaire pour la santé et le bien-être des consommateurs et contribuer à réduire le risque de maladie. Il ne faut toutefois en aucune manière voir dans les aliments fonctionnels une solution magique aux problèmes de santé et à la prévention de la maladie.

3/ Classification des alicaments

Les alicaments sont classés en quatre classes distinctes suivant leurs procédés de fabrication:

3/1. Les alicaments allégés (pourcentage d'élément essentiel est faible = aliment dont on a extrait un composant aux effets indésirables). Exemple: Le riz hypoallergénique, le lait écrémé... (ce type de produit ne répond pas tout à fait à la définition de l'aliment).

3/2. Les alicaments enrichis (enrichissement de la composition d'origine = augmentation de la concentration d'un composé déjà présent dans l'aliment sous sa forme naturelle). Exemples: céréales, jus d'orange et lait enrichis respectivement en fibres, vitamine C et calcium.

3/3. Les alicaments ajoutés (un ou plusieurs éléments, qui n'étaient pas présent à la base, ont été rajoutés à un aliment = aliment dans lequel on a incorporé un nouveau composant). Exemples: oeuf aux oméga 3 (Ces oeufs sont fabriqués de façon naturelle: des graines de lin sont ajoutés à la ration alimentaire de la poule بزر الكتان), yoghourts aux esters de stérols et esters de stanols.

3/4. Aliment dans lequel on a substitué un composant néfaste pour la santé par un autre ayant une action bénéfique sur l'organisme.

Cependant, avec le déchiffrage du matériel génomique de nouvelles technologies ont été développées y compris les OGM (organismes génétiquement modifiés). Les aliments génétiquement modifiés (AGM) sont classés selon la manière dont le caractère nouveau a été introduit :

- l'aliment peut être lui-même un OGM (tomate, maïs, riz, etc.) ;
- l'aliment contient un OGM vivant (yaourt contenant des bactéries lactiques : probiotiques) ;
- l'aliment contient des produits fournis par les OGM (enzymes, acides aminés et vitamines : prébiotiques) ;
- l'aliment fourni par des OGM pasteurisés (ex : yaourt pasteurisé).

Les alicaments peuvent avoir des effets négatifs sur la santé humaine. Pour donner un exemple concret, la surconsommation de β -carotène visant à réduire les cancers du foie et de l'oesophage, avait provoqué l'apparition du cancer du poumon dans certains cas. Les risques liés aux effets à long terme des AGM (aliments génétiquement modifiés) sur la santé doivent rendre la publique plus consciente à leurs consommations (car ils contiennent des caractères qui pourraient avoir des effets à long durée).

Face à ce problème, le recours vers les alicaments naturels (non modifiés génétiquement) s'avère une préférence satisfaisant qui doit être recherché par le consommateur.

4/ Efficacité des alicaments

4/1. Premièrement, il n'y a pas de législation spécifique concernant ce type de produits. La législation prend en considération seulement 2 classes de produits: les aliments et les médicaments. En conséquence les entreprises peuvent agir assez librement dans la fabrication des alicaments. Dans les pays européens, la restriction déterminante est qu'il est interdit de marquer sur l'emballage une allégation exprimant que le produit lutte contre une maladie définie. Il sera donc impossible de trouver, en Europe, des chewing-gums luttant contre le rhume ou encore des boissons contre le cancer. Par contre vous pourrez vous les procurer légalement dans les supermarchés aux Etats-Unis ainsi qu'au Japon. En Suisse: l'art. 19 de l'*Ordonnance Fédérale sur les Denrées Alimentaires* précise: «*les mentions prêtant à une denrée alimentaire des propriétés thérapeutiques sont interdites. En revanche, les indications relatives à la nature et à la fonction des nutriments sont autorisées, pour les aliments dits spéciaux*» (par aliments spéciaux on entend les aliments enrichis). **Il est autorisé de marquer sur un produit enrichi en calcium que celui-ci est bon pour les os, mais pas qu'il lutte contre l'ostéoporose.** Les aliments qui ne sont pas réglés par l'Ordonnance, sont soumis à l'*Office Fédéral de la Santé Publique* qui après avoir étudié les dossiers fournis par le fabricant décide de ce qui peut figurer sur l'emballage.

4/2. Deuxièmement, pour démontrer ou non l'efficacité des aliments dits «santé», il faudrait étudier non pas chaque classe d'aliment, mais chaque produit. Un produit enrichi en vitamine, en oméga 3 ou encore auquel on a ajouté un micro-organisme ne peut pas être analysé de la

même manière. Il faudrait procéder à des études quelque peu différentes en fonction du principe actif utilisé.

4/3. Troisièmement, du fait de leur nouveauté ces produits n'ont pas **d'antécédents**. Nous ne savons donc pas quels sont leurs effets à long terme. De nombreuses études ont été publiées récemment (stérols et stanols) mais les résultats ne rendent compte que d'une action à relativement court terme de ces substances.

Pour de nombreux médecins, les effets supposés bénéfiques pour la santé, de ces produits restent à prouver. En effet, les études sur de larges populations et sur une longue période, qui seules pourraient vraiment répondre à nos interrogations font vraiment défaut.

Chaque jour nous devons absorber une certaine quantité de vitamines diverses ainsi que du fer, du magnésium... Les alicaments pourraient donc nous aider à absorber nos apports journaliers en nutriments. Mais dans nos sociétés occidentales, seules certaines catégories de personnes (nouveau-nés, femmes enceintes, sans abris...) pourraient souffrir de carences graves. La prise de tels aliments n'est, apparemment pas justifiée pour tous les individus. De plus, L'Office Fédéral de la Santé Publique signale qu'il existe un risque potentiel pour les consommateurs qui pourraient commettre de graves erreurs alimentaires en pensant «à tort» protéger leur santé par le recours aux alicaments. En effet, une surconsommation de vitamines peut s'avérer aussi dangereuse qu'une carence, pouvant même entraîner une hypervitaminose ou survitaminose (intoxication due à un apport excessif de vitamines, principalement A et D).

5/ Ethique dans le domaine de la vente

« L'éthique est une recherche du bien vivre et du bien faire, fondée sur une disposition individuelle à agir de manière constante en vue du bien d'autrui et dans des institutions justes. L'éthique est une réflexion qui vise à déterminer les principes du bien agir en tenant compte des contraintes relatives à des situations déterminées. »

« الأخلاق هي البحث عن العيش الكريم والعمل الجيد ، بناءً على نزعة فردية للعمل باستمرار من أجل مصلحة الآخرين

وفي مؤسسات عادلة. ... الأخلاق هي انعكاس يهدف إلى تحديد مبادئ العمل الجيد مع مراعاة القيود المتعلقة بحالات معينة. »

La signification de l'éthique peut varier d'un domaine à l'autre, d'un environnement à l'autre. Ainsi, dans le domaine des affaires, « penser éthique » signifie que l'on recherche parallèlement efficacité et légitimité (الكفاءة والشرعية).

L'éthique est réflexive et interrogative : « *Les jugements d'évaluation sont ... principalement centrés sur la situation, non sur la règle. Ils incluent par conséquent la relativité en fonction de la position de la perception de l'éthique de chacun des acteurs de la situation.* »

Pour Nilles, la faculté de mettre en œuvre un comportement éthique dépend de cinq vertus (تعمد القدرة على تنفيذ السلوك الأخلاقي على خمس فضائل) : les quatre vertus capitales (justice عدالة , courage الشجاعة , prudence الحذر et tempérance الاعتدال) ainsi qu'une cinquième vertu : l'altruisme الإيثار. La réalité de l'environnement comprenant des aspects multiples et parfois contradictoires, il convient de combiner ces vertus de la meilleure façon possible.

S'agissant des alicaments, la position des fabricants et, dans notre cas plus particulièrement des marketers المسوقين, est bien spécifique : il s'agit de rechercher une vente juste, de trouver un équilibre entre les principes des différents acteurs de la situation ; il faut tenir compte simultanément de son propre intérêt, de celui de l'entreprise et de celui du client. Les intérêts entre ces trois partis étant souvent différents, voire inconciliables, le marketer devra chercher des options supportables pour tous.

Les deux tableaux ci-dessous illustrent de manière synthétique les vertus nécessaires à une approche éthique dans les actions de vente. Ils nous permettront de voir, lors de l'analyse concrète des textes publicitaires de quelques alicaments choisis pour exemple, dans quelle mesure les entreprises en tiennent compte.

Tableau 1 : La définition des vertus

Vertus	Définition traditionnelle	Définition adaptée à la vente / communication
Altruisme الإيثار	Considération pour autrui en tant qu'individu النظر للآخرين كأفراد	Vendre comme on voudrait que l'on nous vende بيع كما نود منهم أن يبيعوا لنا
Justice عدالة	Attribution à chacun de ce qui lui revient تخصيص لكل ما يخصه	Légalité de la transaction, respect des engagement شرعية المعاملة والامتثال للالتزامات

Courage الشجاعة	Résolution dans la prise de décision القرار في اتخاذ القرار Capacité à surmonter les difficultés القدرة على التغلب على الصعوبات	Capacité à affronter l'échec et les difficultés القدرة على مواجهة الفشل والصعوبات
Prudence الحذر	Sagesse dans l'action الحكمة في العمل Ethique de la responsabilité أخلاقيات المسؤولية	Action intelligente de vente, bonne foi العمل الذكي للبيع، إخلاص
Tempérance الاعتدال	Modération dans les désirs et la recherche du gain الاعتدال في الرغبات و السعي لتحقيق الكسب	Modération du désir de vendre, conception de l'intérêt à long terme. اعتدال الرغبة في البيع ، مفهوم المصلحة طويلة الأجل.

Tableau 2: Comportements classiques des vertus du vendeur / du marketer

Vertus	Comportements spécifiques du vendeur / marketer
Altruisme	Considérer chaque client de la même manière Comprendre le client en tant qu'être humain Chercher à satisfaire les besoins et l'intérêt réels du client تعامل مع كل زبون بنفس الطريقة فهم الزبون كإنسان السعي لإشباع الحاجات والمصالح الحقيقية للزبون
Justice	Tenir ses engagements Traiter équitablement tous les clients احترام التزاماتك التعامل مع جميع الزبائن بإنصاف
Courage	Conserver son indépendance d'esprit Ne conclure / promouvoir la vente que si elle est juste et estimable الحفاظ على استقلالية العقل قم بإبرام / الترويج لعملية البيع فقط إذا كانت عادلة وقيمة
Prudence	Donner au client les informations exactes sur la nature et les caractéristiques du produit Reconnaître la valeur des objections et y répondre ouvertement Fournir au client des conseils fondés sur la responsabilité امنح الزبون معلومات دقيقة عن طبيعة وخصائص المنتج التعرف على قيمة الاعتراضات والرد عليها بصراحة تقديم المشورة للزبون على أساس المسؤولية
Tempérance	Ne pas abuser de son pouvoir d'influence sur la décision du client Laisser au client les moyens de décider لا تسيء استخدام سلطتك للتأثير على قرار الزبون اترك الوسيلة للزبون ليقرر

Exemples d'allégations nutritionnelles autorisées en Suisse pour les vitamines et les sels minéraux

Nutriment	Apport journalier recommandé (AJR) selon ONutr	Allégations autorisées pour autant que la ration journalière du produit contienne au moins 30 % de l'AJR
Vitamine A	800 µg	Est nécessaire à la croissance. Participe à la fonction visuelle/à la différenciation cellulaire. Contribue au maintien des tissus, de l'épiderme et des muqueuses.
Béta-carotène (provitamine A)	4.8 mg	Contribue notamment au maintien des tissus, de l'épiderme et des muqueuses. En tant qu'antioxydant peut fixer l'oxygène radicalaire.
Thiamine (vitamine B1)	1.4 mg	Est nécessaire au maintien du métabolisme des glucides (sucres, amidon) ainsi qu'à la mise à disposition/libération de l'énergie. Est nécessaire au bon fonctionnement du système nerveux.
Riboflavine (vitamine B2)	1.6 mg	Intervient dans les processus du métabolisme énergétique. Est nécessaire à la croissance. Est nécessaire à l'hématopoïèse (formation du sang). Contribue au maintien des tissus, de l'épiderme et des muqueuses.
Niacine	18 mg	Est nécessaire au bon fonctionnement de la peau, du système nerveux et du métabolisme de base.
Vitamine B 6	2 mg	Est nécessaire au métabolisme des protéines et de leurs composants (peptides et acides aminés).
Vitamine B12	1 µg	Est nécessaire à l'hématopoïèse (formation du sang).
Vitamines du groupe B	Correspondant aux AJR des vitamines B individuelles selon ONutr	Sert au maintien des fonctions du système nerveux. Mêmes allégations que pour les vitamines du groupe B.
Acide folique, folacine	200 µg	Est nécessaire à l'hématopoïèse (formation du sang). Est nécessaire au développement du tube neural chez le fœtus.
Vitamine C	60 mg	Est nécessaire au maintien de l'ossature, de la dentition, des gencives et des vaisseaux sanguins sains. Intervient dans l'absorption du fer. A la fonction d'un antioxydant.
Vitamine D	5 µg	Sert au maintien d'une ossature saine, en particulier chez les enfants et les personnes âgées. Régule l'absorption du calcium et des phosphates.
Vitamine E	10 mg	Est nécessaire au maintien des fonctions musculaires. Stabilise les acides gras insaturés et les membranes cellulaires. En tant qu'antioxydant peut fixer les radicaux libres.
Vitamine K	0.1 mg	Nécessaire à la coagulation du sang.
Biotine	150 µg	Intervient dans le métabolisme des acides aminés.
Acide pantothénique	6 mg	Intervient dans les processus du métabolisme énergétique.
Calcium	800 mg	Est un constituant important des os et des dents. Joue un rôle important dans la transmission nerveuse et la contraction musculaire. Minéral indispensable à la constitution des os et des dents. Pour une ossature et une dentition saines.
Fer	14 mg	Est nécessaire à la synthèse de l'hémoglobine et au transport de l'oxygène dans les tissus en vue de la production d'énergie.
Iode	150 µg	Est nécessaire au bon fonctionnement de la glande thyroïde.
Phosphore	800 mg	Combiné au calcium est un constituant important des os. Est nécessaire aux fonctions cellulaires.
Magnésium	300 mg	Est un constituant des os et des dents. Joue un rôle important dans le métabolisme énergétique. Est indispensable au bon fonctionnement des muscles et au métabolisme énergétique. Joue un rôle dans la constitution du squelette. Joue un rôle important dans la transmission nerveuse et dans la contraction musculaire.
Zinc	15 mg	Intervient dans différentes fonctions métaboliques. Intervient dans un grand nombre de processus métaboliques. Est nécessaire à la synthèse endogène des protéines. Est nécessaire aux métabolismes des protéines, des glucides, des lipides et de l'énergie.
Sélénium	50 mcg [70 µg]	Protège l'organisme des réactions d'oxydation. A un effet antioxydant.
Antioxydants Vitamines A, C, E et sélénium	Correspondant aux AJR individuels selon ONutr	Ont une action antioxydante. En tant qu'antioxydants peuvent fixer les radicaux libres et les composés oxygénés très réactifs. Sont importants pour le maintien et le fonctionnement cellulaires. Contribuent à maintenir les fonctions cellulaires.
Vitamines en général et minéraux	Correspondant aux AJR individuels selon ONutr	Les vitamines sont des nutriments indispensables à l'équilibre vital, qui doivent être apportés à l'organisme par les aliments. Certains minéraux sont indispensables au métabolisme.