



CONTRIBUTION DES PRODUITS LAITIERS AUX APPORTS EN MICRONUTRIMENTS AUX PAYS BAS

Visser PAJ, Streppel MT, Feskens EJM, de Groot LC*

*Wageningen University, Division of Human Nutrition

Pays-Bas

Introduction

Les produits laitiers sont une composante majeure de l'alimentation aux Pays Bas. En 2009, la consommation totale y a atteint 59.6kg de lait et 21 kg de fromage per capita (1). Les recommandations nutritionnelles nationales pour les adultes sont de 450-650 ml de lait (ou produits à base de lait) et de 20-30 g de fromage par jour (2). Les produits laitiers contiennent une quantité significative de nutriments et sont considérés comme des aliments de haute qualité nutritionnelle (3). Aujourd'hui les produits laitiers allégés en lipides sont plutôt recommandés en raison du lien entre consommation élevée de graisses et paramètres lipidiques prédictifs de maladie cardio-vasculaire et peut-être de diabète (4). Les produits laitiers contiennent aussi une quantité significative de vitamines et minéraux : calcium, vitamines B2 et B12, zinc, sélénium et magnésium (5).

Les rythmes alimentaires varient au cours de la vie et les enfants consomment des aliments différents des adultes ou des sujets âgés. Les sources de nutriments sont donc susceptibles de varier avec le temps. Les données sur la contribution des aliments aux apports alimentaires des Néerlandais sont peu nombreuses; nous avons évalué la contribution des produits laitiers aux apports en différents vitamines et minéraux à partir d'enquêtes réalisées sur des populations hollandaises d'âge variable.

Sujets et méthode

- **Sujets** : les données issues de 3 enquêtes alimentaires nationales ont été utilisées pour la présente analyse. Elles portent les données collectées en 1997/1998 portant sur 5958 sujets (âge : 1 à 97 ans) ; celles portant sur 750 jeunes adultes (âge : 19 à 30 ans) recueillies en 2003 et 1279 jeunes enfants de 2 à 6 ans collectées en 2005/2006. Ont également été utilisés les données issues de la Leyden Longevity Study (LLS) qui concerne 1630 sujets âgés ; ces données sont recueillies depuis octobre 2006 (pour une information détaillée sur la LLS, voir 6).

- **Consommation de micronutriments et groupes d'aliments**

L'European micronutrients RECommendations Aligned (EURECCA) qui a pour objectif d'harmoniser les recommandations européennes en micronutriments, a identifié 10 nutriments d'intérêt. Ces 10 nutriments (fer, iode, cuivre, sélénium, zinc, calcium, folates, vitamine D, vitamine B12 et vitamine C) ont été inclus dans l'analyse. Seules les données concernant le calcium, les folates, les vitamines D, B12 et C étaient disponibles dans la LLS. Les produits laitiers ont été classés en 6 groupes différents : tous produits laitiers, fromage, lait, produits laitiers non fermentés, produits laitiers fermentés et autres produits laitiers. Le lait aromatisé, les crèmes et desserts lactés « puddings » font partie du groupe produits laitiers totaux. Les produits fermentés sont les yaourts et le babeurre. Le groupe « tous produits laitiers » est défini comme la somme du lait, des produits laitiers fermentés et non fermentés, les fromages et autres produits laitiers. Pour chaque groupe la contribution aux apports en micronutriments a été calculée en valeur absolue et en pourcentage de l'apport total de micronutriments.



CAMPAGNE FINANCÉE
AVEC LE CONCOURS DE
L'UNION EUROPÉENNE
ET DE LA FRANCE



MINISTÈRE
DE L'AGRICULTURE
DE L'ALIMENTATION
DE LA PÊCHE
DE LA RURALITÉ
ET DE L'AMÉNAGEMENT
DU TERRITOIRE



Résultats et conclusion

Les premiers résultats de la LLS montrent que les produits laitiers contribuent pour environ 63% des apports en calcium, 11% des apports en folates, 31% des apports en vitamine B12, 9% des apports en vitamine D et 7% des apports en vitamine C. Le fromage est le premier contributeur pour les apports en calcium (27%) et vitamine D (5%). Au sein des produits laitiers, le lait et les produits laitiers fermentés sont les premiers contributeurs pour les apports totaux en folates, vitamines B12 et C avec respectivement 6%, 15%, 4%.

Les données issues des enquêtes nationales de consommation sont en cours d'analyse et seront présentées au congrès « Micro-nutriments du lait et des produits laitiers : actualités scientifiques et bénéfices santé » du 12 mai 2011.

- [1] *Bulletin of the International Dairy Federation 446/2010: The world dairy situation 2010.*
- [2] Dutch Food Institution (*stichting Voedingscentrum*), *The Hague*: www.voedingscentrum.nl, Last visited March 2011.
- [3] Drewnowski A. Concept of a nutritious food: toward a nutrient density score. *The American Journal of Clinical Nutrition*. 2005 82: 721-32.
- [4] Joint FAO/WHO Expert Consultation: "Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases." *WHO Technical Report Series 916:3-108*. Geneva: World Health Organization, 2003.
- [5] *Dutch Dairy Association (NZO)*: www.zuivelengezondheid.nl, Last visited March 2011.
- [6] Schoenmaker M, de Craen AJM, de Meijer PHEM, Beekman M, Blauw GJ, Slagboom PE, et al. Evidence of genetic enrichment for exceptional survival using a family approach: the Leiden Longevity Study. 2005 14: 79-84.



CAMPAGNE FINANÇÉE
AVEC LE CONCOURS DE
L'UNION EUROPÉENNE
ET DE LA FRANCE



MINISTÈRE
DE L'AGRICULTURE
DE L'ALIMENTATION
DE LA PÊCHE
DE LA BURLALITÉ
ET DE L'AMÉNAGEMENT
DU TERRITOIRE

