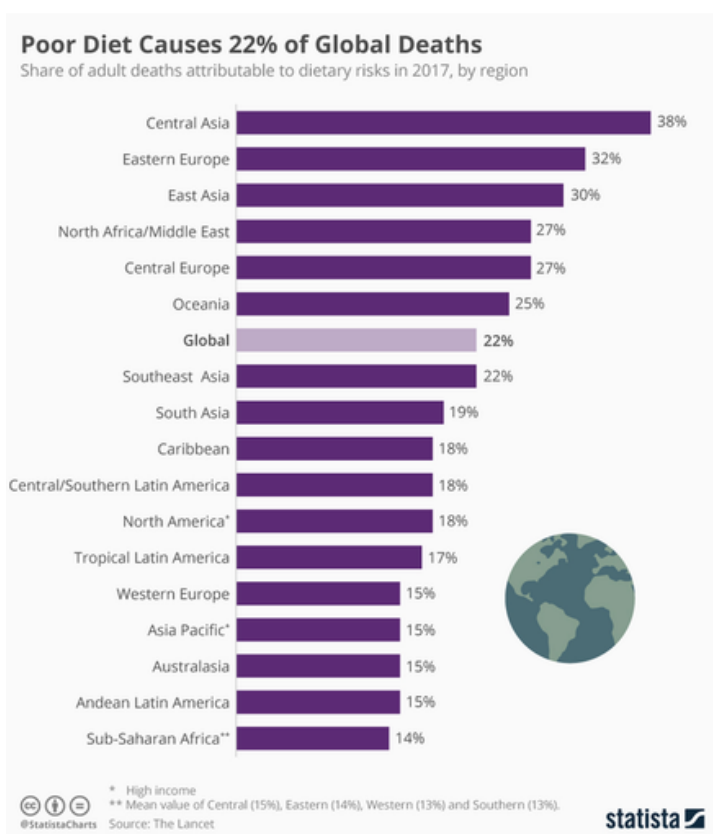


NOTRE ALIMENTATION, PREMIER DÉTERMINANT DE SANTÉ MODIFIABLE

L'alimentation est aujourd'hui reconnue comme un des principaux facteurs de risque ou de protection modifiables des maladies chroniques les plus répandues dans le monde industrialisé : obésité, cancers, maladies cardiovasculaires, diabète de type 2. Au niveau mondial, **l'alimentation est un des principaux facteurs de risque de mortalité**, responsable d'environ 1 décès sur 5¹.

En France, le tableau est préoccupant. 17 % des adultes sont obèses et un tiers sont en surpoids. Ces chiffres sont respectivement de 4 % et 17 % chez les enfants². Les maladies chroniques liées à l'alimentation constituent une cause majeure de mortalité prématurée. À ces enjeux sanitaires s'ajoutent des fractures sociales persistantes : la **précarité alimentaire** est passée de 12 % à 16 % des Français en 2022, dans un contexte d'inflation alimentaire durable³.



Source : The Lancet, graphique Statista Charts

Dans la lettre ouverte cosignée par 87 organisations dont l'AVF en juin 2025, le constat est sans appel : 16 % de la population française déclare ne pas manger à sa faim, tandis que 20 % des étudiants dépendent de l'aide alimentaire. Le diabète, qui touche plus de 4 millions de personnes, poursuit sa progression, et les cancers liés à l'alimentation augmentent à une vitesse dramatique, notamment chez les plus jeunes, à l'image de l'explosion des cas de cancers digestifs⁴.

LE LIEN DIRECT ENTRE SURCONSOMMATION DE PRODUITS ANIMAUX ET MALADIES CHRONIQUES

Ces pathologies ne sont pas une fatalité. Leurs causes sont connues et documentées.

¹ Santé publique France / OMS, Bulletin Épidémiologique Hebdomadaire, 2025

² France Assos Santé / Santé publique France, 2024

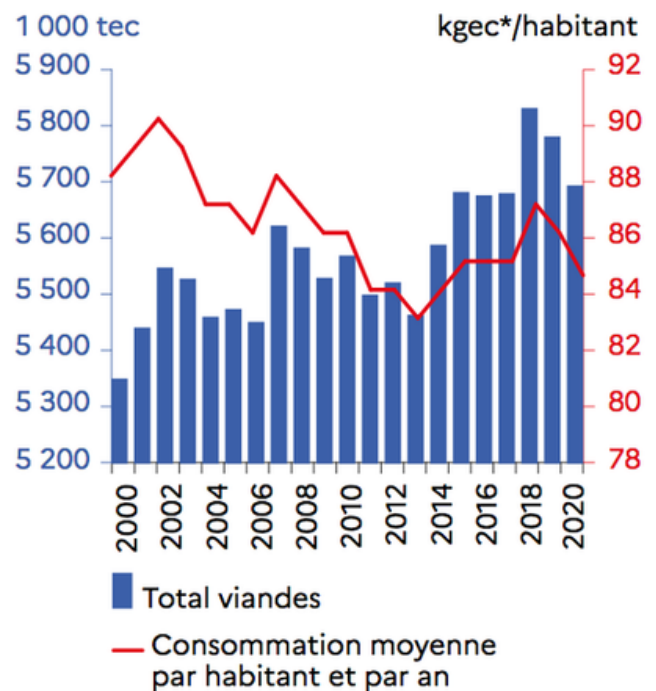
³ Banque des Territoires / Localtis, "Stratégie nationale pour l'alimentation, la nutrition et le climat : une volonté d'agir à l'échelle des territoires", février 2026

⁴ AVF et 87 organisations, Lettre ouverte au gouvernement pour une SNANC ambitieuse, juin 2025

L'alimentation française est structurellement déséquilibrée : 80 % de la population ne mange ni assez de fruits et légumes, ni suffisamment de légumineuses, tandis que 63 % dépasse les quantités maximales recommandées par Santé publique France pour la charcuterie, et 32 % pour la viande rouge. Ces excès ont des conséquences mesurables.

L'alimentation est le troisième facteur de cancers liés au mode de vie : 18 781 nouveaux cas de cancers en 2015 sont attribuables à une alimentation insuffisamment végétale, dont 34 % à une **trop forte consommation de viande rouge ou transformée**⁵. Les personnes qui consomment le plus de viande rouge, soit 100 grammes par jour ou plus, voient leur risque de développer un cancer augmenter de 30 % par rapport à celles qui en mangent le moins⁶.

Par ailleurs, les inégalités sociales face à l'alimentation sont criantes : en France, les catégories les moins favorisées⁷ sont celles qui consomment le plus de viande, 151 grammes par jour en moyenne pour les ouvriers contre 113 grammes pour les catégories les plus favorisées. Ce n'est pas un choix libre : c'est le produit d'un système dans lequel **les produits animaux bon marché peuvent parfois s'avérer plus accessibles que les alternatives végétales de qualité**.



Source : FranceAgriMer, Synthèses conjoncturelles n°376, juin 2021

CE QUE LA SCIENCE DIT SUR L'ALIMENTATION VÉGÉTALE

La communauté scientifique est aujourd'hui claire : réduire la part des produits animaux dans notre alimentation est **bénéfique pour la santé à l'échelle individuelle et collective**. Une alimentation à dominante végétale bien menée permet de prévenir efficacement le diabète de type 2, les infarctus du myocarde, l'obésité, le cancer colorectal et l'hypertension artérielle⁸. Un régime alimentaire riche en légumineuses, céréales complètes, fruits à coque et fruits et légumes, et pauvre en viande, permettrait une augmentation de l'espérance de vie de l'ordre de 10 ans⁹.



⁵ Santé Publique France, Bulletin Épidémiologique Hebdomadaire n°21, 2018 ; Centre International de Recherche sur le Cancer (CIRC), 2015

⁶ Étude NutriNet-Santé

⁷ ANSES, Étude individuelle nationale des consommations alimentaires (INCA 3), 2017

⁸ AVF, Position officielle de l'AVF sur l'alimentation et la santé, commission Nutrition-Santé

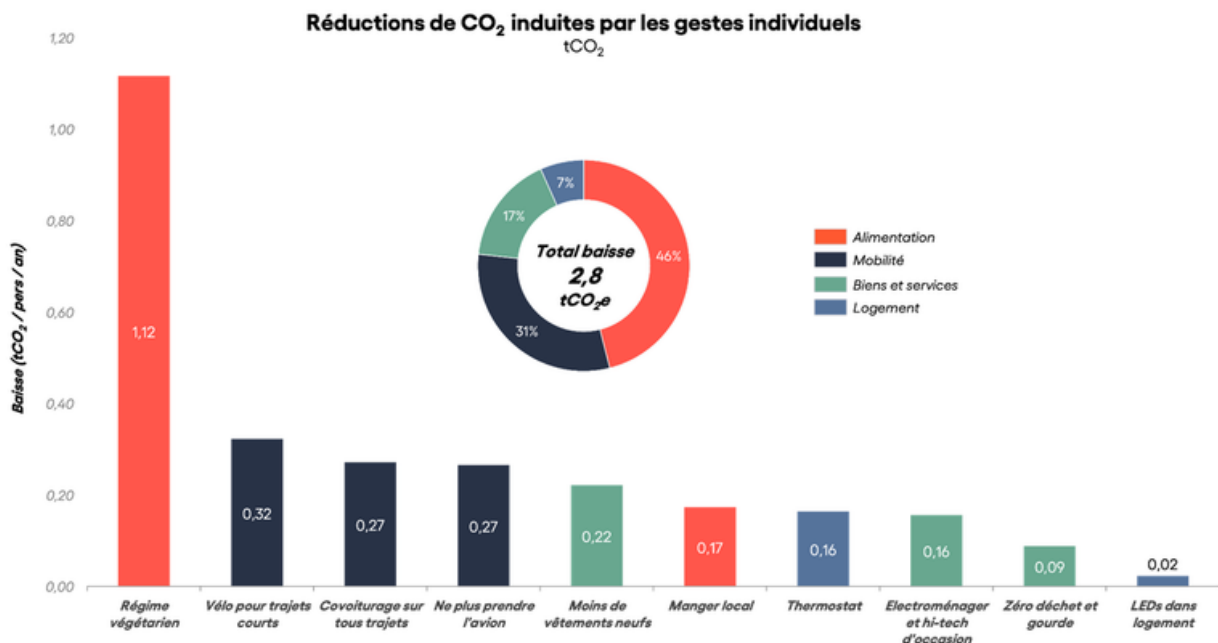
⁹ Fadnes et al., "Estimating impact of food choices on life expectancy: A modeling study", Plos Medicine, 2022

Les alimentations végétarienne et végétalienne, bien conduites, sont adaptées à tous les âges de la vie, y compris la grossesse, la petite enfance et les âges avancés, à la seule condition d'une supplémentation en vitamine B12, dont aucune source fiable n'est rapportée dans le règne végétal.

Les craintes sur les carences en protéines ou en fer ne sont pas fondées : **tous les acides aminés essentiels sont présents dans le règne végétal**, et le déficit en fer n'est pas plus fréquent dans la population végétarienne que dans la population générale.



DES POLITIQUES PUBLIQUES EN RETARD SUR LA SCIENCE



Le problème n'est pas seulement médical : **il est politique**. Les recommandations nutritionnelles officielles françaises continuent de soutenir une consommation de viande et de produits laitiers qui ne s'appuie sur aucune évidence scientifique justifiant les niveaux actuels de consommation.

Le GEM-RCN, qui définit les quantités de chaque aliment à servir dans les cantines scolaires, établit des **seuils de consommation de protéines animales jusqu'à six fois supérieurs aux recommandations nutritionnelles officielles**, sous l'influence documentée des lobbies de la viande et du lait¹⁰.

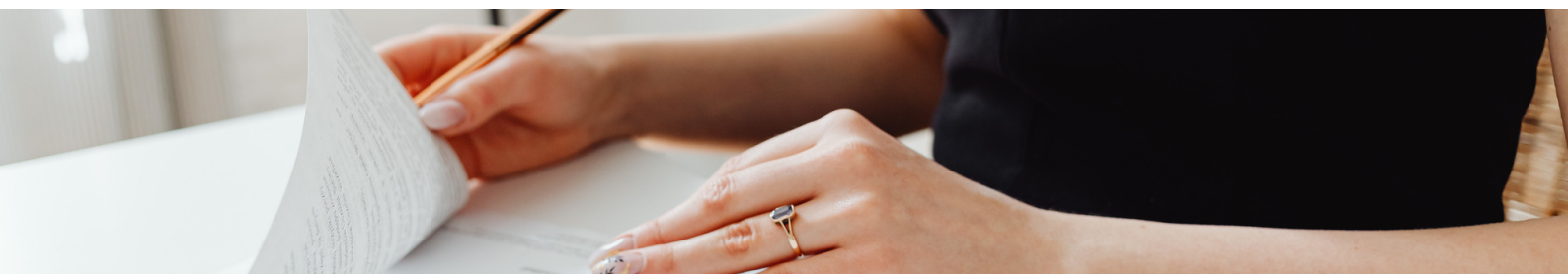
La Stratégie nationale pour l'alimentation, la nutrition et le climat (SNANC), publiée avec deux ans et demi de retard le 11 février 2026, illustre parfaitement ce décalage entre urgence scientifique et ambition politique. La version finale ne contient toujours pas de trajectoire chiffrée pour la réduction de la consommation de viande et la mesure de protection des enfants face au marketing alimentaire a été rétrogradée au rang de mesure volontaire¹¹. Nos organisations déplorent en particulier l'absence d'objectif chiffré pour réduire la consommation de viande et de charcuterie, pourtant recommandé par l'ensemble des rapports d'expertise et soutenu par 85 % des Français, favorables à des campagnes publiques encourageant à manger moins de viande.

LA POSITION DE L'AVF SUR LA SANTÉ PUBLIQUE

L'AVF considère que la mauvaise santé alimentaire des Français n'est pas seulement un problème de volonté individuelle, mais **le résultat d'un système alimentaire gouverné par des intérêts économiques** qui vont à l'encontre de la santé publique. Tant que les subventions agricoles favorisent l'élevage intensif, tant que les filières économiques de la viande et du lait influencent les recommandations nutritionnelles officielles au détriment des données scientifiques disponibles, tant que la publicité pour les produits nocifs inonde les écrans des enfants, les comportements alimentaires ne changeront pas à grande échelle, quelles que soient les campagnes de sensibilisation.

Nous affirmons que la transition vers une alimentation plus végétale est l'une des mesures de santé publique la plus efficace, la plus économique et la plus équitable qui soit. Elle permet simultanément de prévenir les maladies chroniques, de réduire les inégalités sociales face à l'alimentation, et de diminuer l'empreinte environnementale de nos repas. Ces objectifs ne sont pas en tension : ils sont indissociables.

En juin 2025, l'AVF a co-signé avec 87 organisations une lettre ouverte adressée au Premier Ministre et à quatre ministres pour réclamer une SNANC ambitieuse et à la hauteur des enjeux. La version finale publiée en février 2026 constitue, à nos yeux, une occasion manquée, et nous continuerons à exercer une pression constante pour que les plans d'actions qui en découlent (PNNS, PNA) combleront ses lacunes.



¹⁰ Greenpeace France, Rapport sur les cantines scolaires, 2019

¹¹ IDDRI, "Projet de Stratégie nationale française pour l'alimentation, la nutrition et le climat : des avancées à confirmer", avril 2025, mis à jour février 2026 ; Fédération Promotion Santé, Décryptage de la SNANC, avril 2025

NOS SOLUTIONS :

→ Aligner les politiques publiques sur les données scientifiques en matière de nutrition

AU NIVEAU EUROPÉEN

1. Demander à l'EFSA d'intégrer explicitement les bénéfices d'une réduction de la consommation de viande et d'une augmentation des protéines végétales dans ses valeurs nutritionnelles de référence, qui servent de socle scientifique aux recommandations nationales des États membres.

AU NIVEAU NATIONAL

1. **Réformer le GEM-RCN** (Groupement d'études des marchés de restauration collective et de nutrition) pour aligner ses recommandations sur celles de l'ANSES et du Haut Conseil de la santé publique, et mettre fin à la surreprésentation des protéines animales dans les menus servis dans les cantines scolaires, une situation documentée et dénoncée par Greenpeace dès 2019.
2. Inscrire dans la **SNANC** et dans le **PNNS** un **objectif chiffré et contraignant de réduction de la consommation de viande et de charcuterie** d'ici 2030, assorti d'une trajectoire annuelle, d'indicateurs de suivi publics et de moyens humains et financiers pour l'atteindre. L'actuelle SNANC, qui se contente d'une vague "limitation" sans calendrier ni quantification, est insuffisante au regard de l'urgence sanitaire.
3. **Interdire la publicité pour les produits alimentaires nocifs** (trop gras, trop sucrés, trop salés, ultra-transformés) ciblant les enfants à la télévision et sur les plateformes numériques, comme le Royaume-Uni l'a fait depuis octobre 2025, une mesure soutenue par 83 % des Français et recommandée par le Haut Conseil de la santé publique¹².

→ Rendre l'alimentation végétale accessible à tous

AU NIVEAU NATIONAL

1. Mettre en place une **politique tarifaire favorisant les produits végétaux frais et peu transformés** : révision de la TVA sur les fruits, légumes et légumineuses, encadrement des marges des distributeurs sur ces produits, afin de résorber l'écart de prix qui pénalise les ménages modestes et les contraint à une alimentation plus carnée.
2. **Augmenter significativement la consommation de légumineuses** comme source première de protéines dans les repas de la population française, en intégrant cet objectif dans les recommandations nutritionnelles officielles et dans les cahiers des charges de la restauration collective.
3. Financer à hauteur de **80 millions d'euros par an les Projets Alimentaires Territoriaux (PAT)**, contre seulement 10 millions en 2025 et zéro budget prévu en 2026, pour soutenir les pratiques agroécologiques, la juste rémunération des agriculteurs et la relocalisation des systèmes alimentaires, en priorité dans les territoires marqués par la précarité alimentaire.

AU NIVEAU LOCAL

1. Intégrer dans les Plans Alimentaires Territoriaux (PAT) des objectifs explicites de végétalisation de l'offre alimentaire locale : développement des filières de légumineuses, approvisionnement des cantines en protéines végétales françaises, éducation alimentaire dans les écoles autour des bienfaits des régimes à dominante végétale¹³.

¹² Gouvernement britannique, octobre 2025, interdiction de la publicité pour la "malbouffe" sur internet et à la télévision en journée ; Haut Conseil de la santé publique (HCSP)

¹³ Banque des Territoires / Localtis, février 2026

→ Informer et former pour changer les comportements à grande échelle

AU NIVEAU NATIONAL

1. Lancer une **campagne nationale de communication sur les bénéfices de la végétalisation de l'alimentation sur la santé**, financée par les pouvoirs publics, sur le modèle des campagnes "5 fruits et légumes par jour", mais en y incluant explicitement la réduction de la consommation de viande rouge et transformée comme mesure de prévention des cancers et des maladies cardiovasculaires.
2. **Former les professionnels de santé** (médecins généralistes, diététiciens, sages-femmes, pédiatres) aux enjeux de l'alimentation végétale, afin qu'ils soient en mesure de conseiller leurs patients sur les bénéfices d'une alimentation à dominante végétale et de déconstruire les idées reçues sur les carences supposées des régimes végétariens et végétaliens.

AU NIVEAU LOCAL

1. Développer des **programmes d'éducation alimentaire** dans les écoles et centres de loisirs autour des légumineuses, des céréales complètes et des fruits et légumes, sur le modèle des initiatives déjà expérimentées à Montpellier et Thiers, en lien avec les cantines scolaires et les Projets Alimentaires Territoriaux.

