

## Est-ce que sain rime avec local?

Rédigé par l'Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire pour Commun'assiette  
Septembre 2023

Dans de nombreuses zones géographiques, les enquêtes indiquent que les consommateurs perçoivent généralement les aliments locaux comme étant plus sains pour diverses raisons dont l'absence d'utilisation d'antibiotiques, d'hormones de croissance, d'organismes génétiquement modifiés (OGM), de pesticides ou d'engrais de synthèse, ainsi qu'en raison de la meilleure traçabilité (Albrecht & Smithers, 2018; Aoki, 2015; Banerjee & Quinn, 2022; Belon, Nieuwendyk, Vallianatos, & Nykiforuk, 2016; Benos, Burkert, HuttI-Maack, & Petropoulou, 2022; Birtalan et al., 2021; Dukeshire, Masakure, Mendoza, Holmes, & Murray, 2015). D'ailleurs, plusieurs études à travers le monde montrent que les consommateurs perçoivent les aliments locaux comme étant de meilleure qualité, plus naturels et de meilleure valeur nutritive (Aoki, 2015; Aprile et al. 2016; Arsil et al. 2014; Dukeshire et al. 2015).

Cette perception d'une meilleure qualité globale des aliments locaux revient dans plusieurs études effectuées chez des consommateurs (Arsil, Li, Bruwer, & Lyons, 2014). Ces derniers considèrent également que les viandes locales sont plus nutritives car les animaux des élevages locaux seraient nourris à l'herbe et seraient en pâturage (Albrecht & Smithers, 2018). Alors que les motivations des consommateurs à acheter des produits locaux sont très orientées vers la santé humaine, l'étude de Albrecht *et al.* démontre que les motivations des producteurs à vendre localement sont basées sur une vision plus globale de la santé, c'est-à-dire qu'ils incluent également une dimension de santé écologique (Albrecht & Smithers, 2018). Par ailleurs, Bateman *et al.* ont effectué des entrevues avec des producteurs et des distributeurs d'aliments locaux auprès des écoles du Wisconsin et ceux-ci ont mentionné que le fait de livrer des aliments qui ont poussé localement et qui sont frais allait améliorer la santé des enfants (Bateman, Engel, & Meinen, 2014).

Malgré le fait que plusieurs études démontrent clairement que les consommateurs et les producteurs ont la perception que les aliments locaux sont plus sains, très peu d'études démontrent ce lien. Plusieurs liens indirects peuvent être faits entre les pratiques d'achats d'aliments locaux et des données de santé, sans que l'on puisse établir de lien de causalité entre ces deux dimensions. Par exemple, une étude a montré une association entre une adhérence plus élevée à un régime sain et une plus grande probabilité d'acheter des aliments locaux (Annunziata, Agovino, & Mariani, 2019). D'autres ont montré des associations entre l'accès à des marchés fermiers ou l'agriculture supportée par la communauté et l'indice de masse corporel (IMC) de la population (Berning, 2012; Bimbo, Bonanno, Nardone, & Viscecchia, 2015). Selon une étude américaine, 50% des consommateurs interrogés ont augmenté leur consommation de

fruits et légumes depuis qu'ils fréquentent un marché fermier (Carson, Hamel, Giarrocco, Baylor, & Mathews, 2016).

Dans le même sens, certains auteurs soutiennent que le lien direct entre l'aspect local et nutritif des aliments et de l'alimentation a été trop peu analysé dans la littérature (Edwards-Jones, 2010; Enthoven & Van den Broeck, 2021). Selon Edward-Jones, la principale raison qui explique ce manque de preuves est qu'il existe plusieurs définitions du concept d'alimentation locale (Edwards-Jones, 2010). Ce manque d'homogénéité en termes de définition a été abordé par plusieurs autres auteurs (Birch, Memery, & Kanakarathne, 2018; Cranfield, Henson, & Blandon, 2012; Eicaite & Dabkiene, 2015). Les aliments locaux peuvent être définis par une distance géographique entre le lieu de production et le lieu de consommation ; cette distance varie d'une étude à l'autre allant de 32 km (20 miles) à 643 km (400 miles) (Aprile et al., 2016; Eicaite & Dabkiene, 2015). La définition peut également être basée sur des limites administratives ou politiques spécifiques comme un village, une ville, une région, une province, un état ou le pays entier (Eicaite & Dabkiene, 2015). Finalement, la définition peut être en lien avec des méthodes d'approvisionnement ou de distribution dites locales comme l'agriculture supportée par la communauté, les marchés fermiers, la vente directe du fermier aux consommateurs et autres (Cranfield et al., 2012). Le constat est le même dans les études qui ont interrogé des consommateurs par rapport à leur définition des aliments locaux. Par exemple, dans une étude réalisée en Italie, la moitié des répondants définissaient les aliments locaux comme des produits qui ont poussé ou qui ont été préparés dans leur région, alors que d'autres définissaient ceux-ci comme des produits préparés en Italie. De plus, 21% des répondants considéraient les aliments locaux comme des produits achetés directement chez le producteur (Aprile et al., 2016). La définition d'aliments locaux peut également prendre une forme plus patriotique lorsque les consommateurs affectionnent particulièrement le lieu d'origine de certains aliments (Banerjee & Quinn, 2022). La définition donnée par les consommateurs varie notamment en fonction de diverses caractéristiques comme le niveau d'éducation et le fait de vivre en milieu urbain ou rural (Arsil et al., 2014; Banerjee & Quinn, 2022).

Une autre raison pour laquelle il n'est pas possible d'affirmer que les aliments locaux sont nécessairement plus sains est que le contenu chimique et la valeur nutritionnelle des plantes varient selon sa génétique et l'environnement physique dans lequel elle pousse (Edwards-Jones, 2010). Il est donc peu probable qu'on retrouve des conditions physiques idéales partout dans le monde. Par exemple, plusieurs études ont exploré l'impact de la consommation d'aliments locaux provenant d'une région déterminée connue pour sa présence en certains contaminants sur la santé. Différents contaminants ont été dosés tels que le cadmium, le plomb et d'autres métaux lourds dans des légumes, de la viande ou des poissons locaux. Pour la plupart, l'effet sur la

santé reste à étudier, mais dans plusieurs régions les niveaux d'exposition dépassent les recommandations afin de prévenir les risques sur la santé (Ben, Li, Wan, Dong, & Hu, 2017; "Cadmium in food Scientific Opinion of the Panel on Contaminants in the Food Chain," 2009; Cao et al., 2014; Cheng et al., 2017; Counter, Buchanan, Ortega, Amarasiriwardena, & Hu, 2000; Dancause et al., 2010; Deutch et al., 2006). Les aliments locaux ayant poussé dans ces régions ne seraient donc pas préférables d'un point de vue de santé que ceux importés.

L'autre facteur influençant la qualité nutritionnelle est la durée d'entreposage et le temps de transport. Le fait est que la courte distance entre le lieu de production et le lieu de consommation ne garantit pas que les aliments arrivent plus vite dans l'assiette du consommateur. La saisonnalité peut également entraîner de longue période d'entreposage durant l'hiver ce qui peut réduire le contenu en nutriments (Edwards-Jones, 2010).

## Le lien entre local et sain en milieu institutionnel

Il y a peu de littérature concernant la conciliation du volet local et sain dans les services alimentaires institutionnels. Pourtant, au Québec, la plupart des institutions disposent d'un cadre de référence en nutrition sur lequel elles doivent s'appuyer afin de développer leurs menus ou leur politique alimentaire. Depuis 2023, les institutions doivent également se doter d'une cible d'achats locaux dans le cadre de la [Stratégie nationale d'achat d'aliments québécois](#). La littérature ne permet pas de statuer que les aliments locaux sont nécessairement sains. Dans ce cas, il est possible de se questionner à savoir si l'augmentation de la part d'achat local pourrait avoir un impact sur la qualité nutritionnelle des menus de nos institutions et si la conciliation des critères nutritionnels et des critères de provenance locale amène certains défis. C'est la question que l'équipe de l'Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire s'est posée lorsqu'elle a développé le projet ANEL (Alimentation nutritive et locale). L'objectif général de ce projet de recherche, qui s'inscrit dans le cadre du *Plan d'action interministériel de la Politique gouvernementale de prévention en santé* est de développer, pour décembre 2025, les bases d'un outil d'aide à la décision pour guider les établissements de santé publics du Québec vers la mise en place d'une offre alimentaire nutritive et locale.

## Références

- Albrecht, C., & Smithers, J. (2018). Reconnecting through local food initiatives? Purpose, practice and conceptions of 'value'. *AGRICULTURE AND HUMAN VALUES*, 35(1), 67-81.  
doi:10.1007/s10460-017-9797-5
- Annunziata, A., Agovino, M., & Mariani, A. (2019). Sustainability of Italian families' food practices: Mediterranean diet adherence combined with organic and local food consumption. *JOURNAL OF CLEANER PRODUCTION*, 206, 86-96. doi:10.1016/j.jclepro.2018.09.155
- Aoki, M. (2015). Consumer loyalty towards locally certified low-input farm products. *British Food Journal*, 117(9), 2300-2312. doi:<http://dx.doi.org/10.1108/BFJ-12-2014-0414>
- Aprile, M. C., Caputo, V., & Nayga, R. M. (2016). Consumers' Preferences and Attitudes Toward Local Food Products. *JOURNAL OF FOOD PRODUCTS MARKETING*, 22(1), 19-42.  
doi:10.1080/10454446.2014.949990
- Arsil, P., Li, E., Bruwer, J., & Lyons, G. (2014). Exploring consumer motivations towards buying local fresh food products: a means-end chain approach. *British Food Journal*, 116(10), 1533-1549. doi:<http://dx.doi.org/10.1108/BFJ-04-2013-0083>
- Banerjee, R., & Quinn, B. (2022). Exploring consumer constructions of local food: meanings and influences. *EUROPEAN JOURNAL OF MARKETING*, 56(5), 1269-1300.  
doi:10.1108/EJM-02-2020-0093
- Bateman, J., Engel, T., & Meinen, A. (2014). Understanding Wisconsin producer and distributor perceptions to inform farm to school programs and policies. *JOURNAL OF HUNGER & ENVIRONMENTAL NUTRITION*, 9(1), 48-63.  
doi:<http://dx.doi.org/10.1080/19320248.2013.840548>
- Belon, A. P., Nieuwendyk, L. M., Vallianatos, H., & Nykiforuk, C. I. J. (2016). Perceived community environmental influences on eating behaviors: a photovoice analysis. *Social Science & Medicine*, 171(Belon, A. P.: University of Alberta, 3-300 Edmonton Clinic Health Academy, 11405-87 Ave, Edmonton, AB T6G 1C9, Canada), 18-29.  
doi:<http://dx.doi.org/10.1016/j.socscimed.2016.11.004>
- Ben, Y. J., Li, T., Wan, Y., Dong, Z. M., & Hu, J. Y. (2017). Exposure assessment of PCDD/Fs for the population living in the vicinity of municipal waste incinerator: Additional exposure via local vegetable consumption. *ENVIRONMENTAL POLLUTION*, 224, 532-540.  
doi:10.1016/j.envpol.2017.02.036
- Benos, T., Burkert, M., Huttli-Maack, V., & Petropoulou, E. (2022). When mindful consumption meets short food supply chains: Empirical evidence on how higher-level motivations influence consumers. *SUSTAINABLE PRODUCTION AND CONSUMPTION*, 33, 520-530.  
doi:10.1016/j.spc.2022.07.028
- Berning, J. P. (2012). Access to local agriculture and weight outcomes. *Agricultural and Resource Economics Review*, 41(1), 57-71. Retrieved from  
<http://ageconsearch.umn.edu/bitstream/123313/2/berning%20-%20current.pdf>
- Bimbo, F., Bonanno, A., Nardone, G., & Viscecchia, R. (2015). The hidden benefits of short food supply chains: farmers' markets density and Body Mass Index in Italy. *International Food and Agribusiness Management Review*, 18(1), 1-15. Retrieved from  
<http://www.ifama.org/files/IFAMR/Volume%2018/Issue%201/20140047.pdf>
- Birch, D., Memery, J., & Kanakarathne, M. d. S. (2018). The mindful consumer: balancing egoistic and altruistic motivations to purchase local food. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 40(Birch, D.: Faculty of Management, Bournemouth University, Executive Business Centre, 89 Holdenhurst Road, Bournemouth, BH8 8EB, UK), 221-228.  
doi:<http://dx.doi.org/10.1016/j.jretconser.2017.10.013>
- Birtalan, I. L., Neulinger, A., Bardos, G., Rigo, A., Racz, J., & Boros, S. (2021). Local food communities: exploring health-related adaptivity and self-management practices. *British Food Journal*, 123(8), 2728-2742. doi:<http://dx.doi.org/10.1108/BFJ-12-2020-1176>

- Cadmium in food Scientific Opinion of the Panel on Contaminants in the Food Chain. (2009). *EFSA JOURNAL*, 7(3). doi:10.2903/j.efsa.2009.980
- Cao, S., Duan, X., Zhao, X., Ma, J., Dong, T., Huang, N., . . . Wei, F. (2014). Health risks from the exposure of children to As, Se, Pb and other heavy metals near the largest coking plant in China. *The Science of the total environment*, 472(uj0, 0330500), 1001-1009. doi:<https://dx.doi.org/10.1016/j.scitotenv.2013.11.124>
- Carson, R. A., Hamel, Z., Giarrocco, K., Baylor, R., & Mathews, L. G. (2016). Buying in: the influence of interactions at farmers' markets. *AGRICULTURE AND HUMAN VALUES*, 33(4), 861-875. doi:<http://dx.doi.org/10.1007/s10460-015-9675-y>
- Cheng, J., Zhang, X., Tang, Z., Yang, Y., Nie, Z., & Huang, Q. (2017). Concentrations and human health implications of heavy metals in market foods from a Chinese coal-mining city. *Environmental Toxicology and Pharmacology*, 50(Cheng JiaLi.: Key Laboratory of Trace Element Nutrition of National Health and Family Planning Commission, National Institute for Nutrition and Health, Chinese Center for Disease Control and Prevention, Beijing 100021, China), 37-44. doi:<http://dx.doi.org/10.1016/j.etap.2017.01.011>
- Counter, S. A., Buchanan, L. H., Ortega, F., Amarasiriwardena, C., & Hu, H. (2000). Environmental lead contamination and pediatric lead intoxication in an Andean Ecuadorian village. *International journal of occupational and environmental health*, 6(3), 169-176.
- Cranfield, J., Henson, S., & Blandon, J. (2012). The effect of attitudinal and sociodemographic factors on the likelihood of buying locally produced food. *Agribusiness (New York)*, 28(2), 205-221. doi:<http://dx.doi.org/10.1002/agr.21291>
- Dancause, K. N., Yevtushok, L., Lapchenko, S., Shumlyansky, I., Shevchenko, G., Wertelecki, W., & Garruto, R. M. (2010). Chronic radiation exposure in the Rivne-Polissia region of Ukraine: implications for birth defects. *American journal of human biology : the official journal of the Human Biology Council*, 22(5), 667-674. doi:<https://dx.doi.org/10.1002/ajhb.21063>
- Deutch, B., Dyerberg, J., Pedersen, H. S., Asmund, G., Moller, P., & Hansen, J. C. (2006). Dietary composition and contaminants in north Greenland, in the 1970s and 2004. *Science of the Total Environment*, 370(2/3), 372-381. doi:<http://dx.doi.org/10.1016/j.scitotenv.2006.07.015>
- Dukeshire, S., Masakure, O., Mendoza, J., Holmes, B., & Murray, N. (2015). Understanding consumer choices for Ontario produce. *RENEWABLE AGRICULTURE AND FOOD SYSTEMS*, 30(5), 439-449. doi:10.1017/S1742170514000234
- Edwards-Jones, G. (2010). Does eating local food reduce the environmental impact of food production and enhance consumer health? *Proceedings of the Nutrition Society*, 69(4), 582-591. doi:<http://dx.doi.org/10.1017/S0029665110002004>
- Eicaite, O., & Dabkiene, V. (2015). Local food: Lithuanian consumers' perceptions and attitudes. *Scientific Papers Series - Management, Economic Engineering in Agriculture and Rural Development*, 15(4), 65-70. Retrieved from [http://managementjournal.usamv.ro/pdf/vol.15\\_4/vol15\\_4.pdf](http://managementjournal.usamv.ro/pdf/vol.15_4/vol15_4.pdf)
- Enthoven, L., & Van den Broeck, G. (2021). Local food systems: Reviewing two decades of research. *AGRICULTURAL SYSTEMS*, 193. doi:10.1016/j.agsy.2021.103226