



# Mémoire pour les décideurs en matière de santé publique



\*Les aliments bleus comprennent les animaux, les plantes aquatiques et les algues, élevés ou récoltés en eau douce et en milieu marin.

Quatre milliards de personnes souffrent de malnutrition. Les aliments bleus\* peuvent aider à réduire ce chiffre en apportant des micronutriments essentiels et en réduisant l'incidence de maladies non transmissibles. De plus, l'impact environnemental et climatique de la production d'aliments aquatiques est plus faible que celui de nombreuses alternatives terrestres. Une meilleure intégration des aliments bleus dans les recommandations alimentaires et les programmes de nutrition peut être bénéfique pour la santé de toutes les communautés et aider tous les pays à se rapprocher des objectifs de développement durable.



## Principaux faits et conclusions

### 1. Les aliments bleus sont une abondante source de nutrition.

De nombreux aliments aquatiques ont une teneur élevée en minéraux et vitamines biodisponibles, acides gras essentiels et protéines. Consommés ensemble, ces aliments peuvent améliorer l'absorption de nutriments d'origine végétale et contribuer à des régimes équilibrés et bien plus nutritifs.

### 2. La teneur en nutriments varie largement parmi les plus de 2 500 espèces ou groupes d'espèces d'aliments bleus pêchés ou récoltés.

Les petits poissons pélagiques, par exemple, possèdent près de huit fois plus de fer, cinq fois plus d'acides gras oméga-3 et quatre fois plus de vitamine B12 que le tilapia.

### 3. Les aliments bleus peuvent contribuer à réduire les carences en micronutriments et l'incidence des maladies non transmissibles.

Les carences en micronutriments ont des conséquences particulièrement graves pour les enfants, les femmes enceintes et les femmes en âge de procréer. Introduire des aliments aquatiques riches en nutriments dans leur alimentation peut améliorer significativement leur santé et leur développement. Les acides gras oméga-3 contenus dans les aliments bleus sont également bons pour le cœur, le cerveau et les yeux des personnes de tous âges. Des investissements modérés dans l'approvisionnement en aliments bleus peuvent faire baisser les prix et améliorer

substantiellement les résultats nutritionnels. Nous estimons qu'une augmentation de 8 % de la production durable des espèces que nous consommons actuellement préviendrait 166 millions de carences en micronutriments d'ici à 2030. Si les aliments bleus remplaçaient les aliments à base de viande rouge et transformés, moins bons pour la santé, ou évitaient l'adoption de régimes alimentaires contenant de grandes quantités de ces aliments, ils pourraient réduire l'incidence des maladies non transmissibles, telles que les maladies cardiovasculaires et le cancer.

### 4. La pêche à petite échelle et les marchés locaux permettent à des millions de personnes vivant sur les côtes et à l'intérieur des terres d'accéder à une alimentation de grande valeur.

La production à petite échelle représente les deux tiers des poissons que nous consommons. Près de 90 % des emplois dans le secteur de la pêche sont à petite échelle et le secteur des aliments bleus soutient plus de 800 millions de moyens de subsistance. Dans nombre de ces communautés, les aliments bleus sont profondément ancrés dans la culture gastronomique locale.

### 5. Des investissements sont nécessaires pour améliorer la durabilité des systèmes alimentaires bleus et préserver leurs contributions au changement climatique et aux autres impacts environnementaux.

Comme pour les systèmes alimentaires terrestres, une série de facteurs de stress environnementaux mondiaux et locaux menacent la production, la qualité et la sécurité des aliments bleus. Investir dans la gestion durable des ressources, dans des solutions fondées sur la nature (par exemple, la restauration des écosystèmes) et dans des pratiques de production respectueuses de la nature (par exemple, l'aquaculture des bivalves) peut générer un triple bénéfice pour la durabilité, la résilience climatique et la



santé. Préserver et promouvoir la diversité des systèmes alimentaires aquatiques (non seulement des espèces, mais aussi des méthodes de production, des acteurs et des marchés) peut favoriser des régimes alimentaires plus sains, renforcer les moyens de subsistance et améliorer la résilience des systèmes alimentaires.

**6. Les gouvernements peuvent contribuer à la santé publique et au développement en luttant contre la distribution inégale des bénéfices issus des systèmes alimentaires bleus et la concentration du pouvoir dans ce secteur.**

Les femmes, les peuples indigènes et les communautés marginalisées sont sous-représentés dans les stratégies politiques et les processus de prise de décisions. Sans égalité entre les sexes, les aliments bleus sont moins abordables et le volume de déchets et de gaspillage est plus important.



## Recommandations d'action

Tous les acteurs (gouvernements, secteur privé et société civile) ont un rôle à jouer à différents échelons, des initiatives locales aux accords internationaux.

Les décideurs en matière de santé publique peuvent envisager les mesures suivantes pour exploiter tout le potentiel des aliments aquatiques :

**1. Inclure divers aliments bleus dans les politiques alimentaires et de nutrition.**

Les aliments aquatiques peuvent jouer un rôle central dans les programmes de protection des enfants, des femmes enceintes ou allaitantes, comme à Odisha, en Inde, où le gouvernement ajoute de la poudre de petits poissons séchés dans les repas des cantines. Les recommandations alimentaires pourraient inclure des comparaisons de l'apport nutritionnel de différents types d'aliments bleus, et promouvoir ces produits comme une alternative saine et souvent plus durable que la viande, saine et souvent plus durable..

**2. Soutenir la collecte et la conservation des données sur la consommation d'aliments bleus, les carences nutritionnelles, et le gaspillage alimentaire et les déchets.**

Les statistiques de production, de commerce et de consommation regroupent généralement les aliments bleus sous une seule catégorie : « poisson ». Il est alors difficile d'estimer précisément les contributions nutritionnelles des aliments bleus à l'échelle de la population, ou d'identifier les

investissements en aliments bleus nécessaires pour répondre à des besoins de santé spécifiques. Sans données à l'échelle infranationale, il est compliqué de cibler des investissements, afin d'atteindre les populations les plus vulnérables.

**3. Réduire les obstacles sociaux, économiques et politiques auxquels sont confrontées les communautés marginalisées, afin d'accroître leur accès aux aliments bleus.**

Inclure activement et donner plus de moyens aux groupes marginalisés, comme les femmes et les communautés indigènes, dans la gouvernance alimentaire et sanitaire, offre une occasion importante d'accroître son efficacité et d'améliorer la nutrition et les résultats d'autres systèmes alimentaires.

**4. Travailler avec les ministères de l'Environnement, les agences alimentaires et le secteur pour améliorer la sécurité alimentaire tout au long de la chaîne de valeur.**

Les efforts pourraient inclure des formations en matière de sécurité alimentaire pour les petits producteurs ; le soutien de l'innovation dans les méthodes de transformation ; l'investissement dans des chaînes de froid durables ; et la réduction, la surveillance et l'atténuation de la pollution des cours d'eau.

**5. Travailler avec d'autres agences pour s'assurer que leurs décisions ne nuisent pas au rôle des aliments bleus dans la santé et la nutrition.**

Les agences responsables des différentes composantes du système alimentaire (pêche et aquaculture, agriculture, gestion des ressources naturelles, santé publique, commerce) poursuivent souvent des objectifs différents, voire contradictoires. Par exemple, une politique commerciale destinée à augmenter les revenus des exportations peut priver les populations vulnérables de nutriments abordables essentiels en promouvant l'exportation des aliments bleus aux dépens de la consommation nationale. Une politique d'aquaculture axée sur la production pourrait finir par encourager la production d'espèces pauvres en nutriments. Les structures de gouvernance unificatrices qui coordonnent les politiques et les investissements entre les ministères peuvent contribuer à garantir la réalisation d'objectifs environnementaux, économiques, nutritionnels et sociaux.

Le Blue Food Assessment rassemble plus de 100 scientifiques de plus de 25 institutions à travers le monde. Le Stockholm Resilience Centre de l'université de Stockholm, le Center for Ocean Solutions et le Center on Food Security and the Environment de l'université de Stanford sont les principaux partenaires scientifiques, et l'EAT est le principal partenaire d'impact.