



Consultation publique de Santé Canada
Consultation des Canadiens sur la refonte du guide alimentaire canadien
Position
de l'Ordre professionnel des diététistes du Québec

Juin 2017

Ordre professionnel des diététistes du Québec

550, rue Sherbrooke Ouest, tour Ouest, bureau 1855, Montréal (Québec) H3A 1B9

Tél. : 514 393-3733 • Sans frais : 1 888 393-8528 • Téléc. : 514 393-3582

opdq@opdq.org • www.opdq.org



La mission de l'Ordre est de valoriser l'importance de la nutrition, de la saine alimentation et des soins nutritionnels pour la promotion, le maintien et le rétablissement de la santé humaine.

À cette fin, l'Ordre privilégie des interventions de qualité optimale de la part de ses membres, et ce, en fonction des divers besoins de la population québécoise. Ce faisant, l'Ordre contribue à la protection du public et contrôle la qualité de l'acte professionnel tout en favorisant la promotion, le développement et la reconnaissance des compétences de ses membres.

Nous tenons à remercier le comité exécutif, Mme Thérèse Desrosiers et les membres des comités aviseurs sectoriels de l'Ordre pour leurs commentaires en réponse à la consultation de Santé Canada (comités gestion des services d'alimentation, nutrition clinique, nutrition en santé publique et nutrition en agroalimentaire et biopharmaceutique).

Les membres de la permanence de l'Ordre :

Mme Paule Bernier, Dt.P., M. Sc., Présidente

Mme Marie-Noël Geoffrion, Dt.P., Conseillère principale, Affaires scientifiques

Mme Marie-Ève Guérette St-Amour, Dt.P., M. Sc., Directrice des affaires professionnelles

TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION.....	4
COMMENTAIRES GÉNÉRAUX.....	5
QUESTIONS DE CONSULTATION ET RÉPONSES DE L'OPDQ.....	7
CONCLUSION	11

INTRODUCTION

L'Ordre professionnel des diététistes du Québec (ci-après « OPDQ ») est interpellé par la consultation publique de Santé Canada sur le Guide alimentaire canadien (GAC), dans le cadre de ses rôles et mandats uniques. L'OPDQ a pour mission de privilégier des interventions de qualité optimale de la part de ses membres, et ce, en fonction des divers besoins nutritionnels de la population québécoise. Ce faisant, l'Ordre contribue à la protection du public et contrôle la qualité de l'acte professionnel tout en favorisant le développement et la reconnaissance des compétences de ses membres.

Les diététistes/nutritionnistes interviennent dans l'ensemble du continuum de vie des personnes, de la procréation à la fin de la vie. Leurs secteurs d'intervention, très diversifiés, comprennent, entre autres, la gestion des services d'alimentation, la nutrition en agroalimentaire et biopharmaceutique, la nutrition clinique et la nutrition en santé publique. On dénombre ainsi plus d'une centaine de milieux de travail, que ce soit en bureau de consultation privé, dans les hôpitaux et centres d'hébergement, dans les programmes de santé publique ou les compagnies alimentaires. La finalité des interventions des diététistes/nutritionnistes, peu importe leur milieu de travail, est de contribuer à maintenir ou rétablir la santé des personnes et des collectivités par la mise en œuvre d'une stratégie visant à adapter l'alimentation et ses déterminants.

Dans ce deuxième cycle de consultations, Santé Canada désire consulter les parties prenantes afin d'« achever l'élaboration de ses recommandations et de ses politiques en matière de saine alimentation et mettre au point des moyens efficaces pour renseigner les Canadiens sur la nutrition »ⁱ.

Le présent document reprend l'essentiel des échanges ayant eu lieu dans le cadre du partenariat privilégié que l'Ordre partage avec Santé Canada depuis le début de ce processus de révision du GAC. Il résume les commentaires de l'OPDQ transmis en juin 2017 via leur format en ligne, conformément aux questions de consultation.

ⁱ Tiré du document de consultation de Santé Canada.

COMMENTAIRES GÉNÉRAUX

Ce que nous avons aimé

L'OPDQ accueille favorablement la proposition de modernisation du Guide alimentaire canadien visant à soutenir les citoyens à faire des choix éclairés, sains et plaisants.

L'Ordre salue l'agilité avec laquelle Santé Canada est parvenu à l'élaboration de principes directeurs et de recommandations dont la complémentarité assure une vision globale de la saine alimentation.

L'Ordre souligne la pertinence d'un résultat simple tel que présenté dans sa consultation tout en tenant compte d'un vaste répertoire de connaissances scientifiques et concepts spécialisés.

L'Ordre tient à exprimer sa satisfaction quant à l'inclusion nouvelle des concepts de plaisir, de partage et de compétences dans cette mise à jour, ainsi que l'ajout de considérations indissociables de la santé des populations et de la planète.

Les améliorations proposées dans cette consultation démontrent un courage politique ancré dans la science et la modernité. L'Ordre tient à souligner la rigueur du travail effectué jusqu'à présent par Santé Canada dans une collaboration continue, exhaustive et transparente avec les parties prenantes. Les professionnels, les scientifiques et le public ont été entendus pour le plus grand bien du plus grand nombre.

Quelques réserves et questions

Les commentaires qui suivent s'appliquent en général à l'ensemble des principes directeurs et recommandations énoncés dans le document de consultation de Santé Canada. Par conséquent, ils ne seront pas répétés spécifiquement dans les autres parties de ce document.

D'abord, bien qu'il n'en soit pas question dans la présente consultation, l'Ordre enjoint Santé Canada de bien définir et communiquer à qui s'adresse le guide (âges, état de santé), et la façon dont il pourra être utilisé selon les clientèles et les contextes. Ces incompréhensions refont surface régulièrement auprès des diététistes-nutritionnistes. Les utilisateurs doivent pouvoir comprendre que le guide s'adresse aux personnes en santé et non à des clientèles requérant des services individualisés et une alimentation particulière (par exemple malades, athlètes, jeunes enfants, personnes âgées fragilisées, etc.).

De plus, il importe aussi que les outils éducatifs qui découleront de ces principes directeurs soient adaptés aux différentes populations à qui ils s'adressent, notamment du jeune âge à l'âge avancé, chez qui les besoins nutritionnels sont différents des adultes en santé, ainsi que les personnes ayant un faible niveau de littératie. Ils doivent aussi pouvoir être adaptés et flexibles selon la culture et le statut socioéconomique.

Dans le même ordre d'idées, Santé Canada doit rester alerte quant à la façon dont le guide sera utilisé dans l'élaboration de politiques publiques. Celui-ci ne devrait pas être appliqué tel quel et également dans tous les contextes (c.-à-d. milieu de vie, CHSLD, école, pouponnière, etc.). Nous comprenons mal comment des établissements de santé pourraient se conformer au Guide alimentaire canadien lorsqu'il s'agit d'évaluer la qualité de l'alimentation fournie aux résidents. En aucun cas, il ne devra se substituer à un professionnel de la santé. Santé Canada devrait faire une mise en garde à ce sujet.

L'Ordre encourage Santé Canada à inclure des exemples concrets dans ses futurs outils accompagnant les recommandations, afin de permettre une meilleure compréhension d'un public plus large.

Par ailleurs, l'Ordre souhaiterait que Santé Canada se prononce sur la consommation d'alcool, compte tenu des constats scientifiques clairs dans son analyse des données probantes.

Enfin, il appert essentiel d'insister sur l'importance de la complémentarité et de l'indissociabilité des principes et des recommandations dans leur ensemble pour une compréhension optimale de la vision de la saine alimentation mise de l'avant par Santé Canada. Certaines recommandations isolées pourraient susciter des réserves alors qu'elles prennent toute leur valeur et toute leur signification lorsqu'elles sont mises dans le contexte global des trois principes directeurs et des huit recommandations proposées. Le produit global est définitivement plus grand que la somme de ses parties, et cet élément doit être bien compris par les utilisateurs.

QUESTIONS DE CONSULTATION ET RÉPONSES DE L'OPDQ

Principe directeur n° 1 : Une variété d'aliments et de boissons nutritifs est le fondement de la saine alimentation.

L'Ordre considère que, dans son ensemble, ce principe est pertinent, clair et contient suffisamment d'information.

Recommandation n° 1 : Consommation régulière de légumes, de fruits, de grains entiers et d'aliments riches en protéines, surtout en protéines d'origine végétale.

L'Ordre est tout à fait en accord avec cette recommandation.

Plus particulièrement, l'Ordre accueille favorablement la mention concernant les protéines végétales et la liste y étant associée, ainsi que la mention concernant les enfants.

Un seul point suscite une certaine réserve concernant l'utilisation du terme « régulier ». Ce mot fait référence à un rythme de consommation d'intervalles égaux et répétés, et non à la fréquence de consommation. D'autres expressions pourraient être plus adéquates pour le contexte, par exemple, « quotidienne », « la majorité du temps », « la majeure partie du temps ».

Recommandation n° 2 : Inclusion d'aliments qui contiennent surtout des lipides insaturés plutôt que des lipides saturés.

L'Ordre est plutôt en accord avec cette recommandation.

Dans les faits, le contenu de cette recommandation n'est pas ce qui inspire la réserve face à ce commentaire. Au contraire, ce contenu est appuyé par la science et semble représenter un levier utile pour l'établissement de politiques publiques saines ainsi que pour la législation des procédés de transformations alimentaires non désirables.

Toutefois, la réserve naît plutôt d'un souci de compréhension auprès du grand public, pour lequel ce jargon nutritionnel pourrait être rebutant ou incompris. Dans cette optique, l'Ordre recommande d'inclure une liste des aliments qui contiennent des lipides insaturés, tout comme dans la recommandation n° 1 au sujet des protéines végétales.

Recommandation n° 3 : Consommation régulière d'eau

L'Ordre est tout à fait en accord avec cette recommandation.

L'Ordre salue l'importance donnée à cette recommandation dans le contenu global.

À titre de réserve, le mot « régulière » apparaît faible quant au but recherché. Une mention comme « de premier choix », comme stipulé dans l'explication générale du principe n° 1 apparaît plus appropriée.

Aussi, afin de minimiser l'impact environnemental, nous suggérons qu'une mise en garde soit faite en regard de l'utilisation de bouteilles d'eau jetables, et que Santé Canada promeuve l'accès à l'eau dans les établissements publics.

Principe directeur n° 2 : Les aliments et boissons transformés ou préparés riches en sodium, sucres ou lipides saturés nuisent à une saine alimentation.

L'Ordre considère que, dans son ensemble, ce principe est pertinent, clair et contient suffisamment d'informations.

Recommandation n° 1 : Consommation limitée d'aliments transformés ou préparés riches en sodium, sucres ou lipides saturés.

L'Ordre est tout à fait en accord avec cette recommandation.

L'Ordre recommande tout de même de définir le terme « transformés » et de donner des exemples concrets d'aliments inclus et d'aliments exclus par ce terme. Plus particulièrement, concernant les produits de base tels que la farine, l'huile ou les fruits surgelés par exemple.

De plus, l'Ordre comprend de cette recommandation que les qualificatifs « riches en sodium, sucres et lipides saturés » réfèrent tant aux termes « aliments transformés » qu'aux termes « aliments préparés ». Cependant, tel que rédigé, il n'est pas clair dans cette phrase si les qualificatifs s'appliquent aussi aux aliments transformés. L'Ordre croit que cela devrait être le cas. De plus, il serait important de définir ce qu'on entend par « riches en sodium, sucres et lipides saturés ».

Recommandation n° 2 : Abstention de boissons transformées ou préparées riches en sucres.

L'Ordre est plutôt en accord avec cette recommandation.

D'un côté, l'Ordre est tout à fait en accord avec cette recommandation qui est appuyée par la science et cohérente avec la recommandation 3 du principe directeur 1 indiquant que l'eau est la boisson de premier choix. À ce titre, l'Ordre salue l'inclusion exhaustive des boissons sucrées dans la recommandation. Aussi l'Ordre comprend la pertinence de l'utilisation du mot « abstention » dans cette recommandation, notamment dans une optique de politiques publiques plus larges.

En contrepartie, l'Ordre souhaite porter à l'attention de Santé Canada que ce mot « abstention » pourrait sous-entendre « privation » et avoir potentiellement certains effets indésirables. Plus particulièrement chez certaines clientèles (adolescents par exemple), à savoir, rendre ces produits d'autant plus attirants en leur accolant une étiquette d'« interdit ». L'Ordre se questionne à savoir si une nuance pourrait être apportée pour de plus grands bénéfices, selon la terminologie en lien avec la fréquence d'utilisation (par exemple, rarement; équivalent à une fois par mois plus ou moins).

De plus, l'Ordre croit que Santé Canada devra s'assurer de bien expliquer sa démarche pour exclure les jus de fruits du guide. Ce changement représente un virage à 180 degrés et l'Ordre croit que la population aura besoin de bien comprendre la rationnelle de ce virage afin d'y adhérer. Aussi, l'Ordre désire attirer l'attention de Santé Canada sur le risque de perte de confiance du public envers la science et les scientifiques qui, du point de vue d'un œil moins averti, peuvent sembler se contredire avec cette inclusion. Notamment, Santé Canada pourrait rappeler que cette recommandation ne signifie pas que le jus est l'équivalent de la boisson gazeuse, mais plutôt que la science démontre que la plus grande partie de la consommation de sucres provient des boissons sucrées, incluant les jus de fruits.

Par ailleurs, il est important de tenir compte de l'applicabilité de cette recommandation chez les clientèles vulnérables, telles les personnes âgées pour qui la culture alimentaire de longue date, le plaisir de manger, les besoins particuliers et la qualité de vie globale doivent être pris en compte dans l'évaluation des risques/bénéfices par un professionnel vis-à-vis de l'alimentation quotidienne. Cet aspect devra être considéré si le GAC est utilisé pour l'élaboration de menus dans les centres d'hébergement de soins de longue durée et les résidences qui correspondent à des milieux de vie par exemple. Ici aussi, la terminologie de la fréquence d'utilisation pourrait être une solution à considérer (par exemple : la plupart du temps, occasionnellement (quelques fois par semaine) ou rarement (+/- une fois par mois).

Principe directeur n° 3 : Des connaissances et compétences sont nécessaires pour naviguer dans un environnement alimentaire complexe et favoriser une saine alimentation.

L'Ordre considère que, dans son ensemble, ce principe est pertinent, clair et contient suffisamment d'information.

Recommandation n° 1 : Choisir des aliments nutritifs au magasin et au restaurant.

L'Ordre est tout à fait en accord avec cette recommandation.

L'Ordre tient à souligner toutefois que bien que plusieurs outils soient à la disposition des Canadiens pour faire des choix éclairés d'aliments nutritifs en magasin (tableau de la valeur nutritive, liste d'ingrédients, etc.), ces outils ne sont pas bien compris de tous. L'Ordre suggère que des outils soient développés spécifiquement pour les populations, dont le niveau de littératie est plus faible.

Pour ce qui est des choix sains au restaurant, le public pourra sans doute être éduqué pour mieux choisir. Cependant, l'Ordre croit fermement que la responsabilité ne doit pas lui être totalement attribuée et que l'industrie devrait être mise à contribution pour faire sa juste part dans l'atteinte et le maintien de la santé de la population. Il conviendrait aussi de distinguer diverses classes de restaurants, la restauration rapide n'offrant pas la même qualité nutritionnelle que d'autres restaurants.

Enfin, une définition du terme « nutritif » serait sans doute autonomisant dans une optique d'éducation de la population.

Recommandation n° 2 : Planifier et préparer des repas et collations sains.

L'Ordre est tout à fait en accord avec cette recommandation.

L'Ordre trouve très pertinent que les collations soient incluses à la recommandation.

Tout comme pour la recommandation numéro 1, une définition du terme « sain » serait sans doute autonomisant dans une optique d'éducation de la population.

Recommandation n° 3 : Prendre des repas en famille ou entre amis aussi souvent que possible.

L'Ordre est tout à fait en accord avec cette recommandation. Nous saluons cet aspect nouveau du guide faisant référence au plaisir et au partage des repas.

Considérations : Déterminants de la santé, diversité culturelle et environnement.

L'Ordre est tout à fait en accord avec ces considérations et trouve très pertinente l'inclusion des notions de cultures, de signaux de faim et satiété, ainsi que des aspects environnementaux dans les considérations pour l'élaboration du GAC. Nous suggérons toutefois que les notions de faim et de satiété fassent partie du principe numéro 3 en tant que quatrième recommandation.

CONCLUSION

L'Ordre est heureux de participer à cette consultation et remercie Santé Canada d'avoir interpellé les professionnels et les scientifiques pour y participer. Cette prise de position est le reflet des échanges ayant eu cours tout au long du processus continu et privilégié que l'ordre partage avec Santé Canada depuis le début de ces travaux sur le nouveau guide.

En terminant, l'Ordre tient à souligner la qualité des travaux de Santé Canada dans l'élaboration du nouveau guide alimentaire canadien et réitère son ouverture et son intérêt de collaborer avec le gouvernement dans la mise en œuvre du plan d'action qui sera adopté.