

**Communiqué de presse**  
22 mars 2023

# Rôle de la nutrition dans la prévention des maladies chroniques

Leçon inaugurale

## Mathilde Touvier

Chaire annuelle **Santé publique** du Collège de France  
En partenariat avec l'agence nationale de santé publique, Santé publique France

**6 avril 2023**  
18 h 00

en public au Collège de France  
ou en direct sur [www.college-de-france.fr](http://www.college-de-france.fr)

**Directrice de recherche à l'Inserm et investigatrice principale de l'étude NutriNet-Santé, Mathilde Touvier s'intéresse aux relations de causalité entre nutrition et santé humaine, avec une approche holistique et multidisciplinaire. Les travaux de son équipe participent à l'élaboration des recommandations du Programme National Nutrition Santé.**

Mathilde Touvier est invitée pour l'année 2022-2023 sur la chaire Santé publique, chaire créée en partenariat avec l'agence nationale de santé publique, Santé publique France.

Au cours d'une vie, nous ingérons environ 30 tonnes d'aliments et 50 000 litres de boissons. Les milliers d'études épidémiologiques, expérimentales et cliniques publiées ces 50 dernières années ont permis de lever – en partie – le voile sur l'impact de ces aliments et leurs composés bioactifs sur notre santé. La nutrition, englobant au sens large l'alimentation, la corpulence et l'activité physique, est aujourd'hui reconnue

comme un des principaux facteurs modifiables intervenant dans le déterminisme des maladies les plus répandues dans le monde industrialisé : obésité, cancers, maladies cardiovasculaires, diabète... Au niveau mondial, une alimentation déséquilibrée est un des principaux facteurs de risque de mortalité, avec environ 1 décès sur 5, et des problématiques nutritionnelles très contrastées selon les pays du globe. Ces connaissances ont permis d'établir des niveaux de preuves élevés pour plusieurs facteurs nutritionnels protecteurs ou délétères, qui ont servi de base à l'établissement de la politique nutritionnelle en France, incarnée par le Programme national nutrition santé (PNNS).

Dans sa leçon inaugurale, Mathilde Touvier présentera l'état de l'art en matière de relations nutrition-santé, ainsi que les recommandations actuelles pour la prévention nutritionnelle des maladies chroniques.

- ⇒ [Biographie et publications](#)
- ⇒ Mathilde Touvier prononcera sa leçon inaugurale intitulée [Rôle de la nutrition dans la prévention des maladies chroniques : état des connaissances scientifiques et recommandations](#) le 6 avril 2023.
- ⇒ Son cycle de cours et de séminaires [Prévention nutritionnelle des maladies chroniques : de la recherche à l'action de santé publique](#) débutera le 11 avril 2023.
- ⇒ Son colloque [Nutritional Determinants of Health: Recent Research Discoveries and Translation into Public Health Action](#) se tiendra le 28 juin 2023.



« À ce jour, nous avons publié plus de 250 publications issues de l'étude NutriNet-Santé, notamment dans des grandes revues comme le *British Medical Journal*, *Nature Food* et plus de 350 publications dans des congrès internationaux. La prise en compte de tous ces travaux modifie les recommandations de santé publique. Prenons l'exemple des additifs alimentaires et des aliments ultratransformés : des notions dont on n'entendait pas parler en France avant les premiers papiers de l'étude NutriNet-Santé de 2018. Dans ceux-ci, nous avons montré un lien entre la consommation de produits dits "ultratransformés" – contenant des additifs dont on pourrait se passer comme des colorants, émulsifiants, édulcorants ou ayant subi de forts procédés de transformation, avec des traitements par friture, par exemple – et un risque accru de cancers, de maladies cardiovasculaires, de diabète, d'obésité, de troubles fonctionnels digestifs, de symptômes dépressifs et de mortalité dans la cohorte. La mise au jour de ces relations a transformé la mentalité des consommateurs, chez lesquels s'est développée une certaine vigilance envers le degré de transformation des aliments. Les industriels ont commencé à faire du "clean-labelling" en diminuant les quantités d'additifs employés, depuis la publication de ces travaux. Puis, nous avons été plusieurs fois auditionnés à l'Assemblée nationale et au Sénat, pour réorienter les choix en termes de politique de santé publique, par rapport à ces nouvelles données. Une prise de conscience s'est produite au niveau du Programme National Nutrition Santé (PNNS) qui, maintenant, recommande d'essayer de limiter autant que possible la consommation de ces aliments dans le régime alimentaire français. Autre fruit de notre travail : l'étiquetage nutritionnel, et notamment le NutriScore, qui a été inventé et proposé par notre équipe. On sait qu'il ne faut pas manger trop gras, trop sucré ou trop salé, mais comment faire pour que les citoyens s'emparent en pratique de ces connaissances ? S'il faut demander aux consommateurs de retourner l'emballage et de déchiffrer la composition, parfois très complexe, d'un produit, personne ne va le faire, et encore moins les populations les plus défavorisées. Ce modèle creuserait davantage les inégalités sociales liées à la nutrition »

**Mathilde Touvier**

Cette citation provient de son entretien exclusif [La nutrition, au carrefour de facteurs culturels, économiques et écologiques](#), à découvrir sur le site web du Collège de France.

« Après Arnaud Fontanet sur les pandémies, Didier Fassin sur les inégalités des vies face aux questions de santé publique, Rémy Slama sur les risques liés à l'exposition aux contaminants environnementaux, le Collège de France se réjouit d'accueillir cette année Mathilde Touvier sur la chaire Santé publique, créée en partenariat avec l'agence nationale Santé publique France. Les enjeux liés à la nutrition sont considérables et orientent au quotidien les déterminants de notre santé. Ils sont sources d'inquiétude pour nos concitoyens, parfois incertains de la fiabilité des informations à leur disposition au regard des produits alimentaires, et pris dans des habitudes de consommation difficiles à transformer. Les enseignements de Mathilde Touvier permettront d'apporter sur ces questions des réponses utiles au public,

reposant sur un travail scientifique de premier plan, appuyé sur des enquêtes rigoureuses, et informant les politiques publiques dans une véritable continuité de la recherche à l'action ».

**Thomas Römer,**  
administrateur du Collège de France

« Pour la quatrième année consécutive, Santé publique France apporte son soutien à la chaire de santé publique du Collège de France. La thématique abordée cette année par Mathilde Touvier résonne avec l'action de l'agence, particulièrement investie dans l'évaluation des plans nationaux nutrition santé (PNNS), le déploiement du nutriscore et le développement de l'activité physique et d'une alimentation équilibrée. Les maladies non transmissibles ou chroniques représentent environ 85% du fardeau de toutes les maladies et leur fréquence augmente dès la mi-vie (40 ans). La nutrition est l'un des principaux facteurs de risque sur lequel nous pouvons agir. Notre surveillance des maladies chroniques couplée à nos analyses régulières des comportements de santé apportent des connaissances indispensables pour agir sur l'alimentation, l'activité physique et la sédentarité. Nos indicateurs permettent également de nourrir la recherche, nous contribuons notamment à de nombreux travaux menés par Mathilde Touvier. Lutter contre la sédentarité et améliorer les comportements nutritionnels sont un enjeu important d'autant que nous sortons de 3 années difficiles qui ont bouleversé certaines habitudes de vie »

**Pr Laëtitia Huiart,**  
directrice scientifique de Santé publique France

Les événements du Collège de France sont gratuits et librement accessibles au public, sans inscription préalable.  
En raison de l'affluence, les représentants de la presse et des médias sont priés de réserver leur place auprès de [presse@college-de-france.fr](mailto:presse@college-de-france.fr)

### À propos de la chaire Santé publique

Créée en partenariat avec Santé publique France, la chaire Santé publique est destinée à encourager l'excellence de la recherche et le débat intellectuel au meilleur niveau sur les questions de santé publique, et particulièrement d'en rendre sensibles les enjeux contemporains, en France et dans le monde, auprès de la communauté médicale et scientifique, des décideurs et du grand public, par l'invitation sur la chaire d'une personnalité différente chaque année.

### À propos de Santé publique France

Santé publique France répond au besoin de disposer, en France d'un centre de référence et d'expertise en santé publique. Fondée sur le continuum entre la

connaissance et l'intervention, sa mission est d'améliorer et de protéger la santé des populations. Elle est chargée de surveiller en permanence l'état de santé de la population et son évolution pour éclairer l'élaboration et l'évaluation des politiques d'amélioration et de protection de la santé. Son action intègre sur le long terme les grands enjeux de santé publique, de la protection contre les menaces (notamment risques infectieux, risques environnementaux...) à l'amélioration de la santé (déterminants de santé, prévention, promotion de la santé et réduction du fardeau des maladies chroniques, inégalités sociales et territoriales...).

[Site web Santé publique France](#)

### À propos du Collège de France

Le Collège de France répond depuis 1530 à une double vocation : être à la fois le lieu de la recherche la plus audacieuse et celui de son enseignement. On y enseigne ainsi à tous les publics intéressés, sans aucune condition d'inscription, « le savoir en train de se constituer dans tous les domaines des lettres, des sciences ou des arts ». Le Collège de France est membre associé de l'Université PSL.

[Site web du Collège de France](#)

### Contact presse & médias

#### **Collège de France**

David Adjemian

+ 33 1 44 27 10 18

[presse@college-de-france.fr](mailto:presse@college-de-france.fr)

#### **Santé publique France**

Stéphanie Champion

01 41 79 67 48

[presse@santepubliquefrance.fr](mailto:presse@santepubliquefrance.fr)