

# Pain : la science en soutien

Le Comité Scientifique de la filière farine/pain vient de fêter ses dix ans. Ses travaux ont permis de grandes avancées, notamment sur les qualités nutritionnelles du pain. Un réel atout pour l'Observatoire du Pain.

**C**ommuniquer autour des bienfaits du pain s'est révélé vital pour lutter contre la baisse régulière de sa consommation. Encore fallait-il disposer des informations adéquates, aptes à inverser la tendance ! C'est la raison pour laquelle, en 1999, a été mis en place un Comité Scientifique *faire progresser* dans le but *les connaissances* de faire progresser les connaissances autour du pain et de la farine.

Présidé par le Pr Christian Cabrol – récompensé pour sa forte implication (*voir encadré*) – il ne réunit que des scientifiques : le Pr Patrick Berche (bactériologie-virologie), le Dr Jean-Marie Bourre (nutrition), le Pr Christophe Dupont (néonatalogie), le Pr Claudine Junien (maladies métaboliques), le Pr Francisque Leynadier (allergies) et le Pr Alain Periquet (Afssa).

## La nutrition au premier plan

Ces différentes personnalités ont pour mission d'identifier les domaines de réflexion et de recherches scientifiques, de partager les avancées réalisées dans ces secteurs et d'en extraire les recommandations à diffuser ensuite auprès du corps médical comme auprès des consommateurs. C'est l'Observatoire du

Pain qui se charge de relayer les informations. Lui-même dispose de médecins conseils – le Dr Marlène Galantier, le Dr Annie Lacuisse-Chabot, le Dr Pascale Modai et le Dr Hervé Robert – touchant tous de près la nutrition, qui sont autant de relais avec le terrain.

En dix ans, le Comité Scientifique a mené de nombreuses actions en faveur d'une meilleure connaissance de nos pains. Les Symposiums « Pain et Santé » organisés à travers la France ont attiré une belle audience, permettant ainsi de porter la bonne parole, à savoir convaincre - données scientifiques, donc sérieuses, à l'appui - les médecins prescripteurs des qualités du pain dans

une alimentation quotidienne.

## La 1<sup>re</sup> étude nutritionnelle

Une étude sur l'Index glycémique des pains français – nouvelle échelle de mesure tendant à remplacer l'approche purement calorique – a également joué un rôle positif, avec des index inférieurs (donc préférables) à ceux cités auparavant.

La teneur en sel du pain est un autre point de réflexion pour les scientifiques du comité. L'observation des habitudes de travail des boulangers montre un réel progrès dans le processus de fabrication : la moyenne nationale de sel ajouté par kg de farine est passée de 24 g/kg en 2002 à 20,1 en



2007. On se rapproche donc des 18 g demandés !

De même, l'Observatoire du Pain a mené la première étude nutritionnelle sur les 10 variétés de pains les plus consommées de nos jours, avec mise à disposition du corps médical d'une table de composition de référence.

Des travaux entrepris en association avec le Credoc ont permis d'évaluer la place du pain dans l'alimentation des Français et d'établir des pistes de travail pour la développer.

Outre l'importance de toutes les informations récoltées lors de ces différents travaux, le Comité Scientifique a pu dégager des domaines d'investigation complémentaires : l'amélioration de la qualité nutritionnelle du pain, le perfectionnement des méthodes d'analyse, la réflexion sociologique ou l'évolution des comportements, qui sont autant d'ouvertures pour assurer des débouchés nouveaux au pain français.

Anne-Laure Chorand

## Une médaille pour le Pr Cabrol

**X** Le Pr Christian Cabrol, 84 ans et ancien grand spécialiste de la chirurgie cardiaque, a eu le plaisir de recevoir une médaille honorifique des mains de Joseph Nicot, président de l'ANMF. A ses remerciements se sont ajoutés quelques commentaires sur le lien très fort qui lie la qualité de l'alimentation – à surveiller dès l'enfance – et la survenue d'éventuels problèmes cardio-vasculaires. Il a ainsi relevé le caractère essentiel d'une alimentation « traditionnelle, équilibrée, prise à heures fixes, dans le calme, avec dans l'assiette des légumes et de bons produits de base, comme le pain. »



A g., Joseph Nicot et à d., le Pr Christian Cabrol.