

Les protéines dans la base de données suisse des valeurs nutritives - la réalité derrière les chiffres

Muriel Jacquet, diététicienne ASDD, consultante en nutrition, responsable de projet, Société Suisse de Nutrition SSN

Les protéines dans la base de données suisse des valeurs nutritives : la réalité derrière les chiffres

La base de données suisse des valeurs nutritives est publiée par l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires OSAV. Elle est destinée à la population, aux professionnels de la nutrition, à la recherche, aux autorités de santé et aux producteurs de denrées alimentaires notamment. Elle contient actuellement plus de 1100 aliments consommés en Suisse, avec les teneurs en énergie et les valeurs de 38 nutriments. Elle se développe continuellement dans le but d'augmenter le nombre d'aliments et de couvrir un plus grand nombre de nutriments. Les données sont d'origine diverses. Elles peuvent aussi bien provenir d'analyses commandées par l'OSAV, de la recherche en Suisse ou à l'étranger, d'autres bases de données ou être obtenues par calcul. Dans la base de données suisse, la teneur en protéines est toujours une valeur calculée sur la base de la teneur en azote multipliée par le facteur de conversion 6.25. Ce facteur de conversion est celui défini par la législation pour l'étiquetage des denrées alimentaires. Il est très approximatif et a tendance à surévaluer la teneur en protéines des aliments végétaux notamment. C'est aussi cette définition de la protéine qui est utilisée dans la publication scientifique sur la laquelle se basent les valeurs nutritionnelles de référence suisses pour l'apport en protéines.