



**Bienvenue à
L'ATELIER DU
NUMERIQUE**
des applis
digitales
pour mieux
consommer

Par Valérie Sellani

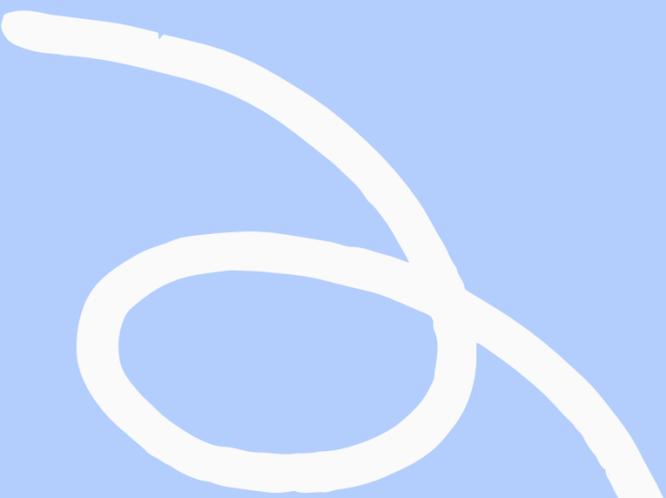
Université de Strasbourg - Communication scientifique





"Que l'alimentation soit ta première médecine"

Hippocrate



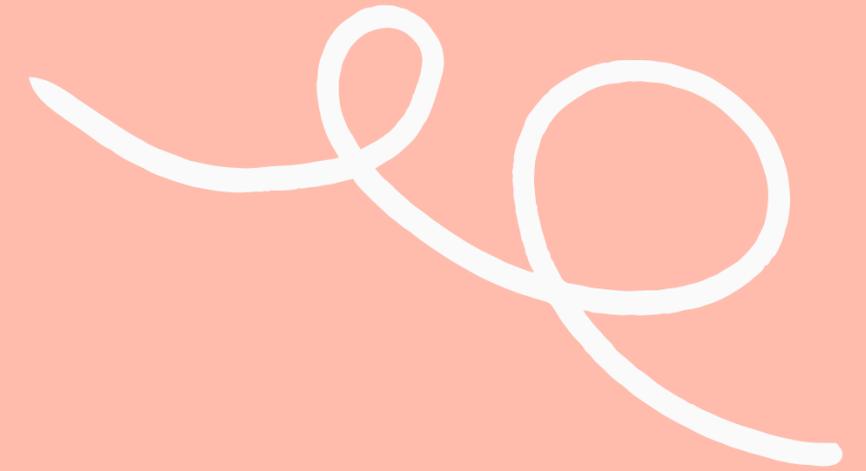


CONTEXTE

01. LA NUTRITION

02. LES APPLICATIONS

03. ECHANGES & QUESTIONS



**« AUTOUR DES ADDITIFS
ALIMENTAIRES
CONTROVERSÉS EN FRANCE,
LES STRATÉGIES
COMMUNICATIONNELLES ET
DE MÉDIATION
TECHNIQUE INFLUENCENT-
ELLES UNE PRISE DE
CONSCIENCE COLLECTIVE ? »**

CHAMPS D'ÉTUDES :
**LE NUTRISCORE, OPEN FOOD
FACTS, YUKA, LE MARKETING
DE LA GRANDE DISTRIBUTION**

**CONTEXTE
DE RECHERCHE**

**SOCIOLOGIE
COMMUNICATION SCIENTIFIQUE**

UN SUJET PLURIDISCIPLINAIRE

Un éventail de disciplines très large... quelques exemples

Sciences humaines et sociales :

- **Economie** : contexte de la mondialisation des échanges
- **Sciences sociales** : étude de la consommation de masse
- **Psychologie** : l'étude du profil du consommateur
- **Droit** : réglementation, l'éthique alimentaire, les contre-pouvoirs
- **Sciences de l'Information et de la Communication** : nouvelles technologies

Sciences :

- **Recherche médicale**, nutrition, médecine-santé, sport
- **Chimie alimentaire**
- **Sciences de l'environnement** (répartitions géographiques)

QUE VEUT LE CONSOMMATEUR ?

- Un meilleur décryptage des produits de consommation (alimentaire ou cosmétique)
- Comprendre les indications nutritionnelles
- Vérifier les teneurs en sel et graisses saturées, sucres...
- Comprendre les additifs
- Vérifier les provenances (UE, France...)

Pour satisfaire à ces objectifs : les applis digitales et le marketing de la grande distribution

Historique

Lait d'Amande

94/100
Excellent

Qualités pour 100ml

Bio	Produit naturel	✓
Protéines	Quelques protéines	1.7g ● ▾
Calories	Peu calorique	64 kCal ● ▾
Graisses Saturées	Peu de graisses sat.	0.4g ● ▾
Sucre	Peu de sucre	4.2g ● ▾

Historique Recos Scan Synthèse Recherche



01

NUTRITION & BIENVEILLANCE

4 PÔLES

- Physique
- Diététique
- Mental
- Esthétique

Au service de ces 4 pôles, le numérique et ses applications

ADDITIFS, focus

- **colorants (E1xx)**
 - **conservateurs (E2xx)**
 - **antioxydants (E3xx)**
 - **agents de textures, épaississants, gélifiants (E4xx)**
 - **acidifiants (E5xx)**
 - **exhausteurs de goût (E6xx)**
 - **édulcorants (E9xx)**
 - **amidon (E14xx)**
-
- Amélioration des qualités du produit (conservation, arôme, coloration, texture...)
 - Sont de deux types : naturels, ou de synthèse-chimique vs Bio
 - Réglementé selon une **DJA** (dose journalière admissible) dans l'UE
 - Balance bénéfiques / risques
 - Nouveaux modes de consommation dont l'usage du numérique accompagne cette transformation
 - Les cas des nitrites, le glutamate monosodique, l'aspartame (E951), perturbateurs endocriniens, benzophenone ...



COMMENT CONSOMMER ?

Les notions sur lesquelles échanger :

- La nutrition chimique (contexte de la standardisation et de la mondialisation)
- Les additifs alimentaires naturels, de synthèse, classification, c'est quoi un additif ?
- La question du Bio
- La sécurité sanitaire et l'évaluation du risque sanitaire - effets sur la santé
- La sensibilisation du consommateur et l'usage du numérique
- Les nouveaux comportements de consommation (éthique et consommation responsable)
- La bienveillance, vers une prise de conscience collective, inversement des règles du marché classique
- Comment je cuisine aujourd'hui ?, l'équilibre alimentaire, la communauté Instagram de la cuisine saine
- Les produits *light* et l'aspartame, la fausse promesse de la publicité
- L'alimentation alcaline (acide vs alcalin) les bienfaits santé
- Consommation et budget



L'exemple des olives noires (fixation de la coloration, bain chimique, soude...)

<https://www.youtube.com/watch?v=FWTGcIt0-v0>



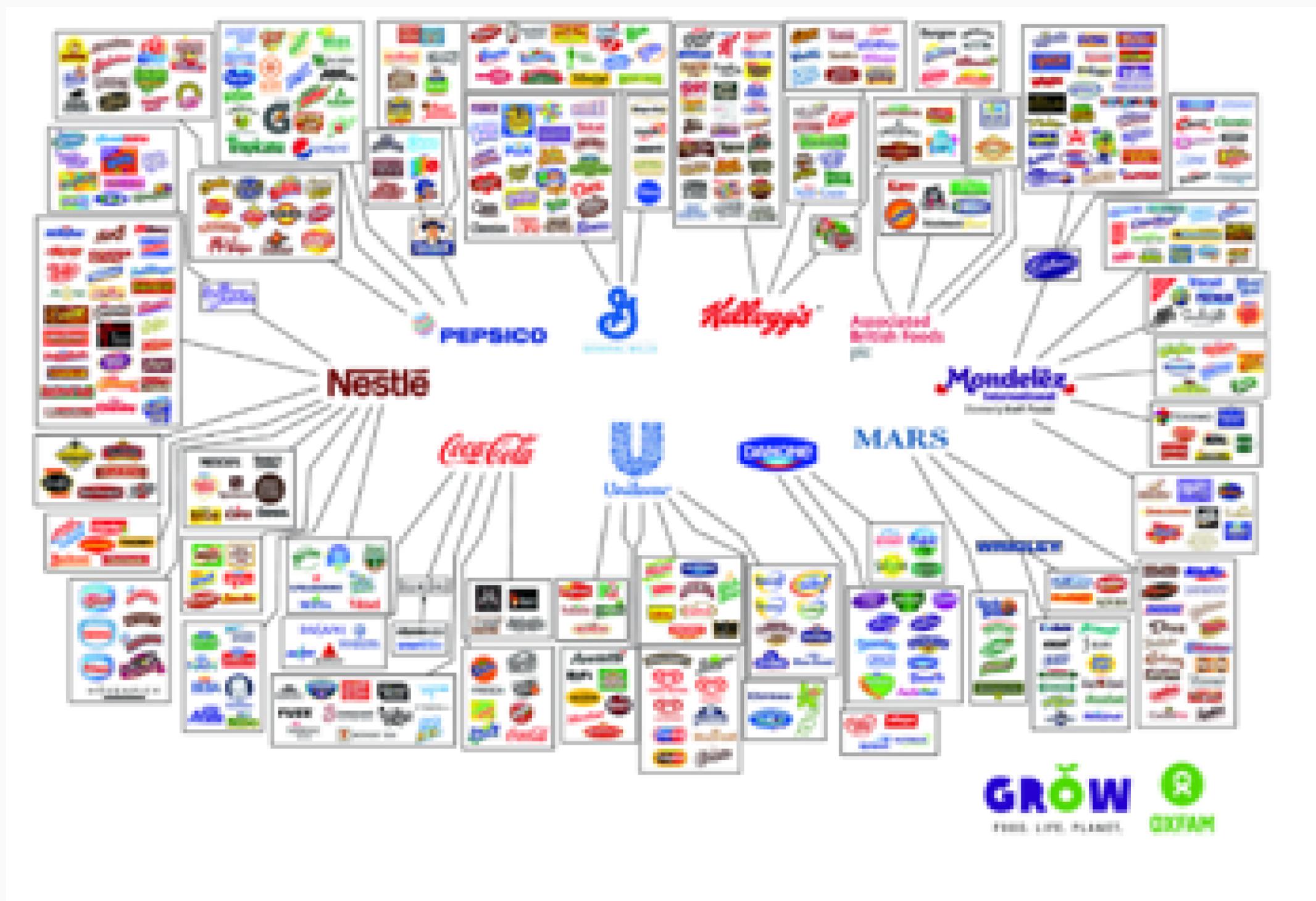
MONDIALISATION VS CONSOMMATION DE PROXIMITE

Que pensez-vous des grandes marques ?

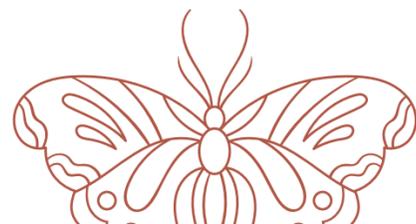
Alimentation transformée

vs

Alimentation naturelle,
produits frais et de
proximité



NUTRITION ET PH



FORTEMENT ACIDIFIANT	MOYENNEMENT ACIDIFIANT	FAIBLEMENT ACIDIFIANT	FAIBLEMENT ALCALINISANT	MOYENNEMENT ALCALINISANT	FORTEMENT ALCALINISANT
sodas	oeufs	riz	pomme	abricot	épinards
farine	noix	lait	orange	banane	persil
fromage	seigle	glace	ananas	cassis	figues séchées
poissons	pistaches	lentilles	asperge	kiwi	raisins secs
viandes	maïs	petits pois	brocoli	raisin	abricots secs
charcuterie	thé noir	lentilles	concombre	carotte	graines germées
pâtes		chocolat	poireau	chou fleur	patate douce
fritures		sirop d'érable	aubergine	céleri	miso
confiture		yaourt	champignons	radis	framboises
caséine		dattes	oignon	pomme de terre	citron
pain		beurre	noisettes	courgette	
sel			vin rouge	olive	
arachides			avocat	pavot	
alcool			avoine	mangue	
café			laitue		
sucre					

02

DECODAGE DES APPLIS

Focus applis

- Open Food Facts
- Yuka
- INCY Beauty
- Quel Cosmetic
- Instagram
- Nutriscore...

OPENFOODFACTS JE TELECHARGE



Création en 2012

- Base de données en ligne
- +720.000 produits
- Projet citoyen collaboratif
- Contribue à la recherche scientifique et à l'éducation de la consommation



Food Facts gathers information
lata on food products from around
orld.

la product

Picture with barcode

barcode

duct without barcode

in

in to add or edit products.

ame or e-mail address:

ord

member me

gn in

egistered yet? [Create your account.](#)

iate to support our work



Mimolette vieille fabriquée en Normandie - Reflets de France - 150 g

Barcode: 3560070888634 (EAN / EAN-13)

Product characteristics

Quantity: 150 g

Packaging: [Plastique](#)

Brands: [Reflets de France](#)

Categories: [Dairies](#), [Fermented foods](#), [Fermented milk products](#), [Cheeses](#), [Cow cheeses](#), [French cheeses](#), [Uncooked pressed cheeses](#), [fr:Fromages du Nord-Pas-de-Calais](#), [Old mimolettes](#), [Pasteurized cheeses](#), [fr:Mimolettes](#)

Origin of ingredients: [France](#)

Manufacturing or processing places: [Normandie](#), [France](#)

EMB code: [FR 50.127.001 EC - Chef-du-Pont \(Manche, France\)](#)

Link to the product page on the official site of the producer:
<https://www.refletsdefrance.fr/produits/...>

Stores: [Carrefour](#)

Countries where sold: [France](#)

Ingredients

→ Ingredients are listed in order of importance (quantity).

Ingredients list:

Lait pasteurisé de vache origine France, sel, ferments **lactiques**, présure de veau, colorant : rocou, conservateur : nitrate de sodium.

Substances or products causing allergies or intolerances: [Milk](#)

Additives:

- [E160b - Annatto](#)
- [E251 - Sodium nitrate](#)  **High risk of over exposure**



[Edit the page](#)

NUTRISCORE ETIQUETAGE EN GRANDE DISTRIBUTION



Création Loi santé 2016

- Logo à 5 couleurs sur la face avant des emballages
- Mesure le produit sur le plan nutritionnel
- Usage par la grande distribution
- Mesure de la transformation du produit



YUKA

JE TELECHARGE



Création en 2018 - Indépendants

- Base de donnée collaborative
- +1 Million de produits alimentaires

Critères de notation :

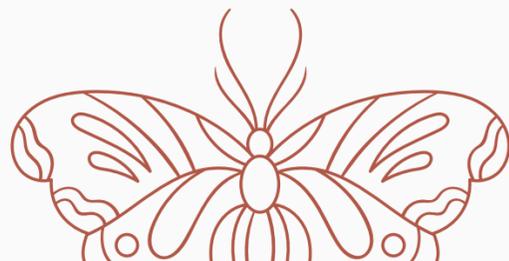
Qualités nutritionnelles : 60%

Présence d'additifs : 30%

4 niveaux de risques

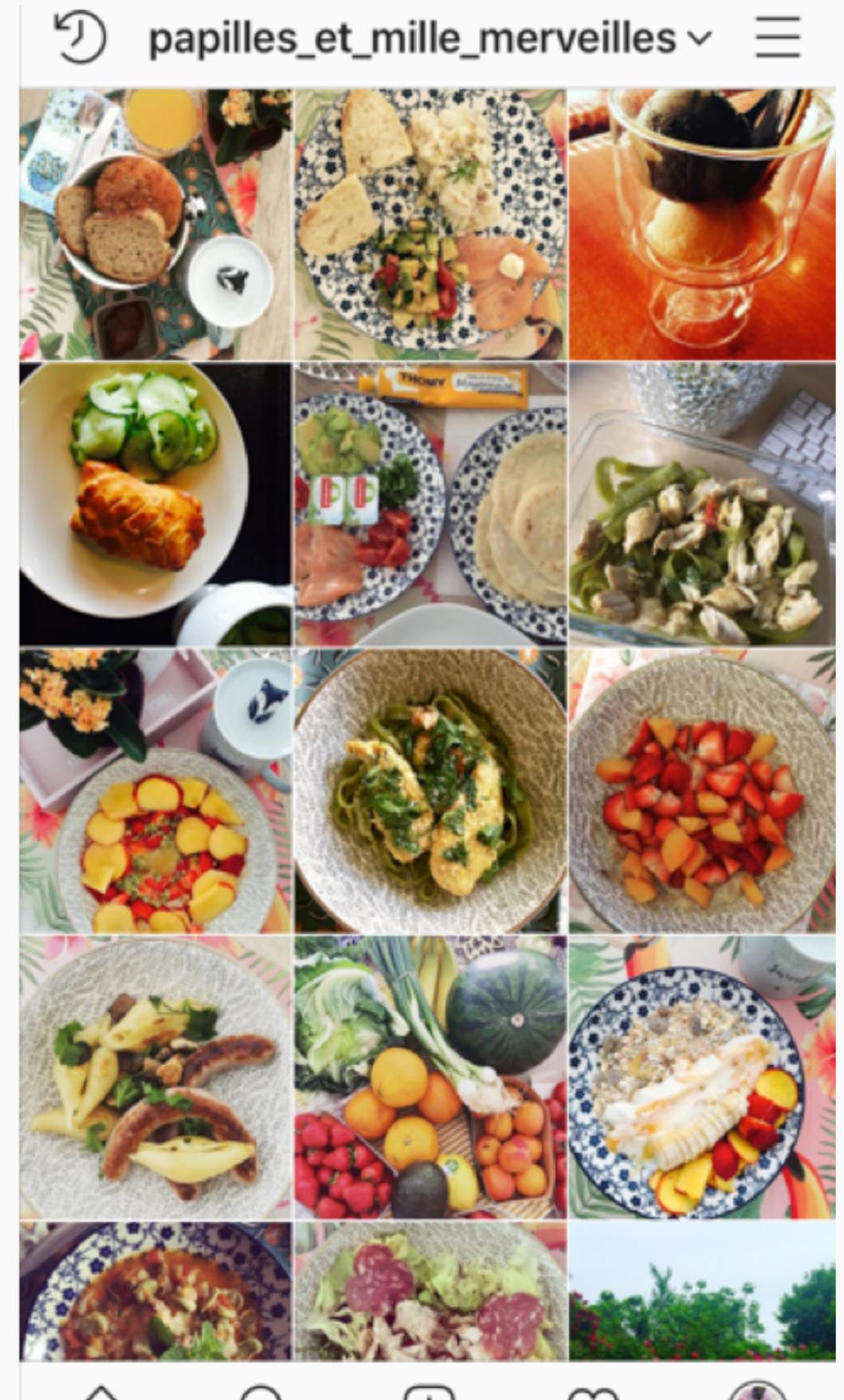
(élevé, modéré, limité, sans risque)

Biologique : 10%



INSTAGRAM JE TELECHARGE

- Haut lieu de la communauté Healthyfood
- On communique avec le #cuisinesaine
- De nombreux influenceurs
- Prise de conscience collective sur le bien manger, ou, manger autrement ou manger sain



D'AUTRES APPLIS JE TELECHARGE

INCY BEAUTY

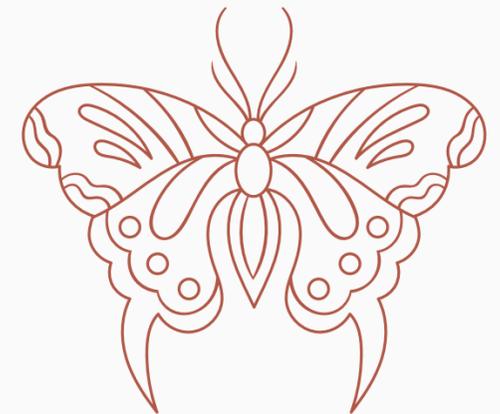
QUEL COSMETIC

Pour tester les additifs dans la composition des produits cosmétiques
(perturbateurs endocriniens...)

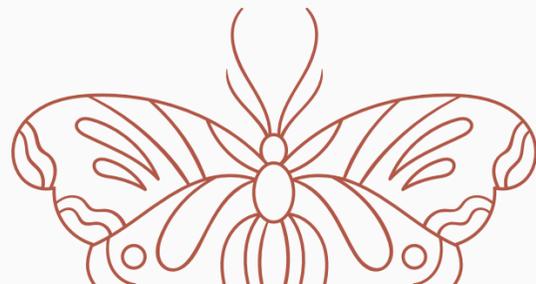
FOODWATCH

Applis Facebook, lanceur d'alerte

Les applis de la Grande Distribution



- Traduction de la data scientifique nutritionnelle
- Traduction du facteur de risque
- En faveur d'une meilleure appropriation de l'info pour le consommateur
- La connaissance génère de la confiance





03.

**Echanges &
questions
& découverte des
applis**





**Merci à tous
pour votre
participation**

