



Passe-moi le sel

ON allait voir ce qu'on allait voir. Les autorités sanitaires découvraient avec effarement les méfaits de l'excès de sel dans l'alimentation. 75 000 accidents cardio-vasculaires, dont 25 000 morts par an en France. Et de promettre une baisse de la consommation de 20 % du chlorure de sodium ajouté en loucedé par l'agroalimentaire. C'était il y a quinze ans, et tout le monde y a cru. Sauf qu'on découvre aujourd'hui que rien n'a changé. L'association UFC-Que choisir a passé au crible 77 aliments, et le résultat ne manque pas de sel. Non seulement les industriels y vont toujours aussi fort avec la salière, mais certains d'entre eux ont même augmenté la teneur en sel de leurs produits ! C'est le cas des bâtonnets de surimi Fleury Michon, des escalopes Cordon Bleu de poulet Père Dodu, des soupes aux légumes ou aux poissons Liebig ou encore des corn-flakes Pouce de pétales de maïs Auchan. Chacun d'entre nous ingurgite en moyenne de 9 à 12 grammes de sel, soit deux fois la dose recommandée par l'OMS. Avec les conséquences que l'on connaît et un coût pour la Sécu de 7 milliards par an.

Il faut dire que, du sel, on en trouve encore un peu partout. En

avalant 54 grammes de Savane au chocolat de Brossard, on ingurgite, peu ou prou, en chlorure de sodium l'équivalent d'une poignée de cacahouètes salées. Idem avec 25 grammes de Granola au chocolat au lait de chez LU, 36 grammes de madeleines Saint-Michel ou seulement 17 grammes de Véritable Petit Beurre LU. Si l'agroalimentaire saupoudre autant de sel partout, c'est parce qu'il est à la fois un exhausteur de goût et un formidable moteur gustatif qui stimule l'appétit.

Pourquoi se gêner, puisque, sous la pression du lobby agroalimentaire, les pouvoirs publics ont renoncé à pondre une loi, préférant « une démarche volontaire des acteurs économiques » ? En 2012, l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation a bien tapé du poing sur la table en constatant que la consommation de sel en France n'avait baissé que de 4 %. Sans effet. Les industriels sont juste tenus, depuis décembre 2016, d'indiquer clairement sur l'étiquette la teneur en sel de leurs produits. Sauf que les aliments les plus chargés, comme les fromages, les charcuteries et le pain, ont été exemptés de cette obligation.

Et si on remettait la santé publique en sel(le) ?

