

Aliments ultratransformés et recherche sur les maladies chroniques

26 juin 2025

Sur France Culture, un épisode de « La science, CQFD » de mai 2025 s'intéresse à l'influence des aliments ultratransformés sur la santé des consommateurs. B. Chassaing (Inserm) rappelle les objectifs des processus de transformation : améliorer la durée de conservation des produits et leurs qualités organoleptiques, suivre les besoins ou souhaits des consommateurs, par exemple avec les produits « sans graisse », « sans sucre », etc. Il souligne le rôle des additifs (édulcorants, colorants, émulsifiants), tandis que B. Allès (Inrae) évoque les principes de la classification NOVA.

L'émission se penche ensuite sur les études épidémiologiques « observationnelles », complémentaires des approches cliniques. N. Deschasaux (Inserm) présente la cohorte NutriNet Santé et les recherches sur les facteurs de risque accru de cancer, d'obésité, de maladies inflammatoires, voire de dégradation de la santé mentale. Elle éclaire aussi les mécanismes physiologiques en jeu : digestibilité et résidus disponibles pour le microbiote, contaminations par les emballages ou par les « agents technologiques » (huiles et lubrifiants utilisés sur les chaînes de production), etc. Enfin, les différences interindividuelles de sensibilité et les effets cocktail des additifs sont évoqués, ainsi que les fronts de recherche sur le microbiote et la nutrition personnalisée.

Source : [France Culture](#)