

« Transformation » et « ultra-transformation » des aliments : quelles définitions ?

23 juin 2026

npj | science of food

Parue en mars 2026 dans le journal *npj Science of Food*, une note se penche sur les notions de « transformation des aliments » et « d'aliments ultra-transformés ». Elle prolonge les travaux d'un groupe de réflexion de l'Union internationale de science et de technologie alimentaire (IUFoST). La classification des aliments en fonction de leur degré de transformation est un enjeu majeur de santé publique et le système [Nova](#), qui a introduit la notion « d'ultra-transformé », est largement débattu. Les auteurs soulignent que cette classification ne définit pas explicitement les niveaux de transformation des aliments et a peu de pertinence scientifique, rendant difficile son application concrète. Le préfixe « ultra » fait normalement référence à un élément qui se situerait au-dessus de la norme ; dans ce cas précis, il ne cible aucun procédé de transformation ou paramètre technologique. Le système Nova tend également, selon eux, à entretenir la confusion entre « formulation » des aliments (choix des ingrédients) et « transformation » (procédé). Ils estiment que la notion « d'ultra-transformé » nécessite une réévaluation critique et que les définitions doivent gagner en robustesse. Pour ce faire, il conviendrait de se baser sur la science des aliments (notamment l'impact de la formulation et de la transformation sur la valeur nutritionnelle) plutôt que sur des critères subjectifs (liste d'ingrédients, etc.).

Diane Bigot, Centre d'études et de prospective

Source : [npj Science of Food](#)