

Quel est l'impact du Nutella sur l'environnement et la santé ?

Actuellement, on voudrait faire croire aux consommateurs que le Nutella est synonyme de repas bien équilibré contenant « des noisettes et du lait écrémé ». Des noisettes et du lait écrémé : oui, mais pas seulement...

Pour se faire une idée de la quantité gigantesque de Nutella consommée, chaque seconde on mange 2,7 kilos de Nutella, soit 230 tonnes de Nutella par jour en France. Autrement dit, chaque année il se consomme 84 000 tonnes de Nutella dans l'hexagone, 26% du total mondial ! Si l'on rajoute à ce chiffre le reste des pays consommateurs, on arrive à un total d'environ 300 000 tonnes.

Les conséquences sur la santé :

La marque phare de la firme italienne Ferrero n'est pas sans impact sur la santé des consommateurs. En premier temps, les publicités mensongères du Nutella nous incitent à le consommer pour ses vertus énergétiques. Or, les nutritionnistes le qualifient de « bombe calorifique ». On peut lire sur l'étiquette que le Nutella contient 530 kilocalories pour 100 grammes de pâte. À titre d'exemple et à poids identique, c'est plus que le chocolat noir (environ 480 kcals), et les pizzas surgelées (250 kcals).

De plus, contrairement à ce que semble indiquer la publicité, les principaux ingrédients ne sont pas le lait, les noisettes et le cacao, puisque à eux 3, ils représentent seulement 27% de la pâte à tartiner (6,6%, 13%, 7,4% respectivement), le reste étant à 60% du sucre et de l'huile de palme. C'est grâce à cette dernière que la pâte s'étale et ne coule pas comme la confiture. Or, l'huile de palme est 4 fois plus grasse que les huiles classiques (de tournesol par exemple) et contient beaucoup d'acides gras saturés, ces derniers favorisant le cholestérol, et de ce fait, l'apparition de maladies cardiovasculaires. Il faut pourtant préciser que l'ingrédient miracle du Nutella n'est autre que cette huile : plus c'est gras, plus le cerveau en redemande. Dernièrement, attaqué en justice par une mère de famille californienne qui jugeait ces publicités mensongères, le groupe a d'ailleurs été contraint de dédommager les consommateurs aux États-Unis, à hauteur de 3 millions de dollars.

D'autre part, en plus d'être un aliment gras et sucré, le Nutella contient également une quantité importante d'un plastifiant néfaste pour la santé: le phtalate DEHP, considéré le plus dangereux pour l'homme. Le phtalate DEHP est une substance chimique qui permet d'augmenter la flexibilité des matières plastiques, or, celui-ci migre de l'emballage au produit. Les phtalates sont des perturbateurs hormonaux qui provoquent des dérèglements induisant notamment la stérilité chez l'homme, et sont également soupçonnés d'être cancérigènes.

Pour finir, le Nutella est fortement soupçonné de contenir de la lécithine de soja OGM. Pour avoir une preuve du danger qu'ils représentent, je vous invite à lire notre article traitant des OGM.

Les conséquences sur l'environnement :

L'huile de palme est la principale menace sur l'environnement que représente le Nutella puisqu'elle est la cause majeure de la déforestation indonésienne. Or, il faut rappeler que le Nutella est le produit contenant le plus de cette huile, moins chère que ses concurrentes. Pour répondre à la demande toujours croissante de celle-ci, la forêt est remplacée par des immenses monocultures de palmiers à huile, qui ne poussent qu'en climat tropical. Cette forêt a déjà perdu 50% de sa superficie en cinquante ans, et en 2022 elle n'existera plus. En plus de la déforestation, émettrice de CO₂, ce sont plusieurs espèces en voie de disparition qui sont menacées en Indonésie, comme l'orang-outan et le gibbon.

Concernant le doute sur la présence d'OGM, ceux-ci posent également de nombreux problèmes à la fois environnementaux et sanitaires, pour n'en citer que quelques-uns ; pollution des nappes phréatiques, destruction de la biodiversité, problème de dissémination. Pour en savoir plus, vous pouvez vous référer une nouvelle fois à notre article.

Pour éviter ces problèmes liés au Nutella il suffit de boycotter ce produit et de le remplacer si nécessaire. Il existe en effet des pâtes à tartiner sans huile de palme, telle que la pâte Chocolade Jean Hervé, Jardin bio, Alter Eco, Bjorg, les marques distributeurs en bio, et bien d'autres.

Les Sources :

-Terraeco <http://www.terraeco.net/Trop-gras-Nutella-passe-a-la,43488.html> ; <http://www.terraeco.net/Nutella-Quand-l-etiquette-dement,11274.html>

-<http://www.danger-sante.org/category/huile-de-palme/>
-amisdelaterre.org

Informations sur Conscience et Impact Écologique :

Contact par le biais de la page Facebook (chercher Association Conscience et Impact Écologique sur Facebook),

Téléphone : 07 82 31 78 64

Mail : associationcie@yahoo.fr

Site : association-cie.fr/accueil.html

Retrouvez nos autres articles sur le site et la page Facebook !

Rédacteur : Lionel Defosse et Alice Verholleman

Dernière mise à jour : Juillet 2012