

NUTRITION ,COMPLEMENTARITE ET SYNERGIE ENTRE LES LIPIDES D'ORIGINE ANIMALE ET LES LIPIDES VEGETAUX .

Animation : jean-Paul Jamet et Jean-Louis Peyraud

INTRODUCTION : Historique de la dédiabolisation des lipides par JP Jamet

Première partie : deux exposés suivis d'une première discussion

1) INTERETS NUTRITIONNELS DE LA MATIERE GRASSE LAITIERE par PHILIPPE LEGRAND

La matière grasse laitière rassemble un harmonieux mélange d'acides gras dont les deux tiers saturés à chaîne courte , à chaîne moyenne et à chaîne longue dont les fonctions importantes sont : l'acylation des protéines ,la synthèse des phospholipides , l'activation de la conversion précurseurs/dérivés des acides gras indispensables des familles oméga -3 et oméga -6 , leur épargne métabolique , leur disponibilité sans le cerveau ,etc.... .On s'intéressera aussi aux acides gras mineurs notamment de la famille en (n -7) : acide trans-vaccénique ,acide ruménique et acide trans-palmitoléique .

Pour l'adulte s'il reste un effet délétère de certains acides gras saturés c'est seulement par son excès éventuel et pas du tout par sa nature .

Un autre aspect est l'importance spécifique des lipides laitiers pour l'ensemble de la nutrition infantile . Par ailleurs il reste une longue liste de composés lipidiques laitiers ou de forme d'apport (la matrice) potentiellement intéressant pour l'adulte et dont on ne doit pas priver a priori les enfants .

2) PLACE DES LIPIDES ANIMAUX EN SANTE HUMAINE par JEAN-MICHEL LECERF

Même si les acides gras d'origine animale fournissent plus d'acides gras saturés dans notre alimentation que ceux d'origine végétale , leur diversité est considérable .

Les acides gras saturés ont été longtemps diabolisés ,leur consommation excessive entraînant une augmentation du cholestérol LDL (mais aussi de cholestérol HDL) .

Les études épidémiologiques prospectives n'ont pas confirmé leur effet négatif sur la santé cardio-vasculaire et cardio-métabolique (diabète) . Au contraire les études épidémiologiques confirment un effet protecteur des produits laitiers .

Réduire trop les lipides ,y compris saturés au profit des glucides n'est pas bénéfique chez les sujets en surpoids et sédentaires .

Une bonne nutrition doit diversifier toutes les sources de lipides en évitant les huiles végétales partiellement hydrogénées .

Deuxième partie : animation par JEAN- LOUIS PEYRAUD (discussion après les deux exposés

3) CHOIX ALIMENTAIRES A ADOPTER POUR COUVRIR LES BESOINS NUTRITIONNELS ET FOCUS SUR LES LIPIDES

Par FLORENT VIEUX
Directeur général et chercheur MS Nutrition .

Couvrir l'ensemble de nos besoins nutritionnels nécessite l'adoption de choix alimentaires réfléchis et diversifiés .Les approches comme l'optimisation linéaire permettent cerner quels choix alimentaires adopter pour couvrir simultanément l'ensemble de nos besoins en s'intéressant à l'ensemble des nutriments . L'algorithme d'optimisation peut intégrer d'autres exigences comme par exemple un rééquilibrage entre protéines d'origine animale ou d'origine végétale , des contraintes de coût de l'alimentation ou encore de prise en compte des habitudes alimentaires . Après cette approche technique et historique nous étudierons la contribution des différents groupes alimentaires aux apports en lipides (. Acides alpha-linolénique , linoléique , docahexaénoïque et saturés notamment) dans le scénario d' une alimentation couvrant toutes les recommandations nutritionnelles .Nous examinerons enfin l'impact d'une végétalisation forcée ;

4) QUELLES PRATIQUES D'ELEVAGE POUR AMELIORER LE PROFIL LIPIDIQUE DES PRODUITS ANIMAUX ?

Exposé à deux voix :

ANNE FERLAY { INRAE UMR herbivores (63)} pour les ruminants

CATHERINE HURTAUD { INRAE Saint Gilles (35) } pour les monogastriques .

Les consommateurs sont en attente de produits animaux sains , nutritifs , de bonne qualité gustative et dont les conditions d'élevage respectent le bien-être animal et l'environnement . Parmi les composés importants de ces aliments , les lipides jouent un rôle important dans la construction de plusieurs dimensions de la qualité .Leurs concentration en acides gras peut être très variable des produits , des pratiques et des systèmes d'élevage considérés .Dans un premier temps on rappellera le métabolisme chez les ruminants et les monogastriques (en particulier le porc et la poule) en mettant en avant leurs différences physiologiques .Nous examinerons ensuite le rôle de la conduite alimentaire des animaux dans la détermination du profil, lipidique de leurs produits .

Un focus sera porté sur l'effet d'apports en herbe verte ou conservée et de l'apport de différentes ressources alimentaires riches en acide alpha-linolénique sur la composition du lait de la viande de porc et des œufs.

Les effets du type génétique sur la qualité des lipides chez les ruminants , le porc et la poule seront passés en revue . En conclusion nous évoquerons de nouvelles pistes de recherche l'étude des lipides des différents produits animaux en regards d'une évolution des pratiques des systèmes d'élevages pour concilier impacts environnementaux et valeur nutritionnelle .

CONCLUSION par GERARD PASCAL