

# BiteWatch : une nouvelle app pour décoder les aliments

NICOLAS GUGGENBUHL



0 SHARES

Une nouvelle application qui renseigne sur les caractéristiques nutritionnelles des aliments voit le jour : BiteWatch. Elle vise à aider les consommateurs européens à mieux comprendre la composition des aliments et faire des choix plus sains.

Yuka, Open Food Facts... Les applications qui décryptent le contenu des aliments préemballés se développent. Elles permettent d'obtenir des informations qui vont au-delà de ce qui est prévu dans la réglementation européenne sur l'étiquetage des denrées alimentaires. La dernière en date, nommée BiteWatch, a été développée par Safe Advocacy Europe dans le cadre du projet Preventia, financé par le programme européen EU4Health. En scannant le code-barres d'une denrée avec son smartphone, l'application (gratuite) renseigne sur la teneur en sucres, en sel et en graisses saturées, la présence d'additifs, le degré de transformation (score NOVA de 1 à 4) ainsi que sa compatibilité avec un régime végétarien ou végétalien. L'application est basée sur les données de Open Food Facts, la base de données collaborative qui répertorie plus de 4 millions de produits collectés.

À lire aussi: [La moitié de la Belgique toujours en surpoids](#)

## Les sucres ajoutés restent dans l'ombre

La teneur en sucres des produits scannés est indiquée en nombre de cuillères à café de 4,2 g de sucre. L'application précise qu'un apport quotidien maximal de **12 cuillères à café** de sucre, soit 50 grammes par jour pour un adulte, est recommandé (en faisant référence à l'Organisation Mondiale de la Santé – OMS). Le problème, c'est que les **50 g max de sucres recommandés**, qui sont basés sur max 10 % de l'énergie, **concernent les sucres libres** (OMS) **ou les sucres ajoutés** dans les recommandations du CSS, **et pas les sucres naturellement présents** dans les fruits, le lait etc. Or l'application donne comme valeur les **sucres totaux**. Il ne pourrait en être autrement pour l'instant, puisque la réglementation dans l'UE n'impose que la mention des sucres totaux sur les étiquettes, et non celle des sucres ajoutés (contrairement aux États-Unis par exemple). Le comparatif des cuillères à café de sucre au maximum recommandé n'est donc pertinent que pour les denrées qui contiennent uniquement des sucres ajoutés.

À lire aussi: [Un étiquetage plus clair des sucres sauverait des vies](#)

## Mais où est passé le Nutri-Score?

Si Yuka intègre le Nutri-Score dans le calcul de son score, et qu'Open Food Facts donne le Nutri-Score des denrées – y compris celles qui ne l'affichent pas –, le **Nutri-Score est totalement absent** de BiteWatch. La nouvelle app se contente des sucres totaux, des acides gras saturés et du sel, ce qui est **très limité pour avoir une idée de la qualité nutritionnelle d'un produit**.

Cette absence remarquée du Nutri-Score tient probablement au fait que le **Nutri-Score n'est pas adopté par l'Europe**, qui reste divisée sur ce sujet, en particulier en raison de la réticence de certains états membres, à commencer par l'Italie. Relevons que les 4 pays qui ont été impliqués dans le développement de l'application BiteWatch (Italie, Grèce, Croatie et Lituanie) ne sont pas favorables au Nutri-Score...

Enfin, précisons que les choix sains ne relèvent pas que des sucres totaux, acides gras saturés, sel, additifs et score Nova, et que les **principes d'une alimentation équilibrée** – dans laquelle il n'y a pas vraiment d'interdit – priment.

Une vidéo de présentation de BiteWatch est disponible [ici](#)