



Union Fédérale des Consommateurs - Que Choisir

Le Félibrige Bât B - 4 Place Coimbra 13090 Aix-en-Provence

<http://aixenprovence.ufcquechoisir.fr/> – contact@aixenprovence.ufcquechoisir.fr

Tél. : 04 42 93 74 57 - Fax : 04 42 27 73 92

Février 2019

Choisir des produits sains avec son mobile

En faisant vos courses, vous avez peut-être remarqué des acheteurs photographiant un produit avec leur mobile. Une drôle d'idée, non ? En fait, comme près d'un acheteur sur 6, ces personnes demandent à leur téléphone si ce produit est bon pour leur santé, en scannant le code barre.

Echaudés par une longue succession de scandales et ayant des doutes sur la sécurité des normes officielles et l'efficacité des contrôles, les acheteurs se ruent sur ces nouvelles applications pour mobile qui notent les produits et éventuellement en proposent de meilleurs. Les Français ont de moins en moins confiance dans les marques, voire dans les organismes officiels qui veillent à la sécurité des produits. Cela a commencé avec l'alimentation : la vache folle, les lasagnes à la viande de cheval, et plus récemment le lait infantile Lactalis aux salmonelles. Puis on a découvert des perturbateurs endocriniens dans des produits de beauté. L'information est jugée insuffisante, avec des listes d'ingrédients souvent illisibles et difficiles à interpréter.

L'arrivée de nombreuses applications gratuites pour mobile a permis aux consommateurs de vérifier la qualité nutritionnelle et/ou l'innocuité de leurs achats. Cela a commencé avec l'alimentation puis ce furent les cosmétiques, les produits d'entretien et sans doute bientôt d'autres domaines.

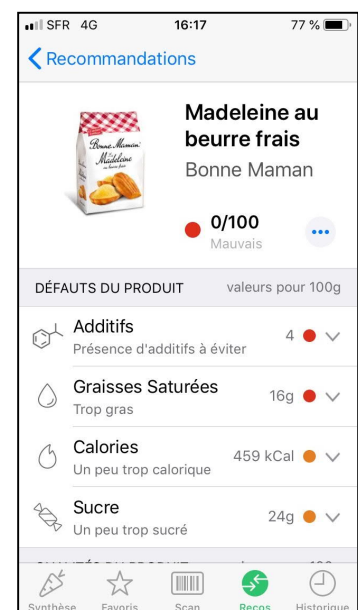
Les industriels de l'agroalimentaire, qui résistent toujours à l'utilisation du Nutriscore, ne peuvent ignorer ce phénomène. Certains ont donc commencé à modifier leurs recettes pour réduire les lipides, le sucre ou le sel ou éliminer des additifs nocifs. Le distributeur Système U, qui clame avoir commencé cette démarche en 2012, a même créé sa propre application, au risque d'être juge et partie. Par ailleurs, l'Association Nationale des Industries Alimentaires (ANIA) prépare avec d'autres organisations professionnelles une contre-offensive avec une vaste base de données, Num-Alim, qui ne devrait pas être disponible avant début 2020.

Dans l'immédiat cependant, les industriels alimentent les bases de données en informations factuelles. A noter que les consommateurs ont, dans la majorité des applications la possibilité d'alimenter eux-mêmes ces bases.

L'alimentation en tête des utilisations

Le calculateur nutritionnel de l'UFCV

Il est disponible gratuitement sur le site <https://www.quechoisir.org/calculateur-etiquetage-nutritionnel-n22155/>. Il faut saisir les infos de l'emballage (énergie, glucides, etc) et il en ressort une note. C'est la préhistoire de ce genre d'applications, il date de 2015, et il est dépassé par les applications mobiles.



Ecran d'information sur un produit

Le Nutriscore



La France l'a adopté, mais n'a pas pu le rendre obligatoire du fait d'un règlement européen (<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/FR/ALL/?uri=CELEX:32011R1169>). Les industriels ont combattu ce score, qui se traduit par un affichage de 5 lettres sur fond coloré sur les emballages. Seule une trentaine d'entre eux, représentant 20% de part de marché, se sont engagés à l'utiliser. Six gros industriels (Coca-Cola, Mars, Mondelez, Nestlé, PepsiCo et Unilever), non contents de refuser le Nutriscore, ont défini un autre indice, l'ENL, dont ils font la promotion au niveau européen, à l'heure où la Commission Européenne doit revoir sa position sur le sujet.

Aux dernières nouvelles (cf. Que Choisir de janvier 2019), ces 5 industriels ont suspendu ce projet et ont demandé à la Commission Européenne d'harmoniser l'affichage nutritionnel à l'échelle de l'Union et de définir des tailles de portion standards. Ils maintiennent cependant leur action pour les boissons.

Le Nutriscore est calculé, à partir de la composition nutritionnelle des produits, par un système de points, le score le plus faible étant le meilleur.

Les éléments défavorables au score : apport **calorique** pour 100 g de produit, teneur en sucre, en **graisses saturées** et en **sel**.

Les éléments favorables au score : teneur en **fruits, légumes, légumineuses** et **oléagineux, fibres, et protéines**.

Les féculents ainsi que les pommes de terre, patates douces, le taro, le manioc et le tapioca ne sont pas pris en compte. Il ne tient pas compte des additifs, ni du caractère bio ou non. Il est donc purement nutritionnel.

(Source Wikipédia : https://fr.wikipedia.org/wiki/Nutri-score#cite_note-11)

Open Food Facts (OFF)



<https://fr.openfoodfacts.org>

C'est un projet international créé sous forme associative par un Français en 2012. Il se définit comme « citoyen, collaboratif et indépendant ».

De type Wikipedia, il a créé et gère une base de données ouverte à tous : tout le monde peut contribuer en saisissant des informations et tout le monde peut librement utiliser les données (c'est le cas de Yuka et Buyornot par exemple).

Il existe 3 autres projets, de même nature :

- Open Beauty Facts : cosmétiques (mentionné plus bas)
- Open Pet Food Facts : alimentation animale
- Open Products Facts : une éventuelle généralisation de la base à toutes sortes de produits.

Le site d'OFF: <https://fr.openfoodfacts.org>

Voir leur blog pour tout savoir : <https://fr.blog.openfoodfacts.org>

L'application calcule le Nutriscore, qui constitue la note du produit. Ensuite, OFF donne les valeurs nutritionnelles (gras, sucre, sel). Le « groupe Nova » est indiqué : cet indicateur définit le degré de transformation de l'aliment : de 1 (aliment pas ou peu transformé) à 4 (aliment ultra transformé). Après ce résumé, OFF décrit le produit de manière exhaustive : photo, conditionnement, labels, ingrédients dont les additifs, et reprend plus en détail les informations nutritionnelles.

Une innovation intéressante : la possibilité, sur le site, de faire des graphiques exportables. Le blog en donne un exemple sur le sucre et le gras dans les céréales pour petit déjeuner.

Le blog donne aussi le moyen de revoir une émission d'Envoyé Spécial diffusée le 14 septembre 2018 durant laquelle le fondateur d'OFF est interviewé : https://www.francetvinfo.fr/economie/industrie/video-aliments-ultra-transformes-un-site-et-une-application-mobile-pour-les-reperer-et-les-eviter_2940957.html. Durée 5 minutes.

La base comporte actuellement 460 000 produits vendus en France. Le logiciel a été téléchargé 830 000 fois en 2018.

La base de données accessible sur le site est plutôt destinée à une utilisation générale. Mais OFF a produit et diffusé l'application mobile OpenFoodFacts. Celle-ci est plus adaptée aux décisions d'achat en magasin. Elle donne des informations très complètes, mais ne garde aucun historique et ne propose pas le nom de produits meilleurs que celui scanné.

Yuka



<https://yuka.io>

L'application Yuka est la plus diffusée dans ce domaine. Elle utilise la base d'OpenFoodFacts, qu'elle alimente également. Elle nécessite de s'identifier pour y accéder.

Le problème des additifs

Les listes d'ingrédients sont exhaustives et incluent les additifs. Si le Nutriscore est en général utilisé pour calculer la valeur nutritionnelle des produits, les additifs, eux, posent un problème : leur nocivité est évaluée à partir de publications non officielles (puisque officiellement tous sont censés être sans risques aux doses utilisées). Il peut donc y avoir, et on a pu le vérifier, des différences d'appréciation sur la nocivité de tel additif selon les applications.

Chaque produit reçoit une note sur 100, assortie d'une couleur et d'une appréciation. Suivent les valeurs des qualités nutritionnelles, toujours associées à un code couleur, et les additifs.

Les notes des aliments sont basées à 60 % sur les qualités nutritionnelles, basées sur la méthode de calcul du Nutriscore, à 30 % sur la présence d'additifs nocifs et 10 % sur le caractère biologique ou non du produit.

Lorsqu'un produit a une mauvaise note, l'application propose un produit équivalent de meilleure qualité. Elle conserve un historique personnel, ce qui permet de faire des comparaisons.

L'utilisateur peut alimenter la base de données de Yuka ou en corriger les valeurs. Enfin, le blog de Yuka donne quantité d'informations sur l'alimentation et une actualité de saison : la liste des fruits et légumes du mois en cours, ainsi que des recettes.

Yuka propose aussi un programme de nutrition en 10 semaines pour 59 €.

Kwalito



<https://www.kwali.to>

Créé par deux Français, ce site se positionne de façon plus spécialisée.

Son objectif n'est pas de donner des informations complètes sur les produits mais de dire à l'acheteur si le produit scanné correspond à ses critères de choix. Il est nécessaire de s'identifier au préalable, ce qui permet de saisir et conserver ces critères.

L'application commence donc par proposer 10 choix, qu'il s'agisse de contraintes (sans gluten, sans additifs à risque par exemple) ou de préférences (végétarien, femme enceinte). Il est possible d'exclure certains ingrédients (sucre, graisses hydrogénées, par exemple). Puis, ces choix faits, le consommateur peut commencer à scanner les produits qui l'intéressent et l'application lui dit si tel produit est compatible ou non avec ses critères et indique pourquoi.

C'est donc une application qui fournit des informations peu nombreuses mais ciblées. Cela devrait réduire la durée des courses, puisqu'en gros l'information peut se résumer à « acceptable » ou non.

Une démonstration est ici : <https://vimeo.com/161636417>

Comme l'application demande une identification et stocke les critères de choix des utilisateurs, elle dispose d'information (anonymisées) sur leurs choix. Elle propose donc aux marques et aux distributeurs de les aider à adapter leurs offres aux besoins. Il est probable que ces prestations sont payantes. Le modèle économique de Kwalito serait alors clair et éthiquement équilibré.

Foodvisor



<https://www.foodvisor.io>

Cette application analyse la photo de votre assiette et en déduit les calories et les quantités de chaque nutriment. Elle utilise les techniques de la reconnaissance faciale et n'identifie pas les produits en tant que tels. Evidemment les additifs ne sont pas détectés.

Le blog donne des informations plus générales : labels alimentaires, conseils diététiques sur la gestion du sucre par exemple. Un programme de coaching alimentaire est aussi proposé, à partir de 5 € par mois.

La source des informations n'est pas connue.

Des applications gratuites ?

Selon l'adage maintenant bien connu, « *si c'est gratuit, c'est vous le produit* », on peut se demander d'où vient l'argent. Car gérer des bases de données, créer et exploiter des applications, louer des serveurs et des connexions internet, tout cela a un coût.

Les applications de Que Choisir ne posent évidemment pas de problème. OpenFoodFacts vit de bénévolat et de dons. Yuka a des projets de prestations payantes et propose déjà un programme payant de nutrition. A l'inverse, *Ya quoi dedans ?* l'application de système U, est en plein conflit d'intérêt.

Elles sont vraiment gratuites, en tous cas pour l'instant. Il est probable qu'elles le resteront en version de base, quitte pour certaines à offrir une version payante, plus riche.

Au total, un site et une application qui ne visent pas l'acte d'achat mais la gestion alimentaire à partir des éléments nutritionnels.

Scan eat



<https://scaneat.fr>

L'application utilise la base de données d'OFF. Elle permet d'accéder à toutes les informations sur le produit. Un champ de recherche permet d'obtenir des données sur un produit que l'on n'a pas sous la main. Les informations fournies sont le Nutriscore et les informations nutritionnelles habituelles ainsi que les additifs.

Un peu comme Kwalito, l'application permet d'appliquer des filtres en fonction de ses contraintes ou désirs. Un historique est disponible dans un espace personnel.

Fruits et légumes de saison



<http://www.fruits-et-legumes-de-saison.net>

L'application indique par mois les fruits, légumes de saison et indique la composition nutritionnelle de chacun.

Buyornot (acheter ou pas)



<http://buyornot.org>

L'application est issue du site I-Boycott géré par l'association i-buycott. Des jeux de mots en anglais par des Français pour des Français, si vous ne supportez pas, passez votre chemin. Cependant, ce serait dommage car le site et l'application introduisent la notion de consommation éthique et responsable, en plus des aspects nutritionnels.

I-Buycott mène des combats éthiques : bien-être animal (Panzani-Lustucru), huile de palme (Lu), optimisation fiscale (McDonald). Elle est soutenue par de nombreuses associations comme La Nef (Finances solidaires) et par Pierre Rabhi.

Les critères de jugement des produits relèvent à la fois de l'éthique et de la santé. La base de données utilisée pour l'aspect nutritionnel est celle d'OFF et les informations sont celles habituelles : Nutriscore, nutrition, additifs. En s'enregistrant on peut faire des comparaisons de produits.

Y'a quoi dedans



<https://www.magasins-u.com/carte-u/bien-mieux-le-mag-septembre/ya-quoi-dedans>

Application créée par Magasins U. Elle utilise la base d'OFF. Elle donne les informations après scan du code barre ou après sélection d'un produit par un outil de recherche. Un peu comme

Kwalito et Scaneat, l'application propose des filtres pour sélectionner ses achats. Comme on le voit dans le tableau ci-dessous, cette application est peu appréciée des utilisateurs, qui lui reprochent de ne pas mentionner les additifs nocifs. Les réponses de Magasins U sont confuses et embarrassées.

Evidemment, il y a conflit d'intérêt.

Divers

Il existe d'autres sites plus axés sur les menus, l'utilisation des restes pour ne pas gaspiller, etc.

Pour en savoir plus, on peut voir Numerama qui cite 6 applications : / <https://www.numerama.com/tech/318355-yuka-kwalito-open-food-facts-on-a-teste-les-apps-qui-vous-guident-vers-une-alimentation-plus-saine.html> et Doctissimo qui en analyse 11 : <http://www.doctissimo.fr/nutrition/diaporamas/application-pour-manger-sainement>.

Qu'en pensent les consommateurs ?

Les applications sont toutes disponibles pour Android (Google Play) et iOS (App Store). Seul Buyornot n'était pas encore disponible pour iOS en janvier 2019.

Sur ces deux sites de téléchargement, il est possible de noter et de commenter ces applications.

Voici une synthèse des notes, relevées sur chaque site.

<i>Application</i>	<i>Google Play sur 5</i>	<i>App Store sur 5</i>	<i>Total sur 10</i>	<i>Rang</i>
Yuka	4,5	4,7	9,2	1
Buyornot	4,5		9	2
Scan eat	4	4,3	8,3	2
Kwalito	4	4,1	8,1	4
Foodvisor	3,7	4,4	8,1	4
OpenFoodFacts	4,1	3,9	8	6
Y'a quoi dedans ?	3,3	3,7	7	7

Les écarts de notes entre les 2 systèmes d'exploitation peuvent venir de différences d'ergonomie des systèmes (Android et iOS) ou de versions différentes des applis dans chaque système. On a supposé que Buyornot, pas encore disponible pour iOS, aurait la même note dans les 2 systèmes.

Les différences entre applications peuvent s'expliquer par leurs qualités mais aussi par leurs objectifs qui ne sont pas tous identiques.

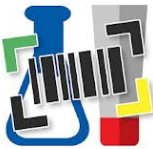
Après les produits alimentaires, les cosmétiques sont sur la sellette

Le site Rebelle Santé (<https://www.rebelle-sante.com/rebelle-sante-ndeg-208/connaitre-les-produits/cosmetiques-quelle-application-choisir>) analyse la problématique de ces applications et souligne deux difficultés :

- La base de données est rarement exhaustive et à jour
- Les critères d'évaluation, ont une validité scientifique variable et inconnue.

Ce site retient 2 applications : Quelcosmetic (UFC) et Clean Beauty que nous analysons ci-dessous. Numerama en présente 8. <https://www.numerama.com/tech/242445-les-application-pour-decrypter-les-substances-chimiques-dans-vos-produits.html>

Quelcosmetic (UFC)



<https://www.quechoisir.org/application-mobile-quelcosmetic-n52804/>

Le fonctionnement est semblable à la plupart des applications destinées à l'alimentaire : on scanne et on a des résultats. Il y a aussi un moteur de recherche. La base comporte actuellement plus de 120 000 références, dont seulement 24 000 sans risques.

L'utilisateur définit la catégorie de personne à laquelle est destiné le produit : adulte, femme enceinte, bébé, etc. La réponse sera fonction de cette catégorie et des infos détaillées pourront être fournies.

Un filtre permet de ne voir que les produits sans risques. Si le produit évalué est mauvais (couleur rouge), l'application peut proposer de meilleurs choix.

La note ne concerne que la sécurité des produits, et non leur efficacité ou leur impact sur l'environnement.

Clean Beauty



<https://www.beaute-addict.com/officinea/>

L'application est diffusée par Officinea, une société de cosmétiques bios (charte Cosmebio, contrôle par Ecocert). Il y a donc conflit d'intérêt.

L'application fonctionne par photo de la liste des ingrédients, ce qui pose parfois des problèmes pratiques. Mais cela permet de ne pas avoir de base de données à mettre, à constituer et à gérer et aussi de travailler sur une liste d'ingrédients à jour. L'analyse des ingrédients, semble s'appuyer sur une bibliographie scientifique sérieuse (cf <https://www.numerama.com/tech/242445-les-application-pour-decrypter-les-substances-chimiques-dans-vos-produits.html>)

INCI Beauty



<https://incibeauty.com>

La nomenclature internationale des ingrédients cosmétiques ou INCI, abréviation de *International Nomenclature of Cosmetic Ingredients* est d'usage obligatoire en Europe.

INCI Beauty est une publication de *touslesprix.com*, un comparateur de prix. Ses sources ne sont pas mentionnées. L'application fonctionne sur mobiles et aussi sur PC et tablettes Windows 10.

Classiquement, par scan ou champ de recherche on obtient la composition et l'indication de nocivité des produits. L'application propose aussi des produits alternatifs.

Yuka

Yuka a ajouté à son application sur l'alimentation les cosmétiques et produits d'hygiène.

Pharmapocket



<https://www.facebook.com/PharmaPocket/>

Application développée par un pharmacien. Elle ne connaît que les cosmétiques vendus en pharmacie et parapharmacie.

Ne pas la confondre avec l'application Pocket-Pharma, qui ne concerne que la pharmacie.

Open beauty facts



<https://fr.openbeautyfacts.org>

On retrouve l'application sœur, et la base de données ouverte, de OpenFoodFacts décrite ci-dessus.

Divers

Il existe d'autres applications, mais en anglais.

Il existe des comparatifs sur internet, comme par exemple Sciences et environnement, créé par un spécialiste du sujet.

<https://science-environnement.com/modes-de-vie/comparatif-applications-cosmetiques-cremes-solaires-hydratantes/>

Il a testé Quelcosmetic, Open beauty facts, INCI Beauty et Clean Beauty. Dans l'ensemble Quelcosmetic lui a paru le meilleur choix.

Qu'en pensent les consommateurs ?

A nouveau on a comparé les notes données par les utilisateurs sur les sites de Google Play et App Store.

<i>Application</i>	<i>Google Play sur 5</i>	<i>App Store sur 5</i>	<i>Total sur 10</i>	<i>Rang</i>
Quelcosmetic	4,6	4,6	9,2	1
Yuka	4,5	4,7	9,2	1
INCI Beauty	4,4	4,2	8,6	3
Clean beauty	4,1	4,1	8,2	4
OpenBeautyFacts	3,1	3,3	6,4	5
Pharmapocket	3,5	2,7	6,2	6

Quelques remarques :

- Quelcosmetic, l'application de l'UFC Que Choisir, est la plus appréciée, avec Yuka. Elle était en tête des comparatifs cités plus haut.
- Yuka est notée globalement pour les produits alimentaires et cosmétiques. Il n'est pas certain que l'appréciation soit la même pour chacun de ces domaines.
- Comme pour l'alimentation, les écarts de notes entre les 2 systèmes d'exploitation peuvent venir de différences d'ergonomie des systèmes ou de versions différentes des applications.

Alors, que choisir ?

Cette revue des applications mobiles n'est pas un test comparatif comme en publie la revue Que Choisir. Nous n'avons pas décrit toutes les applications et sur les 2 systèmes d'exploitation.

Toutes les applications sont disponibles gratuitement pour Android et iOS. Le choix est donc large et on peut facilement les tester.

Naturellement, il faut prendre garde à celles qui sont en conflit d'intérêt.

Enfin, le domaine est neuf et très évolutif, aussi est-il nécessaire de se tenir au courant de l'apparition de nouvelles applications et de leur évolution.

La Commission Sécurité Alimentaire de l'Association Locale d'Aix en Provence