

Communiqué conjoint OMS/FAO/84
9 novembre 2003

EMBARGO JUSQU'AU 9 NOVEMBRE, 22H00 (HEURE DE L'EUROPE CENTRALE)

LA FAO ET L'OMS ANNONCENT DES MESURES COMMUNES POUR PROMOUVOIR LA CONSOMMATION DE FRUITS ET DE LÉGUMES

Une alimentation pauvre en fruits et en légumes accroît le risque de cardiopathie, de certains cancers et d'obésité

Genève - L'Organisation mondiale de la Santé (OMS) et l'Organisation des Nations Unies pour l'Alimentation et l'Agriculture (FAO) ont annoncé aujourd'hui le déploiement de mesures communes destinées à promouvoir la consommation accrue de fruits et de légumes.

On estime qu'une alimentation pauvre en fruits et en légumes, classée parmi les 10 principaux facteurs de risque favorisant la mortalité dans le *Rapport sur la santé dans le monde 2002*, provoque chaque année quelque 2,7 millions de décès. L'annonce a été faite à Rio de Janeiro, au Brésil, lors de la réunion annuelle du Forum mondial de l'OMS sur la prévention et la réduction des maladies non transmissibles.

« Des données de plus en plus nombreuses montrent qu'une consommation suffisante de fruits et de légumes contribue à prévenir un grand nombre de maladies et protège la santé, mais une partie importante de la population mondiale en consomme trop peu, » a déclaré à Rio le Dr Pekka Puska, Directeur, Prévention des maladies non transmissibles et Promotion de la santé, à l'OMS.

Selon Kraisid Tontisirin, Directeur à la FAO de la Division, Alimentation et nutrition, « la FAO va s'efforcer de mieux sensibiliser l'opinion aux bienfaits d'une consommation accrue de fruits et de légumes pour la santé. Pour encourager les gens à consommer davantage de fruits et de légumes, il est important d'évaluer plus systématiquement les incidences nutritionnelles et sanitaires des modes d'alimentation existants. »

Mahmoud Solh, Directeur à la FAO de la Division, Production végétale et protection des plantes, a déclaré : « Il est important d'accélérer la mise en œuvre des initiatives nationales pour cultiver et commercialiser efficacement des produits horticoles d'un prix plus abordable en utilisant moins de pesticides et en réduisant les pertes au cours des manipulations suivant les récoltes. »

Les maladies non transmissibles sont responsables de près de 60% des décès qui surviennent dans le monde, et de 45% de la charge mondiale de morbidité. Au nombre des principaux facteurs de risque évitables de maladies non transmissibles figurent une alimentation malsaine, la sédentarité et le tabagisme. Une consommation journalière suffisante de fruits et de légumes

Communiqué conjoint OMS/FAO/84

Page 2

pourrait aider à prévenir des maladies non transmissibles importantes telles que les maladies cardiovasculaires, le diabète de type 2, l'obésité et certains cancers.

L'action commune en faveur de la consommation de fruits et de légumes s'inscrit dans le cadre de la Stratégie mondiale pour l'alimentation, l'activité physique et la santé. Elle est élaborée en collaboration étroite avec la FAO et d'autres partenaires mondiaux, y compris des organisations nationales réunissant plusieurs parties prenantes du type «5 par jour», qui encouragent la consommation de fruits et de légumes.

« Un rapport récent de la Consultation d'experts FAO/OMS sur l'alimentation, la nutrition et la prévention des maladies chroniques recommande la consommation journalière d'au moins 400g de fruits et de légumes (à l'exclusion des féculents tels que les pommes de terre) pour prévenir les maladies chroniques, et notamment les cardiopathies, les cancers, le diabète de type 2 et l'obésité. Pour les deux organisations du système des Nations Unies, la consommation d'une grande variété de fruits et de légumes apporte également la plupart des micronutriments nécessaires, des fibres alimentaires et quantité de substances non nutritives bénéfiques. Une consommation accrue de fruits et de légumes peut aussi aider à remplacer la consommation excessive d'aliments riches en graisses saturées, en sucre et en sel.

Selon la base de données statistiques de la FAO, cependant, la quantité totale des fruits et légumes disponibles est très loin de la consommation cible minimale dans de nombreux pays, en particulier en Asie, en Afrique et en Europe centrale et orientale.

« Bien que les pays en développement produisent une grande part des fruits et des légumes disponibles dans le monde, et qu'une amélioration de la production dans ces pays soit possible, de nombreux habitants des pays en développement ne mangent pas assez. Les groupes socio-économiques défavorisés des pays industrialisés ont aussi souvent une faible consommation, » a indiqué le Dr Puska.

On estime que 31% environ des cardiopathies ischémiques et 11% des accidents vasculaires cérébraux sont dus à une faible consommation de fruits et de légumes. Le Centre international OMS de recherche sur le cancer (CIRC) évalue à 5 -12 % de tous les cancers et jusqu'à 20-30% des cancers de l'appareil digestif supérieur le pourcentage évitable des cancers dus à une consommation insuffisante de fruits et de légumes.

L'action conjointe en faveur de la consommation de fruits et de légumes a quatre objectifs spécifiques :

- Mieux sensibiliser l'opinion à l'importance des fruits et des légumes dans la prévention des maladies non transmissibles ;
- Accroître la consommation de fruits et de légumes au moyen de mesures essentielles dans les secteurs de la santé publique et de l'agriculture ;
- Encourager et soutenir la mise au point et l'application de programmes nationaux en faveur de la consommation de fruits et de légumes qui s'inscrivent dans la durée, qui soient complets et qui associent tous les secteurs ;
- Soutenir la recherche dans les domaines appropriés et développer les ressources humaines requises pour la conception et la mise en œuvre des programmes en faveur de la consommation de fruits et de légumes.

Personne à contacter à l'OMS : David Porter, Chargé de l'information (+41)22 791 3774 ou (+41)79 477 1740, email: porterd@who.int. Personne à contacter à la FAO : John Riddle, Chargé d'information, FAO (+39) 06 570 53259, email: riddlej@who.int. Tous les communiqués de presse, aide-mémoire et articles de fond OMS sont accessibles sur Internet à partir de la page d'accueil de l'OMS : <http://www.who.int/>.