

"Parce que nous avons tous droit à une alimentation saine et transparente, maintenant et pour l'avenir de nos enfants !"

La santé nutritionnelle en relation avec le système alimentaire

Introduction

Différentes maladies sont causées par une mauvaise alimentation (maladies liées à l'alimentation). Cela entraîne des coûts de santé tels que des visites régulières chez le médecin, des prises élevées de médicaments et des séjours hospitaliers. Si l'on additionne tous les coûts des maladies sur lesquelles l'alimentation a également une influence, la somme s'élève en Suisse à environ 27 milliards de francs, soit près de la moitié des coûts de la santé.

Des scientifiques ont présenté un régime alimentaire (en anglais "Planetary Health Diet") qui protège à la fois la santé des hommes et celle de la planète. Selon ce plan, la **consommation de fruits et de légumes, de légumineuses et de noix** devrait être **environ doublée, tandis que la consommation de viande et de sucre devrait être réduite de moitié**. Cela correspond au régime alimentaire d'un "flexitarien", qui ne mange de la viande que de temps en temps. Par exemple, 150 g de viande par semaine se situent encore dans le cadre des recommandations.

Au total, les chercheurs ont développé cinq stratégies immédiatement applicables pour réussir une transition alimentaire durable. Celles-ci se basent sur 6 facteurs dont dépend l'approvisionnement alimentaire : l'eau, la terre, la biodiversité, le climat, l'azote et le phosphore :

1. Promouvoir une alimentation plus saine
2. La qualité et la diversité plutôt que la quantité dans l'agriculture
3. Intensifier durablement l'agriculture
4. Des règles strictes pour l'utilisation de la terre et de la mer
5. Réduire de moitié les déchets alimentaires

Où l'Alliance Nutrition et Santé voit-elle la plus grande nécessité et le plus grand levier pour la transformation vers un système alimentaire durable ?

- Les emballages des denrées alimentaires contiennent des informations claires et pertinentes sur la composition et les valeurs nutritives.
- Des directives politiques claires en ce qui concerne les réglementations obligatoires, par exemple la limitation de la teneur en sucre dans les aliments pour enfants, l'absence de sucre dans les aliments préemballés pour bébés
- Des directives politiques claires concernant la promotion des aliments riches en graisses, en sucre, en sel et en énergie, en particulier auprès des enfants.
- Améliorer la coopération entre tous les acteurs du système alimentaire au niveau politique afin d'atteindre les objectifs de durabilité

En tant qu'Alliance Nutrition et Santé, quel est notre rôle dans le processus visant à rendre le système alimentaire plus durable et avec qui devrions-nous collaborer à l'avenir pour atteindre cette vision d'ici 2030 ?

Nous considérons que notre rôle est d'apporter un soutien technique et des conseils indépendants aux politiciens de tous les partis pour leurs interventions politiques. En ce qui concerne la collaboration, nous voulons

- Renforcer la collaboration avec les offices fédéraux
- Renforcer les échanges avec la Fédération suisse des industries alimentaires et d'autres acteurs de l'industrie et de la grande distribution.
- Echanger avec d'autres parties prenantes du système alimentaire