
La mauvaise alimentation est responsable de 11 millions de décès prématurés par an dans le monde



La mauvaise alimentation est responsable de 11 millions de décès évitables par an dans le monde, selon une grande étude réalisée par l'Institut de métrologie et d'évaluation de la santé (IHME). Mais pour les chercheurs, le plus gros problème ne réside pas tant dans les aliments de mauvaise qualité que nous ingérons que dans les aliments nutritifs que nous n'ingérons pas. Ils appellent donc à un changement politique mondial en faveur d'une [alimentation saine](#) [1].

Selon l'IHME, l'étude constitue l'analyse la plus complète jamais effectuée des effets de l'alimentation sur la santé. « Cette étude montre ce que nous sommes nombreux à penser depuis des années : une mauvaise alimentation est responsable de davantage de morts qu'aucun autre facteur de risque au monde », affirme l'un des auteurs, Christopher Murray, qui dirige par ailleurs l'IHME.

« Cette étude montre à quel point une mauvaise alimentation a un impact sur notre santé ; c'est un appel adressé aux gouvernements du monde entier pour qu'ils privilégient des solutions face à cette principale cause de décès et d'incapacité », a déclaré Katie Dain, Directrice générale de l'Alliance sur les MNT.

« Lutter contre la consommation excessive de sel et les apports insuffisants en céréales complètes et en fruits peut potentiellement sauver des millions de vies chaque année. Les données indiquent que les conséquences d'une mauvaise alimentation sont indépendantes de l'âge, du sexe, des facteurs sociodémographiques ou du lieu de résidence : tout le monde court un risque et aucun pays ne peut se permettre de négliger cette menace sur la santé et le développement. »

L'étude a révélé que **mieux manger et mieux boire pourrait éviter un décès sur cinq dans le monde**. Bien que les régimes alimentaires varient d'un pays à l'autre, une consommation trop faible de fruits et légumes et trop élevée de sodium (sel) est responsable de la moitié de tous les décès et de deux-tiers des temps d'incapacités liés à l'alimentation.

Les populations du monde entier sont de plus en plus exposées à des aliments et des régimes alimentaires qui augmentent les risques de MNT. Améliorer l'alimentation nécessite des approches basées sur la population, multisectorielles et culturellement pertinentes.

[Lire l'étude complète ici](#) [2].

Post Date: Monday, 8 avril, 2019

Tags: [nutrition](#) [3]

[healthy diets](#) [4]

[unhealthy diet](#) [5]

[NCDs Prevention & Control](#) [6]

[research](#) [7]

Category - News: Announcements

Search Keywords: Nutrition, healthy diet, unhealthy diet, risk factors, research, study, Lancet, prevention

Related Link: [Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017](#) [8]

Related Content: [Des engagements SMART pour répondre aux MNT, à la surpondération et à l'obésité - MISE A JOUR](#) [9]

Tag feed: [mauvaise alimentation](#) [5]

Source URL: <https://ncdalliance.org/fr/news-events/news/la-mauvaise-alimentation-est-responsable-de-11-millions-de-d%C3%A9cs-pr%C3%A9matur%C3%A9s-par-an-dans-le-monde>

Liens

[1] <https://ncdalliance.org/why-ncds/ncd-prevention/healthy-diets>

[2] [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(19\)30041-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(19)30041-8/fulltext)

[3] <https://ncdalliance.org/fr/category/tags/nutrition>

[4] <https://ncdalliance.org/fr/taxonomy/term/832>

[5] <https://ncdalliance.org/fr/taxonomy/term/92>

[6] <https://ncdalliance.org/fr/taxonomy/term/286>

[7] <https://ncdalliance.org/fr/taxonomy/term/325>

[8] <http://hubs.ly/H0hhvcS0>

[9] <https://ncdalliance.org/fr/news-events/news/des-engagements-smart-pour-r%C3%A9pondre-aux-mnt-%C3%A0-la-surpond%C3%A9ration-et-%C3%A0-l%E2%80%99ob%C3%A9sit%C3%A9-mise-a-jour>