

## ■ Publication des nouvelles recommandations du PNNS sur l'alimentation, l'activité physique et la sédentarité

Santé publique France a présenté, le 22 janvier 2019, les nouvelles recommandations sur l'alimentation, l'activité physique et la sédentarité pour les adultes. Ces recommandations fondées sur une expertise scientifique (Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail, Haut Conseil de la Santé Publique), et de nombreux pré-tests pour formuler les messages de communication proposent deux niveaux de recommandations : simplifié et détaillé. Parmi les nouveautés figurent la place accordée à certains aliments comme les légumes secs, les fruits à coque, les féculents complets, la prise en compte de l'impact de l'alimentation sur l'environnement et la mise en avant de l'étiquetage nutritionnel simplifié Nutri-Score. Ces nouveaux messages feront l'objet d'une campagne de communication en 2019, pour permettre à toute la population d'en bénéficier.

Retrouver le rapport, les infographies et le dossier pédagogique sur :

<https://www.santepubliquefrance.fr/Accueil-Presses/Tous-les-communiqués/Sante-publique-France-presente-les-nouvelles-recommandations-sur-l-alimentation-l-activite-physique-et-la-sedentarite>

Retrouver la synthèse « Adéquation aux nouvelles recommandations alimentaires des adultes âgés de 18 à 54 ans vivant en France » sur :

<http://invs.santepubliquefrance.fr/Publications-et-outils/Rapports-et-syntheses/Maladies-chroniques-et-traumatismes/2019/Adequation-aux-nouvelles-recommandations-alimentaires-des-adultes-ages-de-18-a-54-ans-vivant-en-France>

## ■ Publication de l'expertise INSERM : Activité physique. Prévention et traitement des maladies chroniques – février 2019

L'INSERM a publié le 14 février 2019 un rapport d'expertise collective qui fait le bilan des connaissances scientifiques et analyse, dans le cadre des maladies chroniques, l'impact de l'activité physique et sa place dans le parcours de soin.

L'expertise s'appuie sur une analyse critique de la littérature scientifique internationale, faite par un groupe pluridisciplinaire d'experts. Les principales pathologies qui sont étudiées sont les pathologies cardiovasculaires, les cancers, le diabète, les pathologies respiratoires chroniques, l'obésité, certaines maladies mentales (dépression, schizophrénie), les troubles musculosquelettiques (TMS) et la multimorbidité. Une partie importante de l'expertise décrit pathologie par pathologie les bénéfices/risques de l'activité physique, et l'intérêt en prévention, soin complémentaire ou thérapeutique. Il est important de déterminer les caractéristiques des programmes les plus efficaces selon les aptitudes physiques et les ressources psychosociales des patients, dans la perspective d'obtenir un maximum de bénéfices avec un minimum de risques, d'identifier les déterminants de l'adoption d'un comportement actif, pérenne et inséré dans les habitudes de vie et de comprendre les mécanismes par lesquels l'activité physique agit de façon générale, en amélioration de la condition physique, mais aussi de façon spécifique selon les pathologies concernées. Des recommandations de recherche et des recommandations d'actions destinées aux autorités de santé sont présentées dans le rapport.

Pour consulter le rapport : <https://www.inserm.fr/information-en-sante/expertises-collectives/activite-physique-prevention-et-traitement-maladies-chroniques>

## ■ Lancement d'un réseau international sur l'étiquetage nutritionnel

Les 6 et 7 février 2019, dans le cadre de la décennie mondiale d'action des Nations Unies pour la nutrition 2016-2025, un réseau international d'action sur l'étiquetage nutritionnel a été mis en place lors d'un colloque au ministère des solidarités et de la santé à Paris. Co-présidé par la France, l'Australie et le Chili, il a réuni les représentants de 19 pays issus des 5 continents, avec la contribution de l'OMS et de la FAO.

Sur la base de la reconnaissance de l'importance d'une telle mesure pour les politiques nutritionnelles et répondant aux objectifs de développement durable des Nations Unies, ce réseau a pour objectif de promouvoir la mise en place d'un étiquetage nutritionnel dans les divers pays. Il permettra de faciliter les échanges entre les participants sur tous les aspects scientifiques, réglementaires, stratégiques de mise en œuvre, ainsi que de pouvoir mettre en exergue les difficultés rencontrées pour le déploiement de cet étiquetage.

## ■ Point d'actualités sur le Nutri-Score

Le 31 décembre 2018, le Nutri-Score a été élu meilleure innovation de l'année pour la Belgique ([http://www.standaard.be/cnt/dmf20181230\\_04070818](http://www.standaard.be/cnt/dmf20181230_04070818)) par le journal "De Standaard". Il a devancé une grande berline allemande, l'application génétique Crispr, l'avion F35 et un jeu vidéo très en vogue. Cela démontre l'intérêt des consommateurs pour disposer d'un moyen simple et compréhensible d'information sur la qualité nutritionnelle des aliments qui sont mis à sa disposition dans les magasins.

111 marques et entreprises se sont engagées en faveur du Nutri-Score au 1<sup>er</sup> mars 2019.

Plus d'informations sur le Nutri-Score sur <https://www.santepubliquefrance.fr/Sante-publique-France/Nutri-Score>

Pour accéder aux précédentes lettres « Actualités du PNNS » : <http://solidarites-sante.gouv.fr/prevention-en-sante/preserver-sa-sante/le-programme-national-nutrition-sante/article/lettre-actualites-pnns>