

COMMUNIQUÉ DE PRESSE
Pour diffusion immédiate

Santé : Le sel est le nouvel ennemi public

Montréal, le 15 janvier 2018 – Selon le dernier rapport publié ce matin par Santé Canada, intitulé *Réduction de la teneur en sodium dans les aliments transformés au Canada*, les Canadiennes et Canadiens de tous âges consomment trop de sel. Ce sont principalement les produits transformés, ultra-transformés, emballés ou servis au restaurant qui contiennent une grande quantité de sodium. « Cette surconsommation de sel engendre de sévères problèmes de santé, soutient le Dr Yves G. Jalbert, spécialiste de contenu à l'Association pour la santé publique du Québec (ASPQ). L'excès de sodium dans l'alimentation provoque l'hypertension artérielle qui est un facteur de risque important de maladie cardiaque et d'accident vasculaire cérébral. Ces problèmes de santé constituent les principales causes de décès au Canada, après le cancer. »

L'ampleur du problème

Les chiffres sont éloquentes :

- 25 % des Canadiennes et Canadiens souffrent d'hypertension.
- 80 % d'entre eux consomment plus de 2 300 milligrammes de sodium quotidiennement, alors que, pour une bonne santé, 1 500 milligrammes par jour sont recommandés.
- 93 % des enfants de 4 à 8 ans consomment trop de sodium et 97 % chez les garçons adolescents.
- 77 % du sodium de l'alimentation des Canadiennes et Canadiens provient des aliments transformés.

L'apport moyen du sodium au Canada est de 3 400 milligrammes par jour.

Le résultat des cibles volontaires est décevant

En 2012, l'industrie alimentaire a travaillé, sur une base volontaire, avec Santé Canada et des experts en recherche afin de réduire le sodium dans les aliments transformés d'ici la fin de 2016. Cet exercice avait pour objectif de réduire par étapes la quantité de sel, tout en maintenant la salubrité et la qualité des aliments, ainsi que l'acceptation par les consommateurs.

Selon l'ASPQ, « les efforts de l'industrie pour atteindre des cibles de réduction du sodium dans les aliments transformés demeurent, pour le moins, décevants : seulement 14 % des catégories d'aliments évalués ont passé le test et respectent les cibles volontaires. L'industrie agroalimentaire n'a visiblement pas réussi à réduire l'apport de sel dans les aliments transformés. »

Ce que la littérature scientifique constate sur les mesures volontaires

Plusieurs études réalisées en Australie, en France et au Royaume-Uni montrent que l'approche par « mesures volontaires » est peu efficace. Les engagements volontaires de l'industrie agroalimentaire sont également dénoncés par plusieurs organisations de consommateurs et de chercheurs.

Recommandation de l'ASPQ

« Comme ce fut le cas pour l'élimination des gras trans de l'assiette des Canadiennes et des Canadiens, le Dr Jalbert conclut qu'il vaut mieux prévenir que guérir. Santé Canada devrait imposer des cibles de réduction de sel dans les aliments transformés à l'industrie agroalimentaire, afin de protéger et ultimement d'améliorer la santé de toutes et de tous.

À propos de l'Association pour la santé publique du Québec (ASPQ)

L'ASPQ regroupe citoyens et partenaires pour faire de la santé durable, par la prévention, une priorité. L'ASPQ soutient le développement social et économique par la promotion d'une conception durable de la santé et du bien-être. La santé durable s'appuie sur une vision à long terme qui, tout en fournissant des soins à tous, s'assure aussi de les garder en santé par la prévention. www.aspq.org.

– 30 –

Source :

Jean Alexandre
Responsable des communications et de la collecte de fonds,
Association pour la santé publique du Québec
Téléphone : 514 528-5811, poste 261
Cellulaire : **514-442-7119** - Courriel : jalexandre@aspq.org