

L'indicateur de la qualité alimentaire de la ration

Martine Padilla

Institut Agronomique Méditerranéen de Montpellier (IAMM-CIHEAM)

Définition

Indicateur composite de scores affectés selon les niveaux de consommation d'une dizaine d'éléments nutritionnels (Viande en g/j, Huile d'olive en g/j, Poissons en g/j, Céréales en g/j, Fruits et légumes en g/j, lipides en %, graisses saturées en %, sucres complexes en %, protéines en %). Ces scores sont établis par rapport aux seuils recommandés par l'OMS en 2003.

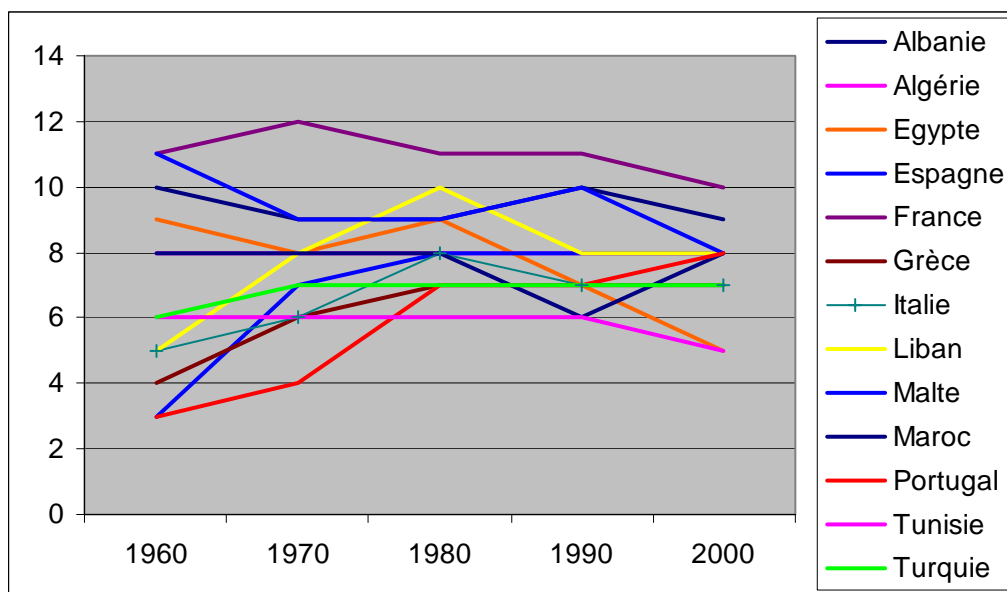
Situation

Aucun pays méditerranéen n'a atteint la zone d'alerte mais depuis 30 ans, le nombre de pays qui sortent de l'Indicateur de la qualité alimentaire (IQA) recommandé est croissant. Il est passé de 1 en 1970 à 7 aujourd'hui. On assiste donc à une dégradation de la qualité de la ration alimentaire malgré un progrès net de la quantité disponible. Ceci se traduit par :

- Une aggravation de la consommation de lipides, et surtout de graisses saturées. Ceci est du essentiellement à la hausse de la consommation de viandes, de produits laitiers et de produits industrialisés (qui utilisent beaucoup d'huile de palme ou de coprah). Trois pays méditerranéens présentaient un mauvais score en graisses saturées en 1960 (Albanie, France, Malte), il sont sept en 2000 (Albanie, Espagne, France, Grèce, Italie, Malte, Portugal).
- Une très forte aggravation des scores en sucres complexes, en raison de la forte hausse de consommation de sucres simples, notamment dans les produits transformés (boissons, biscuits, desserts ...) Si un seul pays présentait un mauvais score dans ce domaine en 1960 (France), ils sont 9 en 2000 (tous les pays méditerranéens européens plus Malte, la Tunisie et le Liban) !

On observe parallèlement une amélioration pour deux produits méditerranéens : la consommation d'huile d'olive et celle de poissons. Toutefois ces deux produits sont de plus en plus onéreux et donc limités à certaines catégories sociales.

Evolution des scores d'IQA/pays



Cette évolution est préoccupante du fait du lien reconnu entre la santé des populations et la qualité de la ration alimentaire plus que la quantité. Il est prouvé que ce déséquilibre nutritionnel favorise le diabète de type II, l'obésité, les maladies cardio-vasculaires et certains cancers. C'est ainsi que l'on constate souvent que les populations pauvres sont les plus vulnérables.

On peut prévoir que cette tendance va s'aggraver dans un futur proche. La surveillance de cet indicateur permettra alors de proposer des politiques préventives visant à réduire la consommation de glucides simples et de graisses saturées (réglementations auprès des industries, nouvelles taxes,...) et à favoriser la consommation de fruits et légumes et légumineuses.