

## RÔLE DES FRUITS & LÉGUMES DANS LA PRÉVENTION DE L'ASTHME ET DES ALLERGIES

### édito

#### Les fruits et légumes toujours au rendez-vous

De nombreux facteurs environnementaux peuvent jouer un rôle dans la survenue de pathologies allergiques, asthme, eczéma.

On connaît bien-sûr celui du tabac et d'autres polluants, moins celui de l'alimentation. Le premier article est issu d'une récente revue réalisée par une équipe australienne recensant l'ensemble des travaux sur la consommation de fruits et légumes et l'asthme. Deux études épidémiologiques sont ensuite décrites.

Le travail de S. Andrusaityte et coll. porte sur une étude cas-témoin lithuanienne auprès de 1489 enfants de 4-6 ans. Après ajustement sur de nombreux facteurs de confusion, dont le niveau d'éducation, les enfants consommant des fruits avaient une réduction importante (- 52 %) du risque de sifflement (mais pas d'asthme). Ceux consommant des noix avaient une réduction de 61 % du risque d'eczéma.

Pour finir, l'étude de V. Garcia Larsen et coll. traite en partie d'une très vaste étude transversale auprès de 143 967 enfants

de 6-7 ans de 11 pays d'Amérique Latine. Après ajustement sur un certain nombre de facteurs confondants, tels que l'activité physique, l'indice de masse corporelle ou le niveau d'éducation maternelle, la consommation de fruits est inversement corrélée, à l'existence d'un sifflement (- 35 %), d'une rhino conjonctivite (- 28 %) ou d'un eczéma (-36 %). Celle de hamburger ou de fast-food est positivement associée à ces symptômes !

Les hypothèses du bénéfice observé dans les études d'observation passent par le rôle des antioxydants, des flavonoïdes mais aussi du microbiote. Décidément les fruits et légumes sont toujours au rendez-vous, là où on les attendait le moins.

Jean-Michel Lecerf

Service de Nutrition, Institut Pasteur de Lille, FRANCE



LES ENTRETIENS DE NUTRITION DE  
L'INSTITUT PASTEUR DE LILLE

14-15 juin 2018

[www.nutrition-pasteur-lille.com](http://www.nutrition-pasteur-lille.com)

### actualités

Nutrition et santé : de la science à la pratique  
[www.egeaconference.com](http://www.egeaconference.com)

Découvrez le PROGRAMME

SOUMETTEZ votre POSTER avant le 31 août 2018

Enregistrez-vous dès à présent

CONFÉRENCE EGEA  
8<sup>e</sup> édition  
7-9 novembre 2018  
Lyon

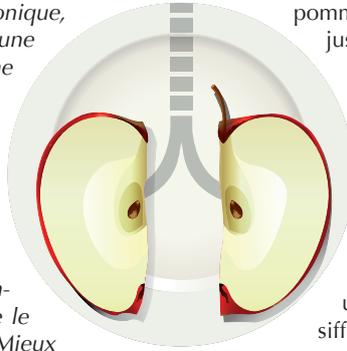
ENJOY IT'S FROM EUROPE

L'UNION EUROPÉENNE SOUTIENT LES CAMPAGNES DONT L'OBJECTIF EST DE PROMOUVOIR UN MODE DE VIE SAIN.



## Effets de la consommation de F&L sur l'asthme, la respiration sifflante et les réponses immunitaires

L'asthme est une inflammation pulmonaire chronique, associée à une réduction des voies respiratoires, une hyper réactivité bronchique et des symptômes comme la toux, le wheezing (respiration sifflante), la dyspnée et l'oppression thoracique. Il dépend de facteurs génétiques et environnementaux. Dans certains cas, comme l'exacerbation par des virus, les traitements comme les glucocorticoïdes peuvent s'avérer inefficaces et leur utilisation prolongée expose à des effets secondaires comme la surinfection pulmonaire, la cataracte et l'ostéoporose<sup>1</sup>. Des interventions non-pharmacologiques sont donc nécessaires pour réduire le fardeau de l'asthme chez les adultes et les enfants. Mieux comprendre le rôle de l'alimentation dans la survenue de cette pathologie peut aider à la prise en charge de cette maladie inflammatoire chronique.



pommes, pamplemousses, oignons, choux blancs, baies et jus). Les associations les plus fortes ont été notées pour les apports de pommes et d'oranges.

Une vaste étude (près de 70 000 femmes)<sup>6</sup> a montré des associations inverses entre l'asthme et une forte consommation de tomates, carottes et légumes-feuilles.

L'étude internationale ISAAC de Nagel<sup>7</sup> incluant 50 000 enfants de 8-12 ans dans 20 pays a montré qu'une consommation de légumes verts était associée à une diminution du nombre d'enfants atteints de respiration sifflante dans les pays pauvres seulement, alors que la consommation de fruits était associée à une faible prévalence de respiration sifflante tant dans les pays riches que pauvres.

En outre, une étude prospective sur un an chez plus de 4000 enfants de 6-7 ans<sup>8</sup> a montré qu'une consommation élevée de tomates, fruits et agrumes était associée à une réduction de l'essoufflement.

### Une faible consommation de F&L peut jouer un rôle essentiel dans le développement de l'asthme et des allergies

Cette récente revue de la littérature, réalisée par une équipe australienne, fait le point sur la relation entre la consommation de F&L et le risque d'asthme, de wheezing et les réponses immunitaires. Les études publiées jusque juin 2016 ont été recensées à partir des bases de données internationales.

Au final, 58 études ont été recensées: 30 transversales, 13 de cohorte, 8 cas-témoin et 7 études d'intervention. La majorité (n=30) retrouve des associations bénéfiques entre une consommation importante de F&L et le risque d'asthme et/ou la fonction respiratoire, alors que 8 n'ont trouvé aucune relation significative. Vingt études rapportent des résultats mitigés montrant une association négative entre la consommation de fruits ou de légumes seuls et l'asthme.

En outre, les méta-analyses chez les adultes et les enfants ont montré des associations inverses entre la consommation de fruits et le risque de prévalence du wheezing et de sévérité de l'asthme<sup>2,3</sup>. De la même façon la consommation de légumes était négativement associée avec le risque de survenue d'asthme. Sept études se sont intéressées aux réponses immunitaires en relation avec la consommation de F&L dans l'asthme : 6 ont montré un effet protecteur contre l'inflammation systémique ou respiratoire.

### Effets bénéfiques des F&L sur l'asthme

Une étude de cohorte réalisée en Grèce<sup>4</sup> a suivi des enfants depuis la naissance jusqu'à l'âge de 18 ans. Elle a montré qu'une consommation quotidienne de F&L au cours des 12 derniers mois était inversement associée à l'asthme à 18 ans.

Certains F&L plus spécifiques pourraient avoir des effets protecteurs. Ainsi, Knekt *et al.*<sup>5</sup> ont trouvé une incidence plus faible d'asthme chez près de 400 adultes de 30 à 69 ans associée à une consommation accrue de flavonoïdes alimentaires (en particulier apportés par les oranges,

### Consommation de F&L durant la grossesse et risque d'asthme chez l'enfant

Des associations inverses entre l'incidence d'asthme diagnostiqué médicalement chez les enfants et les plus fortes consommations de F&L par la mère durant la grossesse ont été rapportées par Fitzsimon *et al.*<sup>9</sup>.

Selon Willers, la consommation de pommes chez 1212 femmes enceintes a réduit la respiration sifflante, et l'asthme confirmé par un médecin chez les enfants. Cependant, aucune association n'a été démontrée avec la consommation de légumes par la mère<sup>10</sup>.

En revanche, une autre étude a montré que la consommation de légumes plus de 8 fois par semaine était inversement corrélée à la respiration sifflante persistante sans retrouver aucune association avec la consommation de fruits<sup>11</sup>.

### Effets protecteurs des F&L sur l'asthme: rôle des antioxydants

Les effets protecteurs des F&L sur l'asthme et la fonction pulmonaire sont expliqués par divers mécanismes. En particulier, les F&L frais sont riches en une combinaison de divers antioxydants comme les vitamines C et E (présente en particulier dans les maïs, tomates, épinards, brocolis, kiwis, mangue) et les caroténoïdes (dont le lycopène, un puissant anti oxydant, particulièrement concentré dans les tomates, les fruits rouges, la pastèque, les abricots et le pamplemousse rose). Les flavonoïdes (polyphénols des F&L dotés de puissants effets antioxydants et anti inflammatoires), les isoflavonoïdes et les composés phénoliques interviennent également<sup>12</sup>.

Les asthmatiques présentent un stress oxydatif élevé qui augmente lors des exacerbations aiguës. Ainsi un apport élevé en antioxydants peut être bénéfique<sup>13</sup>.

Afin de mieux identifier les mécanismes biologiques responsables des effets de la consommation de F&L sur l'asthme, des études supplémentaires sont nécessaires.

**D'après :** Hosseini B, Berthon BS, Wark P, Wood L. Effects of Fruit and Vegetable Consumption on Risk of Asthma, Wheezing and Immune Responses: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Nutrients* 2017. 9, 341.

Références		
1. Andreeva-Gateva PA, et al. <i>Postgrad. Med.</i> 2016, 128, 474-484.	5. Knekt P, et al. <i>Am. J. Clin. Nutr.</i> 2002, 76, 560-568.	10. Willers SM, et al. <i>Thorax</i> 2007, 62, 773-779.
2. Mendes, A.P., et al. <i>J. Asthma</i> 2011, 48, 235-240.	6. Romieu I, et al. <i>Thorax</i> 2006, 61, 209-215.	11. Chatzi L, et al. <i>Thorax</i> 2008, 63, 507-513.
3. Barros, R., et al. <i>Allergy</i> 2008, 63, 917-923.	7. Nagel G, et al. <i>Thorax</i> 2010, 65, 516-522.	12. Okoko BJ, et al. <i>Eur. Respir. J.</i> 2007, 29, 1161-1168.
4. Bacopoulou F, et al. <i>J. Asthma</i> 2009, 46, 171-174.	8. Farchi S, et al. <i>Eur. Respir. J.</i> 2003, 22, 772-780.	13. Leonardi S, et al. <i>Allergy Asthma Proc.</i> 2014, 35, 51-56.
	9. Fitzsimon N, et al. <i>Ir. Med. J.</i> 2007, 100, 27-32.	



## C'est démontré: l'alimentation et l'éducation maternelle ont un effet sur les allergies chez les enfants d'âge préscolaire

Sndra Andrusaityte

Département des sciences de l'environnement, Vytauto Didziojo Universitetas, Kaunas, LITUANIE

La prévalence de l'asthme et des allergies a augmenté chez les enfants. Des facteurs environnementaux, en particulier de mauvaises habitudes nutritionnelles familiales durant la grossesse et la petite enfance, des changements dans les comportements liés au mode de vie, et certaines habitudes alimentaires, pourraient être la cause de cette augmentation. Bien que les données restent floues pour le moment, la nutrition pourrait être responsable de l'apparition de l'asthme et des maladies allergiques. Plusieurs études ont montré qu'une consommation accrue de F&L avait un effet bénéfique sur l'asthme et les allergies chez les enfants<sup>1,2</sup>.

### Près de 1500 enfants de 4 à 6 ans étudiés

Principal objectif de notre étude cas-témoin: examiner la relation entre la consommation de fruits, de légumes, de noix, de viande et de poisson et la prévalence de sifflements respiratoires (sibilants), d'asthme et d'eczéma chez 1 489 enfants d'âge préscolaire (4 à 6 ans). Pour y parvenir, les parents des enfants ont répondu à un questionnaire recueillant des informations sur les maladies allergiques, les habitudes alimentaires et d'autres variables.

### F&L et noix: un effet positif sur l'asthme et les maladies allergiques

Les résultats ont révélés que 83,3 % des enfants étudiés consommaient des fruits et/ou légumes frais au moins trois fois par semaine. Il a été démontré que la consommation de fruits avait un effet bénéfique sur les sifflements respiratoires. De plus, les enfants qui mangeaient des fruits, des légumes, des noix et de la viande, avaient un plus faible risque d'asthme que ceux qui n'en consommaient pas. Ces résultats confirment ceux de l'étude de cohorte de naissance PIAMA, qui a révélé un risque d'asthme moindre chez les enfants d'âge scolaire qui consomment régulièrement de grandes quantités de fruits depuis

la petite enfance par rapport à ceux qui n'en mangent pas<sup>3</sup>. Cela pourrait s'expliquer par le fait que les F&L sont riches en vitamines antioxydantes, en particulier les vitamines A, C et E, en caroténoïdes et autres antioxydants, comme le sélénium et les flavonoïdes, qui peuvent avoir des effets bénéfiques sur l'asthme, les sifflements respiratoires et la fonction respiratoire<sup>4,5,6</sup>.

En outre, on notait une réduction de 61% du risque d'eczéma chez les enfants qui consommaient des noix. Ce résultat est cohérent avec ceux d'une autre étude ayant montré un lien entre une augmentation de la consommation de légumes et de noix et une diminution des symptômes de sifflement respiratoire et d'autres maladies allergiques<sup>7</sup>.

### Les enfants dont la mère a un niveau d'éducation élevé consomment davantage de F&L

61 % des femmes ayant participé à cette étude avaient un niveau d'éducation élevé. L'asthme a été diagnostiqué par un médecin dans 10,7 % des familles avec un faible niveau d'éducation, tandis que dans le groupe ayant un niveau d'éducation élevé, la prévalence de l'asthme diagnostiqué par un médecin était de 5,7 %. Par ailleurs, l'étude a révélé que les enfants de mères avec un niveau d'éducation élevé ont une consommation hebdomadaire de F&L plus importante que ceux des femmes ayant un niveau d'éducation moyen ou faible. Ces données confirment les résultats d'une étude transversale norvégienne qui a constaté une consommation de F&L plus faible dans les familles ayant un statut socioéconomique inférieur<sup>8</sup>.

### Promouvoir des interventions alimentaires dès le plus jeune âge pour prévenir les allergies

Les résultats de notre étude soutiennent le besoin d'interventions futures pour la prévention des allergies fondées sur des régimes alimentaires spécifiques dès la petite enfance.



**Basé sur :** Andrusaityte S, Grazuleviciene R, Petraviciene I. Effect of diet and maternal education on allergies among preschool children: A case-control study. *Environmental Research* 2017. 159: 374-380.

#### Références

1. Farchi S, et al. (2003). *Eur Resp J* 22(5), 772-780.
2. Forastiere F, et al. (2000). *Thorax* 55(4), 283-288.
3. Willers SM, et al. (2011). *Eur Resp J* 37, 1060-1067.
4. Devereux G, et al. (2005). *J. Allergy Clin. Immunol.* 115 (6), 1109-1117.
5. McKeever TM, et al. (2004). *AM J Respir Crit Care Med* 170(7), 725-729.
6. Romieu I, et al. (2006). *Thorax* 61(3), 209-215.
7. Ellwood P, et al. (2001). *Eur Resp J* 17(3), 436-443.
8. Fisman AS, et al. (2014). *Int. J. Behav. Nutr. Phys. Act.* 11, 1-10.



## Quelles relations entre la consommation de fruits et légumes et l'asthme : Données en Europe et en Amérique latine

Vanessa Garcia-Larsen

Professeure assistante en nutrition humaine  
Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, ÉTATS-UNIS

*L'asthme est une maladie chronique des voies respiratoires, caractérisée par des crises récurrentes d'essoufflement et de râles sibilants. Il touche un nombre croissant d'enfants et d'adultes de pays riches et à revenu faible ou moyen. Cette pathologie pèse sur la qualité de vie et entraîne des coûts de santé. La consommation régulière de F&L est largement recommandée pour préserver la santé. Des données croissantes suggèrent que des éléments spécifiques contenus dans les F&L préservent la fonction pulmonaire, réduisant le risque ultérieur de maladies respiratoires chroniques.*

Grâce à leur forte teneur en micronutriments antioxydants et anti-inflammatoires, les F&L pourraient également contribuer à diminuer le risque d'asthme ou à atténuer ses symptômes. Cependant, c'est une maladie complexe, multifactorielle, souvent associée à des phénomènes allergiques (eczéma, allergies alimentaires) difficiles à prendre en charge. Cet article résume les données de deux études multinationales examinant le lien entre la consommation de F&L et l'asthme chez les adultes européens et chez les enfants latino-américains.

### Étude européenne GA2LEN<sup>1</sup> : un score d'asthme plus élevé est inversement associé à la quantité de fruits consommés chez l'adulte

L'étude européenne *Global Asthma and Allergy Network of Excellence (GA2LEN)*<sup>1</sup>, examine les facteurs de risque des maladies allergiques chez 3 206 adultes ayant répondu à un questionnaire sur les symptômes respiratoires et la santé globale. À partir de ces réponses un score d'asthme a été établi sur les symptômes d'asthme autodéclarés (de 0 à 5). La rhino sinusite chronique (RSC) a également été étudiée. Par un questionnaire de fréquence alimentaire (QFA) validé, la consommation habituelle d'une liste de 68 F&L a été examinée. À l'aide d'analyses de régression, la relation entre la consommation de F&L ( $\geq 5$  fois/semaine vs moins souvent), le score d'asthme et la RSC a été étudiée. Les effets de confusion potentielle de variables comme l'indice de masse corporelle, l'apport énergétique total alimentaire et le statut socio-économique ont été pris en compte.

22,8 % des participants ont déclaré avoir au moins un symptôme d'asthme

(score d'asthme  $\geq 1$ ), tandis que 19,5 % avaient une RSC. Après ajustement avec les facteurs de confusion, l'étude a rapporté qu'un score d'asthme plus élevé (plus de symptômes d'asthme) était associé négativement à la quantité de fruits consommés. De même, les participants étaient moins susceptibles d'avoir une RSC s'ils consommaient plus souvent des fruits secs. Cependant, après prise en compte de tests multiples, ces associations n'étaient plus statistiquement significatives.

### Quelle relation entre consommation de F&L et asthme chez 140 000 enfants latino-américains : l'étude ISAAC

Le volet latino-américain de la phase III de l'étude ISAAC (*International Study of Allergy and Asthma in Children*)<sup>2</sup>, a étudié la relation entre la consommation de F&L et les symptômes liés à l'asthme sur un échantillon d'enfants jeunes (6-7 ans) et plus âgés (14-15 ans) dans 11 pays. Durant l'étude les informations sur les habitudes alimentaires, les sibilants, la rhino-conjonctivite chronique et l'eczéma ont été collectées au moyen de questionnaires standardisés.

L'étude a recolté les résultats de plus de 140 000 enfants. Le risque de sibilants au moment de l'étude était plus faible chez les enfants jeunes et plus âgés (respectivement 15 % et 11 %) ayant déclaré manger des fruits au moins 3 fois par semaine, par rapport à ceux qui en mangeaient moins souvent. Chez les enfants âgés de 6 à 7 ans, une consommation régulière de légumes ( $\geq 3$  fois/semaine) était également associée à une prévalence plus faible de sibilants. Dans ce groupe une consommation plus fréquente de fruits était également associée à une prévalence plus faible d'eczéma (36 %). À l'inverse, la consommation de fast-food était positivement associée à une prévalence plus élevée de sibilants chez les adolescents.

Cette étude a démontré qu'une consommation plus élevée de fruits et légumes était associée à une prévalence plus faible de symptômes allergiques chez les enfants latino-américains.

Ainsi, une consommation plus élevée de F&L pourrait contribuer à réduire le fardeau de l'asthme et de certains symptômes allergiques. Les résultats de ces 2 études de population chez les enfants et les adultes suggèrent qu'une alimentation riche en F&L devrait être encouragée dès l'enfance.



#### Références

1. Garcia-Larsen V, et al. Clin Transl Allergy 2017 doi: 10.1186/s13601-016-0140-9
2. Cepeda AM, et al. Lung 2017 doi: 10.1007/s00408-017-0044-z

## Fruits et légumes et maladies pulmonaires : une nouvelle piste, la lutéine

Thierry Gibault

Nutritionniste, endocrinologue, Paris, FRANCE

Dans le monde, des centaines de millions de personnes souffrent de maladies respiratoires dont l'asthme et la BPCO (Broncho Pneumopathie Chronique Obstructive). L'asthme est particulièrement fréquent chez l'enfant et l'adulte. Sa prévalence ne cesse de croître. De multiples facteurs socio économiques et de mode de vie ont été associés à son développement. Des facteurs nutritionnels, comme les vitamines A, D et E, pourraient jouer un rôle important dans sa pathogénèse. La BPCO se caractérise par une réduction de la capacité respiratoire associée à une inflammation des voies respiratoires liée au tabac ou à la pollution.

La fonction pulmonaire décline avec l'âge et est un prédicteur indépendant de la mortalité. Une augmentation du stress oxydant a été incriminée dans la pathogénie de l'asthme et de la BPCO. A coté du tabac et de diverses mutations génétiques, la pauvreté de l'alimentation en antioxydants, comme les caroténoïdes, présents dans les F&L, pourrait être en cause dans le développement de ces pathologies respiratoires.

### La lutéine: un puissant caroténoïde antioxydant

Les études de supplémentations en  $\beta$ -carotène ont abouti à des résultats déconcertants. Il est donc intéressant de s'intéresser aux effets d'autres caroténoïdes sur la santé respiratoire.

Un des plus puissants caroténoïdes antioxydants, la lutéine, est principalement apporté par les légumes à feuilles et les œufs. La lutéine est surtout connue pour ses effets protecteurs sur la rétine. De tels effets pourraient également ralentir le déclin de la fonction respiratoire... Jusqu'à présent peu d'études se sont intéressées à cette question.

C'est ainsi qu'une équipe de chercheurs hollandais, britanniques et belges ont publié récemment une revue de la littérature afin d'évaluer les associations entre la lutéine (apports alimentaires, supplémentation, taux plasmatiques) et la santé respiratoire au cours de la vie. A partir de nombreuses bases de données scientifiques (comme Medline, Embase, Cochrane etc...) les études portant sur ce sujet entre 2001 et 2013 (études transversales, cas-témoins, de cohortes et d'intervention) ont été collectées.

Après sélection, en fonction d'un score de qualité (QS) de 0 à 10, seulement 13 articles - sur plus de 4000- ont été retenus pour cette revue rassemblant près de 17 000 sujets: une seule étude contrôlée randomisée, les autres étant des études observationnelles (6 transversales, 4 prospectives et 2 études

longitudinales). Deux études portaient sur la broncho dysplasie pulmonaire (BDP), 5 sur l'asthme, 5 sur la fonction respiratoire et 1 sur la mortalité pulmonaire.

### La lutéine est associée à un plus faible risque de mortalité pulmonaire

Une seule étude, avec un score de qualité de 6, a montré que la lutéine était associée à un plus faible risque de mortalité pulmonaire. En outre, des études d'observation (QS de 6 et 9) ont retrouvé une relation positive entre la lutéine et la fonction respiratoire.

Concernant l'asthme, une seule étude (QS=4) a retrouvé, en analyse brute, de plus faibles niveaux sanguins de lutéine/zéaxanthine chez les patients asthmatiques par rapport à ceux qui ne l'étaient pas, à l'inverse de 4 autres études...

Aucune différence n'a été notée entre les taux plasmatiques de lutéine à la naissance entre les nouveaux nés présentant une broncho dysplasie pulmonaire ou pas, alors que dans l'étude randomisée (QS=8) la lutéine semblait associée au risque de BDP chez les nouveaux nés.

Au final, les auteurs soulignent le petit nombre d'études de qualité sur le sujet. En outre, les effets de la lutéine sur la BPCO n'ont pas encore été étudiés.

### Vers des recommandations sur les apports journaliers en lutéine ?

Les associations retrouvées entre lutéine, fonction et mortalité respiratoire peuvent être certainement expliquées par des mécanismes antioxydants. Quoi qu'il en soit, les études publiées suggèrent une possible relation entre la lutéine et l'amélioration globale de la fonction pulmonaire. Même s'il n'existe pas actuellement de recommandations officielles sur les apports journaliers recommandés en lutéine, des études révèlent que chez l'adulte des **apports supérieurs à 2000 $\mu$ g en lutéine/zéaxanthine** sont significativement associés à une amélioration des fonctions respiratoires.

Il faut certainement prendre en compte l'importance d'autres micronutriments que la lutéine dans la genèse des pathologies respiratoires, même si les études sur le sujet sont en faveur du rôle possible d'un apport élevé en ce puissant caroténoïde antioxydant sur la fonction respiratoire. De vastes études prospectives de cohortes sont à présent nécessaires pour analyser plus finement ces résultats prometteurs.



D'après : D. Melo van Lent et al./ Clinical Nutrition ESPEN 13 (2016) e1-e7, the effects of lutein on respiratory health across the life course: A systematic review.

### Bientôt une année internationale des fruits et légumes ?

En 2016, haricots, pois chiches ou encore lentilles étaient à l'honneur avec l'année internationale des légumineuses. Cette initiative de l'Organisation des Nations Unies pour l'Alimentation et l'Agriculture (FAO) a permis de promouvoir la production et faire connaître l'intérêt nutritionnel, environnemental et économique de ces denrées à travers le monde. Il se pourrait que les fruits et légumes soient les suivants à être mis à l'honneur.

#### La région latino-américaine soutient le projet

La consommation des F&L étant l'un des piliers d'une alimentation saine, le Chili, très engagé sur les questions de nutrition, souhaite proposer auprès de la FAO une année internationale des F&L. Cette proposition s'intègre parfaitement dans la décennie d'actions pour la nutrition (2016-2025), proclamée par l'OMS.

#### Aprifel, sollicité par le Chili

Début mars, lors de la Conférence Régionale Latino-Américaine de la FAO, l'ensemble des pays réunis ont voté pour ce projet. Dans le cadre de l'Alliance internationale des fruits et légumes (AIAM5), le Chili a sollicité le soutien d'Aprifel afin qu'elle relaie sa proposition auprès du ministre français chargé de l'Agriculture pour qu'il appuie lui aussi ce projet.

#### Prochaine étape, un vote courant 2018

La proposition va être soumise au Comité de l'Agriculture de la FAO courant 2018. Cet organe exécutif de la FAO, réunissant plus de 100 Etats membres, est chargé de définir des politiques générales et des cadres réglementaires sur des questions liées à l'agriculture, l'élevage, la sécurité sanitaire des aliments, la nutrition, le développement rural et la gestion des ressources naturelles. Affaire à suivre de près...



### APRIFEL SERA PRÉSENTE À 3 ÉVÈNEMENTS :

#### 24-26 mai : Congrès des sociétés de pédiatrie, Lyon

Dans le cadre du programme d'information européen «FRUIT & VEG 4 HEALTH», Aprifel poursuit son action auprès des professionnels de la santé et sera ainsi présente au Congrès des sociétés de pédiatrie. De la documentation pour les pédiatres, des brochures patients et des affiches salle d'attente seront à disposition sur le stand Aprifel.

#### 15 juin : 5<sup>e</sup> Journée Régionale de l'Obésité, Montpellier

Aprifel convie les professionnels de santé à venir sur son stand pour échanger sur la thématique "nutrition et prévention" autour des F&L.

Cette journée, organisée par le Centre Spécialisé de l'Obésité, et avec le soutien du CHU de Montpellier, se tiendra à la Faculté de Médecine de Montpellier.

#### 14-15 juin : 20<sup>e</sup> édition des Entretiens de Nutrition, Lille

Pour cette occasion, Aprifel convie les participants à se rendre sur son stand : dégustation et information autour des F&L seront au rendez-vous.

Organisé par l'Institut Pasteur de Lille, les Entretiens de Nutrition se tiendront sur 2 journées:

- Jeudi 14 juin: Quoi de neuf en nutrition depuis 20 ans?
- Vendredi 15 juin: La conception à la naissance - Le père et la mère

Aprifel renforce ainsi son action d'information auprès des professionnels de santé par sa présence à ces événements. Une alimentation et un mode de vie sains sont bénéfiques à tout âge. L'augmentation de la consommation des F&L est un déterminant majeur d'une alimentation saine dans la prévention de plusieurs maladies chroniques (obésité, diabète de type 2, maladies cardiovasculaires...). Ainsi, les professionnels de santé ont un rôle clé à jouer pour la prévention et l'éducation nutritionnelles.

