
Loin des cinq fruits et légumes

La Dernière Heure/Les Sports Namur Luxembourg,
Sam. 06 déc. 2014, Page 25

L'*Institut de santé publique* (*ISP*) n'y va pas par quatre chemins : "Les habitudes alimentaires des Belges ne sont certainement pas optimales." En témoigne la faible proportion (12 %) de citoyens qui consomment cinq fruits et légumes par jour, une recommandation pourtant régulièrement rappelée. Un Belge sur deux déclare toutefois manger un fruit chaque jour.

A contrario, les enfants sont les plus grands consommateurs de collations sucrées ou salées. Constat équivalent chez les jeunes hommes, pour les boissons sucrées. L'*ISP* recommande des "campagnes de promotion récurrentes sur les habitudes alimentaires saines", pour tout le monde, même s'il apparaît que les habitudes dans les zones urbaines et chez les personnes "avec un niveau d'instruction élevé" sont meilleures.

J.-B. M.