



Canadian Stroke Network
Réseau canadien contre
les accidents cérébrovasculaires



afmnet
Réseau des aliments et des matériaux d'avant-garde
ADVANCED FOODS & MATERIALS NETWORK
Inspiration from the ground up | Aux racines de l'inspiration

Communiqué : 29 janvier 2008

Le « Prix pierre à lécher » du Canada décerné au repas « Chubby Junior » de A&W

Les parents devraient voir à ce que leurs enfants évitent les mets chargés en sodium.

OTTAWA, 29 janvier 2008 : Trois Réseaux de centres d'excellence du Canada – le Réseau canadien contre les accidents cérébrovasculaires, le Réseau canadien en obésité et le Réseau des aliments et des matériaux d'avant-garde – ont décerné aujourd'hui le premier « Prix pierre à lécher » national au repas « Chubby Junior » de A&W. Le repas contient 1 910 milligrammes de sodium – soit 710 mg de plus que l'apport quotidien recommandé pour des enfants de quatre à huit ans.

Une analyse de l'information nutritionnelle des mets pour enfants de chaînes populaires de restauration-minute révèle que le repas « Chubby Junior » de A&W est un « forfait » excessivement salé parmi la vaste gamme de repas-minute chargés en sel, gras et calories. Le forfait comprend deux morceaux de poulet « Chubby » et des frites.

« Le sodium dans l'alimentation de leurs enfants devrait préoccuper les parents », dit le Dr Antoine Hakim du Réseau canadien contre les accidents cérébrovasculaires. « Un régime alimentaire à forte teneur en sodium augmente la pression artérielle des enfants et les met plus à risque d'AVC et de maladie du cœur quand ils seront adultes. » Les hamburgers, les pizzas et les sous-marins figurent parmi les principales sources de consommation totale de sodium.

L'apport quotidien recommandé pour les enfants est de 1 000 mg de sodium de un à trois ans, de 1 200 mg de quatre à huit ans et de 1 500 mg à partir de neuf ans.

Les trois réseaux nationaux réclament une sensibilisation accrue aux répercussions des aliments à haute teneur en sodium et au besoin de réduire la teneur en sodium des aliments transformés et des repas-minute, en particulier ceux conçus pour les enfants. De nombreux restaurants-minute attirent les enfants vers ces aliments chargés en sodium par des jouets, des concours et des clubs anniversaire.

Une consommation élevée de sodium peut aggraver les complications déjà dangereuses liées à l'obésité, signale le Dr Arya Sharma du Réseau canadien en obésité. « Les personnes obèses sont extrêmement sensibles au sodium, c'est-à-dire qu'elles sont plus susceptibles que les personnes de poids normal de retenir des liquides et d'avoir des augmentations plus marquées de la pression artérielle lorsqu'elles consomment de considérables quantités de sel », explique-t-il. « Comme les aliments à haute teneur en sodium sont aussi souvent ceux qui ont plus de gras et de calories, les enjeux qu'ils constituent pour la santé sont exacerbés. »

On estime à plus de 12 millions le nombre de Canadiens qui ont une surcharge pondérale. En outre, cinq millions d'adultes canadiens sont obèses, comme le sont 500 000 enfants. Selon l'*Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – Nutrition*, un Canadien sur quatre disait la veille de l'entrevue avoir mangé un mets de restauration-minute. Parmi les répondants de 14 à 18 ans, cela était vrai du tiers, et chez les enfants de quatre à huit ans de 19 % d'entre eux.

Le « Prix pierre à lécher » marque le lancement de la Semaine mondiale de la sensibilisation au sel dans 18 pays : Canada, Royaume-Uni, Australie, Bangladesh, Suède, Pologne, Barbade, Géorgie, Israël, Slovaquie, République démocratique du Congo, Finlande, Slovaquie, Portugal, Turquie, États-Unis, Inde et Pakistan.

« Il est primordial de garder la consommation de sel chez les enfants dans les limites recommandées », dit le Dr Graham MacGregor, qui dirige la World Action on Salt and Health (WASH), organisme qui a son siège au Royaume-Uni. « Encore l'an dernier la recherche a démontré que les enfants qui ont une alimentation à forte teneur en sel ont une pression artérielle plus élevée que les enfants qui en consomment moins. Il s'avère aussi que cela laisse des traces et que plus la pression artérielle est haute dans l'enfance, plus elle l'est aussi à l'âge adulte. »

« Pour qu'ils puissent réduire l'apport alimentaire en sodium, les Canadiens doivent disposer de solutions de rechange plus saines, mais tout aussi conviviales », note le directeur scientifique du Réseau des aliments et des matériaux d'avant-garde Rickey Yada. « Le secteur de la restauration-minute a besoin de choix de menus plus sains et celui de la distribution de produits plus sains sur les tablettes. Nos chercheurs travaillent en vue de trouver et d'aider à produire des ingrédients plus sains, de les mettre à la disposition des fabricants d'aliments et, en fin de parcours, de les offrir aux consommateurs. Il faut offrir des choix et, à leur tour, les Canadiens doivent faire des choix judicieux. »

Cette semaine, WASH met les projecteurs sur les aliments à haute teneur en sodium commercialisés en ciblant les enfants au Royaume-Uni. Voici quelques exemples d'aliments chargés en sodium destinés aux enfants au Canada. Les teneurs en sodium sont extraites des renseignements nutritionnels fournis par l'industrie alimentaire sur le Web en date du 23 janvier 2008. Les données n'incluent pas les condiments et les desserts qui accompagnent souvent les repas :

- Le hamburger Quesadilla avec bacon du menu pour enfants de Boston Pizza contient 1 720 mg de sodium; l'ajout d'un iceberg à l'orange (170 mg) augmente le sodium total du repas à 1 890 mg.
- Le repas au hamburger pour les petits de Harvey's contient 1 485 mg de sodium, y compris le hamburger, les frites et une boisson. Le site Web de la chaîne indique que le repas au hamburger avec fromage contient 2 145 mg de sodium, mais ce serait une erreur, indiquent les responsables de Harvey's, le repas ne contiendrait que 1 580 mg de sodium.
- Le sandwich au fromage fondant du menu pour enfants de Swiss Chalet contient 1 120 mg. Accompagné de frites (45 mg) et d'une boisson « sans fond » (teneur en sodium inconnue) le sodium total dépasse 1 165 mg.
- Le petit cheeseburger deluxe de Wendy's contient 690 mg de sodium. Y ajouter les frites (270 mg) et la boisson Frosty pour enfant (90 mg), a pour résultat qu'un petit enfant aura ingéré 1 050 mg de sodium en un seul repas.
- Le sandwich Whopper Junior avec fromage de Burger King contient 700 mg de sodium, accompagné de frites format enfant (240 mg) et d'une racinette pour enfants (25 mg), le total est de 965 mg de sodium.

- Le sandwich junior au poulet de McDonald's contient 760 mg de sodium, des frites petit format 180 mg et une racinette 25 mg pour un total de 965 mg de sodium.

Selon l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – Nutrition, plus de 80 % des enfants de un à huit ans ingèrent bien davantage de sodium que l'apport nutritionnel recommandé. Ainsi, les enfants de un à trois ans en ingèrent en moyenne près de 2 000 mg par jour et ceux de quatre à huit ans 2 700 mg.

À propos du Réseau canadien contre les accidents cérébrovasculaires (www.accidentscerebrovasculaires.ca)

Le Réseau canadien contre les accidents cérébrovasculaires (RCCACV) compte plus de 100 éminents scientifiques et cliniciens dans 24 universités canadiennes qui travaillent en collaboration sur divers aspects de l'AVC. Le RCCACV, dont le siège est à l'Université d'Ottawa, inclut également des partenaires de l'industrie, du secteur bénévole et des gouvernements fédéral et provinciaux. Le Réseau canadien contre les accidents cérébrovasculaires, un des Réseaux de centres d'excellence du Canada, est déterminé à réduire les répercussions physiques, sociales et économiques des AVC sur la vie de chaque Canadien et Canadienne et sur la société dans son ensemble.

À propos du Réseau canadien en l'obésité (www.obesitynetwork.ca)

Le Réseau canadien en obésité (RCO) établit des liens entre les chercheurs du domaine de l'obésité et les praticiens, les décideurs et le secteur privé dans le but de susciter des solutions rentables pour la prévention, le contrôle et les soins de l'obésité. Le RCO compte plus de 2 500 adhérents professionnels à l'échelle du Canada.

À propos du Réseau des aliments et des matériaux d'avant-garde (www.afmnet.ca)

Le Réseau des aliments et des matériaux d'avant-garde (AFMNet), un des Réseaux de centres d'excellence du Canada, est une initiative nationale réunissant des chercheurs en biochimie, génie, santé, droit et société qui se penchent sur les aspects novateurs d'aliments et de matériaux, y compris la création de nouveaux nutraceutiques, sur les répercussions qu'a le Règlement sur les produits de santé naturels ainsi que sur la manière dont il est perçu. La collaboration et le réseautage sont essentiels pour l'AFMNet : plus de 100 chercheurs dans 21 universités cherchent à combler les lacunes dans la recherche actuelle et à appuyer la formation de personnel hautement qualifié susceptible de jouer un rôle déterminant dans l'industrie, en milieu universitaire et au gouvernement. De concert avec eux, AFMNet rehausse l'innovation et la compétitivité canadienne.

Renseignements :

<p>Cathy Campbell Réseau canadien contre les accidents cérébrovasculaires 613-562-5696 cathy@canadianstrokenetwork.ca</p>	<p>Brad Hussey Réseau canadien en obésité 289-238-9148</p>	<p>Louise Jessup Réseau des aliments et des matériaux d'avant-garde 519-822-6253, poste 56498 louise.jessup@afmnet.ca</p>
--	---	---