

## AVIS N°6

### " LA DIFFUSION DES RECOMMANDATIONS POUR LA PREVENTION NUTRITIONNELLE DES MALADIES CARDIO-VASCULAIRES "

23 FEVRIER 1989

**Le CNA fait sien l'avis du CSHPF adopté par sa section nutrition le 14 février 1989 : " Bien manger pour mieux se porter "**

Les copies de l'avis du CSHPF et de sa forme abrégée sont annexées au présent avis. Les 10 recommandations contenues dans cet avis comportent 4 règles d'hygiène générale et 6 conseils alimentaires.

#### *Règle d'hygiène générale :*

- appréciez vos facteurs de risque de maladies cardio-vasculaires ;
- connaissez votre taux de cholestérol ;
- réduisez votre consommation de tabac, si vous ne fumez pas, ne commencez pas à la faire ;
- faites régulièrement de l'exercice.

#### *Conseils alimentaires :*

- mangez des aliments très variés ;
- maintenez un poids idéal ;
- réduisez les graisses ;
- mangez suffisamment de glucides et de fruits ;
- faites attention au sel (au sodium) ;
- si vous buvez des boissons alcoolisées...faites-le avec modération, si vous n'en buvez pas...continuez.

**Le CNA est d'avis que la diffusion de ces recommandations doit être la plus large possible et qu'elle doit revêtir les formes appropriées pour toucher les publics les plus variés.**

Cette diffusion utilisera les moyens usuels :

- articles de journaux ;
- participation aux émissions de télévision (destinées aussi bien aux consommateurs qu'aux scientifiques ou aux producteurs) ;
- édition de tracts et de brochures ;
- spots télévisés spécialement réalisés à cet effet.

Dans tous les cas, l'avis scientifique du CSHPF, dans sa forme complète ou dans sa forme abrégée, devra être reproduit tel quel. Les commentaires ne devront pas en altérer le sens.

*Le CNA est d'avis que cette diffusion soit partagée :*

Le Ministère de la Santé assurera la diffusion des documents chez les médecins, les pharmaciens, les paramédicaux. Il établira les contacts nécessaires avec le Ministère de l'Education Nationale afin qu'une information adaptée soit diffusée dans les établissements d'enseignement.

Le Ministère de l'agriculture assurera la diffusion chez les agriculteurs et dans les milieux socio-professionnels.

Le CNA, avec l'aide du Ministère de la Consommation et des Associations de Consommateurs organisera la diffusion des documents chez les consommateurs.

*Cette diffusion se fera :*

- soit d'une façon générale par les journaux et la télévision ;
- soit sur les lieux du commerce alimentaire ;
- soit sur les lieux de consommation et notamment de restauration collective.

Elle ne pourra se faire qu'avec l'aide des entreprises de production et de distribution : il y va de leur intérêt bien compris de s'associer et de soutenir la campagne : "BIEN MANGER POUR MIEUX SE PORTER".

Une campagne de ce genre sensibilisera le public à la nécessité de développer ses connaissances de base en nutrition. Ce pourrait être l'occasion de promouvoir la vente à petit prix de documents éducatifs simples comme :

"La santé dans l'assiette" du Comité Français d'Education pour la Santé ;  
"L'étiquetage nutritionnel, Mode d'emploi" du Centre de Recherches Foch.

Un Comité issu du CNA se chargera d'animer cette diffusion et d'en assurer l'organisation matérielle.

**Le CNA insiste dès maintenant sur le fait qu'il s'agit d'un effort prolongé se développant sur plusieurs années. Un programme pluriannuel devra donc être établi pour chacune des initiatives de diffusion.**