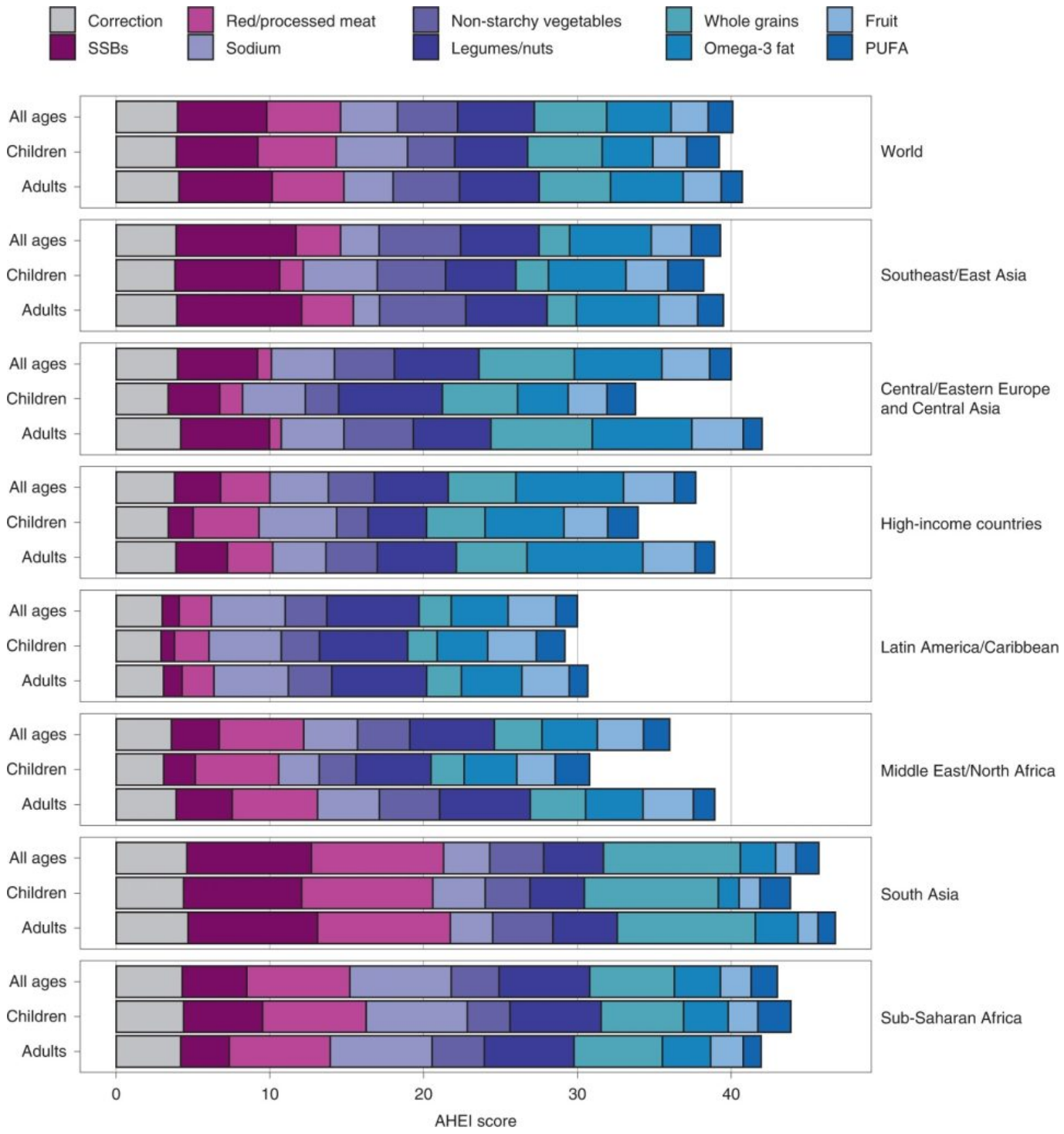
Évolution de la qualité nutritionnelle des régimes alimentaires entre 1990 et 2018

19 octobre 2022

Publié en septembre 2022 dans *Nature Food*, cet article s'intéresse à l'évolution de la qualité des régimes alimentaires, aux niveaux mondial, régional et national, entre 1990 et 2018. Les auteurs s'appuient sur la Global Dietary Database, couvrant 185 pays et intégrant les données de 1 139 enquêtes conduites à l'échelle des individus. Trois scores de qualité nutritionnelle sont utilisés, dont l'Alternative Healthy Eating Index (AHEI) : variant de 0 à 100, il prend en compte des composants considérés comme sains (ex. fruits) et non sains (ex. sodas, sel).

En 2018, le score mondial moyen de l'AHEI (40,3) signe une « qualité modeste ». Il varie selon les régions, de 30,3 en Amérique latine et Caraïbes à 45,7 en Asie du Sud. Seuls 10 pays (soit moins de 1 % de la population mondiale) ont un score dépassant 50. Parmi les 25 pays les plus peuplés, le Vietnam, l'Iran, l'Indonésie et l'Inde ont les meilleurs scores (de 54,5 à 48,2), le Brésil, le Mexique, les États-Unis et l'Égypte les moins bons (de 27,1 à 33,5). La moyenne mondiale de l'AHEI est similaire entre enfants et adultes, mais avec des variations régionales importantes (figure ci-dessous). Les femmes ont globalement de meilleurs résultats que les hommes, l'élévation du niveau d'éducation est associée à une amélioration de l'AHEI (sauf au Moyen-Orient, en Afrique du Nord et en Afrique sub-saharienne) et les variations moyennes du score ne sont pas significatives entre zones urbaines et rurales.

Scores moyens pour les composants de l'AHEI, globalement et par ensembles de pays, selon l'âge (tous âges confondus, enfants, adultes)



Source : *Nature Food*

Entre 1990 et 2018, l'AHEI mondial moyen a augmenté de 1,5 point, avec cependant une stabilité en Asie du Sud et une diminution en Afrique sub-saharienne. La situation s'est globalement améliorée pour les légumes non amylacés, les légumineuses et fruits à coque, les fruits, mais s'est dégradée pour les viandes rouge et transformée, les sodas et le sel. Parmi les pays les plus peuplés, l'Iran, les États-Unis, le Vietnam et la Chine ont connu les plus fortes augmentations de l'AHEI, la Tanzanie, le Nigeria, le Japon et les Philippines les plus importantes diminutions.

Pour les auteurs, ces résultats peuvent appuyer des interventions en matière de sécurité nutritionnelle et de santé publique. Par exemple, si les pays les

plus pauvres d’Asie du Sud et d’Afrique sub-saharienne ont les meilleurs scores (peu de sodas et de viandes rouge et transformée), leurs régimes sont insuffisamment denses en divers composants et il faudrait donc développer la consommation de produits de la mer, huiles végétales, etc. Autre exemple, les auteurs soulignent le besoin d’initiatives ciblant les adolescents, l’AHEI se dégradant après l’enfance.

Julia Gassie, Centre d’études et de prospective

Source : *Nature Food*