ASSEMBLÉE NATIONALE

12 mars 2015

SANTÉ - (N° 2302)

Rejeté

AMENDEMENT

N ° AS525

présenté par

M. Siré, M. Abad, M. Morel-A-L'Huissier, Mme Zimmermann, M. Alain Marleix, M. Myard,
M. Hetzel, M. Decool, Mme Poletti, M. Perrut et Mme Louwagie

ARTICLE ADDITIONNEL**APRÈS L'ARTICLE 5, insérer l'article suivant:**

Le petit-déjeuner est inscrit parmi les axes stratégiques pluriannuels de santé publique du nouveau programme national nutrition santé 2016-2020.

EXPOSÉ SOMMAIRE

Cet amendement propose que le nouveau programme du PNNS, qui s'étendra de 2016 à 2020, intègre la problématique du petit-déjeuner et en fasse une ligne importante de sa nouvelle stratégie sanitaire.

Le petit-déjeuner joue un rôle déterminant dans l'équilibre alimentaire nutritionnel. Cependant il est de plus en plus négligé, notamment par les enfants, les adolescents et les personnes défavorisées. A cet égard, la dernière étude du Credoc (2013) est inquiétante. En dix ans, ce sont deux fois plus d'adultes et trois fois plus d'enfants qui ne petit-déjeunent plus chaque jour (29 % des enfants sautent au moins un petit déjeuner par semaine, ils étaient que 11% il y a encore 10 ans)

La prise du petit-déjeuner rompt le jeûne de la nuit, reconstitue les réserves glucidiques épuisées et contribue aux apports nutritionnels de la journée à hauteur en moyenne de 20 à 25 %. Le petit déjeuner permet aussi de se réhydrater et d'apporter une part significative de plusieurs nutriments majeurs via la consommation de pain, de lait, de fruits ou jus de fruits et de confiture. Ainsi les nutritionnistes rappellent que le petit-déjeuner apporte en moyenne 25% des besoins en calcium et qu'il représente la 1ère source de vitamine C pour les enfants et la 2ème pour les adultes.

Des études scientifiques montrent que la prise d'un petit-déjeuner équilibré est associée à un régime alimentaire de qualité, varié et équilibré mais également à de meilleures capacités cognitives (mémorisation, concentration), une réduction de la fatigue et par conséquent de meilleures performances. Le petit-déjeuner apparaît comme un élément indispensable à une bonne hygiène de vie.

Placer le petit-déjeuner dans les préoccupations du PNNS pour la période 2015-2020 permettra de remplir les objectifs qui sont les siens : améliorer l'état de santé de l'ensemble de la population en agissant sur l'un de ses déterminants majeurs, la nutrition. La promotion du petit-déjeuner va dans le même sens que l'effort sanitaire du PNNS visant à augmenter les apports en calcium, augmenter la consommation de fruits et légumes, stabiliser la prévalence de l'obésité et réduire le surpoids chez l'enfant et chez l'adulte.