Manger sainement coûterait 1,10 euro de plus par jour

29/12/2013 à 6h00

Une étude scientifique menée dans 27 pays réalisée dans une dizaine de pays à revenus élevés ou moyens, et portant sur les habitudes alimentaires révèle le surcoût d'une alimentation équilibrée. Il suffirait ainsi de dépenser 1,10 euro de plus par jour et par personne pour avoir une alimentation saine.

Les chercheurs ont utilisé les résultats de 27 enquêtes déjà publiées et portant sur les habitudes alimentaires dans sept pays riches, dont la France, les Pays-Bas, l'Espagne, la Suède, la Nouvelle-Zélande et le Canada, et deux pays émergents, le Brésil et l'Afrique du Sud.

> ***En comparant les coûts, les chercheurs ont montré que l'alimentation la plus saine coûtait en moyenne 1,50 dollar (soit 1,10 euro) de plus par jour et par personne que l'alimentation la moins bonne pour la santé.***

Ces habitudes ont été classées en fonction de leur impact sanitaire, avec des notes plus élevées accordées à une alimentation riche en fruits, légumes, poissons et noix qu'à une nourriture riche en viande ou en aliments transformés.

"*Ces travaux fournissent le tableau de plus complet à ce jour du véritable surcoût d'une alimentation saine*", explique Dariush Mozaffarian, de la Harvard Medical School, qui a participé à l'étude publiée sur internet par la revue BMJ Open, membre du groupe British Medical Journal (BMJ). Selon lui, sur un an, le surcoût atteindrait 550 dollars (environ 400 euros), ce qui peut constituer "*un vrai fardeau pour*

certaines familles” et nécessiter des “*compensations*“.

Francetvinfo