

Pourquoi les Canadiens ont-ils besoin d'un **symbole** nutritionnel sur le devant des emballages

Une alimentation **ÉLEVÉE** en sucres, en sodium et en gras saturés est un **FACTEUR DE RISQUE MAJEUR** pour l'obésité, les maladies du cœur et le diabète

8 Canadiens sur 10 AFFIRMENT QUE LA **NUTRITION EST IMPORTANTE** LORS DU CHOIX D'ALIMENTS, MAIS...



Références : <http://bit.ly/2rg36qz>

SUCRES

2/3 des **aliments emballés** à l'épicerie contiennent des **SUCRES** ajoutés



SODIUM

3/4 du **SODIUM** que nous consommons provient des **aliments transformés et emballés**



GRAS SATURÉS

1/3 des **GRAS** que nous mangeons proviennent des **collations et des aliments de restauration rapide**



Un symbole nutritionnel sur le **DEVANT DES EMBALLAGES VOUS AIDERA** à rapidement et facilement identifier les aliments à teneur élevée en sucres, sodium ou gras saturés

canada.ca/strategie-saine-alimentation