



UN MODÈLE
DE RÉOLUTION
POUR LES
MUNICIPALITÉS

Des établissements et événements publics sans boissons sucrées

Un outil pour y parvenir.

Les municipalités reconnaissent de plus en plus qu'elles ont un rôle à jouer dans la prévention de l'obésité et de plusieurs maladies. Leurs interventions ont des impacts immédiats sur l'environnement et les modes de vie des citoyens et citoyennes, pouvant ainsi favoriser la santé et le bien-être. Les possibilités d'agir sont nombreuses pour les municipalités souhaitant améliorer l'offre

alimentaire et l'accès aux aliments sains dans les établissements qu'elles gèrent et les événements qu'elles organisent.

La surconsommation de boissons sucrées est un problème de santé publique sur lequel les villes peuvent intervenir. En réduisant les endroits qui offrent ou font la promotion de ces produits et en refusant que les fonds publics soient utilisés à ces

fins, les municipalités contribuent à réduire les occasions de consommer ces produits d'exception. De plus, il ne faut pas oublier que les contenants de boissons sucrées, comme les bouteilles d'eau à usage unique, ont un grand impact environnemental et génèrent d'importantes quantités de déchets.

Boissons sucrées, obésité et risques pour la santé

En raison de ses conséquences sur la santé, la consommation de boissons sucrées inquiète de nombreux spécialistes de santé, dont les gouvernements du Québec¹ et du Canada. Ce problème est également reconnu par des organisations réputées comme l'*Institute of Medicine*, le *Center for Control Diseases and Prevention* et la *Fondation des maladies du cœur et de l'AVC*.

Les aliments ultra-transformés

La consommation d'aliments ultra-transformés, très souvent riches en sucre, sel ou gras saturés, augmente le risque de maladies chroniques. Les aliments ultra-transformés occupent une place trop importante dans l'assiette de la population du Québec². La santé à long terme de la population pourrait bien être affectée.

Une abondante littérature scientifique démontre que **la surconsommation de boissons sucrées est associée à plusieurs problèmes de santé**^{3, 4, 5}, dont:

- le diabète de type 2 ;
- les maladies cardiovasculaires ;
- l'obésité ;
- le syndrome métabolique ;
- la détérioration de la santé dentaire.



Une consommation excessive difficile à renverser

Les boissons avec sucre ajouté devraient être considérées comme des aliments d'exception. Or, elle représentent la principale source de sucre de la population québécoise⁶. Au Québec, plus la moitié de la population consomme des boissons sucrées chaque jour⁷. Ce problème est particulièrement important chez les jeunes. En effet, l'Institut de la statistique du Québec révèle que 63% des adolescents âgés de 15 à 17 ans sont des consommateurs réguliers. De plus, la consommation de boissons dites énergisantes est en augmentation au Québec⁸.

Cette vaste catégorie de produits contient les :

- **boissons gazeuses**
- **boissons aux fruits type punches et cocktails**
- **boissons énergétiques ou pour sportifs** (ex. : Gatorade, Powerade, etc.)
- **boissons dites énergisantes** (ex. : Red Bull, Monster, etc.)
- **eaux vitaminées/enrichies**
- **thés et cafés froids préparés et prêts à la consommation**
- **barbotines** (ex : slush)
- **laits aromatisés***

* Les laits aromatisés peuvent contenir certains nutriments mais ils sont également très sucrés et ne devraient pas être consommés tous les jours. C'est pourquoi ils sont parfois exclus des mesures s'appliquant aux boissons avec sucre ajouté.



Une action complémentaire à considérer

Rendre les fontaines d'eau plus accessibles est bénéfique pour la santé et la qualité de vie, en plus de contribuer à la réduction des déchets et à la promotion de l'eau municipale gratuite.

Pour en savoir plus, consultez le modèle de résolution *Faciliter l'accès à l'eau potable gratuite dans les lieux publics*.

Plus de la moitié de la population du Québec consomme des boissons sucrées à chaque jour.

Un appel à l'action

Les municipalités souhaitant retirer les boissons sucrées dans leurs établissements et lors d'événements qu'elles organisent peuvent utiliser le modèle de résolution proposé à la page suivante. Pour s'engager dans ce mouvement, chaque municipalité peut le réutiliser et l'adapter en fonction de sa réalité. ■

Références

1. Gouvernement du Québec. Ministère de la Santé et des Services Sociaux (2016). Une politique gouvernementale de prévention en santé.
2. Institut national de santé publique du Québec. (2018). L'achat d'aliments ultra-transformés en supermarchés et magasins à grande surface au Québec.
3. Organisation mondiale de la santé (2015). Guidelines: Sugars intake for adults and children.
4. Hu FB et Malik VS (2010). Sugar-sweetened beverages and risk of obesity and type 2 diabetes: epidemiologic evidence. *Physiology & Behavior*, 100: 47-54.
5. Malik VS et al. (2010). Sugar-sweetened Beverages, Obesity, Type 2 Diabetes Mellitus and Cardiovascular Disease Risk. *Circulation*, 121: 1356-1364.
6. Institut national de santé publique du Québec. (2019). Les apports et les sources alimentaires de sucre, de sodium et de gras saturés chez les Québécois.
7. Institut de la statistique du Québec. (2023). Habitudes de vie et comportements : faits saillants.
8. Institut de la statistique du Québec (2017). Qui sont les consommateurs réguliers de boissons sucrées?, Zoom santé, no.61.

Modèle de résolution

RÉSOLUTION No _____

BOISSONS SUCRÉES, ÉDIFICES ET ÉVÉNEMENTS MUNICIPAUX

CONSIDÉRANT QUE les habitudes de vie sont fortement influencées par l'offre alimentaire et que les municipalités ont un rôle prépondérant dans la mise en place d'environnements alimentaires sains;

CONSIDÉRANT QUE que la surconsommation de boissons sucrées est préoccupante et qu'elle affecte la santé, la qualité de vie et le bien-être de la population, en plus d'engager des coûts sociaux importants;

CONSIDÉRANT QUE la municipalité désire s'impliquer activement en matière de promotion de la santé et du bien-être en aidant les citoyens et citoyennes à adopter un mode de vie sain;

CONSIDÉRANT QUE la municipalité n'a pas le mandat d'offrir des boissons sucrées à ses citoyens et citoyennes;

CONSIDÉRANT QUE la consommation régulière de boissons sucrées est associée à l'obésité, au diabète, aux maladies cardiovasculaires et à la carie dentaire;

CONSIDÉRANT QUE les boissons sucrées sont abondamment disponibles et accessibles dans de nombreux commerces;

CONSIDÉRANT QUE, à l'instar de plusieurs organisations œuvrant en santé publique, la municipalité est préoccupée par la surconsommation de boissons sucrées, en particulier chez les jeunes;

CONSIDÉRANT QUE plusieurs établissements municipaux, dont les lieux sportifs et récréatifs, sont fortement fréquentés par les jeunes;

Il est proposé par _____, appuyé par _____ et (unanimement résolu ou résolu à la majorité) que :

La vente et la distribution de boissons sucrées, c'est-à-dire toute boisson contenant des sucres ajoutés, ne soient pas autorisées dans les établissements et événements publics de la municipalité de (nom de la municipalité)*.

** Si la municipalité a des obligations contractuelles avec des distributeurs de boissons sucrées, il est possible d'adapter la résolution pour qu'elle s'applique au moment de la renégociation de ces contrats.*



Pour plus d'information, contactez :

Collectif Vital

514-598-8058

info@collectifvital.ca