

COMPRÉHENSION ÉCRITE :

Santé : Bien manger est un luxe

Une étude récente (*) montre que les personnes les plus pauvres mangent mal et mettent leur santé en danger. Un problème majeur dans notre pays où une personne sur dix est considérée comme pauvre.



Aujourd'hui, acheter une barre chocolatée, des chips ou une boîte de raviolis coûtent moins d'argent qu'un kilo d'oranges, qu'un morceau de fromage ou qu'un poisson ou une viande. Des enquêteurs ont interviewé 1164 habitants de Paris, Marseille, Dijon et Seine-Saint-Denis. Toutes bénéficient de l'aide alimentaire : on leur donne de la nourriture parce qu'ils n'ont pas beaucoup d'argent. Parmi ces personnes, une sur 100 seulement mangent assez de fruits et de légumes pour avoir assez de vitamines et fibres. Et moins d'une sur 10 mangent assez de fromage pour avoir assez de calcium.

Pour ces personnes, les risques de santé sont inquiétants : obésité, problèmes de cœur, cancers, troubles du comportement. Devant la gravité de la situation, l'aide alimentaire devrait peut-être fournir plus de produits frais, comme des fruits, des légumes, du fromage. C'est ce que suggèrent les auteurs de l'enquête qui ont noté que les personnes les moins bien nourries n'achètent pas d'elles-mêmes de produits frais. Comment le pourraient-elles ? La moitié d'entre elles dépensent moins de 5 euros par jour pour se nourrir.

(*) Étude Abena, 2004/2005

Vrai, faux, pas mentionné?

1. Les personnes riches mangent moins bien que les personnes pauvres.
2. 10% de la population française est considéré pauvre.
3. Les personnes pauvres mangent trop de frites.
4. Les aliments sains sont plus chers que les aliments malsains.
5. Les enquêteurs n'ont interviewé que les habitants de Paris.
6. Les personnes pauvres ne mangent pas assez de fruits.
7. Si on mange mal on risque d'être trop gros.
8. Beaucoup de personnes pauvres ne dépensent pas assez pour la nourriture.
9. Les personnes riches achètent toujours des produits frais.
10. Mal manger peut causer des problèmes de comportement.