

## Effects of the Fruit and Vegetables on the human health

The second international symposium on the *Effects of the Fruit and Vegetables on the human health* allowed to once again measuring the enormous stakes that this topic carries.

Whereas explode obesity and the diabetes in the majority of the areas in the World, with alarmist projections of WHO for certain countries like India, the fruit and vegetables represent a hope potentially very high to limit the harmful effects of them.

It is the same for the cardiovascular diseases and cancers.

Nevertheless, much of way remains to be made for better knowing the impact of the fruit and vegetables, their components, their derivatives and their diversity, on the health and the prevention of the principal chronic diseases.

More and more emphasis is put on the importance of the diversity of food, and in particular of the fruit and vegetables, like on synergies being able to exist between the components of a same food and between foods. In the meantime, it is critical to see that the majority of the epidemiologic or clinical work concerns the effect of an active ingredient on a particular pathology. *A contrario*, very little work is dealing with synergistic effects, making it possible to argue scientifically and without faults on the impact of the fruit and vegetables on health.

Such a situation can be an argument making it possible some to say that, in the absence of scientifically validated evidence, it is not possible to prove the role

of fruits and vegetables in the prevention of obesity, diabete, cardiovascular diseases and cancers. Is it a reason to let develop these true epidemics in the developing countries, in particular, where they can have devastator effects? Is it necessary to wait for all the scientific evidence for delivering such an effective answer, but which is likely to arrive too late? What means "being in good health"? How to really convince the consumers of the interest of fruits and vegetables? How to convince the public authorities to promote the production and consumption of them? As many questions whose answers are not simple and who require a very holistic and multi-sectorial approach.

Beyond the consumable part of the fresh product, an emphasis was also put on the valorisation of the by-products, such as the fruit peels, that could represent precious layers for food, medicinal or cosmetic purposes and thus generate complimentary added value.

The Review *Fruits* intends not to miss of this debate and for this reason will deliver very soon a special issue on "Fruits, Nutrition and Health", collecting the articles published during the five last years on the topics. In same time, we ask the concerned scientific community to propose articles which will make it possible better to objectify the choices in this field mobilizing at the same time the professionals of the horticulture and those of health and education.

Dr. Jacky Ganry  
Chairman of the Section  
on *Tropical and Subtropical Fruits*  
ISHS

### Les effets des Fruits et Légumes sur la santé humaine

Le second symposium international sur « Les effets des Fruits et Légumes sur la santé humaine » a permis de mesurer une fois encore les énormes enjeux portés par ce thème.

Alors qu'explorent l'obésité et le diabète dans la plupart des régions du Monde, avec des projections alarmistes de l'OMS pour certains pays comme l'Inde, les fruits et légumes représentent un espoir potentiellement très élevé d'en limiter les effets néfastes.

Il en est de même pour les maladies cardio-vasculaires et les cancers.

Mais beaucoup de chemin reste à parcourir pour mieux connaître l'impact des fruits et légumes, de leurs constituants, de leurs dérivés et de leur diversité sur la santé et la prévention des principales maladies chroniques.

L'accent est de plus en plus mis sur l'importance de la diversité des aliments, et en particulier des fruits et légumes, ainsi que sur les synergies pouvant exister entre les constituants d'un même aliment et entre aliments. Dans le même temps, il se trouve que la plupart des travaux épidémiologiques ou cliniques portent sur l'effet d'un principe actif sur une pathologie particulière. *A contrario*, très peu de travaux portent sur les effets synergiques, permettant d'argumenter scientifiquement et sans failles sur l'impact des fruits et légumes sur la santé.

Une telle situation peut être un argument permettant à certains de dire que, en l'absence de preuves scientifiquement validées, il n'est pas possible de mettre en avant le rôle des fruits et légumes dans la pré-

vention de l'obésité, du diabète, des maladies cardio-vasculaires et cancers. Est-ce suffisant pour laisser se développer ces véritables épidémies dans les pays en développement en particulier, où elles peuvent avoir des effets dévastateurs ? Faut-il attendre d'avoir toutes les preuves scientifiques démontrant que l'on dispose là d'une parade efficace mais qui risque d'arriver trop tard ? Que signifie « être en bonne santé » ? Comment convaincre vraiment les consommateurs de l'intérêt des fruits et légumes ? Comment convaincre les pouvoirs publics d'en promouvoir la production et la consommation ? Autant de questions dont les réponses ne sont pas simples et qui exigent une approche très holistique et pluridisciplinaire.

Au-delà de la partie consommable en frais, l'accent a aussi été mis sur le gisement que pouvait représenter la valorisation des coproduits, telles que les écorces de fruits, comme source de produits alimentaires, pharmaceutiques ou cosmétiques et donc comme valeur ajoutée supplémentaire.

La revue *Fruits* entend ne pas être absente de ce débat et pour cela va délivrer très bientôt un numéro hors série thématique sur « Fruits, Nutrition et Santé », reprenant les articles publiés au cours des cinq dernières années sur le sujet. Dans le même temps, nous invitons la communauté scientifique concernée à proposer des articles qui permettront de mieux objectiver les choix en ce domaine mobilisant à la fois les professionnels de l'horticulture et ceux de la santé et de l'éducation.

Dr. Jacky Ganry  
Président de la section *Fruits tropicaux et subtropicaux*  
ISHS