

L'alimentation des personnes en situation de grande précarité

Médecins du Monde a mené une enquête pour décrire l'alimentation (en qualité, quantité et source d'approvisionnement) et évaluer l'état de santé lié à ces pratiques alimentaires des personnes accueillies dans ses programmes, en France. Un éclairage portant sur une population très défavorisée qui donne des pistes de réflexion sur l'impact de l'alimentation et des privations de toute personne considérée pauvre et susceptible de bénéficier d'aide alimentaire.

Le travail a été mené auprès de 346 personnes (63,3 % d'hommes et 36,7 % de femmes avec une moyenne d'âge de 35 ans), recrutées à Bordeaux, Lyon, Marseille, Nice, Paris, Saint-Denis et Strasbourg, soit dans 7 des CASO (Centre d'Accueil de soins et d'Orientations) de Médecins du Monde ayant la plus forte activité. Le recueil des données, qui a eu lieu au printemps 2014, a été optimisé par une note de présentation traduite en anglais et dans les 8 langues les plus fréquemment rencontrées.

Les déterminants sous-jacents de la malnutrition et des pathologies

Parmi les enfants âgés de 6-59 mois (et pour lesquels les données étaient disponibles), 4,7 % étaient en situation de malnutrition aiguë.

Sur les 24 jeunes (5-17 ans) pour lesquels les mesures anthropométriques ont été relevées, 4 (soit 16,6 %) sont en surpoids d'après les courbes de corpulence PNNS (IMC/âge) dont un en catégorie obèse. Aucun jeune ne souffre de dénutrition. Si 45,2 % des adultes ont une corpulence normale, plus de la moitié sont en surpoids (33,7 %) ou obèses (18,7 %). Enfin, 2,4 % des personnes présentent une maigreur.

Afin d'apprécier la prévalence des pathologies pouvant être liées à une alimentation inadéquate, elles ont été classées suivant qu'elles étaient d'ordre chronique ou aiguë. Au-delà de la sous-nutrition et du développement de l'obésité, les pathologies chroniques retenues sont l'hypertension artérielle, les dyslipidémies, le diabète, les problèmes dentaires et l'ostéoporose. Les pathologies aiguës regroupent la constipation, la gastrite, les douleurs abdominales, les diarrhées et les brûlures d'estomac. Ce travail n'a pas mesuré les carences. Cela dit, l'anémie et la carence en fer sont rencontrées. Les auteurs estiment que les carences

en calcium et autres micronutriments s'avéreraient fréquentes.

L'insécurité alimentaire

78 % des foyers sont en insécurité alimentaire pour raison financière, plus de 50 % des personnes déclarent avoir souvent ou parfois pas assez à manger et un peu plus d'un quart (26,9 %) considère avoir « assez à manger mais pas toujours les aliments souhaités ». L'insécurité alimentaire va se traduire assez rapidement par un amaigrissement, conséquence physique d'une sous-alimentation des personnes. Ainsi plus d'un tiers des adultes a déclaré avoir perdu du poids de manière imprévue au cours du dernier mois.

Les principaux problèmes évoqués pour un accès à l'alimentation sont le manque d'argent (77,7 % des cas) et l'absence de cuisine ou d'équipement pour cuisiner (31,5 %). Les personnes dépensent en moyenne 2,5 €/personne et par jour pour se nourrir tandis que 17,6 % des foyers ont recours au glanage pour subvenir à leurs besoins. Enfin, près de la moitié (48 %) ne connaît pas l'existence des structures d'aide alimentaire.

Les pratiques alimentaires

Le nombre de repas sur la journée est nettement insuffisant (en moyenne 2,5 chez les moins de 19 ans et 2,1 chez les adultes), sachant qu'ils se composent pour la moitié des personnes d'un plat unique. Chez les adultes comme chez les enfants les consommations moyennes des différentes catégories d'aliments sont donc très en deçà des recommandations du PNNS.

Allaitement et diversification alimentaire chez les enfants de moins de 5 ans

Parmi les enfants de moins de 5 ans rencontrés au cours de l'enquête (n=17), un peu plus des 3/4 ont été allaités. La

durée moyenne d'allaitement était de 7 mois. Les premiers aliments reçus au cours de la diversification alimentaire étaient dans 88,9 % des cas des fruits et des légumes, dans 61 % des cas des laitages, dans 55,6 % des cas des céréales. L'introduction de protéines (viande, œuf, poisson) et de produits sucrés au démarrage de la diversification alimentaire concernait 15 % des enfants

Chez les jeunes de moins de 19 ans

Force est de constater que seuls 13 % des enfants ont reçu 4 prises alimentaires dans les dernières 24 heures précédant l'enquête et 20 % ont déclaré ne pas avoir mangé au moins une journée entière une fois au cours du mois. Si on se réfère aux recommandations du PNNS, on constate que 64,4 % des jeunes de moins de 19 ans ont consommé au moins une portion de protéine (viande, œuf, poisson), 13,3 % ont consommé au moins 3 féculents, 4,4 % ont consommé au moins 3 produits laitiers et aucun n'a consommé les 5 fruits et légumes recommandés.

Chez les adultes de plus de 18 ans

En référence aux recommandations du PNNS, on constate que 71,3 % des adultes ont consommé au moins une portion de protéine (viande, œuf, poisson), 12,8 % ont consommé au moins 3 féculents, 3,4 % ont consommé au moins 3 produits laitiers et seul 0,3 % a consommé 5 fruits et légumes.

L'accès à l'eau

Selon l'enquête, 66,2 % des personnes interrogées ont déclaré avoir accès à l'eau du réseau. Toutefois, 12,4 % des personnes s'approvisionnent en eau grâce aux bornes fontaines des villes et 19,7 % achètent de l'eau en bouteille pour subvenir à leurs besoins, faute de source d'approvisionnement à disposition, notamment pour les personnes hébergées par un organisme ou des proches.

www.medecinsdumonde.org