

## À quoi sert l'éducation nutritionnelle ?

Elle favorise des habitudes alimentaires saines qui dureront toute la vie et forme les citoyens afin qu'ils fassent les bons choix nutritionnels et puissent s'adapter à l'évolution du monde. Elle aide les gens à choisir, préparer et conserver des denrées alimentaires à forte valeur nutritionnelle, à nourrir convenablement les bébés et les jeunes enfants, à acheter judicieusement, à essayer des goûts nouveaux et à discuter de leur expérience avec leur famille et d'autres membres de leur communauté.

## Pourquoi a-t-on besoin de l'éducation nutritionnelle ? L'éducation nutritionnelle est vitale :

De nombreux pays sont confrontés aux multiples facettes du fardeau de la malnutrition :

la sous-alimentation entraîne la faim, la sous-alimentation chronique et des carences en oligo-éléments.

La suralimentation entraîne le surpoids / l'obésité et les maladies chroniques liées au régime alimentaire.

- pour s'assurer qu'une alimentation de meilleure qualité et plus diversifiée débouche sur des régimes alimentaires adéquats pour tous les groupes ;
- pour intégrer les préoccupations des producteurs et des consommateurs à tous les maillons de la chaîne alimentaire ;
- pour éclairer la prise de décision à tous les niveaux, depuis les choix alimentaires individuels jusqu'à l'élaboration de politiques et de programmes de sécurité alimentaire.



Copyright: STERN im Verlag Gruner+Jahr, Hamburg, Germany, 1999



Pour être bien nourri, il faut :

- accéder à une quantité suffisante d'aliments sans risque et nutritifs ;
- comprendre ce qui constitue un régime alimentaire sain ;
- posséder les compétences et la motivation pour faire des choix alimentaires et diététiques adéquats.

La santé, la nutrition et l'éducation sont les piliers essentiels d'une nation active et prospère. L'éducation nutritionnelle est le lien qui les unit.

« La connaissance des aliments et des pratiques diététiques adéquates constituent une condition préalable à l'amélioration de l'accès à des denrées adéquates du point de vue nutritionnel et à leur consommation, facteurs fondamentaux du bien-être nutritionnel. » (citation extraite d'une discussion du FSN Forum, 2007)

## L'éducation nutritionnelle est souvent négligée dans l'élaboration et la mise en oeuvre des politiques et des programmes.

- Grand public et les professionnels de l'agriculture et de la santé non sensibilisés à l'éducation nutritionnelle ;
- Absence d'éducation nutritionnelle dans les programmes scolaires et universitaires ;
- Oubli fréquent de l'éducation nutritionnelle dans la formulation des éléments de projets ;
- Manque d'informations, de ressources et de documents pédagogiques pour l'éducation nutritionnelle ;
- Absence de modèle d'éducation nutritionnelle efficace ciblant un apprentissage pragmatique et social basé davantage sur les actions et les attitudes que sur l'information ;
- Absence généralisée de modèle de processus d'élaboration de matériels d'éducation nutritionnelle mettant l'accent sur la communication dans les deux sens entre apprenants et enseignants ;
- Absence d'analyse systématique de différents cadres nationaux et institutionnels d'éducation nutritionnelle comparant des approches holistiques, ainsi que des structures et des interventions de politique, qui fonctionnent à d'autres qui ne fonctionnent pas.

Ce document a été rédigé par le Global Forum on Food Security and Nutrition Policies and Strategies (FSN Forum) à partir de la discussion sur le thème : « Éducation nutritionnelle, essentielle, mais souvent négligée. » La synthèse et les détails de cette discussion sont accessibles à partir de la page d'accueil du FSN Forum : <http://km.fao.org/fsn/>. Les « FSN Forum Briefs » sont des produits de savoir participatifs élaborés par des membres du Forum. Il ne s'agit pas de notes de politiques, ni de notes techniques finales rendant compte de l'état actuel des connaissances.

Pour en savoir plus, contactez le modérateur à l'adresse [fsn-moderator@fao.org](mailto:fsn-moderator@fao.org).



## Obstacles à l'éducation nutritionnelle

1. Manque d'intérêt se traduisant par une pénurie de financement de la part des gouvernements et des donateurs :
  - Le développement de l'éducation nutritionnelle n'est pas considéré comme de la recherche scientifique et est sous-évalué par les professionnels de santé, les nutritionnistes et les responsables de l'élaboration des politiques ;
  - Les professionnels du secteur agricole supposent que « les gens savent ce qu'il faut manger, mais qu'il leur manque de quoi manger » ;
  - Les professionnels de santé se focalisent sur des stratégies de supplémentation et de fortification et négligent la promotion et l'utilisation adéquate de denrées alimentaires produites localement et disponibles ;
  - L'éducation nutritionnelle ne sert pas des groupements d'intérêt spécifiques, ne génère pas d'argent et ne promet pas de solutions rapides.
2. Communication insuffisante et inadaptée :
  - Le jargon de l'éducation nutritionnelle est souvent très technique et les conseils sont fréquemment perçus comme mal commodes ou trop difficiles à appliquer ;
  - Les messages nutritionnels ne se servent pas suffisamment des médias ;
  - Les pays en développement ne disposent pas de fonds à consacrer à la diffusion des informations nutritionnelles ;
  - La plupart des nutritionnistes manquent d'expérience de l'élaboration, de la mise en œuvre et du test des matériels
3. Autres obstacles :
  - Il faut davantage de recherche et de preuves tangibles pour démontrer l'efficacité de l'éducation nutritionnelle ;
  - Les liens entre mauvaise santé et apport alimentaire sont souvent négligés.

## Hausser le profil de l'éducation nutritionnelle : suggestions issues de la discussion du FSN Forum

- Intégrer les objectifs nutritionnels aux politiques et aux programmes agricoles et alimentaires ;
- Utiliser le FSN Forum aux fins de networking et de partage des ressources, des résultats de la recherche, des outils pédagogiques, etc. ;
- Se servir du Comité permanent de la nutrition du système des Nations Unies (SCN) pour faire du lobbying sur l'importance de l'éducation nutritionnelle
- Appliquer une méthode interdisciplinaire et renforcer la coordination nationale ;
- Inclure l'éducation nutritionnelle à tous les niveaux d'enseignement, de l'école primaire à l'université ;
- Mener une recherche et produire un rapport sur l'état de l'art en matière d'éducation nutritionnelle.

## Bibliographie

- Synthèse et comptes rendus de la discussion **Éducation nutritionnelle - essentielle, mais souvent négligée**, 2007, disponible sur la page d'accueil du FSN Forum : <http://km.fao.org/fsn/>
- **Banque mondiale**. 2007. From agriculture to nutrition - pathways, synergies and outcomes. Washington, DC.
- **Webb, P. & Block, S.** 2004. Nutrition information versus formal schooling as inputs to child nutrition. *Econ. Dev. Cult. Change*, 52(4): 801-820.
- **FAO**. 2005. Nutrition education in primary schools - a planning guide for curriculum development. Rome.
- **FAO**. 2004. Family nutrition guide. Rome.
- **FAO**. 1997. Nutrition education for the public. Discussion papers of the FAO Expert Consultation. FAO Food and Nutrition Paper No. 62. Rome.
- **FAO**. 1995. Nutrition education for the public. Report of an FAO Expert Consultation. FAO Food and Nutrition Paper No. 59. Rome.

## Exemples de projets réussis

1. **Projet de la FAO en Zambie :**
  - Intégration de sujets alimentaires et nutritionnels aux programmes scolaires nationaux ;
  - Élaboration de matériels d'éducation alimentaire et nutritionnelle à usage national ;
  - Renforcement des capacités en éducation nutritionnelle et en apprentissage par l'expérience interactif du personnel du ministère de l'Éducation et des enseignants ;
  - Amélioration de la sensibilisation, des connaissances et des comportements des enseignants, des enfants et des parents en matière nutritionnelle.
2. **Projet de la FAO sur le développement intégré de l'horticulture et de la nutrition au Bangladesh :**
  - A combiné une stratégie basée sur les denrées alimentaires et une éducation nutritionnelle extensive ;
  - A lié le développement horticole aux programmes nutritionnels nationaux pour diversifier l'alimentation.
3. **Un projet nutritionnel basé sur les écoles au Panama a amélioré l'état nutritionnel en :**
  - traitant la production agricole et la nutrition ;
  - s'appuyant sur une équipe multidisciplinaire issue des ministères de l'Éducation, de la Santé, de l'Agriculture, entre autre.
4. **En Dominique, à Grenade, à Ste Lucie et St Vincent et aux Grenadines, les nutritionnistes ont été formés à l'élaboration de consignes diététiques basées sur les aliments et aux stratégies de communication.**

## Quelles sont les conditions de l'efficacité de l'éducation nutritionnelle ?

Outre la fourniture d'informations, les programmes et les activités efficaces d'éducation nutritionnelle :

- incorporent des méthodes de changement comportemental ;
- communiquent de manière motivante ;
- insistent sur l'amélioration, pas la perfection ;
- s'adressent aux gens dans un langage qu'ils comprennent ;
- créent des environnements favorables à la nutrition ;
- font participer les individus et les communautés ;
- utilisent des cadres différents pour toucher les gens à différents stades de leur vie ;
- défendent les politiques publiques favorables à la nutrition ;
- renforcent les connaissances locales et soulignent l'intérêt des denrées et des schémas alimentaires locaux.