



**HAL**  
open science

## Quelle place pour l'éducation nutritionnelle

Nicole N. Darmon

► **To cite this version:**

Nicole N. Darmon. Quelle place pour l'éducation nutritionnelle. Santé de l'homme, 2009, 402, pp.31.  
hal-02653154

**HAL Id: hal-02653154**

**<https://hal.inrae.fr/hal-02653154>**

Submitted on 29 May 2020

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

# Que sait-on sur l'aide alimentaire ?

Environ 2 millions de Français ont recours à l'aide alimentaire pour se nourrir au quotidien. Conséquence de la crise, ce chiffre atteint des niveaux record selon les associations. Deux enquêtes – Abena et E3A – montrent que cette aide ne peut suffire à garantir un niveau d'alimentation décent pour la population. Les destinataires de l'aide alimentaire ne peuvent dépenser que 2,6 euros par jour par personne en moyenne. Leur état de santé s'en ressent et est qualifié de « très critique » par des experts : surpoids et obésité deux à trois fois plus fréquents, anémie, carences.

Selon les estimations, le nombre de « bénéficiaires » de l'aide alimentaire pourrait s'établir autour de 2 millions. Les bilans d'activité de deux des principaux acteurs de l'aide s'établissent à des niveaux record. Ainsi, la Fédération française des banques alimentaires (FFBA) comptabilise, pour 2008, qu'environ 680 000 personnes ont pu bénéficier de leur aide. De leur côté, les Restos du cœur soulignent que leur vingt-quatrième campagne 2008-2009 de distribution alimentaire d'hiver a fait apparaître une hausse « sans précédent » du nombre de bénéficiaires, puisqu'elle atteint 12,5 % par rapport à la campagne 2007-2008. Environ 90 000 personnes supplémentaires se sont présentées dans ses 2 000 centres d'activité, ce qui porte le total à près de 800 000 personnes reçues par l'association.

Les résultats présentés sont issus de deux études sur l'aide alimentaire en France. L'étude Abena (un volet épidémiologique et un volet socioanthropologique) a été conduite en 2004-2005 sur quatre sites (Paris, Seine-Saint-Denis, Marseille, Dijon) auprès de 1 164 personnes ayant recours à l'aide alimentaire dans trente-cinq structures différentes. L'objectif de cette première étude était d'établir le profil sociodémographique et biogéographique (1, 2) de cette population. Il ne s'agissait donc pas d'évaluer la fréquentation des structures et, par ailleurs, la population des sans domicile fixe n'entrait pas dans les inclusions réalisées (d'autres études plus spécifiques leur étant déjà dédiées). L'enquête E3A (3) a permis de dresser un panorama des modes de fonctionnement des structures de l'aide alimentaire

(repas, colis, épicerie, etc.) et de la valeur nutritionnelle des distributions alimentaires.

## Qui sont les « bénéficiaires » de l'aide alimentaire ?

L'étude Abena a permis de pointer que la figure cardinale de la population fréquentant la distribution de colis d'aide alimentaire reste l'allocataire d'un minima social. Loin de l'idée, communément répandue, que ce secteur caritatif s'adresse essentiellement à des SDF, il se dessine une population beaucoup plus large où la part des travailleurs pauvres (pour l'essentiel à cause d'un travail à temps partiel) ne cesse de croître. Globalement, ces populations ne jouissent pas des mêmes niveaux d'équipements domestiques que la population générale que ce soit pour se rendre sur les lieux d'approvisionnements (pas de voiture, etc.) ou pour entreposer, transformer, conserver les aliments. Ainsi, parmi les



## Quelle place pour l'éducation nutritionnelle ?

En France, le budget alimentaire des personnes qui vivent en dessous du seuil de pauvreté et/ou qui ont recours à l'aide alimentaire est estimé dans l'étude Abena à 2,5-2,8 €/j, ce qui est donc inférieur au budget strictement nécessaire pour respecter l'ensemble des recommandations nutritionnelles tout en s'éloignant des habitudes alimentaires françaises (estimé à 3,5 €/j). En accord avec les conclusions de plusieurs études d'intervention récentes, ceci suggère que l'éducation nutritionnelle ne peut pas suffire pour améliorer les consommations alimentaires des personnes défavorisées. Une augmentation des revenus disponibles et du budget alimentaire est nécessaire. À défaut, une aide alimentaire conséquente et durable est indispensable. Il est aussi primordial que cette aide apporte une quantité suffisante à la fois d'énergie mais aussi de nutriments essentiels (tels que vitamines et minéraux)<sup>1</sup>.

Nicole Darmon

1. Darmon N. Recommandations pour un colis d'aide alimentaire équilibré. *Information Diététique* 2008 ; 4 : 26-31.

bénéficiaires de l'aide alimentaire, 30 % n'ont pas de réfrigérateur, 50 % n'ont pas de four, 30 % n'ont pas de plaques de cuisson.

L'analyse des liens sociaux permet d'affiner la compréhension des usages qui sont faits de l'aide alimentaire. À même niveau de ressources disponibles, leur diversité apparaît tout à fait discriminante pour le rôle de ce type d'aide ; elle permet aussi d'appréhender la vulnérabilité de ces liens en situation de pauvreté. Les familles dotées d'un réseau diversifié peuvent y puiser quelques possibilités pour différer, pour un temps, les effets négatifs d'une pauvreté économique structurelle. De même, les migrants maniant mieux l'ensemble des techniques culinaires et armés des robustes repères alimentaires de leur culture d'origine peuvent mieux résister aux effets de la précarisation. Cependant, ces familles apparaissent globalement en sursis, tant ces situations de pauvreté s'avèrent corrosives pour l'estime de soi et la santé.

Que représente un colis alimentaire : une aide ou l'essentiel ?

Le colis représente, en France, la forme majoritaire de l'aide alimentaire (à côté du repas et des épiceries sociales encore marginales). L'étude E3A évaluée à 800 calories l'énergie qu'un colis moyen peut apporter pour une journée et par personne. Il n'est donc pas possible d'assurer les besoins quotidiens d'un individu avec ce seul apport. Comme son nom l'indique et comme toutes les associations nationales le reconnaissent, la vocation de ce don alimentaire est de constituer une « aide » qui devrait donc s'inscrire en complément d'autres apports. Aucune association ne conçoit de soutenir des familles entières sur l'année (cf. la périodicité des actions avec des campagnes d'hiver, etc.) Or, l'un des principaux enseignements de l'étude Abena est de montrer que pour nombre de familles, ce don ne constitue pas une « aide » mais bien une part importante de leurs ressources alimentaires. Leurs dépenses alimentaires sont évaluées entre 2,6 euros par jour et par personne. Cette situation doit se comprendre au regard de l'architecture du budget des ménages pauvres pour lesquels le loyer représente une part majeure alors que la nourriture devient la variable d'ajustement.

Un bilan biológico-nutritionnel préoccupant

L'état de santé s'en ressent, il est « très critique » (4) et les résultats biológico-nutritionnels enregistrés sont inquiétants : le surpoids et l'obésité y sont deux à trois fois plus fréquents ; 19 % des femmes sont anémiées ; de nombreuses carences sévères sont observées, notamment pour les marqueurs associés à la consommation de fruits et légumes comme la vitamine C, les folates, carences souvent inexistantes en population générale. Pour ne prendre que leur positionnement par rapport au repère recommandé pour la consommation de fruits et légumes, il a été enregistré que parmi les 1 164 personnes interrogées, 94,5 % mangent des fruits et légumes moins de 3,5 fois par jour, et seulement 1,2 % en consomme au moins cinq fois par jour respectant ainsi la préconisation.

Christine César Socio-anthropologue, chargée d'expertise scientifique en promotion de la santé, Ddeset, INPES.

Références bibliographiques

(1) Bellin-Lestienne C., Deschamps V., Noukpoap A., Darmon N., Hercberg S., Castetbon K. Consommations alimentaires et place de l'aide alimentaire chez les personnes incluses dans l'étude Abena, 2004-2005. BEH 2006 ; 11-12 : 79-81. (2) César C. Les usages de l'aide alimentaire à la lumière des liens sociaux : un aspect du volet socio-anthropologique de l'étude Abena. BEH 2006 ; 11-12 : 83-4. Les deux rapports sont disponibles sur http://www.ladocumentationfrancaise.fr/rappports-publics/074000728/ et http://www.ladocumentationfrancaise.fr/rappports-publics/074000727/index.shtml (3) Darmon N., Andrieu E., Bellin-Lestienne C., Dauphin A.-G., Castetbon K. Enquête auprès des associations d'aide alimentaire (E3A) : mode de fonctionnement des structures et valeur nutritionnelle des colis et repas distribués. Cahiers de nutrition et de diététique 2008 ; fascicule 43 (5) : 243-50. (4) Hercberg S., Brucker G. Éditorial. Numéro thématique : Surveillance nutritionnelle des populations défavorisées : premiers résultats de l'étude Abena. BEH 2006 ; 11-12 : 77.

équilibrés Une lettre d'information mensuelle pour tout savoir sur l'actualité de la prévention et de l'éducation pour la santé. Includes a table of contents and a bar chart titled 'Composition et attributs d'un colis de colis alimentaires E3A'.