



ASSOCIATION DES DIÉTÉTICIENS
DE LANGUE FRANÇAISE

JOURNÉES D'ÉTUDES DE L'ADLF

***STRASBOURG
15 – 17 JUIN 2006***

RÉSUMÉS DES CONFÉRENCES

(Les textes sont écrits sous la responsabilité de leurs auteurs)

PNNS : bilan et perspectives

- ✓ Bilan et perspectives
Professeur Serge Hercberg
- ✓ La formation en nutrition des professionnels
Professeur Ambroise Martin, Lyon
- ✓ TABLE RONDE :
Les actions locales : quelques exemples et bilan

Le PRNS en Alsace
Gwenaëlle Maudet, Strasbourg

Brest : ville active du PNNS
Docteur Ronan Le Reun, Brest

Projet Epicure, le plaisir de manger équilibré
Alain Simon, Lannion

Comportements alimentaires des adolescents : le pari de la santé
Docteur Jeanne Kochanowski, Julien Weber, Strasbourg

Prévention des maladies cardio-vasculaires : « Si le cœur vous en dit ... »
Claude Gasser, Mulhouse

Le dépistage, l'évaluation et la prise en charge des troubles nutritionnels chez le sujet âgé vivant en institution

SAMEDI 17 JUIN 2006

**PROGRAMME NATIONAL NUTRITION SANTÉ (PNNS) :
BILAN ET PERSPECTIVES**

PNNS – Bilan et perspectives
Professeur Serge Hercberg, Paris

La formation en nutrition des professionnels
Professeur Ambroise Martin, Lyon

Le Programme Régional Nutrition Santé en Alsace (PRNS) **Gwenaëlle Maudet, Mutualité Française d'Alsace, Strasbourg**

L'Alsace présente l'une des situations les plus préoccupantes en France pour ce qui concerne les maladies en lien avec l'alimentation (certains cancers, diabète, obésité, maladies cardio-vasculaires, etc.). **La prévalence du surpoids et de l'obésité chez les enfants et chez les adolescents est parmi les plus élevées de France.**

Compte tenu de cette situation défavorable, les autorités sanitaires de la région ont décidé d'élaborer et de mettre en œuvre un programme régional nutrition santé (PRNS) à partir de 2005 et pour une période de 10 ans, c'est à dire suffisamment longue pour être efficace et avoir un impact sur les comportements.

Ces préoccupations ont rencontré celles de la Mutualité Française Alsace qui depuis 2004 a fait de la nutrition l'un de ses axes majeurs d'intervention dans le cadre de sa programmation annuelle " Prévention et Promotion de la santé ". En effet, celle-ci développe de nombreuses actions en partenariat avec les différents acteurs régionaux, mais également auprès de différents publics tels que les collégiens, les étudiants ou bien encore les personnes âgées. Aussi, La DRASS Alsace, la DDASS du Haut-Rhin et la Mutualité Française Alsace sont les pilotes de ce programme.

Les promoteurs du programme, conscients que le secteur de la santé ne peut parvenir à lui seul à infléchir la situation nutritionnelle dans la région, ont décidé de décloisonner la réflexion en associant à la démarche de nombreux acteurs (élus, acteurs économiques, acteurs associatifs, professionnels de santé, etc.) dès la conception du programme.

Le PRNS Alsace comprend sept axes d'intervention :

- 1. Le développement de projets territoriaux de nutrition santé**
- 2. Les actions en direction des enfants, des adolescents et de leurs parents**
- 3. La restauration collective**
- 4. Le dépistage et la prise en charge précoce et globale des pathologies de la nutrition**
- 5. Les personnes en situation de précarité**
- 6. La communication et l'information du consommateur**
- 7. La recherche et le développement dans les entreprises du secteur agroalimentaire**

Brest : ville active du PNNS
Docteur Ronan Le Reun – Service Santé Publique – Ville de Brest

La ville de Brest s'est engagée depuis 1998 dans le champ de l'éducation nutritionnelle. En 2003, le service de santé publique a finalisé son « Programme Nutrition Santé Brest » basé sur

- objectif n°1 du PNNS : promotion de la consommation des fruits et légumes
- objectif n°6 du PNNS : réduire la cholestérolémie
- objectif n°9 du PNNS : promotion de l'activité physique quotidienne

L'objectif est de toucher l'ensemble de la population, toutes les tranches d'âge : « Education nutritionnelle d'âge en âge ». Ce programme nutritionnel qui est réalisé avec le soutien de partenaires institutionnels et de partenaires privés est aussi en lien avec le PRAPS.

Quatre axes stratégiques ont été définis

1 – L'Information : l'information vers le grand public se fait grâce aux :

- « Lundis de la santé » : conférences mensuelles à la faculté, gratuites, ouvertes à tous, traduites en langue des signes, de 18h30 à 20h. Ces conférences abordent régulièrement les thèmes du PNNS, et rassemblent chaque mois depuis 5 ans entre 600 et 1100 personnes.
- « Semaines Santé » : 1 semaine de débats, d'exposition, de conférences sur un thème général de santé. La nutrition a déjà été abordée deux fois.
- « Stands grand public » : le plus souvent en lien avec des grandes manifestations sportives. Une équipe de professionnels (médecins, diététiciennes, infirmières) informe le public sur l'équilibre alimentaire et propose du dépistage de cholestérol.

2 – La Formation : elle est destinée à des professionnels et des bénévoles. Elle concerne :

- les médecins libéraux, les étudiants en médecine, en soins infirmiers, en école de sage femme.
- les aides à domicile pour les personnes âgées : actuellement la ville de Brest soutient un programme de formation sur 2 ans de 160 aides à domicile de l'ADMR.
- les éducateurs dans les quartiers avec le programme « Alimentation Atout Prix ».

3 – L'Éducation : l'éducation nutritionnelle est développée :

- dans les écoles maternelles et primaires sous la forme de petits déjeuners pédagogiques, qui touchent environ 1000 enfants/an et 500 parents/an.
- dans les collèges et lycées sous la forme d'interventions des diététiciennes en lien avec les programmes pédagogiques, mais aussi les programmes de sevrage tabagique.
- dans les clubs de sports pour sensibiliser les enfants, mais aussi les parents et les entraîneurs à l'importance de l'équilibre alimentaire dans le sport loisir ou de compétition.
- dans la cuisine pédagogique du service de santé publique qui prend des charges des groupes d'enfants, d'adolescents, d'adultes ou de seniors, avec un objectif thérapeutique, ou éducatif, ou simplement de lien social : ce sont les « Ateliers Cuisine ».

Enfin, la ville de Brest développe depuis 2004 un vaste programme en direction des 6300 salariés du CHU de Brest, avec comme objectifs un changement de comportement portant sur la consommation des fruits et légumes et l'activité physique quotidienne. Cette « expérience pilote nutrition santé en entreprise » est financée par l'assurance maladie dans le cadre d'un appel à projet PNNS validé par la Direction Générale de la Santé. L'objectif 2007 est la mise en place d'un projet nutrition sur les 4000 salariés de la Ville et de Brest Métropole Océane, fortement axé sur la formation des professionnels en contact avec des publics cibles.

4 – La Communication : le développement d'un tel programme sur une ville de 156.000 habitants demande une communication particulière et en lien avec les actions de communication nationales du PNNS. Un logo spécifique, reprenant les objectifs 1 et 9 du PNNS, a spécialement été conçu. L'information générale des habitants dans le domaine de la nutrition passe aussi par le journal de la municipalité.

Projet Epicure, le plaisir de manger équilibré
Docteur Alain Simon,
Domicile Action Trégor, 11 bd Louis Guilloux, 22300 LANNION

Le contexte du projet

Les constats qui sont à l'origine du projet Epicure, posés par les professionnels de l'association, notamment les techniciennes de l'intervention sociale et familiale (TISF), mais révélés aussi par une enquête réalisée auprès des familles, rejoignent ceux du Conseil National de l'Alimentation : une alimentation équilibrée, une rupture constatée dans la transmission de la culture culinaire, une évolution préoccupante des situations d'obésité, une absence de « *mise en scène* » du temps de repas qui n'est pas utilisé suffisamment comme un moment privilégié de convivialité et d'échanges.

Les objectifs opérationnels du projet

La mise en œuvre de ce projet partenarial, qui s'adresse à des familles de l'arrondissement de Lannion, aidées ou non par l'association, vise à atteindre les trois objectifs suivants qui s'intègrent dans les objectifs prioritaires du Programme National Nutrition Santé (PNNS) :

- faire évoluer les comportements alimentaires par un travail de sensibilisation,
- favoriser la relation parents/enfants autour des pratiques alimentaires,
- favoriser les échanges et l'ouverture à partir du support de l'alimentation.

Les réalisations du projet

Les actions qui ont été mises en œuvre ont toutes pris appui sur une approche positive et déculpabilisante des questions de santé. Elles ont aussi privilégié, à travers une relation de confiance et de proximité, la démarche participative à partir de la réalité des situations vécues par les personnes concernées.

Quelques exemples de réalisation :

- sensibilisation des professionnelles de l'association (TISF et aides à domicile) par une diététicienne, membre du comité de pilotage du projet ;
- découverte de la fabrication du pain chez un particulier ;
- temps fort autour de la Semaine du Goût à partir d'une exposition réalisée par la CLCV du Finistère ;
- travail de sensibilisation réalisé à domicile par les TISF à l'occasion de leurs interventions et à partir des guides du PNNS ;
- organisation d'actions « Petit déjeuner » avec quelques équipes enseignantes et des parents ;
- conception multipartenariale (dont des associations d'habitants) et animation d'un après-midi ludique autour de plusieurs thématiques liées à l'alimentation.

Perspectives du projet

Engager un travail en profondeur avec d'autres partenaires du Pays du Trégor Goëlo dans le cadre du dispositif d'Animation Territoriale de Santé

Comportements alimentaires des adolescents : le pari de la santé
Docteur Jeanne Kochanowski, médecin conseillère technique du Recteur,
Julien Weber, diététicien Rectorat - Strasbourg

L'Alsace occupe à l'heure actuelle le deuxième rang national en matière de surpoids et d'obésité chez les enfants de 5 à 6 ans (Etude DRESS juillet 2003).

C'est à partir de cet alarmant constat que s'est concrétisé le projet « », imaginé par le Docteur Jeanne KOCHANOWSKI (Médecin Conseillère Technique du Recteur), Raymond HILD (Conseiller Technique de la filière des Techniciens et Ouvrier de Service) et Michel CLEVENOT (Conseiller Technique de la filière Restauration). Ce comité technique s'enrichit aussi des compétences de Christine MEO (Infirmière Conseillère Technique du Recteur) et de Julien WEBER (Diététicien).

Ce projet est piloté par un ensemble de partenaires, Régime Local d'Assurance Maladie, DRASS, URCAM, Conseil Régional, Conseils généraux 67 et 68, Direction Régionale Jeunesse et sports, Mutualité Française d'Alsace, CIDIL, Chambres des métiers et de l'agriculture, CHU Hautepierre, Fédérations de parents d'élèves ...

Dans le sillage du Programme National Nutrition Santé, ce projet s'appuie en priorité sur la Restauration Scolaire et la promotion de l'activité physique en partenariat avec 9 établissements scolaires pilotes ayant inscrit cette problématique de prévention dans leur projet d'établissement. Ces Lycées et Collèges sont répartis sur l'ensemble de la région.

Avant la mise en place d'actions « de terrain », le comité technique a réalisé plusieurs analyses : questionnaires sur les comportements alimentaires et les connaissances en nutrition, analyse des stocks et des quantités de sel, de matières grasses et de légumes utilisées, opération SET de TABLE (analyse du contenu des plateaux des adolescents). Ces opérations seront reconduites dans un an pour évaluer l'évolution des pratiques et des comportements.

Sur le terrain, ce projet se matérialise aujourd'hui par diverses actions :

- **ACTIONS** au niveau de la RESTAURATION : diminution des quantités de sel dans les fiches techniques, mises en valeur des préparations à base de légumes (au travers de recettes différentes), formation et sensibilisation des personnels de restauration aux habitudes alimentaires des adolescents, conformité des menus aux recommandations du GPEM/DA, présence d'un diététicien aux commissions de menus ...
- **ACTIONS** de promotion de l'activité physique : développement de créneau « activité physique libre » pendant les heures de permanence, promotion de l'UNSS, action « nutrition » lors des cross de collège, etc.
- Le domaine de compétences de ce projet s'élargit bien sûr aux actions élèves, en ciblant prioritairement les niveaux des classes de 5^{ème}.
- **ACTIONS ELEVES** : actions « petit déjeuner équilibré », apprendre à lire les étiquettes des denrées alimentaires, diverses mini-conférences sur des thèmes comme « Les groupes d'aliments », invitation à assister à une pièce de théâtre « le procès de la mal-bouffe » ...

Prévention des maladies cardio-vasculaires : « Si le cœur vous en dit ... » **Claude Gasser, Diététicienne, Service d'Education pour la Santé, CPAM Mulhouse**

« Si le cœur vous en dit ... » est un programme expérimental de type « Recherche-action » mené conjointement par la Caisse Primaire d'Assurance Maladie de Mulhouse et l'Education Nationale.

Il a pour objectif le développement :

- de comportements favorables à la prévention des maladies cardio-vasculaires en agissant sur les 3 principaux facteurs de risque que sont l'alimentation, le tabac, la sédentarité
- de compétences de communication, d'analyse et de prise de décision contribuant à rendre l'élève plus autonome.

Il prend en compte l'environnement social et familial de l'élève.

A la suite d'un appel à projet lancé par le Régime Local d'Assurance Maladie en 2000 dans le but de réduire la morbidité, la mortalité et l'invalidité liées aux maladies cardiovasculaires, l'Education Nationale et le Service d'Education pour la Santé de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie de MULHOUSE ont élaboré un programme de prévention de ces maladies en milieu scolaire d'une durée de 10 ans. L'évaluation de ce programme, débuté en 2002, porte sur une cohorte de 220 élèves environ qui est suivie tout au long de l'action.

La Vallée de Masevaux (Haut-Rhin) a été retenue pour mener cette action compte tenu de différents indicateurs socio-économiques et une prévalence des maladies cardiovasculaires dans ce secteur. Les élèves sont rattachés à un seul collège, celui de MASEVAUX, ce qui facilite le suivi de l'action et son évaluation. L'action est actuellement à sa 3^{ème} année d'expérimentation. Les enfants sont au CM2.

Il s'agit d'une action innovante de par :

- son inscription dans le long terme contrairement à beaucoup d'actions ponctuelles,
- son contenu: il vise bien au-delà des connaissances, une modification des attitudes et des comportements qui seront évalués, à terme, par rapport à un groupe témoin,
- la synergie des moyens mis en œuvre et des compétences propres à chaque structure : un groupe de travail composé de professionnels de la CPAM de Mulhouse, de l'Inspection, épaulé par des enseignants-formateurs de l'IUFM maîtres, pilote l'action, la développe sur le terrain et en assure le suivi et l'évaluation.

Pour réaliser cette action, le programme s'appuie principalement sur *l'intégration de la prévention dans les matières scolaires enseignées*. Pour ce faire, l'enseignant est identifié dans cette action comme l'acteur principal et a été associé au projet dès sa conception et bien avant la mise en place de l'action auprès des élèves.

A ce jour, les outils pédagogiques destinés au cycle 3 (fiches techniques, dossier du maître, cahier de l'élève, boîte à outil) et expérimentés depuis 3 ans sont en cours de révision pour définir d'une version définitive. Les réunions de travail avec le groupe collège ont permis d'élaborer à ce jour le programme d'actions pour les élèves de 6^{ème} ainsi que les outils pédagogiques nécessaires. Ceux pour les élèves de 5^{ème}, 4^{ème} et 3^{ème} restent à élaborer.

L'Education nutritionnelle dans le cadre de l'action "Si le cœur vous en dit ... "

Les objectifs nutritionnels et pédagogiques du programme " Si le cœur vous en dit... " visent à :

- aider les jeunes à acquérir ou renforcer des habitudes alimentaires favorables à leur santé par la promotion d'une alimentation équilibrée en qualité (variété et diversité des aliments) et en quantité (être à l'écoute de ses sensations de faim, satiété: j'ai faim - je mange; je n'ai pas faim - je ne mange pas; j'ai assez mangé, je ne mange plus...)
- leur permettre d'être/de devenir des consommateurs avertis en les aidant à faire des choix éclairés, à développer une analyse critique pertinente concernant les produits alimentaires transformés, l'impact de la publicité, les stratégies de vente des supermarchés
- les aider à prendre conscience et agir sur leur comportement alimentaire lié au grignotage, au réflexe TV /Nourriture
- créer un environnement favorable à une consommation alimentaire satisfaisante.

Tout au long des activités, les élèves sont encouragés à développer la communication (travaux de groupe, restitution par un rapporteur), les prises de décisions, résolutions de problèmes, leur pensée critique, l'empathie (respect des autres).

Durant ces 3 années, différents temps forts ont ponctué le travail réalisé en classe : goûters spectacles sur la promotion des fruits et des légumes, concours de dessins et de surnom pour la mascotte de l'action, rencontres en soirée avec les parents, journées, petits déjeuners, etc. Les 1^{ers} bilans concernant les comportements alimentaires sont encourageants : amélioration de la consommation d'eau à l'école, de la nature des goûters, de la représentation des légumes notamment.

Le dépistage, l'évaluation et la prise en charge des troubles nutritionnels chez le sujet âgé vivant en institution.

Marylène Tardivel, diététicienne, IDAC, Nantes

Vieillir en bonne santé, tel est le défi à relever face à l'augmentation de la longévité.

De nombreuses études confirment l'importance de l'alimentation dans la prévention de certaines pathologies et le maintien de l'autonomie des personnes âgées. Lorsque ces personnes résident en institution, pourquoi ne pas s'appuyer sur les connaissances du personnel pour améliorer leurs apports nutritionnels ?

Dans le cadre d'un appel à projet PNNS, intitulé « *mieux manger pour bien vieillir* », nous avons tenté de mieux répondre aux besoins alimentaires de la personne âgée en formant le personnel qui l'entoure. Les objectifs opérationnels de ce projet ont été de dépister et traiter la dénutrition, et d'améliorer le statut en calcium des personnes âgées.

L'intervention a concerné les résidents de deux maisons de retraite, deux foyers logements et d'un domicile collectif, totalisant 300 personnes âgées.

L'action, qui s'est déroulée sur une année, a comporté plusieurs étapes :

- L'évaluation de l'état nutritionnel : dépistage de la dénutrition avec le MNA, calcul des apports calciques à l'aide d'une enquête alimentaire sur 3 jours.
- La formation regroupant personnel hôtelier, soignant et personnel de cuisine afin d'acquérir ensemble les connaissances relatives aux priorités alimentaires de la personne âgée.
- La mise en place d'un protocole alimentaire, adapté à l'état nutritionnel des personnes, qu'elles soient dénutries, « à risque de dénutrition » ou aux apports calciques faibles.
- La réévaluation de l'état nutritionnel 9 mois après le premier bilan.

Pour le résident, comme pour le personnel formé, l'intérêt de cette action est multiple : comme les résultats le montrent, l'alimentation est plus adaptée aux besoins du sujet âgé d'une part, les établissements se sont investis dans la rédaction d'un guide, d'autre part, et certaines habitudes favorables à la personne âgée perdurent.