



PROFIL DE LA CONSOMMATION ALIMENTAIRE DES ADOLESCENTS TUNISIENS EN RELATION AVEC LA SURCHARGE PONDÉRALE

Houda BEN GHARBIA*¹, Radhouene DOGGUI¹, Pierre TRAISSAC², Jalila EL ATI¹

¹ INNTA (Institut National de Nutrition et de Technologie Alimentaire) & SURVEN (Surveillance et Épidémiologie Nutritionnelles), Tunis, Tunisie

² IRD (Institut de Recherche pour le Développement), UMR NUTRIPASS, IRD-UM-SupAgro, Montpellier, France

* Houda BEN GHARBIA, houda_bg_782002@yahoo.fr

01 INTRODUCTION

La Tunisie a connu au cours des dernières décennies une augmentation très importante du surpoids, de l'obésité et de la prévalence des co-morbidités tels que le diabète et l'hypertension artérielle aussi bien chez les adultes que chez les jeunes. Chez les adolescents, l'ampleur de la surcharge pondérale a connu une augmentation importante. L'accroissement de ces maladies chroniques, serait associée en grande partie à la transition nutritionnelle.

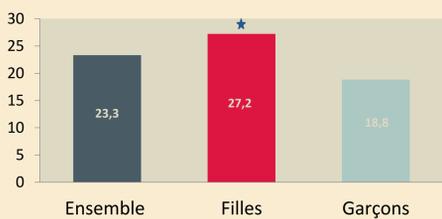
Objectif de l'étude...

L'alimentation étant un facteur direct de l'équilibre pondéral, l'objectif de cette étude était l'évaluation quantitative et qualitative des apports énergétiques et nutritionnels en relation avec la surcharge pondérale chez les adolescents de la région du Grand Tunis.

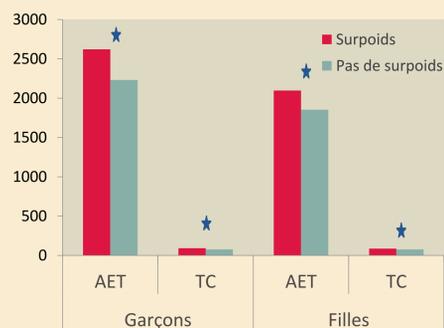
03 RESULTATS

1 Prévalence de la surcharge pondérale

La surcharge pondérale touchait 23,3 % des adolescents avec une dominance féminine.



2 Apport énergétique et taux de couverture



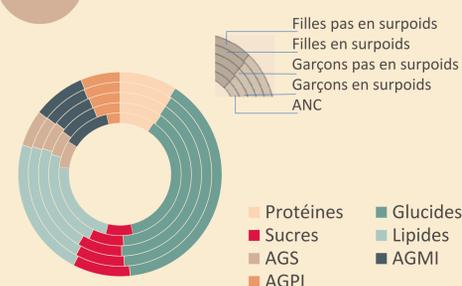
3 Apport en macro- et micronutriments

Les apports moyens journaliers en protéines et en acides gras monoinsaturés (AGMI) étaient significativement plus élevés chez les garçons en surpoids comparés à ceux qui ne présentaient pas une surcharge pondérale. Les apports en glucides et en sucres étaient au contraire plus importants chez les garçons qui ne souffraient pas de surcharge pondérale. L'apport moyen relatif en fer et en calcium étaient homogènes entre les différents groupes. L'apport journalier en calcium exprimé en valeur absolue chez l'ensemble des sujets est nettement inférieur à l'apport nutritionnel conseillé (626 vs 1200 mg/j).

L'apport énergétique total (AET) et la couverture de besoins énergétiques (TC) étaient plus élevés chez les adolescents en surpoids comparés aux sujets qui ne sont pas en surpoids ($p < 0,0001$).



4 Equilibre énergétique



L'alimentation des adolescents des différents groupes était équilibrée. L'apport énergétique en sucres de l'ensemble des adolescents était légèrement au-dessus du seuil recommandé. Les apports en AGMI étaient un peu au-dessous de la fourchette recommandée. Il en est résulté un excès relatif des acides gras polyinsaturés (AGPI) par rapport aux recommandations.

02 MÉTHODOLOGIE

01. Sujets

Une enquête transversale de santé a été menée dans le Grand Tunis (situé au Nord Est de la Tunisie) sur un échantillon aléatoire, issu d'un sondage en grappes à deux degrés. Notre étude a été menée auprès d'un sous-échantillon des adolescents âgés de 10 à 19 ans ($n=1258$).



02. Méthodes

La surcharge pondérale chez les adolescents a été défini selon les seuils d'indice de masse corporelle (IMC) pour l'âge recommandés par l'OMS (de Onis, 2007).

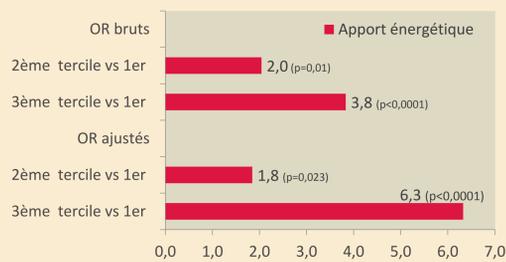
macronutriments, micronutriments et en énergie de chaque adolescent ont été évalués et comparés aux apports nutritionnels conseillés (ANC) de la population française (Martin, 2001).

La consommation alimentaire est évaluée par un enregistrement alimentaire sur trois jours, couplé à un questionnaire semi quantitatif de fréquence de consommation des aliments consommés hors du domicile. Les données de la consommation alimentaire ont été analysées en utilisant le logiciel Food Processor SQL[®].

Les associations brutes et ajustées entre le surpoids et les facteurs physiologiques (sexe, âge, puberté), les facteurs environnementaux (milieu), les facteurs socio-économiques (niveau d'instruction et activité du chef de ménage et du conjoint du chef de ménage, niveau économique), l'alimentation et l'activité physique chez les adolescents sont obtenues selon un modèle de régression logistique multivariée.

Les apports quotidiens moyens en

5 Associations brutes et ajustées



L'apport énergétique était significativement associé à la surcharge pondérale.

Après ajustement sur les facteurs physiologiques (sexe, âge, puberté), les facteurs environnementaux (milieu d'habitation), les facteurs socio-économiques (niveau d'instruction et activité du chef de ménage et du conjoint du chef de ménage, niveau économique), l'alimentation et l'activité physique; l'alimentation ainsi que le sexe, l'âge et la dépense énergétique relative restent associés au surpoids chez les adolescents tunisiens.

04 CONCLUSION

L'accroissement de la surcharge pondérale chez les adolescents serait associé, d'une part, aux changements alimentaires qui ont eu lieu les 30 dernières années, notamment, une consommation plus importante de matières grasses, de viandes, de sucres ajoutés et de portions plus grandes et d'autre part, à la diminution du niveau d'activité physique. Ce phénomène n'est que le fruit de la « transition nutritionnelle » qui est identifiée comme le facteur de risque principal de la prévalence croissante du surpoids et des maladies métaboliques dans les pays en développement.

Références bibliographiques

de Onis, M., Onyango, A. W., Borghi, E., Siyam, A., Nishida, C., and Siekmann, J. (2007). Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents. Bull World Health Organ 85, 660-7.
Martin, A. (2001). "Apports nutritionnels conseillés pour la population française," 3^{ème} ed. Tec et Doc, Lavoisier, Paris.