

Se nourrir mieux : le Guatemala s'emploie à maîtriser le double fardeau de la malnutrition

Par Aabha Dixit

En se servant de techniques nucléaires, les chercheurs et les agents sanitaires guatémaltèques sont désormais en mesure de déterminer les causes et les conséquences de la malnutrition chez les enfants dans le pays, ce qui permet aux responsables de concevoir des stratégies pour lutter contre l'obésité et le retard de croissance.

Le pays a un des taux de malnutrition chronique les plus élevés au monde, et une des premières priorités du gouvernement est de remédier à cela, a déclaré l'ancienne Ministre du développement social, Lucy Lainfiesta.

« Le gouvernement guatémaltèque se propose d'axer la lutte contre la malnutrition chronique sur la période propice constituée par les 1 000 premiers jours de la vie, au moyen d'interventions qui assureront à la mère et à l'enfant ce dont ils ont besoin pour être bien nourris », a-t-elle déclaré.



Un agent local expose les avantages d'une bonne alimentation dans une école primaire urbaine au Guatemala.

(Photo : CIIPEC)

Les projets faisant appel à la technologie des isotopes pour évaluer l'état nutritionnel « commencent à influencer de manière positive et notable sur nos programmes de nutrition », a dit Manuel Ramirez, Coordonnateur du Centre de recherche pour la prévention des maladies chroniques de l'Institut de nutrition de l'Amérique centrale et du Panama (INCAP). « La science et la technologie nucléaires nous ont donné les outils voulus pour comprendre la composition corporelle et l'associer aux changements physiologiques qui conduisent à la maladie plus tard dans la vie. »

La mesure de l'eau corporelle totale des enfants à l'aide de traceurs isotopiques aide à déterminer leur composition corporelle et le pourcentage de graisse dans leur organisme, ce qui, à son tour, permet aux spécialistes de prescrire le régime alimentaire approprié (voir encadré).

L'appui fourni par l'AIEA a aidé le Guatemala et d'autres États Membres à obtenir les informations et les données nécessaires pour concevoir et améliorer leurs programmes de nutrition. Ces programmes prévoient notamment un accroissement de la consommation de vitamines et de minéraux grâce à un enrichissement des produits alimentaires ou à une supplémentation en micronutriments, en complément de campagnes en faveur d'une alimentation saine et d'une activité physique accrue.

Moins de tortillas, plus de carottes

Le manque de protéines et de micronutriments dans les régimes alimentaires, composés principalement d'aliments à forte teneur en glucides, est une des principales causes de malnutrition au Guatemala, selon Ramirez. Les agents sanitaires ont noté que dans les zones rurales, les enfants âgés de six mois à trois ans mangent régulièrement des tortillas de maïs adoucies avec des boissons caféinées. Une telle alimentation n'est pas bonne pour les nourrissons et les jeunes enfants, qui devraient être nourris plus sainement avec des produits locaux, par exemple des œufs, des avocats, des bananes, des légumes légèrement cuits, des haricots, du riz et du gruau d'avoine. Des régimes alimentaires médiocres dans la première enfance peuvent conduire à l'obésité plus tard dans la vie. À l'aide de techniques nucléaires, les scientifiques sont en mesure de déceler la quantité de protéines absorbée par l'organisme et de recommander des régimes alimentaires en conséquence en tenant compte des ingrédients disponibles localement, a expliqué Christine Slater, chef par intérim de la Section de la nutrition à l'AIEA.

Si l'obésité est le principal problème de santé chez les enfants des villes, dans les zones rurales la population autochtone souffre le plus souvent du problème opposé. Près de huit enfants autochtones sur dix accusent un retard de croissance, contre seulement quatre sur dix enfants non autochtones, a indiqué Ramirez. Les résultats les plus récents de la recherche ont montré que, contrairement à une croyance populaire, la petite taille des autochtones guatémaltèques n'est pas d'origine génétique. Elle est due à des pratiques alimentaires inappropriées et à un régime inadéquat dans les premières années de l'existence, a-t-il dit.

Le retard de croissance est un facteur de pauvreté majeur, a déclaré Ramirez. Les enfants souffrant d'un retard de croissance

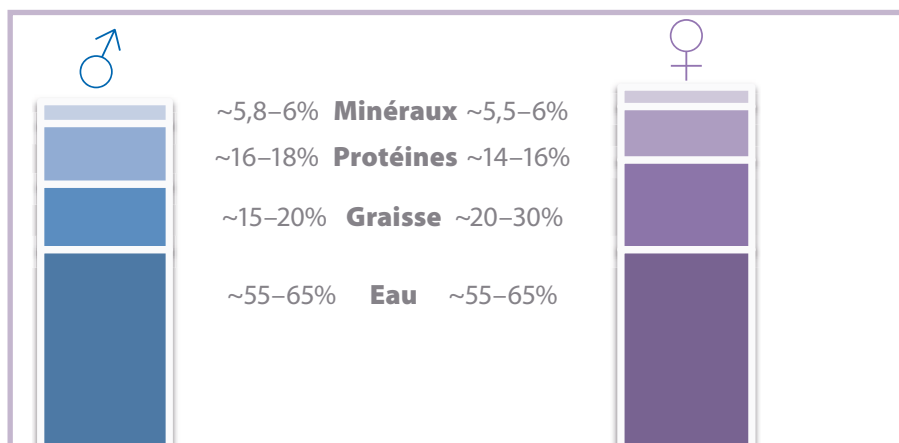


ont des difficultés d'apprentissage qui les empêchent de bien gagner leur vie plus tard. Il faut faire d'urgence le nécessaire pour que des régimes alimentaires nutritifs et variés soient disponibles et accessibles.

Il faut apporter des ajustements aux régimes alimentaires de tous les enfants souffrant d'un retard de croissance, et les techniques nucléaires peuvent aider à déterminer comment il convient de les modifier, a dit Slater. « On se rend compte de plus en plus qu'il ne suffit pas de mesurer et de peser les enfants », a-t-elle expliqué. « Nous devons comprendre la composition corporelle pour déterminer ce qu'est une croissance en santé. »

Les enfants souffrant d'obésité ou de retard de croissance ou des deux à la fois ont généralement des modes de vie moins sains et connaissent davantage de problèmes de santé plus tard dans la vie, a dit Ramirez. « Ces enfants marchent moins, absorbent moins d'oxygène et ont une mauvaise circulation sanguine », a-t-il indiqué.

Une équipe spéciale a été constituée en juin 2014 avec l'aval de huit ministres de la santé d'Amérique centrale pour élaborer, grâce aux informations et aux données recueillies dans le cadre de projets de l'AIEA, une politique régionale de prévention et de prise en charge de l'obésité chez les enfants et les adolescents.



L'eau, les protéines, la graisse et les minéraux sont les principaux constituants de l'organisme et peuvent changer avec l'âge, l'appartenance ethnique et l'état nutritionnel.

Source : www.jawon.com



Évaluation de l'acceptabilité des ingrédients de recettes saines pour des enfants d'âge scolaire.

(Photo : INCAP/CIPEC)

LA SCIENCE

Utilisation d'isotopes pour mesurer la composition corporelle

On peut utiliser des isotopes stables pour mesurer la quantité d'eau et de nutriments dans l'organisme et celle de nutriments ingérés que l'organisme d'une personne absorbe. On peut aussi s'en servir pour mesurer le taux d'absorption, d'utilisation ou de synthèse des protéines, des graisses ou des glucides. Les isotopes stables n'étant pas radioactifs, leur emploi ne présente pas de danger radiologique.

Les composés marqués par des isotopes stables sont absorbés et se comportent dans l'organisme de la même manière que leurs homologues non marqués, mais ils possèdent une masse moléculaire différente, ce qui permet de les suivre. Par exemple, pour mesurer le pourcentage

d'eau et de graisse dans le corps, on fait boire à une personne une eau spéciale riche en deutérium, isotope stable de l'hydrogène. Les isotopes d'un élément ont le même nombre de protons, mais un ou plusieurs neutrons supplémentaires qui leur confèrent une masse moléculaire supérieure.

Quelques heures après que cette personne a bu une petite quantité soigneusement dosée d'eau contenant du deutérium (D_2O), ce dernier est réparti uniformément dans l'eau corporelle. On peut alors prélever un échantillon de celle-ci sous forme de salive ou d'urine et mesurer la quantité de deutérium. Connaissant la quantité d'eau marquée qu'ils ont administrée au patient

et ayant mesuré ensuite la quantité et la proportion de molécules marquées dans l'eau corporelle, les techniciens peuvent calculer combien d'eau contient le corps.

Ils peuvent en déduire la quantité de tissu maigre, non gras, vu que l'eau représente 73 % du poids du tissu maigre. La différence entre le poids corporel et la quantité de tissu maigre est la quantité de graisse. Suivant la façon dont la teneur en graisse du corps s'écarte de la norme, ils peuvent prescrire un régime alimentaire approprié ou donner des conseils en matière d'activité physique.