

Il est nécessaire d'agir sur les connaissances des enfants et adolescents et sur l'ensemble des facteurs qui influencent leur alimentation.



AU NIVEAU INDIVIDUEL

- Préférences alimentaires et plaisir
- Autonomisation
- Croyances, attitudes, valeurs, perceptions
- Connaissances, aptitudes



COMMUNUTE EDUCATIVE

- Enseignants, parents, pairs, etc.



ENVIRONNEMENT DE VIE

- Publicité
- Normes culturelles,
- Influence des médias
- Installations de loisirs, parcs
- Information disponibles,
- Accessibilité alimentaire (coût, disponibilité)
- Lieux de travail, écoles



SYSTEME, LOIS, POLITIQUES

Qui régissent la santé, l'alimentation, l'industrie agro-alimentaire, les médias

LES PARLEMENTAIRES POURRAIENT :

A. Proposer des lois et politiques favorables à l'activité physique et à la promotion d'une alimentation saine et équilibrée pour les enfants :

- En exigeant l'arrêt de la publicité pour les aliments riches en graisses, en sucre et en sel qui conditionnent les enfants à prendre des décisions mauvaises pour leur santé.

- En exigeant le **développement des normes pour la préparation des aliments en vente dans les écoles**, et l'arrêt de la vente des aliments riches en sucre ou en sel dans les écoles.
- En soutenant **l'élaboration d'une stratégie nationale intégrée de santé scolaire** qui met un accent particulier sur l'éducation nutritionnelle.
- En faisant la **promotion de la production et commercialisation des aliments locaux de bonne qualité** (réglementation de l'utilisation des pesticides, contrôle qualité des aliments manufacturés et importés, défiscalisation du commerce des fruits et légumes, etc.).

B. Contribuer à la sensibilisation des communautés et autres parties prenantes :

- En étant **ambassadeurs d'une alimentation saine et équilibrée et de la promotion de l'activité physique** auprès des instances gouvernementales et collectivités décentralisées, des médias et dans les actions communautaires menées à travers le pays.
- En intégrant un **programme sur la nutrition** dans les manifestes des partis politiques.

C. Inciter à la recherche scientifique sur les problématiques concernant la nutrition et les systèmes alimentaires :

- En exigeant l'**allocation de plus de financements pour la recherche en santé et nutrition** basée sur les aliments et modes culinaires locaux.



EDUCATION NUTRITIONNELLE EN MILIEU SCOLAIRE AU CAMEROUN

Faire face au double fardeau de la malnutrition et l'obésité

Que peuvent faire les parlementaires ?

1

LE FARDEAU DE L'OBÉSITÉ, DIABÈTE, HYPERTENSION ARTÉRIELLE AU CAMEROUN

- **30% de la population** (22% d'Hommes et 37% de Femmes) est en **surpoids ou obèse**.
- **18% des jeunes filles de 15 à 19 ans** sont en **surpoids ou obèse**.

2 Hommes sur 10 sont en surpoids ou obèses.

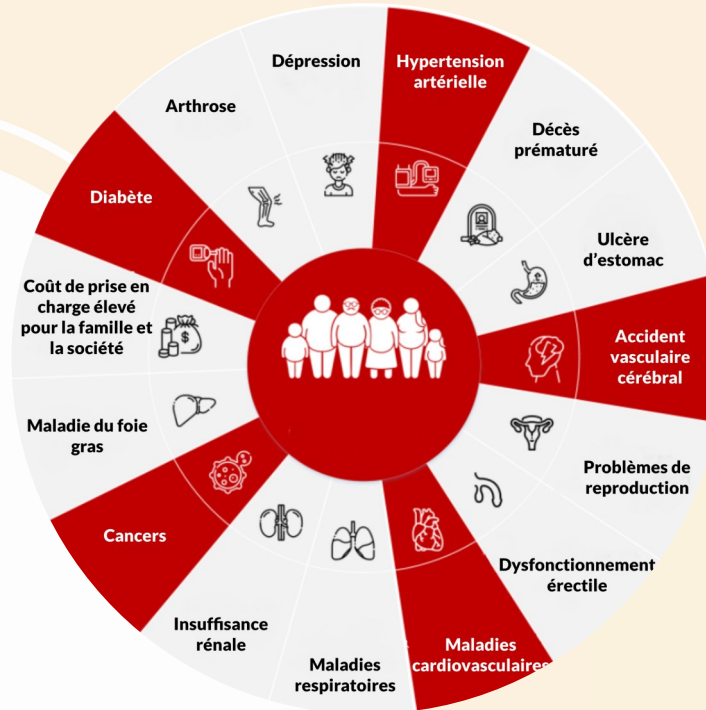


...4 Femmes sur 10 sont en surpoids ou obèses

- La prévalence de **l'obésité** dans la population camerounaise adulte est passée de 5% en 2000 à 10% en 2016 (5% chez les hommes et 14% chez les femmes). Si rien n'est fait, cette prévalence atteindra 20% en 2025.
- La prévalence du **diabète** parmi les adultes a triplé en 20 ans (2% en 1998 et 6% en 2018).
- 31% de la population (1 adulte sur 3) souffre d'**Hypertension Artérielle (HTA)**

2

L'OBÉSITÉ ET SES CONSÉQUENCES



Les conséquences du surpoids et de l'obésité



- Les **enfants obèses** sont **plus à risque** de développer **l'asthme ou l'hypertension artérielle**. Ils ont une **qualité de vie altérée** et **l'espérance de vie est réduite**.

- **L'obésité augmente de 30%** le risque de présenter une **forme sévère** de la **COVID-19**.

3

L'ÉDUCATION NUTRITIONNELLE

Les mauvaises habitudes alimentaires et l'inactivité physique sont les principales causes des MNT

Il est urgent de modifier les habitudes alimentaires et promouvoir l'activité physique à l'échelle individuelle, familiale et communautaire.

«**L'ÉDUCATION NUTRITIONNELLE** est un ensemble de stratégies éducatives pouvant être mises en œuvre à différents niveaux, visant à aider les populations à atteindre des changements positifs et durables de leurs comportements alimentaires »

L'éducation nutritionnelle doit intervenir dès l'enfance :

- L'enfance et l'adolescence sont les phases du développement de l'individu au cours desquelles les habitudes de vie qui influenceront la santé et le bien-être à l'âge adulte se structurent. De bonnes habitudes alimentaires acquises pendant cette période seront maintenues à l'âge adulte.
- Instaurer des comportements favorables à la santé pendant l'enfance et l'adolescence est plus aisé et plus efficace que d'essayer de modifier des comportements néfastes et de traiter des maladies à l'âge adulte.
- L'école constitue un cadre idéal pour enseigner et donner aux élèves la possibilité d'améliorer leurs comportements en matière d'alimentation.