Septembre 2006

« BIEN BOUGER, MIEUX MANGER » EN POITOU-CHARENTES

CONTEXTE GENERAL

La mise en place d'une politique nutritionnelle est apparue, au cours des dernières années comme une **priorité de santé publique**. Le **rôle joué par la nutrition** comme facteur de protection ou de risque des pathologies les plus répandues en France est de mieux en mieux compris, qu'il s'agisse du cancer, des maladies cardio-vasculaires, de l'obésité, de l'ostéoporose ou du diabète. En parallèle, on observe une **forte augmentation de l'obésité en France** chez les adultes et les enfants.

Programme national

Lancé en Janvier 2001 par le Ministère de la Santé, **le Programme National Nutrition Santé (PNNS)** a pour objectif général d'améliorer l'état de santé de l'ensemble de la population en agissant sur la nutrition.

La stratégie retenue repose sur la promotion d'une nutrition positive associant alimentation, activité physique et plaisir, prenant en compte la complexité de l'acte alimentaire, sa dimension sociale et culturelle, ainsi que la diversité des situations. Le public visé est la population générale. Certaines actions s'adressent aux adultes, d'autres à certaines populations spécifiques comme les jeunes et leurs parents, les personnes âgées et les femmes enceintes. Neuf objectifs nutritionnels prioritaires en terme de santé publique ont été définis, et neufs objectifs nutritionnels spécifiques à des cibles ou à des périodes de vie particulières ont été mis en place.

Programme régional

Afin de mettre en place une déclinaison régionale du PNNS, un programme régional Poitou-Charentes a été défini depuis 2003 désignant des populations prioritaires et des axes stratégiques.

Les **enfants et adolescents** ont été retenus dans le cadre de ce programme comme **population prioritaire**, ce choix étant motivé par les arguments suivants :

- une augmentation inquiétante de la prévalence de l'obésité, en particulier dans la région Poitou-Charentes,
- le développement des activités sédentaires dans notre société
- la réalisation possible d'une prévention à long terme pouvant s'inclure dans l'éducation des jeunes.

Parmi les axes stratégiques définis par la région, l'un concerne **l'acquisition de comportements alimentaires favorables à la santé et au développement de l'activité physique** ; un programme intitulé « Bien manger, Bien bouger » a été développé dans le département de la Vienne en 2005 ; il est étendu à l'ensemble de la région à partir de la rentrée 2006-07

PROGRAMME " BIEN BOUGER, MIEUX MANGER EN POITOU-CHARENTES"

OBJECTIF GENERAL

Promouvoir l'éducation nutritionnelle et l'activité physique et sportive chez les jeunes collégiens du Poitou-Charentes.

OBJECTIFS OPERATIONNELS

1er axe : Interrompre l'augmentation de la prévalence de l'obésité
Interrompre l'augmentation de la prévalence de l'obésité chez les enfants de 11 à 13 ans

2ème axe : Développer l'activité physique et sportive.

- Maintenir dans le temps 4 ans après l'action (N + 4) la durée de *l'activité physique hebdomadaire* au collège (7 h 20) et réduire *l'activité sédentaire quotidienne* (1 h les jours d'école et 3 h les jours sans école)

- Diminuer de 9 à 5 % le pourcentage de collégiens n'ayant aucune activité sportive en dehors de l'école.

3ème axe : Promouvoir l'éducation nutritionnelle.
Intégrer les apports théoriques sur la nutrition (programme de SVT de 5ème) au mode de vie du collégien pour faciliter :

- l'implication des familles
- la restauration collective
- les projets inter-disciplinaires

Pour ce faire, des réunions de sensibilisation, des formations multidisciplinaires seront mises en place.

4ème axe : Améliorer la qualité des apports nutritionnels dans le milieu familial et en restauration collective.

- *Fruits et légumes* : réduire les petits consommateurs (inférieur ou égal à 2 par jour) de 61 % à 45 %.
- *Sucres simples* : réduire la consommation en agissant sur les prises alimentaires et sur les consommations de boissons sucrées en dehors des repas :
  - Réduire de 2,5 à 1,5 par jour le nombre moyen de produits sucrés consommés
  - Réduire de 41 % à 30 % le pourcentage de consommateurs quotidiens de 2 boissons sucrées et plus
- *Matières grasses :* limiter les consommations ajoutées en réduisant de 17 à 12 % les consommateurs quotidiens de 2 ou plus de produits riches en lipides

PUBLICS CONCERNES PAR LE PROJET

☞ Collégiens scolarisés dans l'académie de Poitiers **sur la base du volontariat** des équipes des établissements

☞ Equipes pédagogiques et éducatives

☞ Equipes de restauration scolaire

☞Parents d'élèves

DESCRIPTIF DU PROJET

1/ Les actions qui seront mises en place

- *Action auprès des élèves de 6ème* :
  - Calcul de l'Indice de Masse Corporelle à partir des mesures effectuées par les infirmières
  - Auto-questionnaire concernant les habitudes alimentaires et la pratique des activités physiques et sportives.
  - Prise en charge médicale des enfants présentant un surpoids et une obésité en lien avec médecins libéraux et hospitaliers ainsi qu'avec les acteurs du futur réseau régional de prise en charge de l'obésité de l'enfant.

- *Action auprès des élèves de 5ème*
  - Appui aux équipes des collèges pour le développement en classe de 5ème prioritairement, d'actions d'éducation nutritionnelle (accompagnement de la plaquette P.N.N.S) et de développement de l'activité physique et sportive

- Evaluation des actions d'éducation nutritionnelle en classe de 5ème

- *Action auprès des élèves de 4ème et de 3ème*

  - Actions d'éducation nutritionnelle et promotion des activités sportives

- *Action auprès des élèves de 3ème en 2006-2007 et 2009-10*
  - Enquête nutritionnelle en classe de 3ème et suivi de cohorte à N + 4

2/ Les acteurs

- Les coordinateurs du projet avec une équipe projet, un comité de pilotage et un comité scientifique

- Les acteurs de l'enquête associant l'Observatoire Régional de Santé Poitou-Charentes et les infirmières et médecins scolaires

- Les opérateurs des actions d'éducation nutritionnelle et sportive :

- Equipes pédagogiques et éducatives des collèges volontaires
- Equipes de la mission de promotion de la santé en faveur des élèves
- Techniciens restauration E.N.
- Associations de parents d'élèves
- Directions Régionale et Départementales de l'U.N.S.S
- Directions Régionale et Départementales Jeunesse et Sports
- Comité Régional d'Education pour la Santé
- Union Régionale des Médecins Libéraux (URML) (sous réserve)

3/ Les modalités de mise en place

- Pilotage régional avec référents départementaux.
- Appel au volontariat et à l'engagement des équipes des établissements.
- Soutien technique pour la mise en place par l'équipe projet.
- Formation des équipes des établissements volontaires.
- Concours et récompense des 3 meilleurs programmes de la région
- Evaluation du programme par l'Observatoire Régional de la Santé Poitou-Charentes