Lien potentiel entre les connaissances en matière d'alimentation et de nutrition des mamans et le statut nutritionnel de leur(s) enfant(s) de 7 à 10 ans.

Une très récente étude menée par le CERDEN (Centre Européen pour la Recherche, le Développement et l'Enseignements de la Nutrithérapie -Association Internationale) avait comme objectif s'évaluer le lien potentiel entre les connaissances en matière d'alimentation et de nutrition des mamans et le statut nutritionnel des enfants (de 7 à 10 ans).

Méthode : L'étude portait sur 133 mamans intéressées par l'alimentation, tout âge et tout niveau d'enseignement confondus, résidant sur le territoire belge sans distinction de l'origine et ayant à leur charge un enfant âgé entre 7 et 10 ans. L'approche se présentait sous forme longitudinale rétrospective utilisant un Food Fréquency Questionnaire (FFQ) afin d'évaluer les choix alimentaires des mamans destinés à leur enfant. Un QCM balayant les domaines de l'alimentation, de la diététique et de la nutrition a permis de stratifier l'échantillon en deux groupes quant à l'étendue de leurs connaissances (G+ ; G-)[1]. Le statut nutritionnel des enfants a été estimé grâce aux données issues de la table de composition des aliments de référence belge et comparé entre groupes (objectif principal) et vis-à-vis des recommandations (AJR) émanant du Conseil Supérieur de la Santé (objectif secondaire). L'analyse statistique – seuil de décision fixé à $\alpha = 0.05$ – a été utilisée afin de mettre en évidence les associations entre variables étudiées.

Résultats : Des différences significatives entre les deux groupes (respectivement « G+ vs G- » ci-après) ont été observées vis-à-vis de l'apport en énergie (2113.3 kcal vs 1650.1 kcal), en glucides (266.5 g vs 202.2 g), en potassium (950,9 mg vs 656.6 mg), en calcium (796 mg vs 563.2 mg), en phosphore (919.1 mg vs 627.3), en magnésium (127.9 mg vs 92.8 mg), en zinc (6 mg vs 4.5 mg) et en vitamine C (95 mg vs 61.2 mg). La répartition en macronutriments énergétiques en fonction de l'AET[2] est sensiblement identique et assez proche des recommandations excepté pour ce qui est des sucres[3] (P, L, G (S) : 12.3%, 34.9%, 50.5% (23.2%) vs 12.8%, 35.9%, 49% (21.8%)). Comparé aux AJR, « G+ » présente significativement des apports plus élevés en énergie (2113 kcal vs 1762 kcal), en protéines (65.2 g vs 26.5 g), en lipides (81.9 g vs 63.6 g), en sucres (122,6 g vs 44 g), en sodium (1853 mg vs 800 mg) en phosphore (919 mg vs 700 mg). « G- » présente significativement un apport en énergie proche des recommandations (1650.1 kcal vs 1762 kcal), ainsi que des apports plus élevés en protéines (52.9 g vs 26.5 g), en sucres (90 g vs 44 g) et en sodium (1474.6 mg vs 800 mg).

Conclusion : Il s'agit ici d'une première étude à petite échelle qui tente très humblement de mettre en avant un lien entre les connaissances en matière d'alimentation et de nutrition des mamans et le statut nutritionnel des enfants. Il semblerait que l'étendue des connaissances puisse jouer un rôle quant aux choix alimentaires des mamans vis-à-vis de leurs enfants. Bien que la distribution des nutriments semble quasi équivalente de part et d'autre, les profils proposant une meilleure connaissance présenteraient une tendance à un AET largement supérieur non seulement par rapport

[1] « G+ » = groupe ayant les meilleures connaissances et « G- », les moins bonnes

[2] AET : Apport Energétique Total

[3] L'information étant à prendre avec des pincettes au vu de la différence terminologique entre la donnée « sucres » disponible via logiciel et la recommandation « sucres ajoutés » du CSS.

aux profils opposés mais également vis-à-vis des recommandations entrainant, de facto, un écart important vis-à-vis de certains AJR.

Discussion :

Comme susmentionné, bien que la taille de l'échantillon soit déjà raisonnable (n = 133), il n'en reste pas moins qu'il ne s'agisse, ici, que d'une étude de petite ampleur n'ayant pas la prétention des grosses enquêtes de Santé Publique comprenant plusieurs milliers de sujets.

L'échantillon a principalement été créé via le bouche-à-oreille et les réseaux sociaux ; il ne peut donc pas être totalement considéré comme aléatoire simple.

Le FFQ est un outil rétrospectif relativement efficace mais présente un biais de mémoire et d'estimation. D'autre part, il ne propose que des valeurs moyennes ; moindre mal étant donné que l'objectif principal ne concernait pas les chiffres à proprement parler mais bien l'observation d'éventuelles différences entre groupes. La focalisation sur les chiffres stricto sensu ne présente pas beaucoup d'intérêt d'autant plus que les AJR sont également issus de moyennes.

L'étude a permis de mettre le doigt sur des points intéressants – et parfois insoupçonnés – exposés sous forme d'observations et résultant sur de nombreuses interrogations quant à leur étiologie. Une investigation plus poussée des données obtenues et l'apport d'études complémentaires seraient bien sûr nécessaires au confort de cette première enquête.

Septembre 2021