

Programme Nutrition, Prévention et Santé des enfants et adolescents en Aquitaine

Le Programme Nutrition, Prévention et Santé des enfants et adolescents en Aquitaine est en oeuvre depuis fin 2004.

Il se décline dans les 5 départements d'Aquitaine en trois volets principaux :

- 1 - dépistage et prévention de l'obésité ;
- 2 - offre alimentaire / prises alimentaires en milieu scolaire ;
- 3 - actions pédagogiques.

4 enquêtes ont été réalisées en 2004-2005, sur l'Académie de Bordeaux (Aquitaine), dressant un état des lieux permettant de guider les modalités d'interventions et d'améliorer les pratiques.

Enquête Collation en Maternelle

Cette enquête dresse un état des lieux :

- des pratiques des enfants scolarisés en maternelle en Aquitaine en termes de collation et de goûters d'anniversaire,
- des attentes des enseignants, afin de définir et de cibler les actions à mener dans les écoles maternelles.

Comment s'est déroulée l'enquête ?

Elle a été effectuée par l'ISPED, Université de Bordeaux 2, en fin d'année scolaire 2004-2005, auprès d'un échantillon des écoles maternelles d'Aquitaine.

Un questionnaire, accompagné d'une lettre du Recteur, a été adressé aux enseignants des écoles maternelles de l'échantillon par les Inspecteurs d'Académie.

Ce qu'il faut savoir...

Les experts (AFSSA* et Comité de Nutrition de la Société Française de Pédiatrie**) estiment que la « **collation du matin n'est pas justifiée** et peut entraîner un déséquilibre de l'alimentation et une modification des rythmes alimentaires des enfants ».

Par ailleurs, « du fait de sa composition, cette prise alimentaire supplémentaire, équivalente à du grignotage, est à l'origine d'un excès calorique, qui ne peut que favoriser l'augmentation de la prévalence de l'obésité, déjà constatée depuis trente ans chez les enfants d'âge scolaire en France ».

*AFSSA 2004 - www.afssa.fr
**Bocquet et coll. Arch Péd 2003.



Attention !

Il ne faut pas confondre la collation du matin avec le goûter qui se prend vers 16h30-17h à la fin de la classe et qui est recommandé pour tous les enfants de cet âge.

Les résultats

1- Perception des enseignants sur la collation

76% des enseignants pensent que la collation répond à un besoin pour les raisons suivantes :

- moment de convivialité et de partage (67%) ;
- un bon nombre d'entre eux est convaincu que beaucoup d'enfants ne prennent pas de petit déjeuner à la maison (61%) ;
- occasion d'activité pédagogique (49%) ;
- la collation permet de mieux satisfaire les besoins en calcium (9%).

En revanche, **un tiers des enseignants (31%) semble déjà correctement informés. Ceux-ci déclarent que la collation n'est pas justifiée** en citant les raisons suivantes :

- elle donne de mauvaises habitudes en termes de rythme alimentaire (64%),
- elle est composée généralement d'aliments riches en graisse et en sucres (64%),
- la pratique du petit déjeuner est habituelle à cet âge (48%),
- la collation est facteur de risque d'obésité chez l'enfant (40%).

La situation en Aquitaine

La plupart des enquêtes réalisées en France ces dernières années montrent qu'à l'école primaire plus de 90% des enfants prennent un petit déjeuner. L'enquête menée en Aquitaine confirme ces résultats en montrant que moins de 4% des enfants de CE2 n'avaient pas pris leur petit déjeuner le jour de l'enquête.

2- Collation en maternelle en 2004-2005 : une pratique encore répandue

69% des enseignants ont déclaré organiser une collation (le matin et/ou l'après-midi) au sein de leur classe. Généralement, la collation a lieu tous les jours, le matin, le plus souvent avant 10h. Dans un quart des cas, cette collation était organisée à la fois le matin et l'après-midi.

Le fait d'organiser ou non une collation est apparu statistiquement associé à l'opinion de l'enseignant sur son bien fondé.

La collation est fournie par la municipalité et/ou par les parents. Pour les parents, les « biscuits, gâteaux secs » et les « fruits et compotes » sont prédominants alors que pour les municipalités, le « lait » entier ou demi écrémé prédomine.

Ce qu'il faut savoir...

"La distribution de lait n'est pas justifiée en primaire puisqu'il n'existe pas d'insuffisance d'apports calciques dans cette tranche d'âge et que les collations à base de lait (notamment s'il est entier) représentent une part trop importante de la ration calorique et lipidique journalière"*.

*Bocquet et coll. Arch Péd 2003.

3- Vers une progressive suppression de la collation

On peut constater que **les pratiques des collations organisées au sein des classes avaient déjà évolué favorablement pour 82% des enseignants en 2004-2005**, conduisant principalement à son aménagement (68%) voire à sa suppression (39%).

En grande majorité, les améliorations concernaient la composition de la collation (les fruits sont proposés plus souvent) et son horaire (avancement de l'heure de la collation du matin).

Ces mesures sont en cohérence avec les premières recommandations de la circulaire de l'Education Nationale de juin 2001 et les actions en ce sens déjà initiées par les acteurs de terrain.

4- Pratique du goûter d'anniversaire : 89% des enseignants ont déclaré "fêter les anniversaires des enfants par un goûter amené par les parents"

Dans 75% des cas, les anniversaires étaient fêtés individuellement. Seuls 22% des 345 enseignants organisaient mensuellement un goûter.



Les recommandations du Programme National Nutrition Santé

« Il est souhaitable de ne pas multiplier les goûters d'anniversaire et de les regrouper, par exemple mensuellement, afin d'éviter des apports énergétiques excessifs. Ceci n'empêche pas de fêter de temps en temps également d'autres événements (sortie, accueil d'une autre classe, etc...). Pour ces fêtes, il peut être envisagé des alternatives aux aliments riches en lipides et/ou glucides, plus proches des recommandations du PNNS (penser aux fruits, salades de fruits sans ajout de sucre, jus de fruits "sans sucre ajouté" et aux produits laitiers demi-écrémés) ».

(Extrait du livret d'accompagnement du "Guide nutrition des enfants et adolescents pour tous les parents", destiné aux professionnels de santé du PNNS, page 44 : les fêtes à l'école)

5- Les enseignants, en demande d'information

86% des enseignants ayant répondu pensent que pour améliorer les pratiques en termes de collation, il faudrait mettre en place des actions d'information. Il serait intéressant d'organiser des débats sur le thème des besoins alimentaires et des recommandations en termes d'alimentation des enfants. Les principales cibles de ces débats seraient, tout d'abord, les parents (pour 96% des répondants), ensuite les élèves (pour 64%), puis les assistants territoriaux spécialisés des écoles maternelles (ATSEM) et les enseignants eux-mêmes.

Ce qu'il faut retenir ...

Même si une majorité d'enseignants de maternelle (69%) organisait encore une collation en 2004-2005, des évolutions favorables notamment en termes de composition et d'horaire se dessinaient déjà.

Cependant, si l'on exclut les collations composées principalement de lait et/ou de fruits, 55% des enseignants pratiquaient une collation composée d'autre chose que de lait et/ou de fruits : gâteaux, chocolat, barre de céréales, etc... Par ailleurs, les municipalités fournissent encore beaucoup de lait souvent entier, alors que pour cette tranche d'âge, les experts s'accordent à dire que les besoins en calcium sont largement couverts et que cet apport supplémentaire de lait n'est plus justifié.

6- Le programme en action !

A la suite de cette enquête, des recommandations sur la collation ont été élaborées en lien avec tous les acteurs du programme et en particulier avec le Rectorat et les Inspections Académiques de l'Académie de Bordeaux.

Les recommandations ont été diffusées en septembre 2005 par le Recteur de l'Académie de Bordeaux auprès des directeurs d'écoles de l'Académie.

Les recommandations du Programme Nutrition Prévention et Santé des enfants et adolescents en Aquitaine

« Dans l'idéal, il est préférable de **supprimer la collation systématique du matin à l'école, tout en encourageant auprès des parents et des enfants, la prise d'un petit déjeuner** pour tous les enfants, en cherchant des solutions pour les cas particuliers et en s'appuyant sur les enseignants et si besoin, sur les infirmières et médecins de l'Education Nationale ». Une bonne information des enseignants et des familles apparaît comme essentielle à la mise en œuvre de ces recommandations.

• Des outils spécifiques ont été élaborés :



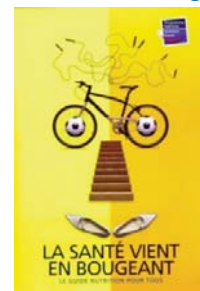
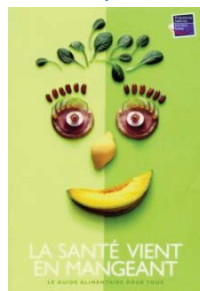
Suite à cette enquête, **des recommandations sur les pratiques alimentaires pour le premier degré** ont été élaborées en lien avec tous les acteurs du programme (particulier le Rectorat et les Inspections Académiques de l'Académie de Bordeaux) ; elles ont été diffusées en septembre 2005 par le Recteur auprès des directeurs

d'écoles, accompagnées d'un livret de « recommandations sur l'offre alimentaire hors restauration scolaire pour le premier degré » destiné aux enseignants et encadrants.

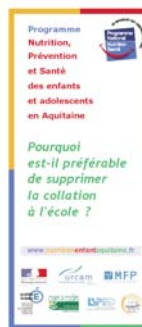
Les résultats complets de cette enquête, les textes officiels et toutes les recommandations du programme sont disponibles sur le site :

www.nutritionenfantaquitaine.fr

Retrouvez la collection des guides nutrition du PNNS sur www.inpes.sante.fr et sur www.mangerbouger.fr



Une plaquette intitulée **"Pourquoi est-il préférable de supprimer la collation à l'école ?"** est également disponible. Elle explique le bienfait de la suppression de la collation à la maternelle.



La diffusion de ces documents aux familles et aux enseignants est soutenue par les infirmières et médecins de l'Education Nationale et par la ville de Bordeaux, lors de la réalisation des bilans de santé scolaire.

• **Des actions pédagogiques ont été engagées** dans les écoles primaires, comprenant une formation des enseignants et des encadrants et des actions en classe sur les sites pilotes départementaux. Ces actions se poursuivent et s'étendent à d'autres écoles volontaires depuis la rentrée 2006.

7- Et pour la suite ...

Cette enquête sera réalisée régulièrement afin d'apprécier l'impact des interventions du Programme Nutrition, Prévention et Santé des enfants et adolescents en Aquitaine sur ces pratiques.



Les acteurs du Programme Nutrition, Prévention et Santé des enfants et adolescents en Aquitaine

