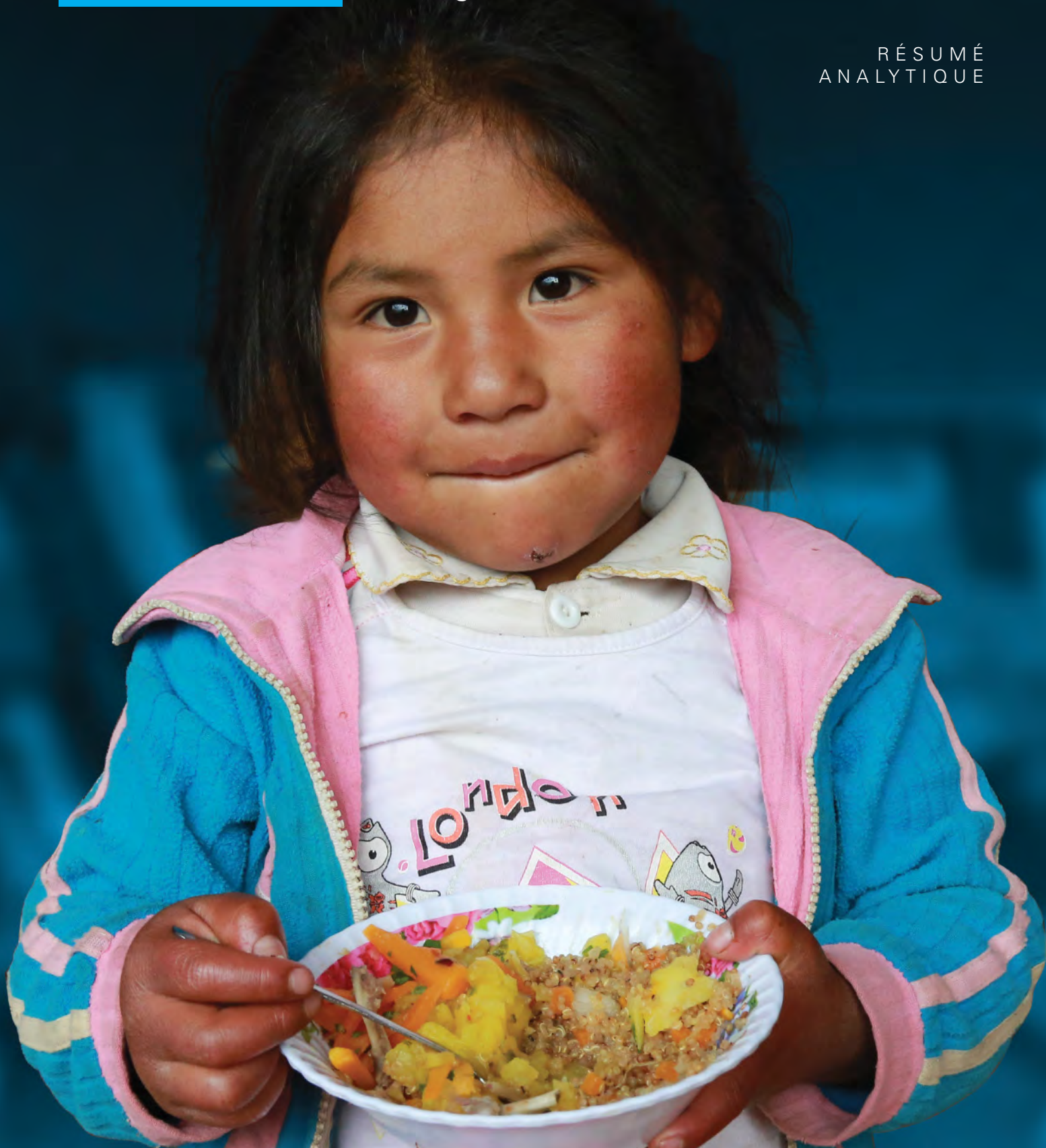


Enfants, nourriture et nutrition

Bien grandir dans un monde en mutation

RÉSUMÉ
ANALYTIQUE



Pour télécharger le rapport complet, veuillez vous rendre sur
www.unicef.org/sowc.

**L'UNICEF remercie le Royaume des Pays-Bas et le Gouvernement de Norvège
pour leur soutien à l'élaboration de ce rapport.**

Publié par le Bureau des éclairages mondiaux et des politiques
3 United Nations Plaza, New York, NY 10017, États-Unis
pubdoc@unicef.org

© Fonds des Nations Unies pour l'enfance (UNICEF)
Octobre 2019

Photo de couverture : Une fillette mange dans la communauté de
Hanaq Chuquibamba, au Pérou.

© UNICEF/Vilca/2019

ISBN: 978-92-806-5000-6

LA SITUATION DES ENFANTS DANS LE MONDE 2019

Enfants, nourriture et nutrition

BIEN GRANDIR DANS UN MONDE EN MUTATION

Le rapport *La Situation des enfants dans le monde 2019* examine la malnutrition chez les enfants de nos jours, à une époque où un enfant sur trois ne bénéficie pas de la nutrition dont il a besoin pour bien grandir. De plus en plus, les communautés sont confrontées à un triple fardeau de la malnutrition. Si des progrès ont été enregistrés, 149 millions d'enfants âgés de moins de 5 ans présentent encore un retard de croissance et près de 50 millions souffrent d'émaciation ; des centaines de millions d'enfants et de femmes souffrent de faim insoupçonnée en raison de carences en vitamines et en minéraux, et les taux de surpoids augmentent rapidement.

Au XXI^e siècle, la malnutrition chez les enfants s'inscrit dans le contexte d'un monde en pleine mutation, qui voit les populations urbaines croître et les systèmes alimentaires se mondialiser, ce qui donne lieu à une disponibilité accrue d'aliments riches en calories, mais faibles en nutriments.

La malnutrition porte gravement préjudice à la croissance et au développement des enfants. Si nous ne mettons pas fin à ce problème, les enfants et les sociétés peineront à réaliser leur plein potentiel. Mais pour relever ce défi, nous devons impérativement traiter la malnutrition à chaque étape de la vie de l'enfant et placer les besoins nutritionnels uniques des enfants au cœur des systèmes alimentaires et des systèmes de santé, d'approvisionnement en eau et d'assainissement, d'éducation et de protection sociale.

Avant-propos

© UNICEF/UN0154449/Nesbitt



Dans la cuillère qu'une mère ou qu'un père tend à son bébé, la nourriture représente l'amour. Dans le repas de fête qu'une famille prépare pour l'anniversaire d'un enfant, la nourriture représente la communauté. Dans les cris et les rires d'adolescents qui partagent une collation après l'école, la nourriture représente la joie. Et pour chaque enfant et chaque jeune partout, la nourriture représente la vie – un droit fondamental et la base d'une alimentation saine et d'un bon développement physique et mental.

Malheureusement, comme le montre ce rapport sur la situation des enfants dans le monde, nos enfants et nos jeunes sont bien trop nombreux à ne pas recevoir l'alimentation dont ils ont besoin, ce qui mine leur capacité à grandir, à se développer et à apprendre pour réaliser leur plein potentiel. Cette situation ne porte pas seulement préjudice aux enfants et aux jeunes en question, mais porte aussi préjudice à chacun d'entre nous.

Face à un tel constat, nous n'avons pas d'autre choix que de nous poser des questions difficiles : comment se fait-il qu'aujourd'hui, au XXI^e siècle, 149 millions d'enfants de moins de 5 ans continuent de présenter un retard de croissance et près de 50 millions d'enfants, de souffrir d'émaciation ? Comment est-il possible que le surpoids et l'obésité continuent d'augmenter chez les enfants et les jeunes, et soient de plus en plus présents dans les milieux défavorisés ? Comment se fait-il qu'une alimentation saine coûte de plus

en plus cher et qu'il soit de plus en plus économique de consommer des aliments non nutritifs et mauvais pour la santé ?

La nutrition se trouve depuis longtemps au cœur des activités de l'UNICEF. En 2018, nous avons contribué à fournir des aliments thérapeutiques qui sauvent des vies à 4,1 millions d'enfants souffrant de malnutrition aiguë sévère, nous avons amélioré la qualité de l'alimentation de plus de 15,6 millions d'enfants grâce à des programmes d'enrichissement des aliments dans les foyers, nous avons appuyé des programmes visant à prévenir l'anémie et d'autres formes de malnutrition chez plus de 58 millions d'adolescentes et d'adolescents, et nous avons veillé à ce que plus de 300 millions d'enfants bénéficient de services visant à prévenir le retard de croissance et d'autres formes de malnutrition.

La nutrition occupe aussi depuis longtemps une place importante dans l'exercice de notre leadership éclairé. En 1990, nous avons instauré un cadre révolutionnaire en matière de nutrition qui visait à définir les multiples causes de la malnutrition. En 2019, nous avons repensé ce cadre afin de mettre l'accent sur les facteurs indispensables à une bonne nutrition, à savoir l'alimentation des enfants et des femmes, les soins dont ils bénéficient, les environnements alimentaires dans lesquels ils évoluent, ainsi que les valeurs et l'engagement politique des sociétés pour soutenir le droit à une nutrition adéquate. Chacun de ces facteurs déterminants

renferme une possibilité d'améliorer la situation nutritionnelle des enfants, des jeunes et des femmes de nos sociétés.

En ma qualité de Directrice générale de l'UNICEF et de présidente du Groupe de direction de l'initiative Renforcer la nutrition, je tiens à réaffirmer mon engagement, ainsi que l'engagement de l'UNICEF, à exploiter l'ensemble de ces possibilités afin d'améliorer la nutrition de chaque enfant, en particulier au cours des 1 000 premiers jours décisifs de sa vie, de sa conception à son deuxième anniversaire, et de l'adolescence, qui constituent deux fenêtres de possibilités inégalées. En témoignage de cet engagement, nous publions le présent rapport ainsi que la nouvelle stratégie de l'UNICEF en matière de nutrition, qui définit nos priorités et nos plans pour améliorer la situation nutritionnelle des enfants, des jeunes et des femmes au cours des années à venir.

Nous savons comment combattre la malnutrition sous toutes ses formes, de la conception à l'adolescence, en passant par l'enfance. Cependant, nous ne pourrions pas remporter ce combat seuls. Il est impératif que les gouvernements nationaux fassent preuve d'une véritable détermination politique, renforcée par des engagements financiers clairs, ainsi que par des politiques et des mesures d'incitation qui encouragent le secteur privé à investir dans des produits alimentaires nutritifs, sûrs et abordables pour les enfants, les jeunes, les femmes et les familles. Il devient aussi urgent que nous nous employions à faire de la nutrition des enfants une priorité, non seulement dans les systèmes alimentaires, mais aussi dans les systèmes de santé, d'approvisionnement en eau et

d'assainissement, d'éducation et de protection sociale. Les avancées réalisées dans chaque système contribueront aux avancées réalisées dans tous les autres systèmes.

Les jeunes et les femmes ont conscience de l'importance de la nutrition et de l'alimentation. « Manger sainement, c'est se montrer responsable à l'égard de sa propre santé », a affirmé une fille de 16 ans en Chine durant l'un des quelque 70 ateliers organisés dans le cadre de la réalisation de ce rapport. « La nourriture est importante pour nous, car elle nous aide à étudier correctement », nous a par ailleurs confié une jeune fille de 13 ans en Inde. Les jeunes et les femmes ont également une idée précise des obstacles qui les empêchent d'avoir une alimentation saine. « Je n'ai pas assez d'argent pour m'acheter à manger et pour acheter à manger à mon bébé », nous a dit une mère de 20 ans au Guatemala. « Je ne sais pas quels aliments sont bons pour la santé », a déploré une adolescente de 18 ans au Zimbabwe.

Une alimentation saine ouvre la voie à l'égalité des chances. Attachons-nous ensemble à faire tomber les obstacles et à garantir que chaque enfant, chaque jeune et chaque femme bénéficient du régime alimentaire nutritif, sûr, abordable et durable dont ils ont besoin à chaque moment de leur vie pour réaliser leur plein potentiel.



Henrietta H. Fore
Directrice générale de l'UNICEF



Un enfant vend des en-cas à d'autres enfants devant une clinique de Gaza, dans l'État de Palestine. © UNICEF/UN068011/EI Baba

Enfants, nourriture et nutrition | Bien grandir dans un monde en mutation

Messages clés

Au moins un enfant âgé de moins de 5 ans sur trois est dénutri ou en surpoids et un sur deux souffre de faim insoupçonnée, autant de pathologies qui sapent la capacité de millions d'enfants à bien grandir et à réaliser leur plein potentiel.

- À l'échelle du globe, au moins un enfant âgé de moins de 5 ans sur trois ne grandit pas bien car il souffre d'une ou de plusieurs des trois formes les plus visibles de la malnutrition, à savoir le retard de croissance, l'émaciation et le surpoids.
- Dans le monde, au moins un enfant âgé de moins de 5 ans sur deux souffre de faim insoupçonnée en raison de carences en vitamines et autres nutriments essentiels.
- La dénutrition continue de nuire gravement aux enfants. En 2018, près de 200 millions d'enfants âgés de moins de 5 ans présentaient un retard de croissance ou une émaciation, tandis qu'au moins 340 millions souffraient de faim insoupçonnée.
- Le surpoids et l'obésité ne cessent de gagner du terrain. De 2000 à 2016, la part des enfants âgés de 5 à 19 ans en surcharge pondérale est passée de 10 % à près de 20 %.
- Le nombre d'enfants présentant un retard de croissance a décliné dans toutes les régions, excepté en Afrique, tandis que celui des enfants en surpoids a augmenté dans toutes les régions, y compris en Afrique.

Le triple fardeau de la malnutrition – à savoir la dénutrition, la faim insoupçonnée et le surpoids – menace la survie, la croissance et le développement des enfants, des jeunes, mais aussi les économies et les nations.

- Le retard de croissance – signe évident qu'un enfant ne se développe pas bien – est à la fois un symptôme de privation passée et un indicateur de pauvreté future.
- L'émaciation peut être mortelle chez l'enfant, en particulier dans ses formes les plus sévères. Contrairement aux croyances populaires, la majorité des enfants émaciés dans le monde vivent en Asie et non dans des situations d'urgence.
- La faim insoupçonnée porte préjudice aux enfants comme aux femmes. Chez l'enfant, les carences en fer diminuent les capacités à apprendre tandis que chez la femme, l'anémie ferriprive augmente le risque de décès pendant ou peu après l'accouchement.
- Le surpoids chez l'enfant peut entraîner l'apparition précoce d'un diabète de type 2, la stigmatisation et la dépression. L'obésité infantile est également un important facteur d'obésité à l'âge adulte, laquelle entraîne des répercussions sanitaires et économiques majeures.
- Le fardeau de la malnutrition sous toutes ses formes est essentiellement porté par les enfants et les jeunes issus des milieux les plus pauvres et marginalisés, qui perpétuent ainsi le cycle de la pauvreté à travers les générations.

Le triple fardeau de la malnutrition est à mettre sur le compte d'une mauvaise alimentation infantile : deux enfants sur trois ne bénéficient pas de la diversité alimentaire minimale recommandée pour une croissance et un développement optimaux.

- Seuls deux enfants âgés de moins de 6 mois sur cinq bénéficient de l'allaitement exclusif recommandé. L'allaitement pourrait pourtant sauver la vie de 820 000 enfants chaque année dans le monde.
- Le recours aux substituts du lait maternel est préoccupant. De 2008 à 2013, les ventes de formules à base de lait ont en effet augmenté de 41 % à l'échelle mondiale et de 72 % dans les pays à revenu intermédiaire de la tranche supérieure comme le Brésil, la Chine et la Turquie.
- Les mauvais régimes alimentaires conduisent à la malnutrition dès la petite enfance : 44 % des enfants âgés de 6 à 23 mois ne mangent ni fruits, ni légumes, et 59 % ne reçoivent ni œufs, ni produits laitiers, ni poisson, ni viande.
- Seul un enfant âgé de 6 à 23 mois sur cinq issu des foyers les plus pauvres et des milieux ruraux reçoit une alimentation conforme à la diversité alimentaire minimale recommandée pour une croissance et un développement cérébral optimaux.
- De nombreux adolescents scolarisés consomment des aliments hautement transformés : 42 % boivent des sodas au moins une fois par jour et 46 % consomment des aliments issus de la restauration rapide au moins une fois par semaine.

La mondialisation, l'urbanisation, les inégalités, les crises humanitaires et les chocs climatiques entraînent des changements négatifs inédits de l'état nutritionnel des enfants dans le monde.

- La mondialisation influe sur l'éventail d'aliments proposés et les choix alimentaires : 100 grandes entreprises fournissent à elles seules 77 % des aliments transformés vendus dans le monde.
- Dans les villes, les enfants pauvres vivent dans des « déserts alimentaires », dans lesquels les aliments sains ne sont pas disponibles, ou dans des « bourbiers alimentaires » proposant une abondance de produits transformés hautement caloriques et à faible teneur en nutriments.

- Les familles pauvres ont tendance à opter pour des aliments de mauvaise qualité moins coûteux. Du fait de la pauvreté et de l'exclusion, les enfants les plus défavorisés sont ceux qui courent le plus grand risque de souffrir de malnutrition, toutes formes confondues.
- Les chocs climatiques, la perte de biodiversité et la pollution de l'eau, de l'air et des sols aggravent les perspectives nutritionnelles de millions d'enfants et de jeunes, en particulier dans les milieux pauvres.
- En 2018, l'UNICEF et ses partenaires ont traité plus de 3,4 millions d'enfants atteints de malnutrition sévère dans des contextes humanitaires, de l'Afghanistan au Yémen en passant par le Nigéria et le Soudan du Sud.

Améliorer la nutrition infantile requiert des systèmes alimentaires qu'ils fournissent une alimentation nutritive, sûre, abordable et durable à tous les enfants.

- Des millions d'enfants mangent en quantité insuffisante les aliments dont ils ont besoin tandis que des millions d'autres consomment en excès ceux dont ils n'ont pas besoin : les mauvais régimes alimentaires représentent aujourd'hui le premier facteur de risque pour la charge mondiale de morbidité.
- La nutrition infantile doit être placée au cœur des systèmes alimentaires nationaux : en effet, répondre aux besoins nutritionnels spécifiques des enfants est crucial pour parvenir à un développement durable.
- Des incitations financières doivent être mises en place pour récompenser les acteurs qui améliorent la disponibilité des aliments sains et abordables sur les marchés et dans les autres points de vente, en particulier dans les communautés à faible revenu.
- Des mesures financières dissuasives visant les denrées malsaines peuvent améliorer l'alimentation des enfants. Par exemple, les taxes appliquées sur les aliments et les boissons sucrés peuvent contribuer à réduire leur consommation.
- Pour lutter contre la faim insoupçonnée chez les enfants, les jeunes et les femmes, les interventions telles que l'enrichissement des aliments de base et complémentaires en micronutriments affichent un bon rapport coût-efficacité.

Les environnements alimentaires sont déterminants. Lorsque les aliments sains sont abordables, pratiques et désirables, les enfants et les familles font de meilleurs choix alimentaires.

- Si les enfants, les adolescents, les jeunes, les parents et les familles ont besoin d'aide pour demander des aliments nutritifs, les environnements alimentaires doivent, de leur côté, promouvoir et soutenir une alimentation saine.
- Les stratégies de communication innovantes, amusantes, accrocheuses et stimulantes visant à promouvoir une alimentation saine s'avèrent efficaces lorsqu'elles tirent parti des aspirations culturelles et sociales des enfants, des adolescents et des familles.
- La législation peut jouer un rôle de premier plan dans la promotion de régimes alimentaires sains pour les enfants, notamment en réglementant le marketing des substituts du lait maternel ciblant les mères et les familles, ainsi que celui des aliments défavorables à la santé des enfants.
- Le marketing des produits alimentaires néfastes et des boissons sucrées est directement associé à la hausse du surpoids et de l'obésité infantiles.
- Des étiquettes – visibles, exactes et faciles à comprendre – apposées sur la face avant des emballages peuvent aider les enfants, les jeunes et les familles à opter pour des aliments meilleurs pour leur santé et inciter les fabricants alimentaires à proposer des aliments plus sains.
- Les gouvernements doivent promouvoir des environnements alimentaires sains à l'école, notamment en proposant des repas scolaires équilibrés et en limitant la vente et la publicité de produits néfastes à proximité des écoles et des terrains de jeux.
- Les systèmes de la santé, de l'eau et de l'assainissement, de l'éducation et de la protection sociale ont également un rôle crucial à jouer dans la promotion et le soutien d'une bonne nutrition pour les enfants, les adolescents et les femmes.

La nutrition doit être perçue comme un investissement stratégique si l'on prétend atteindre les objectifs de développement durable d'ici à 2030.

- Investir dans la nutrition infantile est crucial pour le développement du capital humain. En effet, la

nutrition est une pierre angulaire de la croissance, du développement cognitif, de bons résultats scolaires et de la productivité future des enfants.

- Une main d'œuvre jeune et importante, dotée d'un grand potentiel de créativité et de productivité, est en train d'émerger en Afrique et en Asie. Cependant, la malnutrition risque de limiter ce dividende démographique.
- Les investissements réalisés en faveur de la nutrition engendrent d'importantes retombées économiques. À titre d'exemple, chaque dollar investi dans la lutte contre le retard de croissance génère des retombées économiques équivalant à 18 dollars des États-Unis environ dans les pays les plus durement touchés.

Un seul mot d'ordre doit guider notre lutte contre la malnutrition infantile : l'action. En effet, nous devons adopter des mesures qui tiennent compte du rôle central des systèmes alimentaires, renforcent l'offre et la demande d'aliments sains, améliorent l'environnement alimentaire des enfants et tirent pleinement parti du rôle des principaux systèmes à même de soutenir la nutrition.

Parallèlement à l'action, un autre impératif s'impose : la responsabilité. Celle-ci implique que les progrès soient mesurés, partagés, suivis d'effet et célébrés. Une bonne nutrition est essentielle pour le bien-être des enfants et la réalisation des objectifs de développement durable. Aussi doit-elle être placée au cœur des politiques publiques tout en étant soutenues par les acteurs clés concernés, notamment la société civile et le secteur privé.

Le rapport de l'UNICEF *La Situation des enfants dans le monde 2019* conclut sur ce **Programme pour faire du droit des enfants à une bonne nutrition une priorité :**

- 1 Donner les moyens aux familles, aux enfants et aux jeunes de demander des aliments nutritifs.
- 2 Inciter les fournisseurs de denrées alimentaires à agir dans l'intérêt des enfants.
- 3 Créer des environnements alimentaires sains pour tous les enfants.
- 4 Mobiliser les systèmes de soutien – la santé, l'eau et l'assainissement, l'éducation et la protection sociale – afin d'améliorer les résultats nutritionnels pour tous les enfants.
- 5 Collecter régulièrement des données et éléments de preuve de bonne qualité pour orienter les actions et suivre les progrès.■



Energy 507 kJ
Sugars 31.0 g
Fat 0.0 g
% of your Guideline Daily Intake
Based on a diet of 8,400 kJ/day

0.00 257 156

0.00 257 156

0.00 257 156

0.00 257 156

0.00 257 156

Comment le triple fardeau de la malnutrition nuit aux enfants, aux adolescents et aux femmes

● **Dénutrition : retard de croissance et émaciation**

- Mauvaise croissance, infection et décès
- Mauvaise cognition, manque de préparation à l'école, mauvais résultats scolaires
- Faible potentiel de revenus plus tard

● **Faim insoupçonnée : carences en micronutriments**

- Mauvais développement et croissance
- Piètre immunité et développement des tissus
- Mauvaise santé et risque de décès

● **Surpoids (y compris obésité)**

- Court terme : problèmes cardiovasculaires, infections et mauvaise estime de soi
- Long terme : obésité, diabète et autres troubles métaboliques



ENFANTS ET ADOLESCENTS



FEMMES ENCEINTES

● **Dénutrition : retard de croissance et insuffisance pondérale**

- Complications périnatales
- Prématurité et insuffisance pondérale à la naissance
- Maladies chroniques pour l'enfant plus tard

● **Faim insoupçonnée : carences en micronutriments**

- Mortalité et morbidité maternelles
- Anomalies du tube neural chez les nouveau-nés
- Prématurité, insuffisance pondérale à la naissance et développement cognitif déficient chez les nouveau-nés

● **Surpoids (y compris obésité)**

- Diabète gestationnel et prééclampsie
- Complications obstétriques
- Surpoids et maladie chronique pour l'enfant plus tard



149 millions d'enfants de moins de 5 ans souffrent d'un retard de croissance



Presque 50 millions d'enfants de moins de 5 ans souffrent d'émaciation



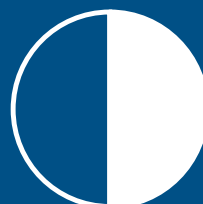
40 millions d'enfants de moins de 5 ans souffrent de surpoids



Plus d'1 enfant sur 3 ne grandit pas bien



Plus de 340 millions d'enfants souffrent de carences en micronutriments essentiels (vitamines et minéraux)



Au moins 1 enfant sur 2 souffre de faim insoupçonnée

Introduction :

Enfants, nourriture et nutrition

Cela fait 20 ans que le rapport *La Situation des enfants dans le monde* n'avait pas examiné la nutrition des enfants. Beaucoup de choses ont changé entretemps.

Nos lieux de vie ont changé. De plus en plus de familles quittent les fermes et les campagnes pour s'installer en ville et ce phénomène mondial devrait continuer de s'intensifier au cours des années à venir.

Nos rôles ont changé. Dans les sociétés du monde entier, les femmes rejoignent de plus en plus le marché du travail formel et doivent assumer leurs responsabilités professionnelles tout en s'occupant de leurs enfants, mais elles reçoivent souvent peu de soutien de la part de leur famille, de leurs employeurs ou de la société au sens large.

Les conditions de vie sur notre planète ont changé. La crise des changements climatiques, la perte de biodiversité et la dégradation de l'eau, de l'air et des sols suscitent désormais des inquiétudes quant à notre capacité à nourrir durablement les enfants de la génération actuelle, sans parler des générations futures.

Enfin, nos habitudes alimentaires ont changé. Nous avons délaissé les régimes alimentaires traditionnels et autochtones pour adopter des régimes alimentaires modernes, souvent riches en sucres et en graisses, pauvres en nutriments essentiels et en fibres, et basés sur des aliments hautement transformés.

Voilà la toile de fond de la malnutrition infantile aujourd'hui. Comme tout le reste, ce problème aussi évolue.

Si la **malnutrition** était autrefois systématiquement associée à la faim et à la famine dans l'esprit du public, elle ne concerne plus seulement les enfants présentant un retard de croissance et souffrant d'émaciation, mais touche désormais un éventail bien plus large d'enfants : ceux qui souffrent d'une « faim insoupçonnée » en raison de carences en vitamines et minéraux essentiels ainsi que le nombre croissant d'enfants et de jeunes qui souffrent de surpoids ou d'obésité.

Ces enfants **ne grandissent pas bien**.

Plus inquiétant encore, ils sont extrêmement nombreux. À l'échelle mondiale, au moins un enfant de moins de 5 ans sur trois présente un retard de croissance ou souffre d'émaciation ou d'excès pondéral. Certains souffrent même de deux de ces formes de malnutrition à la fois. Par ailleurs, au moins un enfant sur deux souffre d'une faim insoupçonnée en raison de carences – souvent invisibles – en vitamines et autres nutriments essentiels, ce qui peut nuire à sa survie, à sa croissance et à son développement à chaque étape de sa vie.

Les régimes alimentaires dépourvus d'apports nutritifs adaptés constituent désormais la principale cause de mortalité dans le monde.

La malnutrition – Un triple fardeau

Ces enfants qui ne grandissent pas bien sont victimes des trois aspects de la malnutrition, un triple fardeau qui gagne rapidement les communautés du monde entier, notamment certains pays les plus pauvres.

Le premier aspect est la **dénutrition**. Bien qu'elle soit en recul, la dénutrition continue de toucher des dizaines de millions d'enfants. On remarque sa présence sur les corps chétifs des enfants privés d'une alimentation adéquate durant les 1 000 premiers jours décisifs de leur vie, de leur conception à leur deuxième anniversaire, et souvent au-delà. Ces enfants risquent de payer le prix de ce retard de croissance précoce tout au long de leur vie et de ne jamais réaliser leur plein potentiel physique et intellectuel. La dénutrition est aussi manifeste sur les corps émaciés des enfants à toutes les étapes de leur vie, lorsque la pénurie de nourriture, de mauvaises pratiques alimentaires ou des maladies infectieuses, fréquemment aggravées par la pauvreté, les crises humanitaires et les conflits, les privent d'une alimentation adéquate et, bien trop souvent, leur coûtent la vie. En 2018, 149 millions d'enfants de moins de 5 ans présentaient un retard de croissance et près de 50 millions souffraient d'émaciation.

Le deuxième aspect de la malnutrition est la **faim insoupçonnée**. Des carences en vitamines et minéraux essentiels, souvent désignés sous le terme de « micronutriments », privent les enfants de leur vitalité à chaque étape de leur vie et sapent leur santé et leur bien-être, ainsi que la santé et le bien-être des jeunes et des femmes. Ce fardeau est d'autant plus insidieux que la faim insoupçonnée passe souvent inaperçue jusqu'au moment où ses effets sont irréversibles. Le nombre d'enfants frappés par cette faim insoupçonnée est alarmant. D'après les

dernières données disponibles, l'UNICEF estime qu'au moins 340 millions d'enfants de moins de 5 ans souffrent de carences en micronutriments.

Le troisième aspect est le **surpoids** et, dans sa forme la plus grave, l'**obésité**. Le nombre de garçons et de filles de 5 à 19 ans atteints d'obésité monte en flèche depuis le milieu des années 1970 : ils sont 10 à 12 fois plus nombreux dans le monde. Le surpoids, longtemps considéré comme un problème de riches, est en passe de devenir un problème de pauvres en raison de la disponibilité accrue, dans la quasi-totalité des pays du monde, de « calories bon marché » contenues dans des aliments gras et sucrés. Le surpoids augmente le risque de contracter des maladies non transmissibles, comme le diabète de type 2 ou l'insuffisance coronaire. Une analyse réalisée dans le cadre d'une étude sur la charge mondiale de morbidité (Global Burden of Disease) suggère que les régimes alimentaires dépourvus d'apports nutritifs adaptés constituent désormais la principale cause de mortalité dans le monde.

Derrière tous ces chiffres se trouvent des vies d'enfants et de femmes. Ce sont des tout-petits comme Moteab, qui, à l'instar de centaines de milliers d'autres enfants au Yémen, a dû se battre pour ne pas mourir d'émaciation sévère. Moteab a survécu, mais un trop grand nombre d'enfants pris au piège de conflits et de crises humanitaires dans le monde n'ont pas eu cette chance. Ce sont des nourrissons comme Joemar, aux Philippines, qui vit à l'écart des zones de guerre, mais qui souffre également d'émaciation sévère. Ce sont des enfants comme ceux d'Uruma, en Tanzanie, qui se rendent à l'école le ventre vide parce que leurs parents n'ont pas les moyens d'acheter de la nourriture. Ce sont des adolescents comme Zahfa, en Indonésie, qui n'a pas assez de temps pour faire de l'exercice et qui est entourée d'aliments mauvais pour la santé. Ce sont des mères comme Xaiathon, dans une région rurale du Laos, qui doit

Les trois aspects de la malnutrition sont la dénutrition, la faim insoupçonnée et le surpoids.

De plus en plus
d'enfants et de
jeunes survivent,
mais trop peu
s'épanouissent.

réussir à allaiter son fils tout en travaillant dans les champs.

Survivre sans s'épanouir

On peut résumer la malnutrition chez les enfants au XXI^e siècle de la manière suivante : de plus en plus d'enfants et de jeunes survivent, mais trop peu s'épanouissent. Ils ne s'épanouissent pas durant les 1 000 premiers jours décisifs de leur vie, une période charnière qui jette les bases d'une croissance et d'un développement mental sains tout au long de la vie. Ils ne s'épanouissent pas non plus à d'autres étapes déterminantes de leur vie pour leur développement durant l'enfance et l'adolescence.

La malnutrition a de nombreuses causes. L'état nutritionnel d'une mère, par exemple, a une incidence directe sur la survie, la croissance et le développement de l'enfant, de même que l'alimentation de l'enfant au cours des premières heures et des premiers jours de vie. Pour bien trop d'enfants, la malnutrition peut aussi être due à un manque d'accès à des services de santé essentiels ou à une eau salubre et à des services d'assainissement adaptés, une situation propice à l'apparition de maladies qui les empêchent d'assimiler les nutriments.

Cependant, pour comprendre la malnutrition, il est de plus en plus nécessaire de s'intéresser à la nourriture et à l'alimentation des enfants et des jeunes, et ce, à chaque étape de leur vie. Il en ressort une image inquiétante : **beaucoup trop d'enfants et de jeunes consomment trop peu d'aliments sains et trop d'aliments mauvais pour la santé.**

Ces problèmes commencent tôt. Durant les six premiers mois de vie, seuls deux nourrissons sur cinq sont exclusivement allaités au sein, ce qui signifie qu'une majorité de nourrissons est privée de la meilleure nourriture qu'un bébé peut recevoir. Pour ce qui est des « premiers aliments » (ou aliments complémentaires)

que les nourrissons devraient commencer à consommer à l'âge de 6 mois environ, la plupart ne répondent pas non plus aux besoins des enfants. Moins d'un enfant de 6 à 23 mois sur trois reçoit une alimentation variée capable de soutenir la croissance rapide de son corps et de son cerveau. Chez les enfants les plus démunis, cette proportion chute à un enfant sur cinq. La plupart des enfants plus âgés ne consomment pas assez de fruits et de légumes. C'est également le cas de beaucoup d'adolescents, qui sont aussi nombreux à ne pas prendre de petit-déjeuner et à consommer des sodas et des aliments provenant de la restauration rapide.

Les régimes alimentaires des enfants d'aujourd'hui reflètent de plus en plus la « transition nutritionnelle » mondiale : les communautés délaissent les régimes alimentaires traditionnels au profit de régimes alimentaires modernes moins bons pour la santé. Pour de nombreuses familles, en particulier les plus pauvres, cela implique de se reposer de plus en plus sur des aliments hautement transformés, riches en graisses saturées, en sucres et en sel, et faibles en nutriments essentiels et en fibres, ainsi que sur des aliments « ultra-transformés », à savoir des aliments élaborés à partir de formules contenant peu ou pas de vrais aliments, au goût addictif, extrêmement caloriques et pauvres en nutriments essentiels. Les céréales complètes, les fruits, les noix et les graines, les légumes et les acides gras oméga-3 sont souvent absents de ces régimes.

L'incidence de ces régimes alimentaires sur la santé humaine soulève de plus en plus de préoccupations. Si l'on met principalement l'accent sur l'augmentation du surpoids et de l'obésité, les régimes alimentaires modernes influent aussi sur la dénutrition. Une étude récente menée au Népal a mis en évidence que des produits comme les gâteaux secs, les nouilles instantanées et les boissons à base de jus de fruits constituaient en moyenne un quart de l'apport énergétique des enfants de moins



Pour créer des systèmes alimentaires plus adaptés aux enfants, nous devons comprendre les besoins nutritionnels uniques des enfants à chaque étape de leur vie.

de 2 ans, ce qui réduisait leur apport en vitamines et en minéraux essentiels. Les enfants qui consommaient le plus d'en-cas et de boissons de ce type étaient plus petits que leurs pairs.

Renforcer l'accent sur les systèmes alimentaires

Les effets des régimes alimentaires modernes sur la santé ne sont pas le seul sujet d'inquiétude. Dans un monde frappé par de multiples crises environnementales, la durabilité de ces régimes soulève également des questions. La production alimentaire est responsable de près d'un tiers des émissions de gaz à effet de serre et de 70 % de l'utilisation d'eau douce, et les modes actuels de production constituent les principales causes des changements environnementaux. Les chocs liés au climat, tels que les inondations, remettent déjà en question la capacité de certaines communautés à se nourrir et exposent les enfants à un risque accru de contracter des maladies transmises par l'eau. Si les tendances actuelles se confirment, l'incidence de la production alimentaire sur l'environnement ne pourra que s'amplifier, sachant que la demande de produits alimentaires devrait augmenter d'au moins 50 % d'ici à 2050. Cette demande devra être satisfaite dans le contexte d'un monde qui observe de nouveau, après des décennies de déclin, une lente progression de la faim et qui comptait 820 millions de personnes sous-alimentées en 2018.

Face à ces défis, et dans le cadre de la Décennie d'action des Nations Unies pour la nutrition, les regards se tournent de plus en plus vers le rôle des **systèmes alimentaires**, à savoir l'ensemble des éléments et des activités impliqués dans « la production, le traitement, la distribution, la préparation et la consommation des produits alimentaires », ainsi que sur les résultats de ces activités, notamment en matière de nutrition et de santé. En d'autres

termes, sur l'ensemble des processus et des personnes permettant d'apporter la nourriture « du champ à l'assiette ».

Les systèmes alimentaires deviennent de plus en plus complexes. Davantage de produits alimentaires traversent désormais les frontières et un nombre relativement restreint d'entreprises s'en partage la production – seules 100 grandes entreprises se partagent 77 % des ventes d'aliments transformés dans le monde. Les entreprises jouent donc un rôle de plus en plus important auprès des familles du monde entier, non seulement parce qu'elles leur fournissent la nourriture qu'elles consomment, mais aussi parce qu'elles façonnent, par leurs activités de marketing, les choix et les aspirations alimentaires de celles-ci. Dans un tel contexte, l'amélioration de notre alimentation passe forcément par une meilleure compréhension du fonctionnement des systèmes alimentaires.

Bien trop souvent, les analyses relatives aux systèmes alimentaires ne prennent pas en compte les intérêts d'un groupe très important de la population – les enfants. C'est un oubli dangereux. Les enfants forment un groupe unique. Une mauvaise alimentation nuit de manière permanente à leur croissance et au développement de leur cerveau. C'est la raison pour laquelle nous devons placer les enfants au cœur de notre réflexion sur les systèmes alimentaires. **Des systèmes alimentaires qui répondent aux besoins des enfants, ce sont des systèmes alimentaires qui répondent à nos besoins à tous.**

Créer des systèmes alimentaires adaptés aux enfants

Il y a 30 ans, la Convention relative aux droits de l'enfant exprimait la nécessité de fournir aux enfants des aliments nutritifs adaptés afin de lutter contre la malnutrition et les maladies. Cet objectif n'a pas changé.

Ce qui a changé, ce sont les contextes dans lesquels nous évoluons. Or, dans ces contextes, la mise en place de systèmes alimentaires adaptés aux enfants est un élément essentiel à la réalisation de cet objectif. Malheureusement, il est souvent sous-estimé.

Pour créer des systèmes alimentaires plus adaptés aux enfants, nous devons comprendre les **besoins nutritionnels uniques** des enfants à chaque étape de leur vie, en particulier durant les 1 000 premiers jours de vie, mais aussi durant le 1 001^e jour et les jours qui suivent, tant durant la scolarité, car un enfant bien nourri se concentre davantage et apprend mieux en classe, qu'au cours des années déterminantes de l'adolescence, durant lesquelles les jeunes se développent physiquement et mentalement à un rythme plus soutenu et acquièrent des habitudes alimentaires qui les suivront tout au long de leur vie.

Pour créer des systèmes alimentaires plus adaptés aux enfants, nous devons comprendre les contextes en rapide évolution qui définissent et redéfinissent leurs régimes alimentaires. Les changements climatiques, l'urbanisation et la mondialisation modifient profondément les habitudes alimentaires des enfants ainsi que le contenu de leur assiette, de même que les valeurs sociales et culturelles que nous associons à la nourriture.

Pour créer des systèmes alimentaires plus adaptés aux enfants, nous devons nous attaquer aux défis rencontrés par les enfants, les jeunes, les femmes et les familles du monde entier, à savoir les déserts alimentaires, le coût élevé des aliments sains, les contraintes de temps, la disponibilité restreinte de fruits et de légumes frais dans de nombreuses communautés et la pression marketing et publicitaire que subissent un grand nombre d'enfants, d'adolescents et de familles.

Pour créer des systèmes alimentaires plus adaptés aux enfants, nous devons mettre un terme au scandale du travail des enfants, qui accomplissent souvent des tâches dangereuses, dans les secteurs de l'agriculture et de la production alimentaire. En 2016, 108 millions d'enfants âgés de 5 à 17 ans étaient impliqués dans des travaux agricoles, ce qui représente 71 % de la main-d'œuvre infantile.

Enfin, pour créer des systèmes alimentaires plus adaptés aux enfants, nous devons veiller à ce que ces systèmes fonctionnent en synergie avec tous

les autres systèmes qui influent sur la vie des enfants, et non contre eux. Les systèmes de santé, d'approvisionnement en eau et d'assainissement, d'éducation et de protection sociale doivent coordonner leurs efforts afin de fournir aux enfants et à leur famille les connaissances, le soutien et les services dont ceux-ci ont besoin pour s'assurer qu'ils ont une alimentation nutritive favorisant leur croissance et leur développement.

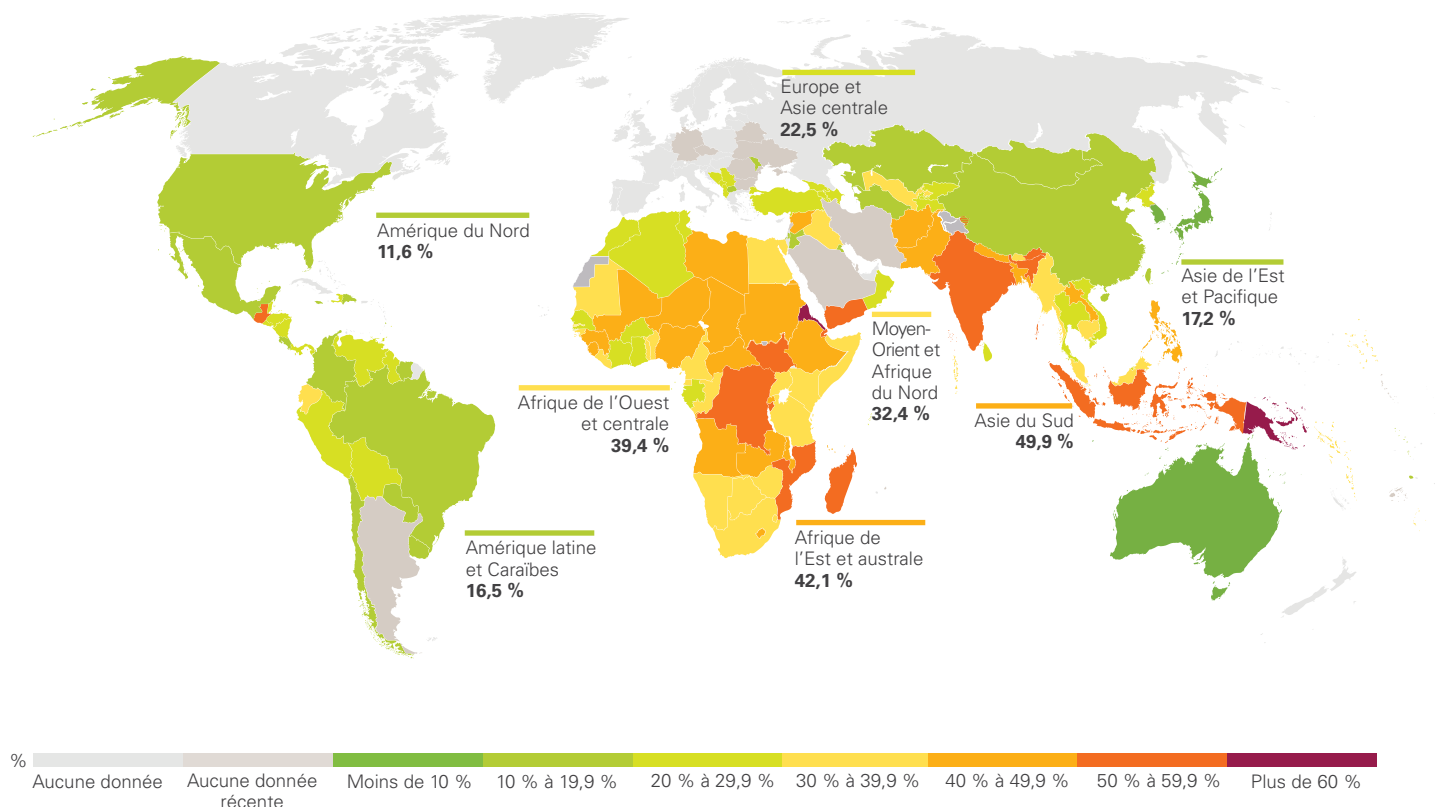
Il en va de notre intérêt à tous de mettre en place des systèmes alimentaires plus adaptés aux enfants. La nutrition a le pouvoir de briser les cycles intergénérationnels vicieux qui veulent que la malnutrition perpétue la pauvreté qui, à son tour, perpétue la malnutrition. Les enfants qui sont nourris correctement jouissent de bases solides sur lesquelles s'appuyer pour réaliser leur plein potentiel. Lorsque cela arrive, les sociétés et les économies, elles aussi, se développent mieux.

Nous devons donc nous attacher à fournir aux enfants une alimentation **nutritive, sûre, abordable et durable**.

Ce rapport *La Situation des enfants dans le monde 2019* se conclut sur un programme en cinq étapes qui vise à hisser au rang de priorité le droit des enfants à la nutrition. Cela commence avec le besoin, d'une part, de donner aux familles, aux enfants et aux jeunes les moyens de demander des aliments nutritifs et, d'autre part, d'encourager les fournisseurs de denrées alimentaires à prendre des mesures adaptées pour les enfants en améliorant la disponibilité, le prix, la sûreté et le caractère pratique des aliments bons pour la santé. Les enfants et les jeunes doivent également être entourés d'environnements alimentaires sains qui les protègent de pratiques de marketing abusives et donnent aux familles et aux personnes qui s'occupent d'enfants les moyens de prendre de meilleures décisions. Outre la nécessité de prendre de telles mesures dans le système alimentaire, quatre autres systèmes essentiels, à savoir les systèmes de santé, d'approvisionnement en eau et d'assainissement, d'éducation et de protection sociale, doivent être mobilisés pour fournir des services nutritionnels et obtenir des résultats nutritionnels à grande échelle. Enfin, il existe un besoin urgent de collecter régulièrement des données et des éléments de preuve afin d'orienter les actions et de suivre les progrès réalisés pour améliorer la nutrition des enfants au XXI^e siècle.

Où se trouvent les enfants qui ne grandissent pas bien ?

Prévalence des enfants de moins de 5 ans qui ne grandissent pas bien (en raison d'un retard de croissance, d'une émaciation ou d'un surpoids), 2018



1 enfant de moins de 5 ans sur 3 à travers le monde ne grandit pas bien



Remarques : Les données par pays correspondent aux estimations disponibles les plus récentes pour la période 2006-2018 ; la couleur gris foncé indique l'absence de données récentes lorsque seules des données antérieures à 2000 sont disponibles. Les désignations employées et la présentation adoptée dans ce rapport ne reflètent en aucun cas une prise de position quelconque du Fonds des Nations Unies pour l'enfance (UNICEF) quant au statut juridique des pays ou territoires représentés ou de leurs autorités, ni quant au tracé de leurs frontières.

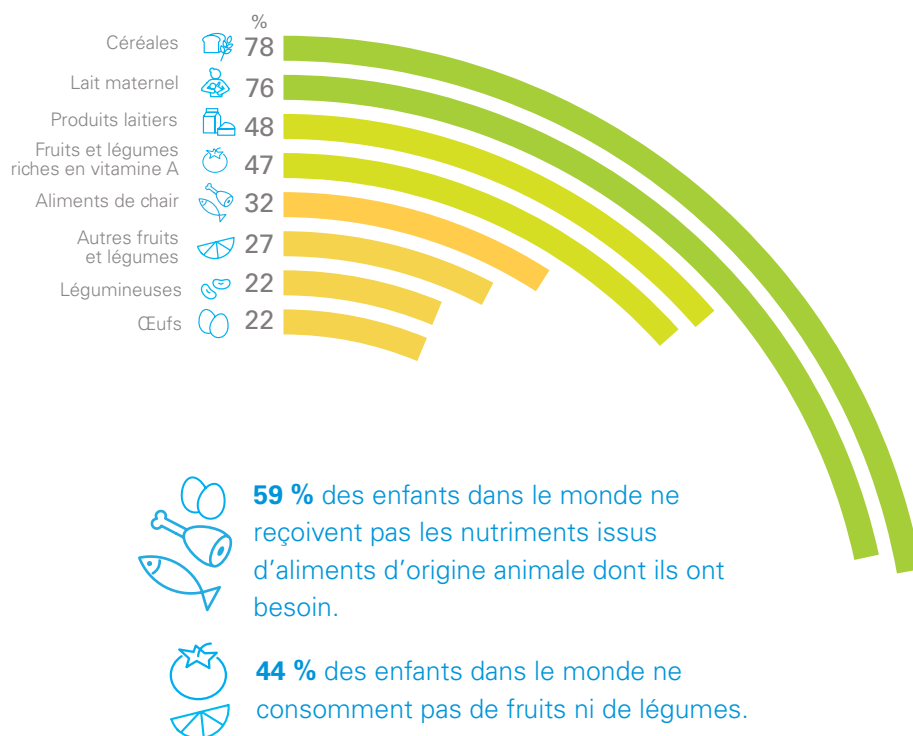
« Bien grandir » s'entend comme grandir sans retard de croissance, émaciation ou surpoids.

Source : Analyse par l'UNICEF des estimations conjointes UNICEF/Organisation mondiale de la Santé/Groupe de la Banque mondiale, édition 2019.

Que mangent les enfants en bas âge ?

L'importance des premiers aliments

Pourcentage d'enfants âgés de 6 à 23 mois consommant chaque groupe d'aliments, par type, à l'échelle mondiale, 2018*

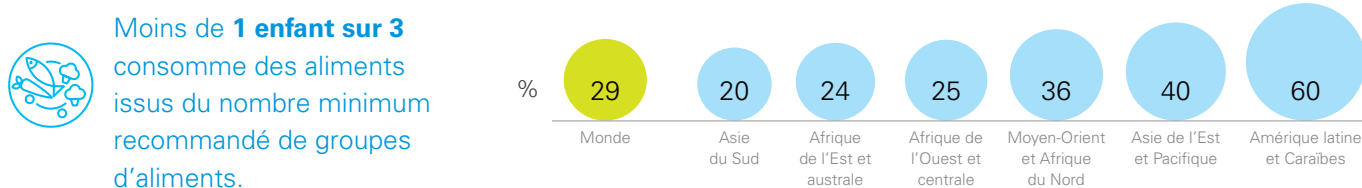


Lorsqu'ils commencent à consommer des aliments mous, semi-solides ou solides à l'âge de 6 mois, les enfants ont besoin d'un régime alimentaire nutritif et sûr contenant un éventail de nutriments pour bien grandir.

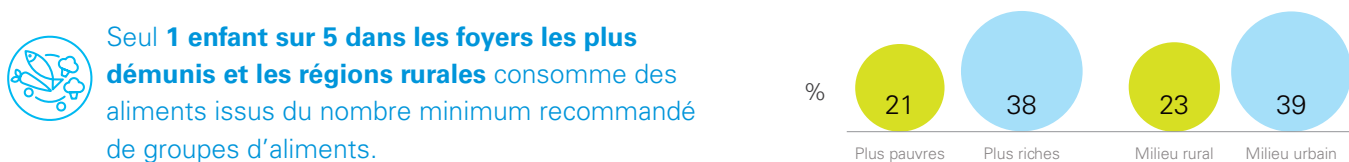


Si leur régime alimentaire n'est pas assez varié, ils risquent de ne pas recevoir les nutriments dont ils ont besoin pour bien grandir, ce qui peut avoir des conséquences désastreuses sur le développement de leur corps et de leur cerveau. **Selon les recommandations de l'UNICEF et de l'OMS, tous les enfants en bas âge devraient consommer des aliments provenant d'au moins cinq des huit groupes d'aliments.**

Pourcentage d'enfants âgés de 6 à 23 mois consommant des aliments provenant d'au moins cinq des huit groupes d'aliments (diversité alimentaire minimale), par région de l'UNICEF, 2018**



Pourcentage d'enfants âgés de 6 à 23 mois consommant des aliments provenant d'au moins cinq des huit groupes d'aliments, par quintile de richesse et lieu de résidence, à l'échelle mondiale, 2018***



* Analyse fondée sur un sous-ensemble de 72 pays disposant de données pour la période 2013-2018 couvrant 61 % de la population mondiale.

** Les estimations régionales et mondiales se fondent sur les données les plus récentes pour chaque pays au cours de la période 2013-2018.

*** Analyse fondée sur un sous-ensemble de pays disposant de données pour la période 2013-2018. Les données relatives à la diversité alimentaire minimale par lieu de résidence sont disponibles pour un sous-ensemble de 74 pays et par statut économique pour 71 pays.



Que pensent les jeunes d'une alimentation saine ?

Plus de 450 jeunes de 18 pays ont pris part aux ateliers réalisés dans le cadre de l'élaboration de ce rapport afin de parler de ce qu'ils mangeaient et pourquoi. Des ateliers similaires ont été organisés en parallèle avec des mères. Voici une première analyse de ce que nous ont dit des participants de 12 pays au sujet des obstacles qu'ils rencontraient pour manger sainement et des moyens qu'ils employaient pour tenter d'améliorer leur régime alimentaire. Une analyse complète sera publiée en 2020. Certaines réponses ont été traduites et modifiées à des fins de clarté.

Les jeunes savent-ils quels aliments sont bons pour leur santé ?

Globalement, les adolescents qui ont participé aux ateliers ont déclaré faire davantage de bons choix alimentaires que de mauvais choix pour leur santé. Ils nous ont décrit ce qu'ils avaient mangé pendant une période de 24 heures et ont évalué dans quelle mesure ces aliments étaient bons ou mauvais pour leur santé. Ils ont bien évalué près de la moitié des produits qu'ils avaient consommés, mais ils se sont trompés sur près d'un cinquième d'entre eux. Ils étaient par ailleurs incapables de se prononcer sur un peu moins d'un tiers de ces aliments. De manière générale, les adolescents ont une compréhension limitée des qualités nutritionnelles de plus de la moitié des aliments qu'ils consomment habituellement.

Qu'est-ce qui empêche les jeunes de s'alimenter sainement ?

Les adolescents ont indiqué qu'ils se heurtaient à des obstacles s'ils voulaient se nourrir sainement. Le coût et le goût figuraient en haut de la liste :

Nous n'avons pas assez d'argent pour rester en bonne santé. [...] Nos familles n'arrivent pas à trouver de bons emplois. *Fille, 16 ans, Inde*

Certains aliments sont trop chers. *Garçon, 16 ans, Zimbabwe*

Beaucoup avaient l'impression que les aliments sains étaient plus chers :

La nourriture bon marché n'est pas saine et les aliments sains ne sont pas bon marché. *Fille, 13 ans, Chine*

Le goût était un autre obstacle :

J'aime vraiment la malbouffe. *Fille, 14 ans, Guatemala*

La plupart des aliments sains ne sont pas savoureux. *Fille, 14 ans, Kirghizistan*

Le goût était un facteur particulièrement important pour les participants vivant en zone urbaine. Certains ont suggéré que leurs préférences alimentaires étaient influencées par la disponibilité immédiate de nourriture mauvaise pour la santé.

Nous ne pouvons pas manger des aliments sains, parce que nous avons goûté la malbouffe et maintenant, nous n'avons plus envie de manger autre chose. *Garçon, 14 ans, Inde*

De nombreux adolescents ont indiqué qu'ils ne trouvaient pas d'aliments nutritifs près de chez eux :

Il n'y a pas de viande. On a l'argent pour en acheter, mais le magasin qui en vend est trop loin. *Fille, 14 ans, Ghana*

Il est plus facile de trouver de la nourriture mauvaise pour la santé. *Garçon, 17 ans, États-Unis*

L'accès et le prix constituaient de graves problèmes pour certains. Au Soudan, des adolescents dans un camp de réfugiés étaient près de trois fois plus susceptibles que les participants des régions rurales à affirmer que le coût constituait un obstacle à une alimentation saine. Le manque d'accès à des aliments sains était aussi un problème majeur.

Les participants aux ateliers ont insisté sur le rôle de leurs parents et des personnes qui s'occupent d'eux dans leur alimentation. Ils ont également souligné que le temps constituait un problème, tant pour eux que pour leurs parents :

On ne me prépare pas ce que je choisirais. Ce sont mes parents qui décident de ce que nous mangeons. *Fille, 15 ans, Ghana*

Parfois, je n'ai pas le temps de cuisiner, donc je mange des produits de la restauration rapide. *Fille, 15 ans, Guatemala*

Les mères n'ont pas le temps. *Garçon, 14 ans, Mexique*

Comment les adolescents essaient-ils d'améliorer leur propre alimentation ?

Dans tous les pays, les jeunes interrogés ont indiqué prendre des mesures personnelles pour mieux s'alimenter. Beaucoup ont indiqué accorder de l'importance au fait de bien se nourrir et déclaré qu'ils se fixaient des objectifs personnels :

Je m'oblige à accorder la priorité à ma santé au moins un repas par jour. *Fille, 18 ans, États-Unis*

J'essaie de mieux planifier ce que je vais faire durant la journée pour éviter ces types d'aliments [mauvais pour la santé]. *Fille, 15 ans, Serbie*

RÉSUMÉ

Un grand nombre d'adolescents accordent de l'importance au fait de se nourrir sainement et font des efforts pour améliorer leur régime alimentaire. Cependant, beaucoup se heurtent à des obstacles considérables, notamment en raison du coût et de l'accès aux aliments sains.



À quels défis se heurtent les mères en matière d'alimentation ?

Plus de 320 femmes à travers 18 pays ont pris part aux ateliers organisés dans le cadre de l'élaboration de ce rapport afin de parler de la manière dont elles se nourrissaient et nourrissaient leur bébé. Ces ateliers, organisés avec les bureaux de pays et les comités nationaux de l'UNICEF et l'université occidentale de Sydney, se sont tenus en marge des événements organisés avec les jeunes. Nous vous présentons ici une première analyse des réponses des participantes de 12 pays en ce qui concerne les pratiques alimentaires qu'elles emploient avec leur nourrisson et les obstacles qu'elles rencontrent pour nourrir leurs enfants et se nourrir elles-mêmes. Une analyse complète sera publiée en 2020. Certaines réponses ont été traduites et modifiées à des fins de clarté.

Quelles sont les pratiques des mères en ce qui concerne l'alimentation des nourrissons ?

L'Organisation mondiale de la Santé recommande de nourrir les bébés exclusivement au sein durant les six premiers mois de leur vie, puis d'introduire des premiers aliments (ou aliments complémentaires) afin de remplacer progressivement le lait maternel entre les âges de 6 et 23 mois. Les résultats de ces ateliers suggèrent que dans de nombreux cas, les pratiques alimentaires employées ne sont pas optimales. Pratiquement toutes les femmes allaient leur enfant à partir de la naissance ou dans les 10 premiers jours suivant la naissance. Cependant, près de deux femmes sur cinq introduisaient des substituts du lait maternel avant que leur bébé n'ait 8 semaines et la plupart combinaient lait maternel et substituts du lait maternel (et, souvent, d'autres liquides) avant que leur enfant n'ait 6 mois. Cela pourrait tenir au fait que ce mélange permet aux mères de travailler. La plupart des mères introduisaient les premiers aliments à l'âge de 6 mois, mais un cinquième commençait avant que leur bébé n'ait 5 mois. Certaines attendaient qu'il ait entre 7 et 9 mois.

Quels obstacles les mères affrontent-elles pour nourrir correctement leur bébé ?

Majoritairement, leur principal obstacle pour fournir une alimentation saine à leur bébé était d'ordre financier :

Je ne peux même pas donner à mon bébé des aliments mauvais pour la santé, parce que je n'ai pas d'argent.

Mère, 20 ans, Zimbabwe

L'argent. Je n'ai pas les moyens d'acheter de la nourriture pour nourrir mon enfant. *Mère, 25 ans, Inde*

Nous n'avons pas d'argent. *Mère, 24 ans, Ghana*

Les mères confirmaient souvent les propos d'une participante de 38 ans des États-Unis qui disait que « la nourriture saine est chère ».

En Australie, de nombreux produits sont chers, comme le poisson, [...] les légumes et la viande. [Ces produits] devraient être bon marché afin que tout le monde puisse les acheter. *Mère, 29 ans, Australie*

Parfois, certains aliments sont chers. *Mère, 22 ans, Mexique*

L'accès et la disponibilité sont aussi des obstacles :

Parfois, nous n'avons pas de nourriture saine à la maison. *Mère, 28 ans, Égypte*

C'est difficile d'obtenir un véhicule pour aller [...] acheter de la nourriture. *Mère, 30 ans, Ghana*

C'est dur de se procurer des fruits et des légumes, du melon, de la pastèque, des concombres, des carottes. *Mère, 22 ans, Guatemala*

Les mères ont signalé avoir des problèmes pour alimenter leur bébé lorsque celui-ci n'aimait par certains aliments ou était difficile avec la nourriture ou malade.

Mon bébé n'aime pas la nourriture saine.

Mère, 24 ans, Égypte

Les enfants ne veulent pas manger sain, ils nous harcèlent, ils commencent à pleurer. *Mère, 25 ans, Inde*

[C'est difficile de trouver] des aliments que mon enfant accepte de manger ; il n'accepte pas un type de nourriture particulier.

Mère, 29 ans, Soudan

Mon enfant n'aime pas prendre mon sein.

Mère, 29 ans, Chine

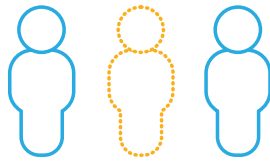
Lorsque mon bébé ne se sent pas bien, lorsqu'il fait ses dents, c'est difficile de le nourrir. *Mère, 20 ans, Ghana*

RÉSUMÉ

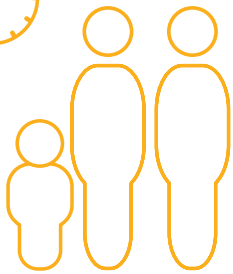
Pour les mères, le coût est de loin l'obstacle le plus important à une alimentation et une nutrition saines, suivi par un manque de disponibilité et d'accès en ce qui concerne les aliments bons pour la santé. De nombreuses mères ont mentionné un éventail d'autres difficultés, notamment le fait que les bébés n'aiment pas certains aliments ou sont « compliqués » concernant la nourriture et les pressions familiales.

Faire de la nutrition infantile une priorité

Un enfant sur trois
ne grandit pas bien



Pour chaque enfant,
une croissance saine

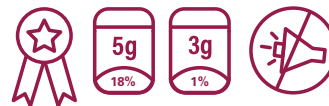
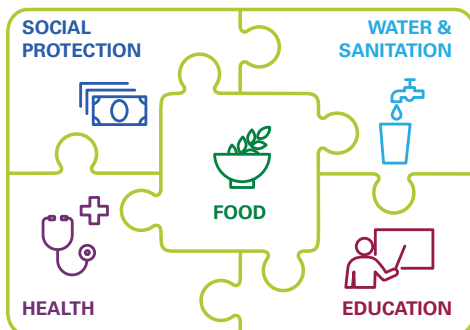


1

Donner les moyens aux familles, aux enfants et aux jeunes de demander des aliments nutritifs.

Inciter les fournisseurs de denrées alimentaires à agir dans l'intérêt des enfants.

2

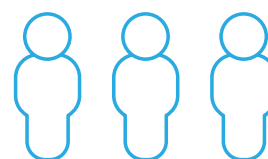


4

Mobiliser les systèmes de soutien afin d'améliorer les résultats nutritionnels pour tous les enfants.

Créer des environnements alimentaires sains pour tous les enfants.

3



5

Collecter, analyser et utiliser régulièrement des données et éléments de preuve de bonne qualité pour orienter les actions et suivre les progrès.

Ce programme est motivé par deux impératifs. Premièrement, les enfants ont des besoins nutritionnels uniques et peuvent subir des préjudices uniques en raison de la malnutrition. Il est essentiel de faire passer les besoins des enfants en premier pour garantir que chaque enfant et chaque jeune reçoit l'alimentation dont il a besoin pour bénéficier du meilleur départ possible dans la vie. Deuxièmement, tous les enfants et les jeunes auront besoin de recevoir une alimentation nutritive sûre, abordable et durable si les sociétés veulent relever les défis économiques, sociaux et environnementaux de ce monde du XXI^e siècle en pleine mutation.

1 | Donner les moyens aux familles, aux enfants et aux jeunes de demander des aliments nutritifs.

La demande influe sur l'offre car les fabricants de denrées alimentaires répondent aux comportements et aux envies des consommateurs. Lorsque les aliments sains sont abordables, pratiques et désirables, les parents et les personnes s'occupant d'enfants font de meilleurs choix alimentaires pour ces derniers. En outre, à mesure que les enfants grandissent et prennent à leur tour plus de décisions en matière d'alimentation, les connaissances qu'ils ont acquises et les informations dont ils disposent peuvent les aider à devenir de puissants leviers de changement. Stimuler la demande de denrées nutritives passe non seulement par une sensibilisation des consommateurs aux bienfaits d'une alimentation saine, mais également par l'exploitation des aspirations culturelles et sociales de façon à modifier les comportements et les pratiques.



2 | Inciter les fournisseurs de denrées alimentaires à agir dans l'intérêt des enfants.

Renforcer la demande d'aliments sains des enfants et des familles ne suffit pas. Ces denrées doivent également être disponibles, abordables, sûres et pratiques. À cet égard, les fabricants et les distributeurs ont un rôle majeur à jouer, tout comme les gouvernements. En effet, ces derniers peuvent établir des normes de manière à créer des conditions de concurrence équitables pour tous ces acteurs, garantissant ainsi que leurs actions coïncident avec l'intérêt supérieur des enfants. Si les systèmes alimentaires sont divers et variés, les solutions pour les améliorer le sont tout autant. Dans des systèmes alimentaires non industrialisés, par exemple, les petits exploitants peuvent bénéficier d'aides pour augmenter leur productivité, tandis que dans les systèmes industrialisés, l'amélioration de l'accès aux marchés et la mise en place de mesures incitatives peuvent contribuer à rendre les aliments frais et sains davantage disponibles et abordables. Enfin, l'intégralité des systèmes alimentaires doit s'orienter vers une production et une consommation durables sur le plan environnemental pour protéger la nutrition infantile aujourd'hui et pour les générations futures.



3 | Créer des environnements alimentaires sains pour tous les enfants.

Les environnements alimentaires personnels et extérieurs sont les lieux où les enfants et les personnes qui s'en occupent interagissent avec le système alimentaire. Tandis que la loi de l'offre et de la demande façonne ces environnements, des actions adaptées aux différents contextes, telles que la protection contre les techniques de marketing abusives et l'étiquetage obligatoire des informations nutritionnelles, contribuent à créer des environnements propices à une alimentation infantile saine.



4 | Mobiliser les systèmes de soutien afin d'améliorer les résultats nutritionnels pour tous les enfants.

Si le système alimentaire joue un rôle capital dans notre capacité à fournir aux enfants une nourriture saine, les systèmes de la santé, de l'eau et l'assainissement, de l'éducation et de la protection sociale doivent également être mobilisés pour pouvoir offrir des services nutritionnels, améliorer les pratiques alimentaires et obtenir des résultats nutritionnels à grande échelle. Ensemble, ces cinq systèmes clés doivent s'articuler de manière à déployer des interventions coordonnées. En effet, seule une approche systémique est en mesure de garantir l'accès des familles à une alimentation saine et aux services nutritionnels nécessaires à la croissance optimale des enfants ainsi qu'à leur développement pour qu'ils atteignent leur plein potentiel.



5 | Collecter, analyser et utiliser régulièrement des données et éléments de preuve de bonne qualité pour orienter les actions et suivre les progrès.

Des données exactes et à jour sont indispensables pour comprendre la problématique de la malnutrition, déployer des actions fondées sur des éléments de preuve et demander des comptes à l'ensemble des acteurs concernés, qu'ils soient publics ou privés. Pourtant, le manque de données sur le sujet freine considérablement les pouvoirs publics dans leurs efforts pour élaborer des politiques, des programmes et des stratégies efficaces. Les méthodes et fréquences de collecte de données doivent être modifiées si l'on souhaite élargir les connaissances en matière d'alimentation et de nutrition des enfants, des adolescents et des femmes tout au long de leur vie et non plus seulement au cours des 1 000 jours, comme cela est généralement le cas. En effet, toute action entreprise pour lutter contre la malnutrition doit reposer sur des systèmes de données réactifs ainsi que sur une culture de la transparence et du partage de données.



Pour la première fois en 20 ans, le rapport *La Situation des enfants dans le monde* de l'UNICEF examine le problème des **enfants, de la nourriture et de la nutrition**, fournissant une perspective actuelle sur un problème en rapide mutation. Malgré les progrès accomplis au cours des deux dernières décennies, un tiers des enfants de moins de 5 ans souffrent de malnutrition, sous la forme d'un retard de croissance, d'une émaciation ou d'un surpoids, tandis que deux tiers sont exposés à un risque de malnutrition ou de faim insoupçonnée en raison de la piètre qualité de leur alimentation. Ces schémas reflètent le triple fardeau de la malnutrition, à savoir la dénutrition, la faim insoupçonnée et le surpoids, qui menace la survie, la croissance et le développement des enfants et des nations. Un système alimentaire dysfonctionnel, qui ne donne pas aux enfants l'alimentation dont ils ont besoin pour grandir en bonne santé, se trouve au cœur de ce problème. Ce rapport fournit des données et des analyses uniques sur la malnutrition au XXI^e siècle et met en avant des recommandations pour placer les enfants au centre des systèmes alimentaires.



ISBN: 978-92-806-5000-6



© Fonds des Nations Unies pour l'enfance (UNICEF)
Octobre 2019

POUR CHAQUE ENFANT, LA NUTRITION