



unicef  
FRANCE

15 minutes pour comprendre...

# LA MALNUTRITION



© UNICEF/UNI134461/Sokol - Mongolie, 2012

1

## QU'EST-CE QUE LA MALNUTRITION ?

La **malnutrition**\* est une maladie qui touche principalement les enfants. Elle est causée par une alimentation insuffisante, de mauvaise qualité (quantités de vitamines, par exemple) et par un manque d'accès aux soins (médecin, vaccination, médicaments...).

Parfois, la malnutrition reste invisible dans les premières années de la vie. C'est le cas si un enfant manque de vitamines ou de micronutriments.

Quelques chiffres :

- Chaque année, la malnutrition est responsable de la mort d'un enfant de moins de 5 ans sur 2 dans le monde. Les enfants, affaiblis par la faim, ont beaucoup plus de mal que les autres à résister aux maladies (**paludisme, pneumonie**, diarrhée, rougeole) et décèdent beaucoup plus facilement.
- Un enfant de moins de cinq ans sur 6 (soit 100 millions d'enfants dans le monde), souffre d'**insuffisance pondérale** (poids très faible).
- Dans les **pays en développement**, 1 enfant de moins de 5 ans sur 4 (soit 179 millions d'enfants) a un retard de croissance à cause de la malnutrition. La majorité de ces enfants vit en Afrique et en Asie.

2

## QUE DIT LA CONVENTION INTERNATIONALE DES DROITS DE L'ENFANT ?

L'un des droits de la Convention internationale des droits de l'enfant (CIDE) est le droit à la santé. Chaque enfant a le droit d'être protégé de la malnutrition et d'être soigné. Chaque enfant a droit à un niveau de vie suffisant et à jouir du meilleur état de santé possible (articles 3, 6, 24, 26 et 27).



## QUELLES SONT LES CAUSES ET LES CONSÉQUENCES DE LA MALNUTRITION ?

Les causes majeures de la malnutrition sont la pauvreté, le manque d'accès à l'**eau potable**, à l'assainissement, aux soins médicaux, à l'éducation et à l'**alimentation**.

Si un enfant ne mange pas assez, mange toujours la même chose ou se nourrit d'aliments de mauvaise qualité, il aura du mal à grandir (retard de croissance), il se fatiguera plus vite et ne pourra pas lutter efficacement contre les maladies.

Si un enfant est très malnutri pendant les 2 premières années de sa vie, cela aura des conséquences tout au long de sa vie (sur son cerveau, sa taille, ses capacités intellectuelles et physiques...).



## QUE FAIT L'UNICEF POUR LUTTER CONTRE LA MALNUTRITION ?

Différentes actions de l'UNICEF :

- Pour repérer un enfant en état de malnutrition et veiller sur son état, on le pèse, on le mesure et on regarde sa courbe de croissance par rapport à son âge.

On peut aussi mesurer son bras avec un bracelet spécial (appelé « périmètre brachial »), que fournit l'UNICEF. Si le bras de l'enfant est trop fin, cela signifie qu'il a un poids insuffisant. On peut lui donner à manger un aliment à base de cacahuètes, appelé « Plumpy'nut® ». Grâce à cet aliment, les enfants reprennent rapidement des forces. Mais il ne peut être utilisé qu'en cas d'extrême urgence (**malnutrition aiguë sévère**).

- L'UNICEF met en place des points d'eau potable, donne des conseils aux familles pour bien nourrir les enfants et sensibilise les mamans à l'allaitement exclusif les 6 premiers mois du nouveau-né.
- L'UNICEF forme les communautés pour détecter les premiers signes de la maladie et avoir accès aux centres de santé. Mais dans les pays en développement, la qualité de ces centres n'est pas toujours satisfaisante. Et de nombreuses personnes habitent trop loin pour pouvoir s'y rendre facilement.
- L'UNICEF défend les droits de l'enfant partout dans le monde, dont le droit d'être soigné de la malnutrition et des autres maladies.



## TÉMOIGNAGE

*En République démocratique du Congo, une grand-mère qui élève seule sa petite fille âgée de 3 ans raconte :*

*« Avant je travaillais et je trouvais facilement de quoi donner à ma petite fille 3 repas par jour. Mais aujourd'hui je ne travaille plus et l'enfant en est victime. L'enfant ne mange qu'une seule fois par jour, le soir après mon retour. Parfois, l'enfant ne mange pas car il est déjà endormi ou encore n'a pas d'appétit parce que le repas est servi très tard le soir. Quand ce manque de nourriture persiste, l'enfant commence à maigrir puis à tomber malade. »*



## ET EN FRANCE ?

En France, la santé représente un enjeu important pour la communauté et les responsables politiques. Le système de santé français permet à une majorité de familles de pouvoir aller chez le médecin, de s'acheter des médicaments, ou d'aller à l'hôpital si elles en ont besoin.

L'école est un lieu de sensibilisation et d'éducation au sujet de la **nutrition**, de l'obésité et de l'équilibre alimentaire. On y apprend aussi à faire du sport pour rester en bonne santé.



## QU'EN PENSENT LES ENFANTS ?

Selon la 3<sup>e</sup> Consultation nationale des 6-18 ans en 2016 en France :

- L'équilibre alimentaire semble atteint pour plus de 9 enfants sur 10.
- 93 % des jeunes mangent trois repas par jour.
- 89 % mangent au moins une fois par jour de la viande ou du poisson.
- 88 % mangent des fruits et des légumes frais tous les jours.
- La majorité des enfants et des jeunes interrogés reconnaissent que c'est au sein de leur établissement scolaire qu'ils ont appris à manger de manière équilibrée.





© UNICEF/UNI109313/Holtz - Niger, 2009

## SOURCES

- UNICEF France, 2016 – Consultation nationale des 6/18 ans
- <https://www.unicef.fr/consultation>
- UNICEF France - Nous les enfants !  
- Rapport des enfants au Comité des droits de l'enfant des Nations unies sur le respect de leurs droits en France. – Paris, 2015.
- <https://blogs.unicef.org/fr>
- Rapport « La situation des enfants dans le monde 2016 – L'égalité des chances pour chaque enfant », Fonds des Nations Unies pour l'enfance (UNICEF), 2016.
- Site du Programme alimentaire mondial : <http://fr.wfp.org/>



## VOCABULAIRE



**Alimentation** n.f. Manière de se nourrir, nourriture.

**Croissance** n.f. Fait de grandir, de se développer.

**Décéder** v. Mourir.

**Eau potable** n.f. Se dit d'une eau qui est propre à la consommation humaine, sans danger pour la santé.

**Insuffisance pondérale** n.f. Poids très faible.

**Malnutrition aiguë** n.f. Retard de croissance (enfant trop petit pour son âge).

**Malnutrition aiguë sévère** n.f. Stade le plus grave de la malnutrition aiguë.

**Malnutrition chronique** n.f. Nourriture habituellement insuffisante ou mal équilibrée (enfant trop maigre pour sa taille).

**Nutrition** n.f Transformation et utilisation des aliments dans l'organisme. (verbe : se nourrir).

**Paludisme** n.m. Maladie des pays chauds et humides transmise par la piqûre de certains moustiques femelles.

**Pays en développement** n.m. Pays dont l'économie commence à se développer.

**Périmètre brachial** n.m. Bracelet que l'on passe autour du bras d'un enfant pour mesurer son état de malnutrition. Plusieurs couleurs sur le bracelet permettent de graduer la gravité de la maladie.

**Pneumonie** n.f. Maladie due à une infection des poumons.

**Sensibiliser** v. Faire prendre conscience de quelque chose.



- Fiche  
« Le droit à la santé »
- Fiche  
« L'UNICEF dans les situations d'urgence »
- Fiche  
« Les enfants et l'eau »