

Abstract - Groupe n°43

Étude sur les stratégies de l'EVAM favorisant la santé nutritionnelle des migrants qui y sont pris en charge

Isabelle Aebischer, Simone Brechbühler, Pegah Burbur-Sahebajami, Laetitia Charbonnet, Justine Deschamps

Introduction

L'adoption d'une alimentation saine au cours de la vie impacte positivement la santé des individus en prévenant principalement d'éventuelles maladies non transmissibles. Dans la population migrante, les plus prévalentes sont l'hypertension, l'obésité et le surpoids ainsi que les problèmes gastriques (2). Ces maladies chroniques sont majoritairement dues aux changements alimentaires post-migratoires (3). Par conséquent, nous avons décidé de nous pencher sur les stratégies promouvant une nutrition équilibrée destinées à cette population vulnérable. Les obstacles à une alimentation saine sont d'ordre économique, linguistique, budgétaire, mais aussi l'influence des croyances et traditions culinaires. L'âge, l'éducation, le revenu et l'obésité ont une influence sur ces barrières (1). En Suisse romande, les seules stratégies concrètes et documentées ont été mises en place par l'association *Agent de Santé* à Genève. Celle-ci a créé un projet de paires consistant à former des migrants pour devenir médiateurs communautaires. Ceci favorise une proximité avec la population cible et permet d'augmenter l'impact des ateliers organisés (4). Nos recherches ont mis en évidence le manque d'études sur la santé nutritionnelle des migrants en Suisse s'expliquant principalement par l'hétérogénéité de leurs origines et niveaux socio-économiques. De ce fait, nous avons choisi d'étudier les stratégies existantes ainsi que les programmes pouvant être mis en place par l'*Établissement Vaudois d'Accueil des Migrants* (EVAM) pour favoriser la santé nutritionnelle de ces personnes.

Méthode

Dans ce travail, nous avons investigué les moyens financiers et structurels dans les centres d'accueil vaudois, puis établi un inventaire des pratiques et mesures mises en place par l'EVAM. Finalement, les opinions des intervenants ont été récoltées dans le but d'évaluer les stratégies existantes pour éventuellement proposer des mesures supplémentaires qui pourraient être instaurées par l'EVAM. Nous avons donc effectué 14 entretiens semi-structurés, que nous avons enregistré. Des médecins, infirmiers, diététiciens, un anthropologue mais aussi les associations *Agent de Santé* et le *Point d'Eau* ont été interrogés. Un membre du *Parti Socialiste Vaudois* est également intervenu, ainsi que des employés de l'EVAM, à savoir le responsable de la restauration et des assistants sociaux. Les données ont été récoltées sous forme de prise de note et analysées selon cinq thématiques principales.

Résultats

Les interviews menés ont renforcé l'idée que l'état de santé des migrants dépend de leurs niveaux socio-économique et éducatif. En effet, plus leur revenu est bas, plus ils vont tendre à l'épargne. Au contraire, plus il est élevé, plus ils vont se soucier de leur état de santé. Conjointement à cela, l'état de santé est péjoré par des séquelles psychiques dues au parcours migratoire et à leur condition de vie.

Selon la majorité des intervenants, le choix alimentaire est difficilement modifiable car il est lié à la culture et aux habitudes. Cependant, l'alimentation peut être modifiée par des facteurs imposés comme l'absence de l'aliment dans le pays d'accueil. Ceci tend à engendrer une péjoration de la nutrition en poussant le migrant à se tourner vers des produits transformés. Nous avons relevé que les familles se préoccupent plus de leurs choix alimentaires que les personnes seules. D'autres facteurs tels que le budget, le pouvoir d'achat, le niveau de formation, les infrastructures et le lobby publicitaire peuvent influencer le choix alimentaire.

Globalement les intervenants affirment que l'alimentation ne fait pas partie des priorités de la population migrante. En effet, la nutrition est sacrifiée au détriment de préoccupations plus directes comme la recherche d'emploi, d'un logement, les appels téléphoniques ou le transfert d'argent à leur famille. Le parcours migratoire et les conditions précaires de leur établissement impactent négativement l'importance accordée à la nourriture.

Les barrières à une alimentation saine le plus souvent mentionnées dans nos entretiens sont le budget (12.50CHF/j), le coût des aliments sains, ainsi que l'infrastructure. En effet, les foyers de l'EVAM mettent à disposition des petits frigos individuels et des cuisines communes ne contribuant pas à des conditions optimales.

Malgré un manque de documentations à ce sujet, certaines stratégies existent ; l'*Unité de Soins aux Migrants* (USMi) propose des ateliers de sensibilisation tels que des cours de cuisine, ou encore la comparaison des prix de plats préparés avec ceux des produits frais. Certains foyers de l'EVAM sont équipés d'épiceries pour lesquelles les migrants reçoivent des bons d'achats afin de passer commande via des listes dont le nombre de produits est restreint. *Agent de Santé* a lancé le projet *Nutrition & Migration* qui propose des cycles d'ateliers. Une nutrition équilibrée, une alimentation à petit budget, des cours de cuisine, ainsi qu'une activité physique quotidienne sont les quatre axes principaux explorés avec les migrants. Un atelier organisant des visites de l'*Union Maraîchère* à Genève est proposé par *Agent de Santé*. Certaines associations, comme *Promotion Santé Suisse* et la *Croix-Rouge*, organisent des ateliers de sensibilisation comprenant des vidéos et des présentations. Cependant, il a été relevé à plusieurs reprises que cette approche n'est que peu efficace dû à un manque de proximité avec les migrants. Lors de consultations, des approches individuelles se font au travers de discussions au sujet de la pyramide alimentaire ou de photos de plats. Les médecins proposent également une adaptation plus saine de recettes traditionnelles. Cette méthode s'avère efficace lorsque l'intérêt vient du migrant.

Les intervenants nous ont proposé quelques nouvelles stratégies en mettant l'accent sur le fait de donner le choix. Ils estiment que donner un repas préparé n'améliorerait pas la santé globale, mais que cette option reste intéressante pour les migrants qui ont d'autres préoccupations. Néanmoins il serait essentiel de proposer des plats ayant le label *Fourchette Verte*. Nos entretiens ont permis de mettre en évidence le manque de professionnels formés dans le domaine de la nutrition à l'EVAM. Une nouvelle stratégie serait de former et sensibiliser des employés de l'établissement. Une autre proposition serait de réunir plusieurs thèmes en une seule activité, tels qu'une balade pour l'aspect physique ainsi que leur faire découvrir un nouvel endroit, accompagnée d'un pique-nique équilibré. Une collaboration avec *Tables Suisses* pourrait également être envisagée pour permettre aux institutions d'avoir plus de produits à proposer.

Discussion

Nos résultats nous ont permis de nuancer les informations trouvées dans la littérature. En effet, les problèmes psychiques semblent plus fréquents (2)(3). De plus, nous nous attendions à ne trouver que peu de stratégies au sein de l'EVAM. Bien que plusieurs activités promotionnelles existent, elles ne sont que peu documentées et généralement effectuées de manière ponctuelle. Même si l'USMi collabore avec l'EVAM, rien n'est formalisé et il n'existe aucune stratégie commune. Il faudrait donc tenter de pérenniser et systémiser davantage les stratégies mises en place par l'EVAM et *Unisanté*. L'aspect hédoniste de la nutrition est également à prendre en compte. Pour conclure, améliorer la coopération entre les différents acteurs est essentiel. De plus, la participation des principaux intéressés est importante, il ne faut pas chercher à les contrôler mais plutôt à les responsabiliser. Chaque stratégie devrait être régulièrement évaluée de manière à trouver un terrain d'entente entre nos représentations et les besoins des migrants.

Références

- (1) de Mestral C, Stringhini S, Marques-Vidal P. Barriers to healthy eating in Switzerland: A nationwide study. *Clin Nutr.* 2016 Dec;35(6):1490-1498. DOI: 10.1016/j.clnu.2016.04.004.
- (2) Jackson Y, Paignon A, Wolff H, Delicado N. Health of undocumented migrants in primary care in Switzerland. *PLoS One.* 2018 Jul 27;13(7):e0201313. DOI: 10.1371/journal.pone.0201313.
- (3) Kruseman M, Barandereka NA, Hudelson P, Stalder H. Post-migration dietary changes among african refugees in Geneva: a rapid assessment study to inform nutritional interventions. *Soz Präventivmed.* 2005;50(3):161-5. DOI: 10.1007/s00038-005-4006-5.
- (4) Amstutz D, Gonçalves D, Hudelson P, Stringhini S, Durieux-Paillard S, Rolet S. Nutritional Status and Obstacles to Healthy Eating Among Refugees in Geneva. *J Immigr Minor Health.* 2020;22(6): 1126-1134. DOI:10.1007/s10903-020-01085-4

Mots clés : Migrants, Santé nutritionnelle, Stratégies, EVAM

Le 5 juillet 2020

La promotion d'une nutrition équilibrée est un axe de prévention privilégié par l'OFSP. En se basant sur la stratégie existante, quel programme peut être mis en place par l'Établissement Vaudois d'Accueil des Migrants (EVAM) pour favoriser la santé nutritionnelle des réfugiés adultes afin de cibler les besoins et d'adapter la stratégie au niveau des connaissances de cette population ?



Objectifs de l'assaisonnement

- Investiguer le budget et les infrastructures prévus pour l'alimentation des migrants
- Établir un inventaire des stratégies de l'EVAM pour favoriser la santé nutritionnelle
- Explorer les opinions des intervenants sur les stratégies actuelles afin de proposer des mesures supplémentaires



Introduction des ingrédients

Une alimentation saine permet de prévenir d'éventuelles maladies non transmissibles telles que l'hypertension, le surpoids ainsi que les problèmes gastriques².

Les changements alimentaires post-migratoires contribuent au développement de ces maladies chroniques³.

Les obstacles à une alimentation saine sont principalement d'ordre économique, linguistique, mais aussi influencés par les croyances et traditions culinaires. L'âge, l'éducation, le revenu et l'obésité ont une empreinte sur ces barrières¹.

Par conséquent, nous avons décidé de nous pencher sur les stratégies promouvant une nutrition équilibrée destinées à la population de l'Établissement Vaudois d'Accueil des Migrants (EVAM).

Résultats de la préparation

État de santé

La santé des migrants est influencée par de nombreux facteurs tels que :

- la péjoration de la santé par des niveaux socio-économiques et éducatifs bas
- les séquelles psychiques dues au parcours migratoire

Choix alimentaire

Différents paramètres font pencher le choix alimentaire vers une nutrition malsaine :

- l'importance de la culture et des habitudes
- l'absence d'aliments familiers remplacés par d'autres peu connus
- le budget, le niveau de formation, les infrastructures et le lobby publicitaire

Priorités des migrants

Les migrants privilégient les éléments qu'ils considèrent comme primordiaux au détriment de l'alimentation dont notamment :

- la recherche d'emploi
- la recherche de logement
- l'accès à un téléphone portable
- le transfert d'argent à leur famille

Barrières

Il y a plusieurs obstacles à une nutrition équilibrée. Les facteurs peuvent être d'ordre :

- économique : le budget (EVAM 12.50CHF/j) et le prix des aliments sains
- structurel : l'infrastructure à disposition (cuisines communes à l'EVAM)

Stratégies existantes

Un certain nombre de stratégies de promotion de la santé nutritionnelle sont déjà en place dont notamment :

- des cours de cuisine et de prise de conscience de l'économicité du fait maison (USMi)
- des épiceries internes aux foyers (EVAM)
- des ateliers de cours de cuisine pour une nutrition équilibrée à petit budget (*Projet Nutrition et Migration par Agent de Santé*)
- des visites de l'Union Maraîchère (*Agent de Santé*)
- un programme de sensibilisation (*Promotion Santé Suisse* et *Croix-Rouge*)
- des consultations médicales et diététiques individualisées

Nouvelles stratégies

Les intervenants ont mentionné différentes idées pour améliorer les stratégies existantes. Voici quelques exemples :

- favoriser des projets paires (formation de médiateurs communautaires)
- former et sensibiliser davantage les professionnels à l'EVAM
- donner le choix aux migrants
- collaborer avec *Tables Suisses*

Méthodologie de la recette

- Recherche de littérature
- Entretiens semi-structurés effectués en binômes auprès de quatorze personnes dont des médecins, infirmiers, diététiciens, associations (*Agent de Santé* et *Point d'Eau*), employés de l'EVAM ainsi qu'un membre du Parti Socialiste et un anthropologue.
- Analyse des interviews selon cinq thématiques principales

EVAM

L'Établissement Vaudois d'Accueil des Migrants est une institution responsable de loger, assister et encadrer les requérants d'asile, les personnes admises à titre provisoire ainsi que les personnes nécessitant l'aide d'urgence.

Discussion concernant les aliments

La souffrance psychique semble plus importante que prédite dans la littérature^{2,3}. Le manque de collaboration observé entre l'USMi et l'EVAM montre la nécessité d'une pérennisation et d'une systématisation des stratégies mises en place. En ce qui concerne les consultations médicales, il faudrait davantage privilégier la prévention primaire. L'aspect hédoniste de la nutrition est également à prendre en compte.

En définitive, la coopération et la communication entre les différents acteurs devraient être améliorées, tout comme la participation et la responsabilisation des migrants. Finalement, une réévaluation régulière est essentielle à la réalisation d'objectifs communs aux migrants et au pays d'accueil.

Remerciements

Nous tenons à remercier tous les intervenants et notre tuteur Federico Cathieni.

Références

- (1) de Mestral C, Stringhini S, Marques-Vidal P. Barriers to healthy eating in Switzerland: A nationwide study. *Clin Nutr*. 2016 Dec;35(6):1490-1498. DOI: 10.1016/j.clnu.2016.04.004.
 (2) Jackson Y, Paignon A, Wolff H, Delgado N. Health of undocumented migrants in primary care in Switzerland. *PLoS One*. 2018 Jul 27;13(7):e0201313. DOI: 10.1371/journal.pone.0201313.
 (3) Kruseman M, Barandereka NA, Hudelson P, Stalder H. Post-migration dietary changes among african refugees in Geneva: a rapid assessment study to inform nutritional interventions. *Soz Präventivmed*. 2005;50(3):161-5. DOI: 10.1007/s00036-005-4006-5.