



Le double défi d'une pionnière de la nutrition

par Isabelle Marquis

La D^e Victoire Agueh est une pionnière d'un genre que l'on croise rarement en Afrique francophone. Cette médecin de 57 ans veut convaincre ses compatriotes de l'importance de bien s'alimenter. « Faites attention à ne pas prendre trop de poids, cela pourrait vous rendre malade », leur dit-elle. Un message accueilli avec scepticisme dans une région du monde habituée aux carences alimentaires graves.

En fait, l'Afrique doit maintenant composer avec une réalité inusitée et complexe : le double fardeau nutritionnel. Les problèmes causés par l'obésité côtoient maintenant ceux de la sous-alimentation. Une situation récente occasionnée, entre autres, par la mondialisation, l'urbanisation croissante

et l'influence de l'occident dans le régime alimentaire de la population – des facteurs qui perturbent les habitudes alimentaires traditionnelles.

Peu de statistiques fiables sont disponibles à ce jour, mais la réalité demeure : l'obésité est de plus en

plus répandue et les effets du surpoids sont surtout visibles dans les zones urbaines où on observe une augmentation du diabète de type 2. À l'instar des pays occidentaux, l'Afrique doit composer avec les problèmes de santé chroniques qui découlent souvent

des habitudes de vie : diabète, hypertension et maladies cardiovasculaires. « Lorsque j'étais médecin en cabinet, je remarquais que de nombreux problèmes de santé étaient reliés à l'alimentation. J'ai donc décidé de m'intéresser à la nutrition », explique la D^e Agueh, qui détient une maîtrise en

nutrition et un Ph.D en épidémiologie.

C'est pendant ses études de maîtrise à l'Université de Montréal que la D^e Agueh rencontre Hélène Delisle, professeure et alors sa directrice de mémoire. Inquiètes par

« Prévenir les problèmes nutritionnels permet de réduire une source d'appauvrissement. »

rapport à l'avalanche possible de problèmes pouvant découler d'une alimentation déséquilibrée, elles mettent sur pied dans la région ouest-africaine le projet sur le double fardeau nutritionnel. Une propagation de maladies chroniques serait une catastrophe

rapport à l'avalanche possible de problèmes pouvant découler d'une alimentation déséquilibrée, elles mettent sur pied dans la région ouest-africaine le projet sur le double fardeau nutritionnel. Une propagation de maladies chroniques serait une catastrophe

pour des systèmes de santé déjà en manque de ressources, d'où l'importance de prévenir maintenant.

Le projet, élaboré dans le cadre du programme de Partenariats universitaires en coopération et développement de l'ACDI, comporte trois volets : la formation, la recherche et le développement d'un plaidoyer et d'outils de communication. Mis sur pied en 2008, le projet se poursuivra jusqu'en 2014.

« Ce projet nous permettra de développer une compétence en nutrition dans la région francophone ouest-africaine », mentionne D^{re} Agueh, directrice de l'Institut régional de santé publique au Bénin, où elle dirige le projet. La prévention et la formation sont indispensables.

« Il faut prévenir et renforcer les capacités des institutions à faire face au double fardeau nutritionnel. Pour cela nous devons former des gens en nutrition », précise M^{me} Delisle, qui est aussi directrice de TRANSNUT (Centre collaborateur de l'Organisation mondiale de la santé sur la transition nutritionnelle et le développement), l'organisme qui pilote le projet au Canada.

Ainsi, deux nouveaux programmes universitaires en nutrition ont été créés au Bénin : une licence professionnelle (équivalent au baccalauréat) et une maîtrise.

En janvier 2011, l'Université d'Abomey-Calavi a accueilli ses premiers étudiants à la licence en nutrition, la seule offerte en Afrique francophone. Le programme de maîtrise en nutrition et santé des populations, créé à l'Institut régional de santé publique en 2009, compte actuellement 10 étudiants qui devraient obtenir leur diplôme au cours de l'année 2011.

« Nos diplômés seront les premiers professionnels en nutrition de la région », ajoute avec fierté D^{re} Agueh.

À ces programmes universitaires, s'ajoutent des cours portant sur le double fardeau nutritionnel offerts sur place – au Bénin – pour les cadres et professionnels de la santé. Donnés par des formateurs canadiens et béninois, les cours offrent aux experts les outils nécessaires pour sensibiliser la population. Depuis peu, des recherches-



En Afrique, la croissance des enfants est suivie de près à l'aide de balances.

Photo: © ACIDI-CIDA / Stephanie Colvey

actions sont aussi entreprises dans les milieux scolaire et communautaire pour transmettre des connaissances en nutrition.

Ces réalisations pourraient avoir un impact concret et durable sur la qualité de vie des gens, croit M^{me} Delisle.

« Une mauvaise santé nutritionnelle nuit à la productivité d'un individu. En concourant à une meilleure santé de la population, on contribue à une meilleure productivité tout en diminuant les coûts liés à la santé. Prévenir les problèmes nutritionnels, permet donc de réduire une source d'appauvrissement », souligne-t-elle.

Il n'est pas facile de parler d'obésité dans des pays traditionnellement confrontés aux carences alimentaires et où l'obésité est perçue comme un signe de beauté et de santé.


« Vous savez, ici, quand une femme se marie et qu'elle prend du poids, cela signifie que son mari s'occupe bien d'elle », explique D^{re} Agueh.

Une campagne de sensibilisation auprès de la population et des décideurs politiques est donc essentielle. « Pendant longtemps, les plaidoyers dans le domaine de la nutrition

concernaient les maladies liées aux carences alimentaires. Il faut maintenant traiter du double fardeau nutritionnel, nous devons nous réveiller », résume la médecin béninoise.

L'obésité étant culturellement bien perçue, D^{re} Agueh et ses collègues ont décidé de cibler le diabète de type 2 pour amorcer la campagne de sensibilisation. Des outils de communication – site Internet, brochures, affiches – ont été créés et un plaidoyer de lutte contre le diabète de type 2 est en élaboration. La création d'un guide alimentaire béninois, inspiré du célèbre guide canadien, est aussi envisagée.

Si l'on se fit à l'expérience nord-américaine, la sensibilisation aux saines habitudes de vie exige temps et persévérance. Toutefois, informer et prévenir demeure les meilleurs outils disponibles pour les professionnels de la santé publique.

« Si je peux, un jour, m'assurer que le travail accompli portera des fruits, je serai en paix et contente d'avoir contribué à quelque chose dans ma vie », conclut avec espoir la D^{re} Agueh. 

Nutrition pioneer faces dual challenge

by Isabelle Marquis

Victoire Agueh is a rare type of pioneer in French-speaking Africa. The 57-year-old physician wants to convince her compatriots in Bénin about the importance of eating well. "Don't put on too much weight," she tells them. "It could affect your health." It's a message that is greeted with skepticism in a part of the world where people are more accustomed to dealing with severe dietary deficiencies.

Africa must now cope with a new and complex reality: the double nutritional burden, or, in other words, the health complications of obesity now co-existing with those of malnutrition. This relatively new phenomenon is caused, among other reasons, by globalization, growing urbanization and Western influences on the diets of local populations—all factors that disrupt traditional eating habits.

Few reliable statistics are currently available, but the fact remains that obesity is increasingly widespread and its effects are especially visible in urban centres, where Type 2 diabetes is on the rise. Following in the footsteps of the West, Africa must now grapple with chronic health problems that are largely tied to lifestyle choices: diabetes, high blood pressure and cardiovascular disease. "When I was a doctor in practice, I noticed that a lot of problems were diet-related. I therefore decided to focus on nutrition," says Dr. Agueh, who holds a master's degree in nutrition and a PhD in epidemiology.

During her master's studies at the Université de Montréal, Dr. Agueh met Hélène Delisle, a professor who would later become her thesis director. Worried about the slew of health problems that could be unleashed by unbalanced diets, the two initiated a project in West Africa to tackle the double nutritional burden. Their reasoning was that an increase in chronic diseases would be devastating for healthcare systems that are already short on resources, and thus it was imperative that prevention begin immediately.

Set up in 2008 as part of CIDA's University Partnerships in Cooperation and Development program, the project focuses on three aspects: training, research and the development of advocacy and communications tools. The project will continue until 2014.

"This initiative will enable us to develop nutritional expertise in the French-speaking region of West Africa," says Dr. Agueh, director of Bénin's Institut régional de santé publique, the public health institute where she is leading the project. Prevention and education are key. "We need to stress prevention and build institutions' capacity to deal with the double nutritional burden. To do this, we have to train people in nutrition," adds Dr. Delisle, who is also director of TRANSNUT (the WHO Collaborating Centre on Nutrition Changes and Development), the organization spearheading the project in Canada.

Two new university programs in nutrition were created in Bénin: one at the undergraduate level (leading to a professional licence) and one at the master's level. In January 2011, the Université d'Abomey-Calavi welcomed its first students to the undergraduate program, the only one of its kind in Africa's French-speaking nations. For its part, the master's program in nutrition and population health created at the Institut régional de santé publique in 2009 now has 10 students who are expected to obtain their degrees in 2011. "Our graduates will be the first nutrition professionals in the region," proudly notes Dr. Agueh.

Complementing these university programs are courses on the double nutritional burden which are available on site (in Bénin) for healthcare managers and professionals. Taught by instructors from Canada and Bénin, the courses provide these experts with the communication tools needed to raise public awareness. Recently, action research initiatives have also been

launched to impart nutritional information in schools and in the community.

Dr. Delisle believes that these efforts could have a real and lasting impact on the quality of life of these people: "Poor nutritional health compromises an individual's productivity," she explains. "By helping improve people's health, we are contributing to increased productivity and lowering healthcare spending. Preventing nutritional problems therefore helps eliminate one source of poverty."

It isn't easy talking about obesity in countries that have traditionally been confronted with malnutrition issues and where obesity is perceived as a sign of beauty and health. "Around here," explains Dr. Agueh, "when a woman gets married and puts on weight, it means her husband is taking good care of her."

An awareness campaign aimed at the public and policy-makers is therefore essential. "For a long time, advocacy in the field of nutrition was limited to diseases related to malnutrition," says Dr. Agueh. "Now we have to wake up and deal with the double nutritional burden."

Dr. Agueh and her colleagues decided to make Type 2 diabetes the focus of their awareness campaign. Various communication tools, including a website, brochures and posters, were created; a message promoting the fight against type 2 diabetes is in development. A food guide for Bénin, modelled after Canada's famous Food Guide, is also being considered.

If the experience in North America is any indication, educating the public about healthy living will take time and perseverance. Nevertheless, information and prevention remain the most effective tools available to healthcare professionals. Dr. Agueh concludes on a hopeful note: "If one day I can look back and see that the work we did has paid off, then I will be at peace and happy to have made a contribution in my life." 🌐