

ÉTUDE NUTRINET-SANTÉ QUAND LES NUTRINAUT

L'ÉTUDE NUTRINET-SANTÉ A POUR OBJECTIF DE MOBILISER AU MOINS 500 000 INTERNAUTES DE PLUS DE 18 ANS.



ES SE METTENT À TABLE

500 000 personnes sont invitées, pendant cinq ans, à détailler, via Internet, leurs modes de consommation et leurs activités dans le cadre de l'étude Nutrinet-santé. Une première mondiale ! L'objectif vise à étudier les comportements alimentaires et les effets de la nutrition sur notre santé.

La consommation insuffisante ou en excès de certains groupes d'aliments a-t-elle une influence sur notre santé ? Pourquoi y a-t-il plus de cancers dans le Nord-Pas-de-Calais que dans les autres régions ? Quelle est l'importance du goût dans nos choix alimentaires ? Autant de questions auxquelles l'étude Nutrinet-santé, lancée le 11 mai par le ministère de la Santé, tentera de répondre en étudiant les comportements alimentaires et leur impact sur la santé. Mobiliser au moins 500 000 internautes de plus de 18 ans, dont au moins 250 000 de plus de 45 ans, tel est le défi du professeur Serge Hercberg, coordinateur du projet et président du comité de pilotage du Programme national nutrition santé (PNNS) : « Aujourd'hui, la France est le premier pays à lancer une étude d'une telle ampleur sur Internet, en partenariat avec le ministère de la Santé, l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé, l'Institut de veille sanitaire, l'université Paris 13, l'Institut national de la recherche agronomique, la Fondation pour la recherche médicale, l'Institut national de la santé et de la recherche médicale et le Conservatoire national des arts et métiers. L'originalité de Nutrinet-santé

est de pouvoir collecter une masse importante d'informations auprès d'un très large échantillon de sujets volontaires et, idéalement, sur une durée de cinq ans. Pour mettre en évidence le rôle spécifique des facteurs nutritionnels sur la santé, il est en effet indispensable de développer des études de cohorte, c'est-à-dire un groupe de sujets suivis pendant plusieurs années, portant sur de très grandes populations. Mais l'idée consiste aussi à proposer aux volontaires de continuer au-delà de cinq ans. Car une cohorte ça vieillit bien avec le temps, comme le bon vin. »

Internet, la solution novatrice

Un mois et demi après le lancement du programme, plus de 80 000 internautes ont déjà rempli leurs premiers questionnaires sur la Toile, qui n'a plus de secrets pour la grande majorité de nos concitoyens. Selon Médiamétrie*, la France arrive en tête du classement européen en matière d'utilisation d'Internet. « L'avantage de cet outil, ajoute Serge Hercberg, c'est qu'il est facile d'utilisation et qu'il touche une large population, y compris celle qui échappe traditionnellement à ce type d'étude, et dans toutes les régions de France. Un internaute sur quatre a



►►► *plus de 55 ans et 29 % appartiennent à des catégories socioprofessionnelles plutôt basses. »*

Les candidats à l'étude Nutrinet-santé doivent remplir un dossier de base comprenant cinq formulaires sur www.etude-nutrinet-sante.fr : sur l'alimentation, l'activité physique, les données anthropométriques, sur le mode de vie et les caractéristiques sociodémographiques, et sur l'état de santé. Lors de l'inclusion, les participants remplissent trois enregistrements de vingt-quatre heures visant à connaître la nature et la quantité des aliments et boissons consommés, ainsi que les conditions de prise (horaire et lieux des repas). Pendant cinq ans, les nutrinautes devront remplir ces questionnaires une fois par an, en sachant que cette phase prend deux heures dans sa totalité et peut s'effectuer sur une durée de trois semaines ! Ensuite, chaque mois, les candidats reçoivent un mail qui leur donne des informations sur l'étude et leur propose éventuellement – c'est optionnel – de remplir un questionnaire complémentaire (sur la qualité de vie, les approvisionnements alimentaires, l'origine des aliments, les goûts, etc.) qui ne prend pas plus de vingt minutes pour y répondre. *« Devenir l'acteur de sa santé et de celle des autres représente aussi l'objectif de Nutrinet-santé, rappelle Serge Hercberg. C'est une étude d'intérêt collectif, alors le sentiment qui prédomine chez ces volontaires désintéressés est de se sentir appartenir à quelque chose qui fait progresser la connaissance*

L'ÉTUDE A POUR BUT D'OBSERVER
NOS COMPORTEMENTS
ALIMENTAIRES ET LEUR IMPACT
SUR NOTRE SANTÉ.



“ Devenir l'acteur de sa santé et de celle des autres représente aussi l'objectif de Nutrinet-santé. ”



LA GASTRONOMIE AU SERVICE DE LA SOLIDARITÉ



Les Logis (ex-Logis de France) lancent une opération solidaire dès janvier 2010 au profit de la Ligue contre le cancer. Baptisés « Ateliers gourmets Logis », ces séjours de découverte culinaire permettront à 100 personnes, ayant acheté aux enchères leurs précieux sésames, de rencontrer les chefs, mais aussi de déguster leurs recettes. A travers toute la France, les Logis ont souhaité

faire appel à la Ligue contre le cancer pour porter un message commun de sensibilisation autour de l'équilibre alimentaire. Grâce à ce partenariat, les fonds récoltés permettront de mener une action d'éducation nutritionnelle à destination des personnes en situation précaire.

EN SAVOIR +

www.ligue-cancer.net

scientifique. On les a donc appelés les nutrinateurs pour renforcer le sentiment d'appartenance. »

Quid des facteurs nutritionnels ?

Aujourd'hui, dans tous les pays industrialisés, on mesure l'importance des enjeux de santé publique représentés par des pathologies chroniques comme le cancer, les maladies cardio-vasculaires, l'obésité, le diabète de type 2 ou encore l'hypertension, dans lesquelles les facteurs nutritionnels sont incriminés. Il s'agit de maladies multifactorielles où interviennent des facteurs génétiques, biologiques, environnementaux parmi lesquels il est encore difficile d'évaluer la part des facteurs nutritionnels. Pour Serge Hercberg, « si on ne choisit pas ses gènes ni ses aïeux, on peut en revanche choisir le contenu de son assiette. Alors si l'alimentation compte pour 10, 20, 30 ou 40% dans le risque d'un cancer, chacun a la capacité d'agir pour sa santé. C'est pourquoi Nutrinet-santé doit aller le plus loin possible dans la connaissance. On va s'intéresser à la fois aux nutriments, aux aliments, au comportement alimentaire, à l'activité physique, tout

en prenant en considération l'ensemble des facteurs qui peuvent venir perturber la mise en évidence d'une relation entre une exposition et une maladie. Dans cette étude, beaucoup de questions sont posées sur les aspects socio-économiques et culturels, sur l'environnement et sur les antécédents familiaux. Car si on met en évidence le rôle de certains types d'aliments sur la santé et que l'on veut émettre des recommandations afin d'orienter les politiques de santé publique et permettre aux personnes d'adapter leur alimentation en conséquence, il nous faut posséder l'ensemble de ces éléments-là. »

La nutrition engendre aussi une folle cacophonie dans les médias et les livres. « Il y a souvent beaucoup d'irrationnel, et les gens vivent parfois de ces fantasmes, se lamente Serge Hercberg. Nos messages sont alors brouillés, c'est pourquoi nous avons vraiment besoin de travaux scientifiques. » Alors, à vos questionnaires, nutrinateurs ! ■

GILLES GIROT

* Médiamétrie est une société spécialisée dans la mesure d'audience des médias audiovisuels et interactifs. Sondage réalisé en mars 2009.

EN SAVOIR +

www.etude-nutrinet-sante.fr