

j'aime ! ». Qu'est-ce qui est le plus difficile dans la vraie vie ? « résister à l'offre » répondent-elles en cœur. Mais déjà la perception évolue. « Avec les groupes d'aliments je sais ce que je peux faire pour éduquer car l'enfant suit inconsciemment ce qu'il voit » dit Mama. Toutes ont aiguisé leur vigilance. « Maintenant je prépare moi-même la vinaigrette, et j'achète selon l'ordre des ingrédients indiqués », explique Khadija. Elle bute sur un problème : les portions. « Quand je mets dans l'assiette je ne sais pas si c'est suffisant et les enfants ne me disent rien », renchérit-elle. Christophe déroule le canevas, conseille pour faciliter la prise de décision. Des points de l'atelier à améliorer ? Mama a changé ses « habitudes alimentaires » mais juge « important de ne pas nous laisser tomber, de nous revoir ». L'attente est profonde.

« Sauf que les dames n'achètent pas au prix moyen en France mais aux Puces, à Noailles... »

En théorie, « même si c'est plus difficile avec un petit budget, on peut manger équilibré pour 3,5 euros par jour », conclusion de multiples travaux de recherche réalisés notamment par Nicole Darmon. Au contact de la réalité de terrain, l'élaboration du prix seuil a évolué grâce aux ateliers et à l'œil avisé de Malu Gaubart, diététicienne (photo bas au centre). « Je parlais de tables de composition nutritionnelles avec des aliments prix moyen d'achat en France où en dessous de tel prix, tel aliment est de bon rapport, détaille la chercheuse. Le plus frappant a été le poivron. Il était trop cher. Sauf que les dames n'achètent pas au prix moyen en France mais aux Puces, à Noailles, du coup il est devenu d'un bon rapport. Donc on ne peut pas dire que pour toujours un aliment n'est pas de bon rapport et un autre oui. Au contraire, les aliments de bonne qualité nutritionnelle sont tous potentiellement d'un bon rapport qualité nutritionnelle/prix si on les trouve à tel montant ! ».

Lors de la première année pilote en 2010, « on a déposé un projet sur alimentation et petit budget en se basant sur l'idée de faire travailler les gens autour de leur ticket de caisse », outil pivot de la recherche. « C'était l'idée originale, se remémorent Christophe Dubois et Nicole Dar-

mon, mais qui a bousculé les acteurs, associatifs, éducatifs, diététiciennes ou spécialisés dans l'éducation sociale et familiale. Ils pensaient que ce serait trop intrusif, très intime. Mais quand on l'a fait il n'y a eu aucun problème. On avait un objectif de santé publique, d'apporter des réponses très concrètes aux personnes, sans que la recherche soit intrusive. Les ateliers étaient la porte d'entrée. On s'est rendu compte que les gens avaient un intérêt fort à échanger autour de leurs achats. »

Avant que le maillage ne s'appuie notamment sur les centres sociaux dont Bourrelys, Kalliste, le centre Sésame de la Rose (Cpam), soit au total une dizaine de structures et concerne 100 habitations par an dans tous les arrondissements de la ville, sauf les 7, 8 et 9e arrondissements, les fondations d'Opticourses ont été posées à l'hôpital Nord (AP-HM). Le service du Pr Anne Dutour, chef du service diabétologie, maladies métaboliques et nutrition, était une passerelle naturelle, d'autant que le médecin assume aussi la responsabilité du centre spécialisé de l'obésité Paca-Ouest, labellisé par le ministère de la santé en 2012 (lire ci-contre et sur lamarseillaise.fr).

A côté de ces ateliers (le volet demande de l'étude), Opticourses comprend aussi un volet offre qui consiste à rendre visibles, accessibles et attractifs les aliments de bon rapport qualité nutritionnelle/prix dans deux magasins discount des quartiers Nord (voir encadré). L'analyse statistique des volets offre et demande est prévue à partir de juin, pour « des résultats en septembre ». « Le distributeur nous donnera accès à ses données de vente dans les deux magasins et deux témoins situés dans les mêmes quartiers. On va voir si entre test et témoin, avant et après, il y a une différence dans la vente entre les aliments marqués ou pas ». Opticourses, avec l'aide de nombreux partenaires (lire repères) vise à démontrer que face à une situation socio-économique extrêmement dégradée, aux maladies chroniques et cancers, le passage de la théorie à la pratique rend l'espoir plausible d'une lutte efficace contre les inégalités sociales de santé liées à l'alimentation au profit des populations les plus démunies. D'ores et déjà, débute l'étude de la transférabilité en région Paca de certaines actions opérationnelles via le nouveau porteur, le Comité régional d'éducation à la santé (Cres) et ses six comités départementaux. Le projet sera déposé en mai.

NATHALIE FREDON

Financements ARS Paca 2010-2012/Inca 2012-2014. Fonds Français pour l'Alimentation et la Santé (marketing social).



Dans l'antenne CVCL à Frais-Vallon s'est déroulé le 5e atelier du volet « demande ». En bas à droite, le Pr Anne Dutour, chef du service de diabétologie à l'hôpital Nord (AP-HM). PHOTOS MIGUÉ MARIOTTI ET LAURENT SACCOMANO

Obésité : « Un vrai gradient social et de prise en charge »

Le Pr Anne Dutour, chef du service de diabétologie, maladies métaboliques et nutrition de l'hôpital Nord (AP-HM), également responsable du centre spécialisé de l'obésité Paca ouest et chercheuse Inserm dans l'unité Nutrition Obésité et Risque Thrombotique (NORT) voit le nombre d'obèses et diabétiques issus des quartiers défavorisés augmenter. Selon l'étude Abena (ORS Ile-de-France, Invs, Impes et ministère de la santé) « Alimentation et état nutritionnel des bénéficiaires de l'aide alimentaire » réalisée dans six zones urbaines (2013), 28,8% des bénéficiaires de l'aide alimentaire dont 29,3% à Mar-

seille, sont obèses. Consultation un peu spéciale, sur les inégalités sociales de santé et le rôle de l'hôpital public dans la prise en charge des personnes obèses. Reportage.

Jessyca attend patiemment avec sa maman que le Pr Anne Dutour l'appelle. Dans la salle d'attente où la chef de service de diabétologie, maladies métaboliques et nutrition de l'hôpital Nord consulte, une habitante de la cité la Granière dans le 16e arrondissement et Martine, qui vient d'Aramon dans le Gard. La discussion prend corps. Préparatrice en pharmacie, 34 ans, Jessyca flanche à chaudes larmes. « J'ai une amie qui a

perdu ses kilos, elle pèse 65 kg et moi je n'y arrive plus. J'avais perdu 70 kg en un an après un séjour à la maison de diététique de la Roque d'Anthéron, j'ai eu une épine calcanéenne [excroissance osseuse au talon] et dû arrêter le sport. J'ai repris progressivement ». Le désespoir se lit dans ses yeux rougis face « à ses 69 kg et taille 44 perdus depuis 2010 » alors « qu'elle ne mange rien ». Trois fois par semaine, elle pratique le vélo, saute sur le trampoline, fait des abdos avec le kiné. Elle ne pense alors plus à rien.

N.F.

Lire l'intégralité du reportage sur lamarseillaise.fr

Repères

L'équipe

Nicole Darmon (investigateur), Hind Gaigi (chef de projet), Christophe Dubois, (coordination prévention nutritionnelle), Célia Chischportich (évaluation), Audrey Maidon et Malu Gaubart (diététiciennes). Les partenaires : Inserm/Inra/Aix-Marseille Université. UMR Nutrition Obésité Risque Thrombotique (Nort). LinkUp. UMR Gael. Labo LPED.

40,2%

des 361 personnes, dont 69,3% de femmes, bénéficiant de l'aide alimentaire à Marseille ayant répondu à l'enquête Abena 2011-2012 publiée en mars 1013 étaient en surpoids et 29,3% étaient obèses. 44,7% des participants étaient français et 46,4% issus du Maghreb.