

## **Interview du Dr Brigitte Audras, pédiatre. Elle nous explique : Malnutrition, Dénutrition, séquelles ...**

La malnutrition chronique est un fléau qui ne se voit pas mais retentit sur le long terme, non seulement au niveau des individus, mais aussi sur le développement des pays entiers. Le fléau est mondial. Il touche plus d'un milliard et demi de personnes dans le monde et, bien sûr, une immense population d'enfants. C'est le sens de la lutte menée à Madagascar depuis 12 ans.

*\*Administratrice de l'Appel, inventeur des Nutricartes*

### **Qu'est-ce que la malnutrition ? et la dénutrition ? expliquez-nous.**

**La malnutrition** se définit par une inadéquation entre les nutriments consommés par une personne et les besoins nutritionnels de celle-ci. Il peut y avoir des nutriments en quantité excessive et/ou de mauvaise qualité nutritionnelle et pas assez variée : cela conduit au surpoids et à l'obésité, avec leur cortège de séquelles néfastes (diabète, troubles métaboliques, comorbidité au coronavirus etc.).

Cela touche environ 1,5 milliards de personnes dans le monde.

Il peut y avoir des nutriments en quantité insuffisante et /ou de qualité nutritionnelle inadaptée et pas assez variée : c'est la dénutrition.

**La dénutrition.** La personne touchée perd du poids et devient *trop maigre par rapport à sa taille*. Il s'agit de la **malnutrition aigüe** qui peut être modérée ou sévère selon l'importance de la perte de poids. Il existe une autre forme de malnutrition : la **malnutrition chronique** souvent sous-jacente à la malnutrition aigüe. Elle arrive très tôt dans la vie des enfants, souvent dès la grossesse.

L'enfant est *trop petit par rapport à son âge*, mais pas forcément trop maigre. Elle ne se voit donc pas et n'est pas forcément perçue comme un problème grave par l'entourage.

### **Que veut dire « être dénutri » d'un point de vue médical et biologique ?**

Chez une personne dénutrie, quel que soit son âge, toutes les fonctions biologiques sont touchées et la rend vulnérable aux maladies, en particulier infectieuses, qui sont guérissables chez les personnes bien nourries.

La malnutrition aigüe survient lorsque l'enfant manque de nourriture.

Elle survient en situation de crise :

- Déficit alimentaire suite à une famine, une guerre, un évènement climatique sévère etc.
- Ou une maladie entraînant une perte de l'appétit mal prise en charge.

Elle est plus grave si elle touche un enfant déjà malnutri de façon chronique.

### **Est-ce plus grave chez l'enfant que chez l'adolescent ou l'adulte ?**

*Les enfants* sont dans une période de croissance extrêmement rapide. Donc leurs besoins nutritionnels sont immenses.

Qu'on imagine : entre la conception et la naissance : en 9 mois, la taille et le poids passent de la taille d'une cellule à 3kg et 50 cm en moyenne !

Et l'enfant, à 3 mois, a doublé son poids de naissance ! et l'a triplé à 9 mois !

Et à 2 ans, il a atteint la moitié de sa taille adulte !

C'est pourquoi la période des 1000 jours s'écoulant entre la conception et les 2 ans d'un enfant est particulièrement vulnérable au manque de nourriture diversifiée et adaptée, tant pour la future mère que pour l'enfant

**Une très bonne nouvelle** : dès que cette nourriture est fournie, la guérison est très rapide et sera d'autant plus pérenne que ce temps sera mis à profit pour apprendre aux parents les bonnes pratiques pour bien prendre en charge leur enfant : c'est tout l'objectif des Nutricartes et du programme poursuivi à Madagascar : nourrir et prévenir.

*Les adolescents* aussi grandissent très vite. Eux aussi sont vulnérables à la malnutrition et particulièrement les jeunes filles, exposées à la carence en fer qui retentira sur leur future fécondité. Mais heureusement ils ont traversé la majorité des maladies infantiles si meurtrières pour les plus jeunes malnutris.

Quant *aux adultes*, leurs besoins nutritionnels ne sont plus affectés à leur croissance, mais au maintien de leurs fonctions vitales. Ils sont proportionnellement moins vulnérables que les enfants.

**Quelles sont les séquelles d'une malnutrition non traitée ?**

Un enfant victime de malnutrition chronique, il est exposé à des retards de croissance physique et moteur, ainsi qu'à une diminution des défenses immunitaires entraînant une augmentation du risque de mortalité. Il est victime aussi d'une baisse de ses capacités cognitives et d'apprentissage.

Les enfants conçus par une maman elle-même mal nourrie peuvent se retrouver handicapés à vie, car ils souffrent de malnutrition dès la grossesse : trop petits et trop faibles dès leur naissance, ils résistent mal à la moindre maladie et ce qui les rend susceptibles d'en mourir.

Leurs capacités d'apprentissage sont elles aussi diminuées.

Rappelons que la malnutrition chronique est un fléau qui ne se voit pas mais retentit sur le long terme, non seulement au niveau des individus, mais aussi sur le développement des pays entiers.