

Rencontre annuelle IRSC - ULAVAL

ulaval.ca/irsc



L'ADHÉSION À LA SAINTE ALIMENTATION, UN DÉLICIEUX CASSE-TÊTE

La problématique

Plusieurs organismes, dont l'Organisation mondiale de la Santé, reconnaissent la saine alimentation comme une des armes les plus efficaces afin de contrer le développement des maladies chroniques. Cependant, les interventions nutritionnelles favorisant l'amélioration de la qualité de l'alimentation demeurent globalement inefficaces de par la difficulté des individus à y adhérer. Jusqu'à présent, beaucoup d'efforts ont été consentis afin d'identifier des aliments et des nutriments pouvant favoriser une amélioration du profil de santé. Ces efforts de recherche sont importants. Par contre, les efforts déployés pour améliorer les recommandations resteront vains tant et aussi longtemps que nous ne serons pas en mesure de mieux comprendre les facteurs qui influencent l'adhésion à la saine alimentation et de favoriser celle-ci par la mise en œuvre d'interventions ciblées.

Le projet

Le programme de recherche vise à générer les connaissances indispensables à l'orientation de stratégies visant l'amélioration de la qualité de l'alimentation des Canadiens. Ce programme se décline en trois grands axes étroitement liés et intégrant des aspects méthodologiques, épidémiologiques et interventionnels. Le premier axe fournira les outils méthodologiques permettant de mesurer de façon optimale la variable centrale à l'étude, soit l'adhésion aux principes de la saine alimentation. Le second permettra d'identifier les déterminants de l'adhésion aux principes de la saine alimentation. Pour y arriver, une étude transversale sera réalisée grâce à l'utilisation d'un modèle favorisant une analyse intégrée des déterminants individuels, sociaux et environnementaux, et un intérêt particulier sera porté à l'influence des biais de désirabilité sociale sur les associations observées. Enfin, le troisième axe permettra d'évaluer dans quelle mesure l'orientation du message livré lors d'une intervention nutritionnelle influence l'adhésion à la saine alimentation. Un plan de transfert des connaissances intégré à chacun des axes de recherche permettra d'informer les utilisateurs potentiels des connaissances globales et spécifiques qui découleront du programme.

« L'objectif du programme de recherche est d'identifier les déterminants de l'adhésion à la saine alimentation dans un contexte observationnel et d'intervention à l'aide d'outils qui seront développés pour permettre une évaluation optimale de l'alimentation. »



IRSC CIHR

Instituts de recherche en santé du Canada Canadian Institutes of Health Research



**UNIVERSITÉ
LAVAL**

SIMONE LEMIEUX



La chercheuse principale

Simone Lemieux est professeure titulaire au Département des sciences des aliments et de nutrition de l'Université Laval et chercheuse à l'INAF. Elle a complété un baccalauréat en nutrition et a ensuite obtenu une maîtrise en sciences de l'activité physique et un doctorat en physiologie à l'Université Laval. Elle a par la suite effectué un stage postdoctoral à l'Université de Toronto.

Chercheuse-boursière des IRSC en début de carrière, elle a constamment réussi à obtenir du financement des IRSC et d'autres organismes subventionnaires pour la réalisation de sa programmation de recherche. Simone Lemieux a publié 150 articles dans des revues scientifiques et a participé à la formation de plus de 45 étudiants aux cycles supérieurs. Elle est activement impliquée dans l'enseignement au baccalauréat en nutrition et aux cycles supérieurs. Depuis le mois d'avril 2013, elle signe le blogue **La nutrition au menu** de la zone d'échanges Contact de l'Université Laval. Un de ses billets paraîtra d'ailleurs dans *Les meilleurs blogues de science en français, sélection 2014* de l'Agence Science-Pressé.

Les collaborateurs

Le programme de recherche est réalisé par une équipe interdisciplinaire. Les chercheurs impliqués proviennent de l'Université Laval et d'autres universités au Canada. Charles Couillard, Sophie Desroches, Benoît Lamarche, Véronique Provencher, Julie Robitaille et Marie-Claude Vohl (INAF) ainsi que Catherine Bégin (École de psychologie, Université Laval), Mathieu Bélanger (Université de Sherbrooke) et Luc Pelletier (Université d'Ottawa) agissent en tant que cochercheurs.

Simone Lemieux peut aussi compter sur la collaboration de Luigi Bouchard (Centre hospitalier affilié régional de Chicoutimi), Marie-France Langlois (Université de Sherbrooke), Julie Houle (Université du Québec à Trois-Rivières) et Rémi Rabasa-Lhoret (Université de Montréal).

Plusieurs partenaires participent également au succès du programme de recherche, soit le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec, l'Ordre professionnel des diététistes du Québec, les diététistes du Canada et le Bureau de la surveillance des aliments et de l'intégration de la science de Santé Canada.

Par ailleurs, ce programme ne pourrait être réalisé sans la contribution des professionnels de recherche et des étudiants impliqués dans cet effort de recherche.

Les retombées scientifiques

Ce programme de recherche fournira des outils méthodologiques qui favoriseront une évaluation plus juste de l'alimentation des individus et de ses déterminants. Considérant les difficultés à adopter de saines habitudes alimentaires, les données relatives à l'effet d'interventions nutritionnelles visant l'amélioration de la qualité de l'alimentation seront d'une grande pertinence. Globalement, les données émanant de ce programme de recherche pourront être utilisées par des chercheurs, des cliniciens et des acteurs en santé publique qui s'intéressent à cette problématique de santé.

Les résultats de ce programme de recherche auront une portée internationale grâce à la publication d'articles scientifiques dans des revues de haut calibre et la présentation des résultats lors de congrès internationaux. De plus, le programme proposé et l'environnement de recherche offrent des occasions de formation du plus haut niveau.

Les retombées sociales

Ce programme est extrêmement pertinent puisque les problèmes rencontrés par la population à adhérer aux recommandations visant la saine alimentation constituent une véritable impasse qui empêche de tirer profit des nombreuses découvertes concernant les effets bénéfiques de la saine alimentation sur la santé. En identifiant à l'aide d'outils rigoureux les déterminants de la saine alimentation dans un contexte observationnel et d'intervention, le programme de recherche proposé contribue à dénouer cette impasse et s'attaque ainsi à une problématique de première importance dans le domaine de l'alimentation et de la santé.