

Résumé Journées francophones de Nutrition (JFN)

## Qualité de l'alimentation chez les femmes de 50 à 75 ans satisfaites et insatisfaites de leur poids corporel : résultats de l'enquête nationale sur l'alimentation en Suisse

A. Chatelan \*, I. Carrard

Filière nutrition et diététique, Haute école de santé, HES-SO Genève, Carouge, Suisse

\* Auteur correspondant.

Adresse e-mail : [angeline.chatelan@hesge.ch](mailto:angeline.chatelan@hesge.ch) (A. Chatelan)

Introduction et but de l'étude L'insatisfaction liée au poids corporel est associée à des comportements alimentaires malsains chez les jeunes, mais les données sont rares sur la fac, on dont cette relation évolue avec l'âge. Notre étude visait :

- à évaluer la prévalence de l'insatisfaction liée au poids corporel chez les femmes de 50 à 75 ans ;
- à décrire les comportements alimentaires et les apports nutritionnels associés à l'insatisfaction du poids ;
- à mieux comprendre l'association entre l'insatisfaction liée au poids et la qualité globale de l'alimentation.

Matériel et méthodes Nous avons utilisé les données de l'enquête nationale suisse sur l'alimentation 2014–2015, menuCH (étude transversale) ; menuCH comprenait 468 femmes d'âge moyen (50–64 ans) et âgées (65–75 ans). L'insatisfaction liée au poids corporel a été évaluée par questionnaire. Des diététiciens ont évalué les apports alimentaires à l'aide de deux rappels de 24 h non consécutifs et assistés par ordinateur. Ils/elles ont aussi effectué des mesures anthropométriques. Nous avons calculé les apports nutritionnels pour les comparer aux recommandations nutritionnelles nationales de 2019 et avons évalué la qualité globale de l'alimentation grâce à l'Alternative Healthy Eating Index 2010 (AHEI-2010), allant de 0 (faiblement équilibrée) à 110 (fortement équilibrée). Des régressions linéaires avec le 2010-AHEI comme variable dépendante et l'insatisfaction liée au poids comme prédicteur ont été menées, incluant plusieurs facteurs d'ajustement (p.ex. apport énergétique total, désir de perte de poids, indice de masse corporelle [IMC], niveau d'études).

Résultats et analyse statistique Dans notre échantillon populationnel, 42,2 % des femmes de 50 à 75 ans ont déclaré être insatisfaites de leur poids et 51,5 % voulaient perdre du poids. Le fait d'être insatisfaite de son poids corporel était associé à la volonté de perdre du poids et à un IMC plus élevé ( $p \leq 0,001$ ). Comparé aux femmes satisfaites de leur poids, les femmes insatisfaites consommaient moins de glucides, de sucres et de fibres ( $p < 0,05$ ). Les recommandations nutritionnelles nationales pour les fibres, le magnésium et le fer étaient moins bien suivies chez les femmes d'âge moyen insatisfaites de leur poids. Les femmes insatisfaites de leur poids ont obtenu des scores 2010-AHEI inférieurs d'environ 4 points à celles satisfaites de leur poids ( $\beta = -4,36$  ; IC95 % :  $-6,78$  à  $-1,93$ ). Cependant, cette association était fortement atténuée après ajustement pour l'IMC ( $\beta = -1,66$  ; IC95 % :  $-4,61$  à  $1,28$ ). Conclusion L'insatisfaction liée au poids corporel est associée à une alimentation globalement de moindre qualité chez les femmes suisses de 50 à 75 ans, mais cette association s'explique principalement par leur IMC plus élevé. Cela souligne l'importance de cibler à la fois l'insatisfaction corporelle et l'alimentation équilibrée dans la prévention et le traitement de l'obésité à tous les âges de la vie. Déclaration de liens d'intérêts Les auteurs déclarent ne pas avoir de liens d'intérêts.

<https://doi.org/10.1016/j.nupar.2021.01.086>