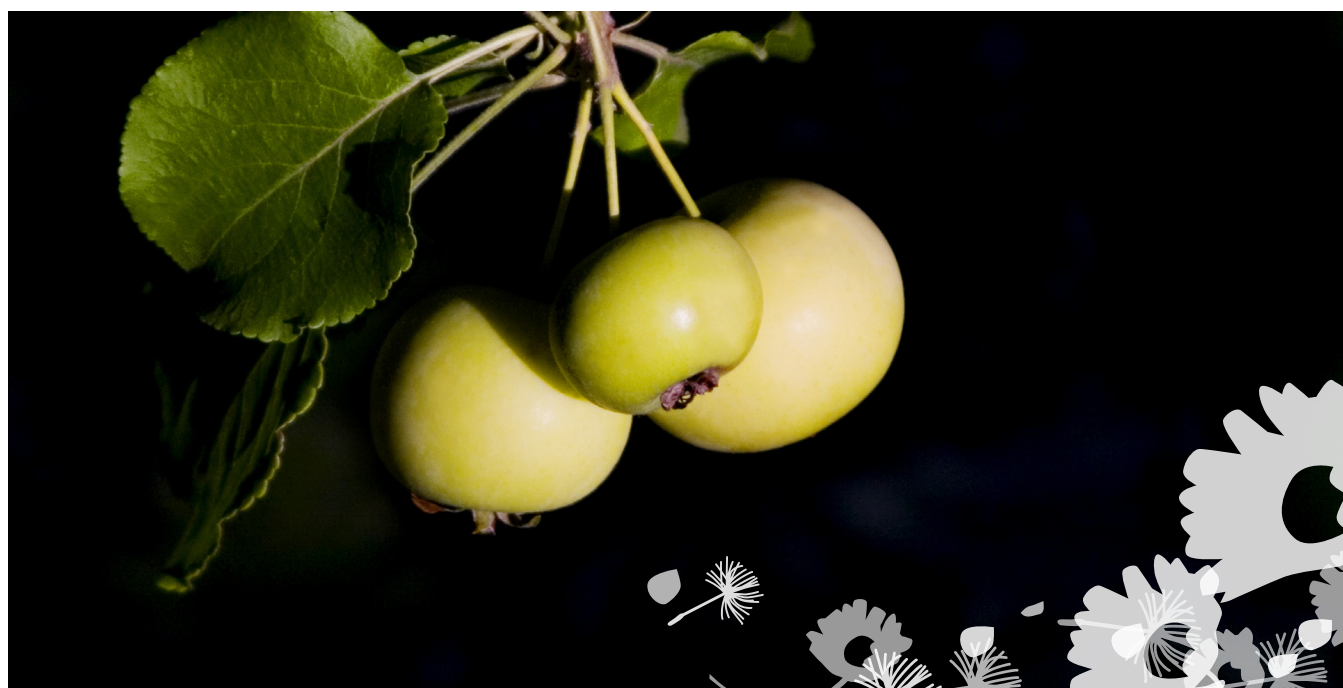


LE COMPORTEMENT NUTRITIONNEL DES ENFANTS ET JEUNES MÉTIS DU CANADA : EXAMEN PRÉALABLE



Préparé par le Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone

Introduction

Bien que la santé dépende du carrefour de divers facteurs économiques, sociaux et environnementaux, l'importance de la nutrition et d'un régime équilibré sont connus depuis longtemps comme étant des facteurs essentiels pour améliorer la santé en général, ainsi que pour diminuer et prévenir les maladies chroniques. Par exemple, un régime et une nutrition

déficients ont été liés à des problèmes de santé comme le diabète, l'ostéoporose, le cancer et la cardiopathie.¹ Selon l'Agence de la santé publique du Canada, la consommation d'aliments comme les fruits, les légumes, les produits de grains entiers et les produits laitiers à faible teneur en matière grasse au quotidien peut aider à diminuer la tension artérielle.² Le manque d'aliments et le fait de ne pas manger un déjeuner nutritif ont des répercussions sur la capacité à apprendre et le rendement scolaire des enfants et des jeunes.³ Les choix et les habitudes alimentaires ont une incidence sur le développement du cerveau des enfants et des jeunes, ainsi que

sur leur aptitude à apprendre.⁴ En outre, les habitudes alimentaires ont été liées au comportement et à l'estime de soi chez les enfants et les jeunes.⁵ Les recherches suggèrent qu'une alimentation malsaine durant l'enfance peut empêcher une croissance et un développement optimaux, en plus de contribuer à l'acquisition de mauvaises habitudes alimentaires durant l'adolescence et l'âge adulte.⁶ Plus de recherches sont nécessaires afin de déterminer jusqu'à quel point des pratiques alimentaires malsaines entraînent des risques importants pour la santé des enfants plus tard dans leur vie.⁷



Cette fiche de renseignements utilise les résultats de l'Enquête auprès des peuples autochtones (EAPA) de 2006 afin d'examiner les comportements nutritionnels des enfants et jeunes métis de six à quatorze ans. L'EAPA est une enquête postcensitaire nationale qui cible les enfants autochtones hors des réserves, notamment les enfants métis. Outre les entrevues avec des personnes de 15 ans et plus, l'enquête a été effectuée au moyen d'entrevues auprès des parents et des tuteurs d'enfants et de jeunes de six à quatorze ans. Nous avons demandé aux parents ou gardiens le nombre de fois où l'enfant a consommé une variété d'aliments pendant la semaine précédant immédiatement l'enquête.⁸

Qui sont les Métis?

Les Métis sont reconnus dans la Constitution canadienne comme l'un des trois groupes autochtones.⁹ En français, la notion de « Métis » signifie « mélange », toutefois le peuple métis ne signifie pas simplement un mélange du patrimoine des Européens et des Premières nations, ils ont des langues, cultures, valeurs et croyances distinctes qui varient d'une communauté à une autre et en fonction du territoire géographique.¹⁰ Le Ralliement national des Métis définit comme Métis une personne

qui s'identifie comme telle, est originaire de la nation métisse, est distincte des autres peuples autochtones et est acceptée par la nation métisse.

L'histoire de la nation métisseⁱ indique Métis ou « sang-mêlé » une personne qui résidait au sein du territoire historique métis, un territoire du centre-ouest de l'Amérique du Nord.¹¹ Selon le recensement du Canada de 2006, il y a près de 400 000 Métis au Canada, représentant 33 % de la population autochtone totale. De manière significative, près de la moitié (43 %) de la population métisse a moins de 25 ans, et un quart (25 %) est âgé de 14 ans et moins.¹²

Comportements nutritionnels et les Métis

Selon le *Guide alimentaire canadien*, un régime qui inclut une variété de légumes, fruits, produits céréaliers, lait, viande et substituts à faible teneur en matière grasse, en sucre et en sel, réduit le risque d'obésité, de diabète de type 2, de maladies du cœur, de certains types de cancer et d'ostéoporose.¹³ L'Organisation mondiale de la santé estime que 80 % des cas prématurés de cardiopathie, accidents vasculaires cérébraux et diabète de type 2, et 40 % des cas de cancer au Canada,

pourraient être évités en adoptant une alimentation et un style de vie sains.¹⁴ La consommation d'aliments sains au cœur d'un régime équilibré pendant l'enfance et l'adolescence est le fondement de comportements alimentaires tout au long de la vie.¹⁵ Pour les enfants et jeunes, la prise d'éléments nutritifs comme le fer, la vitamine B12, le zinc, et l'acide gras oméga-3 est essentielle au développement d'un cerveau en santé.¹⁶ Les enfants qui ne reçoivent pas périodiquement ces éléments nutritifs essentiels ont tendance à présenter des fonctions cognitives et un rendement scolaire moindres.¹⁷

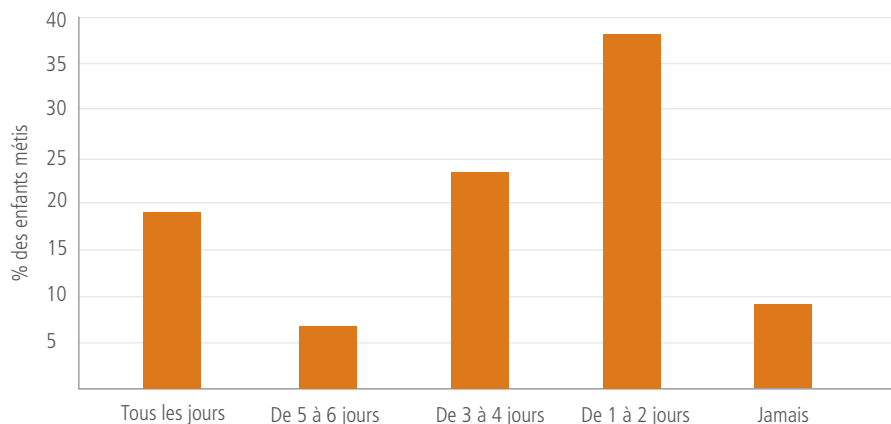
Consommation de fruits et de légumes

Les fruits et les légumes contiennent des vitamines et des minéraux importants et présentent habituellement une teneur élevée en fibres, une teneur faible en gras et peu de calories. Les inclure dans un régime peut réduire le risque de cardiopathie et de cancer.¹⁸ Les enfants qui consomment peu de fruits et de légumes ont tendance à souffrir de surpoids ou d'obésité.¹⁹ Il a été indiqué qu'environ la moitié des enfants et jeunes métis (52 %) avait consommé des légumes autres que des pommes de terre ou de la salade tous les jours la semaine précédant l'enquête.²⁰ Il a été indiqué que dix pour cent avait consommé de la salade verte tous les jours.²¹



ⁱ Il importe de noter qu'un débat existe quant à la définition de qui sont des Métis au Canada et certaines personnes ont adopté une définition plus large que celle mentionnée aux présentes.

Tableau 1 : Fréquence de consommation de bonbons, boissons gazeuses, gâteaux, tartes, etc., par les enfants et jeunes métis (de 6 à 14 ans) la semaine précédant l'enquête, EAPA 2006



(Source : Statistique Canada, Enquête auprès des peuples autochtones de 2006)

L'enquête indiquait que près des deux tiers des enfants et jeunes métis ont consommé des fruits (à l'exception du jus) tous les jours la semaine précédant l'enquête (61 %).²² En outre, 51 % des enfants et jeunes ont consommé des jus de fruits purs à 100 % tous les jours pendant cette semaine.²³

Consommation de produits laitiers

Les produits laitiers favorisent le maintien en santé des dents et des os. Ils sont également une source d'au moins 10 éléments nutritifs essentiels, dont le calcium, les protéines, les vitamines A et B12.²⁴ Il a été démontré que le lait aide à prévenir les problèmes de santé comme le syndrome métabolique, le diabète de type 2, le cancer du côlon et la tension artérielle élevée.²⁵ Un apport calcique adéquat pendant l'enfance est nécessaire au développement d'os forts et en santé.²⁶

En 2006, il a été indiqué que plus du trois quarts (79 %) des enfants et jeunes avaient consommés du lait tous les jours,²⁷ et que près de la moitié (56 %) consommait d'autres produits laitiers tous les jours.²⁸

Consommation de viandes

Les protéines comprennent des acides aminés qui agissent en tant qu'éléments constitutifs du corps. Il y a 20 acides aminés

et bien que notre corps en ait besoin pour maintenir un système immunitaire en santé, assurer la santé des os et des cheveux, maintenir et réparer les tissus musculaires, le corps humain est incapable de les synthétiser.²⁹ Le régime permet d'accéder à ces acides aminés essentiels. L'une des sources reconnues les plus habituelles de protéines alimentaires provient de produits animaux, notamment la viande, la volaille et le poisson. Elles sont appelées des protéines complètes car elles comportent tous les acides aminés essentiels. La protéine alimentaire se trouve également dans une variété d'aliments incluant, mais sans s'y restreindre, les noix, les graines, les légumineuses et le soya.³⁰ En plus des acides aminés, les viandes sont une bonne source de zinc et de fer, qui sont importants pour le développement cognitif sain.³¹ L'EAPA a demandé aux parents et gardiens des enfants et jeunes métis combien de fois ils avaient consommé de la viande, de la viande sauvage, du poisson ou des fruits de mer au cours de la semaine précédant l'enquête. De tous les enfants et jeunes métis de 6 à 14 ans, 31 % avaient consommé de la « viande achetée » (comme le bœuf, l'agneau, le porc ou la volaille) tous les jours; 20 % cinq à six jours par semaine; tandis que 30 % avaient consommé de la viande trois ou quatre jours.³²

Les aliments traditionnels des Métis comportent de la viande sauvage, comme l'orignal, le caribou et le bison, ainsi que du poisson, des baies sauvages et des légumes,³³ et ils sont souvent un moyen de subsistance, une source de sécurité et de bien-être.³⁴ Certains Métis continuent aujourd'hui de participer aux activités traditionnelles et à manger de la nourriture traditionnelle.³⁵ Toutefois, pour de nombreux Autochtones, les régimes traditionnels ont changé au cours des ans et nombre d'entre eux n'ont pas accès à une nourriture traditionnelle saine et équilibrée, ce qui contribue à un sentiment de sécurité alimentaire inadéquat au sein de la collectivité.³⁶ Parmi les enfants et jeunes métis, 18 % avaient consommé de la viande sauvage, comme l'orignal ou le caribou, un ou deux jours pendant la semaine.³⁷ Quarante-sept pour cent des enfants et jeunes ont consommé des fruits de mer, y compris du poisson, une ou deux fois pendant la semaine.³⁸

Consommation d'aliments transformés et d'aliments contenant du sucre raffiné

L'obésité parmi les enfants et jeunes canadiens a augmenté à un rythme alarmant, on remarque même des taux d'obésité de trois fois supérieurs parmi les jeunes de 12 à 17 ans au cours des 25 dernières années.³⁹ On associe souvent la probabilité d'une augmentation du surpoids ou de l'obésité à une consommation inadéquate de fruits et légumes, un style de vie sédentaire en hausse et un niveau d'instruction moins élevé des membres de la famille.⁴⁰ Les aliments à teneur élevée en matière grasse, en sucre et en sel, ainsi que les additifs, agents de conservation, colorants alimentaires, édulcorants de synthèse, saveurs, et la farine raffinée ou blanchie, tous, lorsqu'ils sont consommés de façon excessive, ont été associés aux maladies comme le diabète, le cancer, l'hypertension artérielle, ainsi qu'aux problèmes comportementaux, aux allergies et à l'asthme.⁴¹

Près d'un tiers des enfants ou jeunes métis (18 %) a consommé de la viande transformée trois ou quatre jours pendant la semaine, et 8 % d'entre eux en consommaient tous les jours.⁴² Dix-neuf pour cent ont consommé des croustilles ou des frites trois ou quatre fois par semaine, tandis que 5 % en ont consommé tous les jours.⁴³ Près d'un quart (24 %) des enfants ou jeunes métis ont indiqué avoir consommés des aliments contenant du sucre raffiné trois ou quatre jours pendant la semaine précédant l'enquête, et 19 % ont consommé du sucre raffiné tous les jours (Tableau 1).⁴⁴

Insécurité alimentaire

L'insécurité alimentaire est le défaut d'accéder à de la nourriture sécuritaire, saine et à un coût abordable.⁴⁵ L'insécurité alimentaire et la pauvreté sont associées à des régimes de moindre qualité, puisque les aliments calorifiques contenant des grains raffinés, sucres ajoutés et matières grasses représentent le choix le moins coûteux.⁴⁶ Selon l'EAPA, 32 % des jeunes enfants métis vivaient dans des familles de plus de trois enfants par rapport à 25 % pour les enfants non autochtones.⁴⁷ De plus, 31 % des enfants métis de quatorze ans et moins vivaient avec un seul parent, ces enfants sont donc près de deux fois plus susceptibles que les enfants non autochtones de vivre dans une famille monoparentale.⁴⁸ Selon Statistique Canada le revenu médian des Métis était approximativement de 5 000 \$ de moins que celui de 25 955 \$ déclaré pour les Canadiens non autochtones.⁴⁹ Il est deux fois plus probable que les enfants métis vivent dans la pauvreté que ceux non autochtones.⁵⁰

Le nombre élevé de parents monoparentaux peut être un facteur important de la santé et de la nutrition des enfants métis. Loppie-Reading et Wien font valoir que l'insécurité alimentaire est fortement associée au revenu faible et à l'état de parent seul.⁵¹ La pauvreté

influence les choix des personnes quant à l'alimentation et à la nutrition en raison de leur pouvoir d'achat. Il est plus probable pour les personnes à faible revenu d'être incapable d'acheter des aliments sains et, en fait, elles peuvent même manquer de nourriture.⁵²

Selon l'EAPA effectué auprès des parents ou gardiens, 7 % des enfants et jeunes métis (de 6 à 14 ans) ont connu la faim parce que la famille était à court de nourriture ou n'avait plus d'argent pour en acheter.⁵³ Les parents de ces enfants métis souffrant d'insécurité alimentaire ont signalé plusieurs mécanismes d'adaptation. Dix-sept pour cent des parents ou gardiens de ces enfants métis ont signalé qu'ils sautaient des repas ou mangeaient moins pour éviter la pénurie alimentaire.⁵⁴ En période de pénurie dans les familles, plusieurs stratégies sont utilisées pour aider les parents ou gardiens pour offrir de la nourriture. Par exemple, 35 % des parents ou tuteurs d'enfants métis souffrant d'insécurité alimentaire ont signalé avoir demandé de l'aide aux personnes apparentées pendant ces périodes de pénurie alimentaire,⁵⁵ alors que 14 % ont demandé de l'aide à des amis.⁵⁶ De nombreuses familles ont également signalé avoir utilisé les services comme la banque alimentaire (33 %) pendant les périodes de pénurie alimentaire.⁵⁷ Lorsqu'on leur demande combien de fois il est arrivé à un enfant d'avoir faim parce que la famille était à court de nourriture ou n'avait plus d'argent pour en acheter, 12 % des enfants métis souffrant d'insécurité alimentaire avait souvent faim à la fin du mois, 13 % vivaient périodiquement des pénuries alimentaires à la fin du mois, 8 % avaient faim par intervalles de mois, et 52 % avaient faim occasionnellement, mais pas régulièrement.⁵⁸

Différences géographiques

Il y a des différences quant aux choix d'aliments et à la consommation lorsqu'on compare les Métis par province. Par

exemple, les enfants et jeunes Métis de Terre-Neuve et Labrador (33 %), de la Nouvelle-Écosse (45 %) et du Manitoba (55 %) sont moins susceptibles de manger des fruits tous les jours que les Métis dans l'ensemble du Canada (61 %).⁵⁹ Les enfants et jeunes métis des Territoires du Nord-Ouest sont plus susceptibles (28 % un jour ou deux par semaine) d'avoir consommé de la viande sauvage par rapport à ceux du Canada (18 %) (Tableau 2).⁶⁰

Conclusion et prochaines étapes

Cette fiche d'informations utilise des données provenant de l'Enquête auprès des peuples autochtones EAPA de 2006 afin de donner un instantané de comportements nutritionnels des nourrissons et des jeunes enfants métis comme il a été indiqué par leurs parents ou gardiens. Bien que l'information apporte matière à réflexion, elle est, de plusieurs façons, peu exhaustive. Par exemple, les questions aux parents et gardiens portaient uniquement sur ce qu'avaient mangé leurs personnes à charge la semaine dernière. Par conséquent, ces résultats peuvent ne pas être une représentation précise des comportements nutritionnels d'ensemble des enfants ou jeunes métis. En outre, puisque les questions aux parents et gardiens portaient uniquement sur le nombre de fois que l'enfant ou le jeune avait consommé des aliments en particulier plutôt que la quantité consommée au quotidien ou les portions, nous ne pouvons être sûrs si les enfants et jeunes métis ont un régime cohérent aux recommandations du *Guide alimentaire canadien*.⁶¹ D'autres recherches dans ces domaines pourraient offrir une image plus complète de comportements nutritionnels de ces enfants et jeunes.

Une différente méthodologie pourrait être utilisée afin de mieux comprendre les comportements nutritionnels des enfants et jeunes métis. Par exemple, une petite étude de cohortes gérée par les organismes métis provinciaux permettrait des entrevues individuelles où les parents et

gardiens pourraient indiquer la fréquence de consommation de divers aliments ainsi que les portions prises par l'enfant ou le jeune. Une telle étude permettrait plusieurs rencontres sur une période donnée, ainsi les résultats seraient une réflexion des comportements nutritionnels en général des enfants ou jeunes. Ce type d'étude permettrait également de faire la promotion de pratiques alimentaires saines.

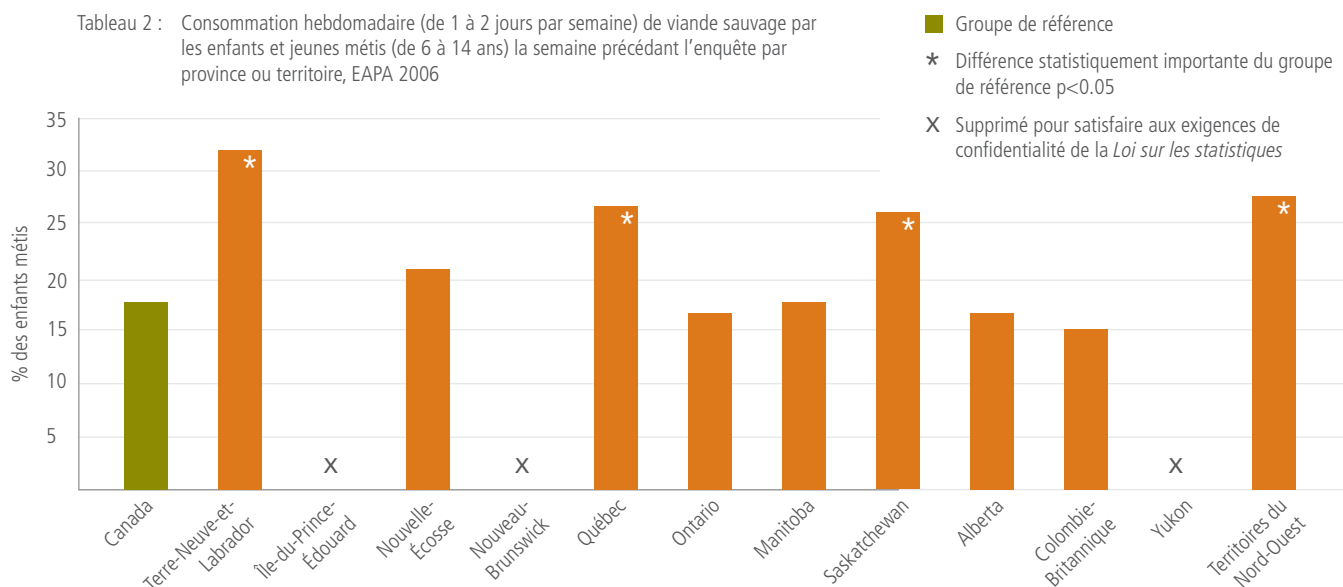
Les données disponibles n'indiquent pas irréfutablement que les enfants et jeunes métis ont un régime équilibré et sain, elles suggèrent même que pour certains, ce n'est pas le cas. D'autres recherches sont nécessaires. Comme il a été indiqué auparavant, la monoparentalité et les faibles revenus contribuent à la probabilité d'insécurité alimentaire. Puisque les enfants et jeunes métis sont plus susceptibles de vivre avec un parent seul ou dans une famille à faible revenu, il importe de comprendre les répercussions de ces facteurs sur leurs comportements nutritionnels. Du travail préliminaire a été fait sur le thème de la sécurité

alimentaire dans l'EAPA, mais les questions concernant la sécurité mesurent uniquement les expériences des enfants et jeunes sur une période d'une semaine; l'enquête ne fournit pas une indication sur l'insécurité alimentaire à long terme ou les facteurs y contribuant. De plus, les parents ou gardiens peuvent sous-estimer l'insécurité alimentaire des enfants.

Les études ont révélé que les piètres comportements nutritionnels appris dans l'enfance se poursuivent à l'âge adulte. Il est essentiel d'acquiescer tôt des comportements nutritionnels positifs afin d'éviter des taux de maladies chroniques endémiques à l'avenir. Comme il a été indiqué, 25 % des enfants métis ont moins de 15 ans, reflétant une population jeune et en croissance. Pour faire face à ce défi, les parents, gardiens, enfants et jeunes doivent avoir accès à des programmes qui tiennent compte des différences culturelles afin de promouvoir des styles de vie sains, notamment à l'égard de la nutrition. Santé Canada et d'autres organismes de santé comme l'UNICEF et Organisation mondiale de la santé ont

reconnu ce besoin et ont tenté d'améliorer la nutrition par des produits comme *Bien manger avec le Guide alimentaire canadien - Premières nations, Inuit et Métis*, mais cette information ne sera peut-être pas mise en place pour certains. Comme il a été indiqué dans un rapport de l'UNICEF, *La santé des enfants autochtones : Pour tous les enfants, sans exception*, il n'y a actuellement aucune base issue de l'expérience clinique sur laquelle fondée des soins de santé, des politiques et une programmation efficaces et culturellement appropriés concernant directement les besoins des enfants métis et de leurs familles.⁶² Tous les efforts doivent être déployés pour atteindre cette population et s'assurer d'obtenir les meilleurs résultats pour la santé aujourd'hui et à l'avenir.

Tableau 2 : Consommation hebdomadaire (de 1 à 2 jours par semaine) de viande sauvage par les enfants et jeunes métis (de 6 à 14 ans) la semaine précédant l'enquête par province ou territoire, EAPA 2006



(Source : Statistique Canada, Enquête auprès des peuples autochtones de 2006)



Références

¹ Agence de la santé publique du Canada, 2010. Que peut-il arriver si ma pression artérielle n'est pas sous contrôle et que puis-je faire pour l'abaisser? Ottawa, Ontario. Agence de la santé publique du Canada. Document extrait le 16 novembre 2010 du site : http://www.phac-aspc.gc.ca/cd-mc/cvd-mcv/ha-hbp_02-fra.php

² Ibidem

³ Taras, H. 2005. Nutrition and student performance at school. *Journal of School Health*, 75(6), pp. 199-213.

⁴ Gouvernement de l'Alberta, 2008. Lignes directrices de l'Alberta en matière de nutrition pour les enfants et les jeunes : un manuel de ressources pour les garderies, les écoles et les centres récréatifs et communautaires. Edmonton (Alberta) : Gouvernement de l'Alberta. Document extrait le 16 novembre 2010 du site : <http://www.health.alberta.ca/documents/Nutrition-Guidelines-2008-Fr.pdf>

⁵ Ibidem

⁶ Fondation des maladies du cœur du Canada, 2010. Déclaration sur la position de la Fondation : la nutrition à l'école. Ottawa (Ontario) : Fondation des maladies du cœur. Document extrait le 15 novembre 2010 du site : http://www.fmcoeur.com/site/c.nJXJ8MMIqE/b.4119227/k.6CD1/Point_de_vue_Nutrition_224_1233cole.htm

⁷ University of Teesside, School of Health & Social Care, 2006. A systematic review of the effect of nutrition, diet, and dietary change on learning education and performance of children of relevance to UK schools. Middlesbrough, Royaume-Uni, University of Teesside. Document extrait le 22 novembre 2010 de <http://www.food.gov.uk/multimedia/pdfs/systemreview.pdf>

⁸ Statistique Canada, 2008b. Enquête auprès des peuples autochtones. Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le

16 novembre 2010 du site : http://www.statcan.gc.ca/cgi-bin/imdb/p2SV_f.pl?Function=getSurvey&SDDS=3250&lang=en&db=imdb&adm=8&dis=2

⁹ Bartlett, J. G., Iwasaki, Y., Gottlieb, B., Hall, D., et Mannell, R. 2007. Framework for Aboriginal-guided decolonizing research involving Metis and First Nations persons with diabetes. *Social Science & Medicine*, 65(11), pp. 2371-2382.

¹⁰ Ibidem; Instituts de recherche en santé du Canada, 2004. Améliorer la santé des Canadiens. Ottawa, Ontario : Instituts de recherche en santé du Canada, Commission royale sur les peuples autochtones, 2004. 1996. Rapport définitif de la Commission royale sur les peuples autochtones. Ottawa, Ontario : Commission royale sur les peuples autochtones.

¹¹ Ralliement national des Métis (2002). Qui sont les Métis? : une définition nationale des Métis. Ottawa, Ontario. Ralliement national des Métis. Document extrait le 9 décembre 2009 du site : <http://www.metisnation.ca/who/definition.html>

¹² Statistique Canada, 2006. Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 15 novembre 2010 de http://www.statcan.gc.ca/imdb-bmdi/instrument/3250_Q9_V1-fra.pdf; Statistique Canada, 2008a. Peuples autochtones du Canada en 2006 : Inuits, Métis et Premières nations, Recensement de 2006, 2008. Ottawa, Ontario, Statistique Canada, 97-558-XIE.

¹³ Santé Canada, 2007. Bien manger avec le Guide alimentaire canadien - Ressources à l'intention des éducateurs et communicateurs. Ottawa, Ontario. Santé Canada. Document extrait le 16 novembre 2010 de : http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/alt_formats/hpfb-dgpsa/pdf/pubs/res-educat-fra.pdf

¹⁴ Organisation mondiale de la santé (n.d.) Reconnaître les faits : impact des maladies

chroniques au Canada. Genève : OMS. Document extrait le 16 novembre 2010 de : http://www.who.int/chp/chronic_disease_report/media/CANADA.pdf

¹⁵ Gouvernement de l'Alberta, 2008.

¹⁶ Hughes, D. et Bryan, J., 2003. The assessment of cognitive performance in children: Considerations for detecting nutritional influences. *Nutr Rev*, 61(12), pp. 413-422; Bryan, J., Osendarp, S., Hughes, D., Calvaresi, E., Baghurst, K., & van Klinken, J. W. 2004. Nutrients for cognitive development in school-aged children. *Nutrition Reviews*, 62(8), pp. 295-306.

¹⁷ Ibidem

¹⁸ Santé Canada, 2007.

¹⁹ Shields, M., 2005. Obésité mesurée. Enfants et jeunes canadiens présentant un surpoids. Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009.

²⁰ Statistique Canada La semaine dernière, combien de jours la personne a-t-elle consommé les boissons et aliments suivants? Autres légumes (ne pas inclure les pommes de terre ni la laitue)? Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 de http://www.metiscentresearch.ca/statistics/Client_CY_G02I_SEXtable&graph8response_files/sheet001_safe.htm

²¹ Statistique Canada La semaine dernière, combien de jours la personne a-t-elle consommé les boissons et aliments suivants? Salade verte par sexe pour les enfants et jeunes au sein de la population métisse. Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentresearch.ca/statistics/client_CY_G02F_SEXtable&graph8response_files/sheet001_safe.htm

²² Statistique Canada La semaine dernière, combien de jours la personne a-t-elle consommé les boissons et aliments suivants? Fruits (sauf les jus)? Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentresearch.ca/statistics/Client_CY_G02E_SEXtable&graph8response_files/sheet001_safe.htm

²³ Statistique Canada La semaine dernière, combien de jours la personne a-t-elle consommé des jus de fruits purs à 100 % (comme les jus d'orange, de pamplemousse ou de tomates. Ne comprend pas les boissons aux fruits, le Kool-Aid, etc.)? Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de

- l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentreresearch.ca/statistics/Client_CY_G02D_SEXtable&graph8response_files/sheet001_safe.htm
- ²⁴ Dairy Australia, 2005. Dairy nutrients. Victoria, Australie, Dairy Australia. Document extrait le 15 novembre 2010 de http://docs.google.com/viewer?a=v&q=cache:fH-qj7w02sj:www.fil-idf.org/WebsiteDocuments/Dairy%2520Nutrients%25200205.pdf+nutrients+found+in+dairy+products&hl=en&gl=ca&pid=bl&srcid=ADGEESHQmEWBNECm_K5yVnVXZLD5b1wQbrkVhRexbpEtm6Wj5n999RIHkQasQqBgBaLak90OyroR1F7zTG5qu-6Myb7suucZoWzcA6RFUa7HxT-SvQSNcoTHL_xQs6gLGlaX83nHxmV&sig=AHIEtbTLOhPCg5mlt6Lt5RyEvPvJPuUJlg
- ²⁵ Producteurs laitiers du Canada, 2010 Les bienfaits des produits laitiers. Ottawa, Ontario : Producteurs laitiers du Canada. Document extrait le 16 novembre 2010 de : <http://www.plaisirlaitiers.ca/bien-etre/les-bienfaits-des-produits-laitiers>
- ²⁶ American Academy of Pediatrics-Committee on Nutrition, 1999. Calcium requirements of infants, children and adolescents in paediatrics. American Academy of Paediatrics, 104(5), pp. 1152-1157.
- ²⁷ Statistique Canada La semaine dernière, combien de jours la personne a-t-elle consommé du lait? Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentreresearch.ca/statistics/Client_CY_G02A_SEXtable&graph8response_files/sheet001_safe.htm
- ²⁸ Statistique Canada La semaine dernière, combien de jours la personne a-t-elle consommé du fromage, du yogourt et autres produits laitiers par sexe pour les enfants et jeunes au sein de la population métisse? Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentreresearch.ca/statistics/client_CY_G02B_SEXtable&graph8response_files/sheet001_safe.htm
- ²⁹ Centers for Disease Control and Prevention, 2010. Protéine. Atlanta, Georgia, Centers for Disease Control and Prevention. Écncé extrait le 15 novembre 2010 de <http://www.cdc.gov/nutrition/everyone/basics/protein.html>
- ³⁰ Ibidem
- ³¹ Sandstead, H. H., 2000. Causes of iron and zinc deficiencies and their effects on brain. Journal of Nutrition, 130(2S Suppl), pp. 347S-349S.
- ³² Statistique Canada La semaine dernière, combien de jours la personne a-t-elle consommé les boissons et aliments suivants? Viande achetée (comme le bœuf, le porc, l'agneau, la volaille) Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentreresearch.ca/statistics/Client_CY_G02Q_SEXtable&graph8response_files/sheet001_safe.htm
- ³³ Barkwell, L., Hourie, A., et Swain, E., 2006 The heritage and legacy of the Metis people. Dans L. Barkwell, L. M. Dorion et A. Hourie (Eds.), Metis Legacy II. Saskatoon, Saskatchewan, Gabriel Dumont Institute and Pemmican Publications.
- ³⁴ Edge, L. et McCallum, L., 2006. Métis identity: Sharing traditional knowledge and healing practices at Métis Elders' gatherings. Pimatisiwin, 4(2), pp. 83-115.
- ³⁵ Kumar, M.B. et Janz, T., 2010. Une exploration des activités culturelles des Métis au Canada. Ottawa, Ontario, Statistique Canada, Catalogue n° 11-008-X.
- ³⁶ Vancouver Coastal Health, 2002. La santé autochtone. Programmes et services. Aboriginal Health Initiative Program (AHIP). Vancouver, C.-B., Vancouver Coastal Health. Document extrait le 3 février 2011 de <http://aboriginalhealthinitiative.vch.ca/>
- ³⁷ Statistique Canada, 2009. La semaine dernière, combien de jours la personne a-t-elle consommé les boissons et aliments suivants? Viande sauvage (comme l'orignal, le caribou, la venaison, le morse, le muktuk) Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentreresearch.ca/statistics/Client_CY_G02P_SEXtable&graph8response_files/sheet001_safe.htm
- ³⁸ Statistique Canada, 2009. La semaine dernière, combien de jours la personne a-t-elle consommé les boissons et aliments suivants? Poisson et fruits de mer par sexe pour les enfants et jeunes au sein de la population métisse. Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentreresearch.ca/statistics/client_CY_G02R_SEXtable&graph8response_files/sheet001_safe.htm
- ³⁹ Shields, 2005.
- ⁴⁰ Ibidem
- ⁴¹ Gouvernement de l'Alberta, 2008.
- ⁴² Statistique Canada, 2009. La semaine dernière, combien de jours la personne a-t-elle consommé les boissons et aliments suivants? Viande transformée (comme la mortadelle, la saucisse à hot-dog, Spam, Klik) par sexe pour les enfants et jeunes au sein de la population métisse. Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentreresearch.ca/statistics/client_CY_G02O_SEXtable&graph8response_files/sheet001_safe.htm
- ⁴³ Statistique Canada, 2009. La semaine dernière, combien de jours la personne a-t-elle consommé les boissons et aliments suivants? Pommes de terre frites, chips, pretzels, etc. Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentreresearch.ca/statistics/Client_CY_G02G_SEXtable&graph8response_files/sheet001_safe.htm
- ⁴⁴ Statistique Canada, 2009. La semaine dernière, combien de jours la personne a-t-elle consommé les boissons et aliments suivants? Bonbons, boissons gazeuses, gâteaux, tartes, etc. par sexe pour les enfants et jeunes au sein de la population métisse. Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentreresearch.ca/statistics/Client_CY_G02N_SEXtable&graph8response_files/sheet001_safe.htm
- ⁴⁵ Loppie-Reading, C. et Wien, F., 2009. Inégalités en matière de santé et déterminants sociaux de la santé des peuples autochtones. Prince George, Colombie-Britannique. Centre de la collaboration nationale de la santé autochtone. Document extrait le 22 novembre 2010 de http://www.nccah-ccnsa.ca/myfiles/NCCAH-Loppie-Wien_Report.pdf
- ⁴⁶ Drewnowski, A., et Specter, S. E., 2004. Poverty and obesity : The role of energy density and energy costs. American Journal of Clinical Nutrition, 79(1), pp. 6-16.
- ⁴⁷ Statistique Canada, 2008b.
- ⁴⁸ Statistique Canada, 2008a.
- ⁴⁹ Gionet, L. 2009. Les Métis au Canada : divers résultats du Recensement de 2006. Ottawa, Ontario, Statistique Canada, 11-008-X.
- ⁵⁰ Comité UNICEF Canada, 2009. Supplément canadien au Rapport sur la situation des enfants dans le monde 2009 : La santé des enfants autochtones : Pour tous les enfants, sans exception. Ottawa, Ontario, UNICEF Canada.
- ⁵¹ Loppie-Reading et Wien, 2009.
- ⁵² Ibidem
- ⁵³ Statistique Canada, 2009. Est-il déjà arrivé à la

personne d'avoir faim parce que la famille était à court de nourriture ou n'avait plus d'argent pour en acheter? Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentreresearch.ca/statistics/Client_CY_G03_SEXtable&graph5response_files/sheet001_safe.htm

⁵⁴ Statistique Canada, 2009. Lorsque cela arrive, comment faites-vous pour l'enfant? Le parent ou tuteur saute des repas ou mange moins. Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentreresearch.ca/statistics/Client_CY_G05A_SEXtable&graph4response_files/sheet001_safe.htm

⁵⁵ Statistique Canada, 2009. Que faites-vous pour nourrir l'enfant ou le jeune lorsqu'il a faim parce que la famille est à court de nourriture? Demande l'aide de personnes apparentées, par sexe pour les enfants et jeunes au sein de la population métisse. Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentreresearch.ca/statistics/client_CY_G05D_SEXtable&graph4response_files/sheet001_safe.htm

⁵⁶ Statistique Canada, 2009. Que faites-vous pour nourrir l'enfant ou le jeune lorsqu'il a faim parce que la famille est à court de nourriture? Demande l'aide d'amis, par sexe pour les enfants et jeunes au sein de la population métisse. Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentreresearch.ca/statistics/client_CY_G05E_SEXtable&graph4response_files/sheet001_safe.htm

⁵⁷ Statistique Canada, 2009. Que faites-vous pour nourrir l'enfant ou le jeune lorsqu'il a faim parce que la famille est à court de nourriture? Demande l'aide d'une banque d'alimentation (programme d'aide alimentaire d'urgence) par sexe pour les enfants et jeunes au sein de la population métisse. Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentreresearch.ca/statistics/client_CY_G05G_SEXtable&graph4response_files/sheet001_safe.htm

⁵⁸ Statistique Canada, 2009. Est-il déjà arrivé à la personne d'avoir faim parce que la famille était à court de nourriture ou n'avait plus d'argent pour en acheter? par sexe pour les enfants et jeunes au sein de la population métisse. Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le

14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentreresearch.ca/statistics/client_CY_G04_SEXtable&graph6response_files/sheet001_safe.htm

⁵⁹ Statistique Canada, 2009. La semaine dernière, combien de jours la personne a-t-elle consommé les boissons et aliments suivants? Fruit (sauf les jus) par province et territoire pour les enfants et jeunes au sein de la population métisse. Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentreresearch.ca/statistics/client_CY_G02E_DPRCODEnoNUNAVUTable&graph8response_files/sheet001_safe.htm

⁶⁰ Statistique Canada, 2009. La semaine dernière, combien de jours la personne a-t-elle consommé les boissons et aliments suivants? Viande sauvage (comme l'orignal, le caribou, la venaison, le morse, le muktuk) par province et territoire pour les enfants et jeunes au sein de la population métisse. Enquête auprès des peuples autochtones de 2006 (Les enfants et les jeunes de 6 à 14 ans). Ottawa, Ontario. Statistique Canada, 2009. Document extrait le 14 juin 2010 du Centre des Métis de l'Organisation nationale de la santé autochtone http://www.metiscentreresearch.ca/statistics/client_CY_G02P_DPRCODEnoNUNAVUTable&graph8response_files/sheet001_safe.htm

⁶¹ Statistique Canada, 2006.

⁶² Comité UNICEF Canada, 2009.



NATIONAL COLLABORATING CENTRE
FOR ABORIGINAL HEALTH
CENTRE DE COLLABORATION NATIONALE
DE LA SANTÉ AUTOCHTONE

POUR DE PLUS AMPLES RENSEIGNEMENTS :
UNIVERSITÉ DU NORD DE LA COLOMBIE-BRITANNIQUE
3333, UNIVERSITY WAY, PRINCE GEORGE (C.-B.) V2N 4Z9

1 250 960 5250
CCNSA@UNBC.CA
WWW.CCNSA.CA