



Université d'Ottawa
Université de Montréal
Assemblée des Premières Nations

Sommaire des résultats : Alberta

Alberta 2013

Qui a participé à l'étude?

609



6 = taille médiane
d'un ménage allant
de 1 à 19.

386



223



60 % des ménages affirment qu'au
moins 1 adulte travaille à plein temps.

Quel était l'objectif de l'étude?

Une étude a été effectuée dans **10 collectivités des Premières Nations** en 2013 afin d'apporter des réponses aux questions suivantes :

- Quels sont les types d'aliments traditionnels et d'aliments du commerce consommés par la population?
- À quoi ressemble le régime alimentaire?
- L'eau potable est-elle saine pour la consommation?
- Les concentrations de produits pharmaceutiques dans l'eau sont-elles sécuritaires?
- Les populations sont-elles exposées à des concentrations nocives de mercure?
- Les aliments traditionnels sont-ils sûrs pour la consommation?

Quelles sont les collectivités qui ont participé à l'étude?

Première Nation Déné Thá
Nation des Cris de Little Red River
Première Nation du lac Horse
Première Nation de Driftpile
Première Nation crie Mikisew

Première Nation de Whitefish (Goodfish) Lake no 128
Première Nation de Wesley
Première Nation des Chiniki
Tribu Louis Bull
Nation des Cris de Ermineskin

Quelles sont les constatations en matière de santé?

67 % des adultes se considèrent en bonne santé ou mieux



45 % des adultes font de
l'activité physique



20 % des adultes ont un
poids santé



17 % des adultes déclarent
souffrir de diabète



56 % des adultes fument

Nous tenons à remercier toutes les personnes qui ont participé à l'étude!

Combien de ménages récoltent des aliments traditionnels?

65 % des ménages cultivent des aliments traditionnels

35 % s'adonnent à la pêche

44 % font de la chasse

36 % cueillent des plantes sauvages

4 ménages sur 5 souhaitent consommer plus d'aliments traditionnels.

Principaux obstacles à une consommation accrue:
le manque d'équipement/ moyens de transport, l'absence d'un chasseur dans la ménage, les règles gouvernementales, le manque de temps et le manque de connaissances

Quels sont les aliments traditionnels consommés et en quelles quantités?



3 aliments traditionnels sont souvent consommés :
orignal, amélanche et framboise



29 grammes d'aliments traditionnels ou 2 cuillérées à soupe par jour

À quel point l'alimentation des adultes des Premières Nations est-elle saine?

Les adultes **consommant des quantités moindres que** les portions recommandées des aliments suivants :



Produits
céréaliers



Légumes
et fruits



Lait et
substituts

Des quantités inappropriées peuvent occasionner des **carences nutritives** et une **mauvaise santé**.

Les adultes **consommant des quantités plus grandes que** les portions recommandées des aliments suivants :



Viandes et substituts

Des quantités excessives peuvent contribuer à un apport **élevé en lipides et en gras saturés**. Une alimentation **élevée en lipides** est associée aux maladies cardiaques et au diabète.

Les ménages ont-ils les moyens financiers de se procurer des aliments sains et nutritifs en quantité suffisante?



La sécurité alimentaire des ménages est définie ainsi, « ... lorsque tous les êtres humains ont, à tout moment, un accès physique et économique à une nourriture suffisante, saine et nutritive leur permettant de satisfaire leurs besoins énergétiques et leurs préférences alimentaires pour mener une vie saine et active ».

47 % des ménages vivent dans l'**insécurité alimentaire**.

34 % sont dans une situation modérée d'insécurité alimentaire et doivent consommer des aliments moins dispendieux de qualité inférieure.

13 % manquent parfois de nourriture.

Coût hebdomadaire de l'épicerie pour une famille de quatre personnes :



Les coûts allaient de **168 \$** (sud de l'Alberta) à **377 \$** (nord de l'Alberta), déterminés dans une épicerie près de chaque collectivité.

Recommandations sur le plan nutritionnel :

- Choisir plus de légumes et de fruits, y compris les plantes et baies sauvages.
- Choisir des grains entiers plus souvent. Faire la bannique avec de la farine de blé entier.
- Choisir du lait et des produits laitiers (comme le fromage et le yogourt) ou des boissons enrichies de calcium et de vitamine D (comme les boissons au soja) plus souvent.
- Choisir des viandes plus maigres, plus du gibier et du poisson.

L'eau potable est-elle sûre pour la consommation?

73% des ménages **boivent** l'eau du robinet.

46% affirment que le goût du chlore a limité leur consommation.

92% des ménages utilisent l'eau du robinet pour la **cuisine**.



L'analyse de l'eau du robinet dans **108 habitations** indique que **l'eau est sûre pour la consommation**.

Des concentrations de **10 métaux** pouvant avoir un effet sur la **santé humaine** étaient **inférieures ou conformes à la recommandation**.

Des concentrations de **6 métaux** pouvant avoir un effet sur la **couleur, le goût ou l'odeur** étaient **conformes à la recommandation**.

Les concentrations de produits pharmaceutiques dans l'eau sont-elles sécuritaires?

On a trouvé **7 produits pharmaceutiques** dans les **eaux de surface**.



Acétaminophène (anti-inflammatoire), **aténolol** (médicament pour le cœur), **caféine** (analgésique et café/thé), **cotinine** (métabolite de la nicotine), **chlortétracycline** (usage vétérinaire), **diclofénac** (anti-inflammatoire) et **metformine** (antidiabétique).

Les **faibles concentrations** ne constituent pas une préoccupation pour la santé.

Les populations sont-elles exposées à des concentrations nocives de mercure?

369 échantillons de **cheveux** ont été prélevés sur des adultes.

367 adultes présentaient des concentrations de mercure à l'intérieur de l'intervalle **acceptable normal** des lignes directrices de Santé Canada. Des lettres ont été envoyées à **2** personnes pour leur proposer des moyens de réduire leur exposition au mercure.



Les aliments traditionnels sont-ils sûrs pour la consommation?



467 échantillons d'aliments représentant **37** espèces ont été prélevés.

Poissons : laquaiche, lotte, grand brochet, meunier, truite, doré jaune, grand corégone, ombre arctique.

Gibier : ours, bison, chevreuil, cerf, orignal, castor, martre, porc-épic, lapin

Oiseaux : foulque, garrot commun, bernache, canard colvert, canard pilet, perdrix, tétras, morillon, canard d'Amérique

Plantes : bleuet, fruit de viorne tribolée, airelle vigne d'Ida, cerise, framboise, amélanche, épinard sauvage, fraise, tisane de menthe poivrée, thé du Labrador, belle-angélique

Les aliments traditionnels sont sains et peuvent être consommés sans danger.

Recommandations

- Pour limiter l'**exposition au cadmium**, il convient de restreindre la consommation de reins d'orignal à 1 ½ tasse (375 grammes) par mois, surtout avec les fumeurs, qui courent un risque accru d'exposition au cadmium.
- Il faut **utiliser des cartouches à l'acier** à la place des **cartouches au plomb**. Les munitions peuvent éclater et les fragments être **trop petits pour être perçus** à l'œil ou au toucher. Les fragments peuvent se répandre à plus de **12 pouces** de la plaie de la balle. Certains échantillons de viande présentaient des concentrations élevées de **plomb**. La consommation d'aliments contaminés par le plomb peut être nocive pour la santé, en particulier pour le développement du cerveau des enfants.

Résultats clés relatifs à l'ensemble des collectivités des Premières Nations participantes de l'Alberta :

1. Le régime alimentaire des adultes des Premières Nations de l'Alberta ne comble pas leurs besoins nutritionnels et ne respecte pas les recommandations, mais l'alimentation est plus saine lorsque des aliments traditionnels sont consommés.
2. Le surpoids, l'obésité, le tabagisme et le diabète constituent d'importantes préoccupations vis-à-vis de la santé.
3. L'insécurité alimentaire des ménages est un problème grave.
4. La qualité de l'eau, comme l'indiquent les concentrations de métaux-traces et de produits pharmaceutiques, est généralement satisfaisante, mais une surveillance étroite est recommandée puisque les sources d'eau et le traitement de l'eau varient considérablement.
5. L'exposition générale au mercure, mesurée dans les échantillons de cheveux et calculée par des estimations alimentaires, est faible.
6. En général, la contamination chimique des aliments traditionnels est de concentration faible et, jumelée à la consommation limitée, l'exposition totale aux contaminants alimentaires provenant des aliments traditionnels est faible.
7. On a décelé des concentrations élevées de plomb et d'HAP dans certains aliments. Il est nécessaire de procéder à des études plus approfondies sur les sources de plomb et d'HAP et l'exposition à ces contaminants.
8. Il faut surveiller les tendances et changements au chapitre des concentrations de polluants environnementaux et de la consommation des principaux aliments traditionnels.



Le site Web de l'ÉANEPN contient de l'information supplémentaire : www.fnfnes.ca

Si vous avez des questions portant sur ces résultats ou sur le projet comme tel, veuillez communiquer avec :

Lynn Barwin, coordinatrice nationale de l'ÉANEPN

Téléphone : 613-562-5800, poste 7214

Courriel : fnfnes@uottawa.ca

Le financement de cette étude a été offert par Santé Canada.

L'information et les opinions exprimées dans cette publication sont celles des auteurs/chercheurs et ne reflètent pas nécessairement les points de vue officiels de Santé Canada.