



LE DROIT À L'ALIMENTATION



© UNICEF/UNI121510/Estève - Chad, 2011



1

QU'EST-CE QUE LE DROIT À L'ALIMENTATION ?

La nourriture est un élément essentiel sans lequel les êtres humains ne peuvent pas vivre. C'est pourquoi le droit à l'**alimentation*** est un droit vital pour tous.

Le droit à l'alimentation c'est le droit pour chaque homme, chaque femme et chaque enfant d'avoir accès à une alimentation sûre. Pour cela, la nourriture doit être :

- *disponible* : c'est-à-dire en quantité suffisante pour l'ensemble de la population.
- *accessible* : chaque personne doit pouvoir se procurer de la nourriture, soit grâce à sa propre production (élevage et agriculture), soit en disposant de revenus suffisants pour acheter la nourriture.
- *accessible de façon stable et régulière* : la nourriture doit être disponible et accessible en toutes circonstances (guerres, catastrophes naturelles...).
- *salubre* : c'est-à-dire consommable et hygiénique, notamment pour l'eau.



2

QUE DIT LA CONVENTION INTERNATIONALE DES DROITS DE L'ENFANT ?

L'un des droits de la Convention internationale des droits de l'enfant (CIDE) est le droit à la santé. Chaque enfant a le droit d'être protégé de la malnutrition et d'être soigné. Chaque enfant a droit à un niveau de vie suffisant et à jouir du meilleur état de santé possible (articles 3, 6, 24, 26 et 27).

L'article 24 évoque l'obligation des États à réduire la mortalité des enfants, à lutter contre la malnutrition et ce, en fournissant à la population informations, **eau potable**, aliments nutritifs, en cas de besoin.

De plus, **l'article 25** de la Déclaration des droits de l'Homme énonce clairement que toute personne a le droit à un niveau d'alimentation suffisant pour assurer sa santé.



3

L'IMPORTANCE D'UNE ALIMENTATION ÉQUILBRÉE

Les enfants doivent avoir accès à une alimentation équilibrée pour pouvoir se développer correctement. Leur alimentation doit contenir suffisamment de nutriments, de glucides, de protéines, de vitamines, de fibres, d'eau... pour leur assurer un développement physique et intellectuel correct. Cet équilibre permet d'éviter la malnutrition et les problèmes de manques ou d'excès alimentaires.

4

LES PROBLÈMES DE MALNUTRITION

La malnutrition, c'est quand un enfant n'a pas une alimentation suffisante (il n'a pas assez à manger) ou quand il n'a pas une bonne alimentation (il ne consomme pas assez de vitamines, par exemple). Les causes majeures de la malnutrition sont la pauvreté, le manque d'accès à l'eau potable, à l'assainissement, aux soins médicaux, à l'éducation et à l'alimentation.

Environ 200 millions d'enfants de moins de 5 ans souffrent d'un retard de **croissance** dans les **pays en développement**.

Si un enfant ne mange pas assez, mange toujours la même chose ou se nourrit d'aliments de mauvaise qualité, il aura du mal à grandir (retard de croissance), il se fatiguera plus vite et ne pourra pas bien lutter contre les maladies. D'autre part, un enfant très malnutri pendant les 2 premières années de sa vie, en subira les conséquences tout au long de sa vie (sur son cerveau, sa taille, ses capacités intellectuelles et physiques).

Dans les pays développés, les populations n'ont pas de problème d'accès aux aliments dont ils ont besoin, bien au contraire. Mais les excès alimentaires sont de plus en plus fréquents. Eux aussi sont une menace pour la santé des enfants et des adultes. Les excès alimentaires peuvent entraîner de graves problèmes de santé comme l'obésité, le diabète, certaines maladies cardiaques, etc.



5

QUE FAIT L'UNICEF POUR LUTTER CONTRE LA MALNUTRITION ?

Différentes actions de l'UNICEF :

- L'UNICEF défend les droits de l'enfant partout dans le monde, dont le droit d'être soigné de la malnutrition et des autres maladies.
- Pour repérer un enfant en état de malnutrition et s'occuper de lui, on le pèse, on le mesure et on regarde sa courbe de croissance par rapport à son âge.

On peut aussi mesurer son bras avec un bracelet spécial (appelé « **périmètre brachial** »), que fournit l'UNICEF. Si le bras de l'enfant est trop fin, cela signifie qu'il a un poids insuffisant. On peut lui donner à manger un aliment à base de cacahuètes, appelé « Plumpy'nut® ». Grâce à cet aliment, les enfants reprennent rapidement des forces. Mais il ne peut être utilisé qu'en cas d'extrême urgence (malnutrition aiguë sévère).

- L'UNICEF met en place des points d'eau potable, donne des conseils aux familles pour bien nourrir les enfants et **sensibilise** les mamans à l'allaitement exclusif les 6 premiers mois du nouveau-né.
- L'UNICEF forme les communautés pour détecter les premiers signes de la maladie et avoir accès aux centres de santé. Mais dans les pays en développement, la qualité de ces centres n'est pas toujours satisfaisante. Et de nombreuses personnes habitent trop loin pour pouvoir s'y rendre facilement.

6

QUELQUES TÉMOIGNAGES À TRAVERS LE MONDE

En République démocratique du Congo, une grand-mère qui élève seule sa petite fille âgée de 3 ans raconte :

« Avant je travaillais et je trouvais facilement de quoi donner à ma petite fille 3 repas par jour. Mais aujourd'hui je ne travaille plus et l'enfant en est victime. Elle ne mange qu'une seule fois par jour, le soir après mon retour. Parfois, ma petite fille ne mange pas car elle est déjà endormie ou encore n'a pas d'appétit parce que le repas est servi très tard le soir. Quand ce manque de nourriture persiste, elle commence à maigrir puis à tomber malade. »



7

QUELLE EST LA SITUATION EN FRANCE ?

En France, la santé représente un enjeu important pour la communauté et les responsables politiques. Le système de santé français permet à une majorité de familles de pouvoir aller chez le médecin, de s'acheter des médicaments, ou d'aller à l'hôpital si elles en ont besoin.

Pourtant, dans les familles en situation de pauvreté, les dépenses liées à l'alimentation diminuent. Les enfants mangent moins et de moins bonne qualité.

L'école est un lieu de sensibilisation et d'éducation au sujet de la **nutrition**, de l'obésité et de l'équilibre alimentaire. On y apprend aussi à faire du sport pour rester en bonne santé. Pour aider les enfants les plus vulnérables, certaines villes fournissent des petits déjeuners à l'école pour commencer la journée dans les meilleures conditions. Certaines proposent également des réductions aux familles pauvres pour la cantine. Les enfants sont sûrs d'avoir au moins un repas équilibré dans la journée.



8

QU'EN PENSENT LES ENFANTS ?

Selon la 3^e Consultation nationale des 6-18 ans en 2016 en France :

- L'équilibre alimentaire semble atteint pour plus de 9 enfants sur 10.
- 93 % des jeunes mangent trois repas par jour.
- 89 % mangent au moins une fois par jour de la viande ou du poisson.
- 88 % mangent des fruits et des légumes frais tous les jours.
- La majorité des enfants et des jeunes interrogés reconnaissent que c'est au sein de leur établissement scolaire qu'ils ont appris à manger de manière équilibrée.



SOURCES

UNICEF France, 2016 – Consultation nationale des 6/18 ans

<https://www.unicef.fr/consultation>

UNICEF France - Nous les enfants ! - Rapport des enfants au Comité des droits de l'enfant des Nations unies sur le respect de leurs droits en France. – Paris, 2015.

<https://blogs.unicef.org/fr>

Rapport « La Situation des enfants dans le monde 2015 - Réimaginer l'avenir : l'innovation pour chaque enfant », Fonds des Nations Unies pour l'enfance (UNICEF), 2015.

Site du Programme alimentaire mondial : <http://fr.wfp.org/>



© Ville de Conflans-Sainte-Honorine

VOIR AUSSI

Fiche

« La malnutrition »

Fiche

« Le droit à la santé »

Fiche

« L'UNICEF dans les situations d'urgence »

Fiche

« Les enfants et l'eau »

Fiche

« La vaccination et les maladies évitables »



VOCABULAIRE



Alimentation n.f. Manière de se nourrir, nourriture.

Croissance n.f. Fait de grandir, de se développer.

Eau potable n.f. Se dit d'une eau qui est adaptée à la consommation humaine, sans danger pour la santé.

Malnutrition aiguë n.f. Retard de croissance (enfant trop petit pour son âge).

Malnutrition aiguë sévère n.f. Stade le plus grave de la malnutrition aiguë.

Nutrition n.f Ensemble des processus par lesquels un être vivant transforme des aliments pour assurer son fonctionnement (verbe : se nourrir).

Pays en développement n.m. Pays dont l'économie commence à se développer.

Périmètre brachial n.m. Bracelet que l'on passe autour du bras d'un enfant pour mesurer son état de malnutrition. Plusieurs couleurs sur le bracelet permettent de graduer la gravité de la maladie.

Sensibiliser v. Faire prendre conscience de quelque chose.

