

# Pratiques d'alimentation des ménages au Burkina Faso, sources des apports journaliers totaux en énergie, macronutriments et micronutriments

---

L. NIKIÉMA<sup>1</sup>, S. P. SAWADOGO<sup>2</sup>, H. LANOU<sup>1</sup>, S. KOUANDA<sup>1</sup>

## Résumé

L'insécurité alimentaire et une alimentation inadéquate affecte encore une grande partie de la population mondiale avec des conséquences graves pour la santé et le bien-être. Ainsi, la situation nutritionnelle au Burkina-Faso comme dans les autres pays africains sahéliens, reste préoccupante. L'une des causes immédiates de cette situation est l'insuffisance d'apport alimentaire.

L'objectif général de cette étude est d'estimer les apports en macro et micronutriments des plats couramment consommés et leur contribution à la couverture des besoins au niveau des ménages.

Il s'agit d'une étude transversale descriptive, au cours de laquelle ont été collectées des données qualitatives et quantitatives sur la consommation alimentaire des ménages à l'aide de rappel des 24 heures, la pesée des ingrédients des consommations journalières des ménages. L'étude a concerné 8 régions retenues par choix raisonné dans lesquelles 28 provinces ont été couvertes. Dans chaque province, 5 villages ont été retenus soit au total 140 villages. Dans chaque village échantillon, 15 ménages ont été sélectionnés selon la méthode EPI pour l'enquête.

Au total 2 033 ménages ont été enquêtés. Plus de 69 % des groupes de consommation ont pris au moins 3 repas la veille de l'enquête. Les plats consommés dans ces ménages étaient par ordre de fréquence le tô (80,45 %), le haricot (7,7 %), le riz (6,4 %), la bouillie de céréale (3 %). Quand le plat servi est du tô, la sauce qui l'accompagne est le plus souvent soit à base de feuilles de Baobab (64 %) ou autres légumes et feuilles (15,3 %), du gombo (10,2 %).

Les céréales fournissent 88,1 % de l'énergie totale, 95,4 % des glucides, 58,7 % des lipides et 75,5 % des protéines. Les céréales constituent également la principale source en micronutriments (83,4 % du fer total, et 87,6 % du zinc total). En termes d'équilibre nutritionnel, le pourcentage de calories dérivées des protéines était de 12,8 %. Cependant, les protéines d'origine animale ne représentaient que 11,4 % des protéines totales. La contribution des lipides à l'énergie était de 13,2 %.

La présente étude a permis d'explorer l'organisation de la consommation alimentaire dans les ménages et d'estimer les apports en énergie et nutriments de l'alimentation à l'échelle familiale. Des stratégies d'interventions efficaces de prévention de la malnutrition dans les ménages pourront s'articuler autour de la diversification de l'alimentation, le soutien des ménages pour améliorer la disponibilité en quantité et en qualité des aliments.

**Mots clés :** Consommation alimentaire, habitudes alimentaires, ménages, micronutriments, macronutriments, Burkina Faso.

---

<sup>1</sup> Institut de Recherche en Sciences de la Santé (IRSS), Ouagadougou.

<sup>2</sup> Direction de la Nutrition.

# Feeding practices of households in Burkina Faso, source of daily total energy, macronutrients, and micronutrients intake

## Abstract

Food insecurity and poor nutrition still affects most of the world's population with serious consequences for the health and well-being. Thus, the nutritional situation in Burkina Faso as in other Sahelian African countries remains a concern. One of the immediate causes of this situation is inadequate food intake.

The overall objective of this study is to estimate intakes of macro and micronutrients dishes commonly consumed and their contribution to cover the needs at the household level.

This is a descriptive cross-sectional study, in which qualitative and quantitative data on food consumption were collected using 24-hour recall and the weighing of the ingredients of daily consumption of households. The study involved eight regions identified purposely in which 28 provinces were covered. 5 villages in each province were selected for a total of 140 villages. In each village, 15 households were sampled according to the EPI method for the investigation.

In total 2033 households were surveyed. Over 69 % of consumer groups have taken at least 3 meals the day before the survey. The foods consumed in these households were in order of frequency tô (80.45 %), beans (7.7 %), rice (6.4 %), cereal porridge (3 %). When the dish is served tô, the accompanying sauce was most often Baobab leaves (64 %) or other vegetables and leaves (15.3 %), okra (10.2 %).

Cereals provide 88.1% of the total energy, carbohydrate 95.4 %, 58.7 % lipids and 75.5 % of the protein. Cereals are also the main source of micronutrients (83.4% total iron, zinc and 87.6 % of total). In terms of nutritional balance, the percentage of calories derived from protein was 12.8 %. However, animal protein accounted for only 11.4 % of total protein. The contribution of fat to energy was 13.2 %.

This study explored the organization of food consumption in households, and estimated the energy and nutrient intake at the household level. Strategies for effective interventions to prevent malnutrition in households will be built around food diversification, support for households to improve food availability in quantity and quality.

**Keywords:** Food consumption, household, food habits, micronutrients, macronutrients, Burkina Faso.

## Introduction

L'insécurité alimentaire et une alimentation inadéquate affecte encore une grande partie de la population mondiale avec des conséquences graves pour la santé et le bien-être. Plus d'un milliard de la population mondiale souffrirait de malnutrition et cette tendance est à la hausse depuis 10 ans (FAO 2009). En 2005, 21,9 % des enfants africains de moins de 5 ans souffraient de malnutrition chronique (Black RE, ALLEN LH *et al.* 2008).

La situation nutritionnelle au Burkina Faso, comme dans les autres pays africains sahéliens, reste préoccupante. Selon une enquête réalisée en 2009 (Direction de la Nutrition, 2009), les prévalences de la malnutrition aigue et de la malnutrition chronique chez les enfants âgés de moins de cinq ans sont estimées respectivement à 10,7 % et 28,6 %. Neuf pour cent (9 %) de la population générale serait malnutrie (FAO 2011) et selon l'enquête démographique et de santé (INSD, 2006), cette malnutrition toucherait 20,8 % des femmes. Les causes immédiates de cette situation sont une insuffisance d'apport alimentaire qui touche toute la population en général et le jeune enfant en particulier. Chez le jeune enfant plus vulnérable, cette insuffisance alimentaire commence dans la période de sevrage, s'amplifie au fil des années et s'aggrave en cas de crise alimentaire. A ceci s'ajoute une morbidité élevée des nourrissons entraînant une mauvaise utilisation des nutriments.

Un des facteurs sous-jacents influençant ces causes immédiates est l'insécurité alimentaire des ménages. D'après le rapport de l'Enquête Nationale sur l'Insécurité Alimentaire et la Malnutrition (Ministère de l'agriculture de l'hydraulique et des ressources halieutiques, 2009), seulement 16,5 % des ménages se sentent en sécurité alimentaire et l'insécurité alimentaire toucherait un ménage sur trois (35,4 % des ménages). La situation économique précaire, la disponibilité de stocks de céréales et la taille du ménage en sont les déterminants. En plus de cette situation d'insécurité alimentaire, le régime alimentaire des burkinabè en général se caractérise par sa faible diversification avec prépondérance des céréales dans la consommation quotidienne. L'apport des fruits et légumes reste faible, les céréales contribuent pour plus de 70 % à l'apport énergétique (Ministère de l'agriculture de l'hydraulique et des ressources halieutiques 2010). Aussi, ce régime alimentaire varie-t-il suivant les saisons et le milieu mais se caractérise généralement par sa faible diversité. Le score de diversité alimentaire moyen des ménages sur le plan national est de 3,5 avec 50,5 % des ménages en dessous d'un score de 4 (Ministère de l'agriculture de l'hydraulique et des ressources halieutiques, 2009).

Si l'insuffisance d'apport énergétique et la faible diversité du régime alimentaire des populations burkinabè sont bien décrites, les apports nutritionnels de ce régime pauvre et peu diversifié reste à documenter. Le but de cette étude est d'une part de décrire les pratiques d'alimentation dans les ménages au Burkina Faso et d'autre part d'estimer, à l'échelle du ménage, la contribution journalière des différents groupes d'aliments aux apports totaux en énergie, en macronutriments (protéines, lipides, glucides) et en micronutriments (fer, calcium, zinc, thiamine vitamine B6).

## **Matériel et méthodes**

### **Cadre de l'étude**

Cette étude a couvert huit régions administratives du Burkina Faso de façon à représenter toutes les zones de production et de consommation. Les principaux critères de choix étaient : la spécificité de la production agricole, la disponibilité alimentaire et les habitudes de consommation des populations.

### **Type d'étude**

Il s'est agi d'une étude transversale descriptive, au cours de laquelle ont été collectées des données qualitatives et quantitatives sur la consommation alimentaire des ménages.

### **Population et échantillonnage**

L'unité statistique pour l'évaluation de la consommation alimentaire a été le ménage au sein duquel les répondants étaient les femmes en âge de procréer, résidant de façon permanente dans les ménages et ayant préparé un repas que le ménage a consommé la veille. La taille de l'échantillon a été calculée sur la base de plusieurs hypothèses statistiques, en fonction du paramètre que nous devrions estimer. Ces paramètres étaient : la proportion de ménages dont la consommation alimentaire est en adéquation avec les recommandations en termes de couverture énergétique et en micronutriments, l'apport énergétique quotidien moyen par membre du ménage en nombre de calories. Sur la base de ces considérations statistiques, une taille moyenne de 8 242 ménages était nécessaire pour mieux estimer les paramètres précédemment cités. Cependant, compte tenu de la limite des ressources financières, nous avons finalement opté pour la méthode d'échantillonnage raisonné.

L'analyse préliminaire des données d'une Enquête sur la Nutrition, l'Insécurité Alimentaire et la Malnutrition a permis de faire une classification des régions dans trois groupes, en fonction du niveau de diversité alimentaire des ménages (niveau faible, moyen et élevé). Un tercile a ainsi été construit sur la base de la distribution du pourcentage des ménages de faible niveau de diversité alimentaire. Deux régions ont par la suite été retenues dans chaque groupe pour représenter l'ensemble des régions du groupe ; le choix de ces deux régions par groupe a été fait en tenant compte de la spécificité de la production et de la consommation des régions du même groupe ; ce qui donne un total de 6 régions sélectionnées sur la base du niveau de diversité alimentaire des ménages. La région du Centre a été d'emblée retenue, compte tenu de la spécificité de la consommation et de la disponibilité alimentaire, en grande partie dépendante des autres régions. Nous avons également inclus d'emblée la région de la Boucle du Mouhoun qui, bien qu'étant le « grenier » du Burkina Faso avait un pourcentage considérable de ménages en insécurité et de faible diversité alimentaire. Finalement, huit régions administratives ont été retenues comme zones d'enquête pouvant être représentatives de l'ensemble des zones de consommation. Ce sont le centre, l'Est, le Sahel, le Centre Nord, la Boucle du Mouhoun, le Centre Sud, le Sud-Ouest, les Cascades. Toutes les provinces des régions retenues ont été incluses ; soit au total 28 provinces.

Un nombre de 5 villages à enquêter a été défini par province, soit au total 140 villages. Le nombre de villages échantillons de chaque province a été réparti dans les communes proportionnellement à leur taille en nombre d'habitants. Le village échantillon de chaque commune a ensuite été tiré de façon aléatoire sur la liste des villages de la commune.

Au niveau de chaque village l'unité d'échantillonnage a été le ménage. Pour pouvoir décrire la diversité des habitudes de consommation alimentaire, le nombre de ménages à enquêter a été estimé à 15 par village. Le nombre total de ménages à enquêter était donc de 2 100. La sélection des ménages dans chaque village a été faite suivant la méthode EPI modifiée.

Dans chaque ménage, toutes les femmes en âge de procréer (âgée de 15-49 ans), résidant dans le ménage et ayant préparé un repas que le ménage a consommé la veille ont été identifiées comme répondantes du ménage.

### **Techniques de collecte des données**

Cinq équipes composées chacune de quatre enquêteurs et d'un contrôleur ont été déployées sur le terrain pour la collecte de l'ensemble des données. Ces agents de collecte ont été sélectionnés en tenant compte de leur expérience confirmée dans des enquêtes de consommation alimentaire et de la langue locale couramment parlée.

Les enquêteurs ont bénéficié d'une formation de 4 jours (théorique et pratique) pour une maîtrise du contenu du questionnaire de collecte des données et des techniques de pesée des aliments. Les expressions complexes du questionnaire ont été traduites au cours de cette formation dans les principales langues locales. Cette formation des enquêteurs a permis de standardiser la compréhension et le mode de remplissage du questionnaire. La formation théorique a été complétée par un pré-test sur le terrain.

Cinq contrôleurs ayant un niveau supérieur et une plus grande expérience en collecte de données nutritionnelles ont été recrutés et affectés à chaque équipe d'enquêteurs. Ils ont assuré la supervision rapprochée et le contrôle de la qualité des données collectées par les enquêteurs. Le contrôle de qualité s'est fait par la relecture systématique des questionnaires remplis par les enquêteurs et

la ré-enquête de 10 % des ménages (5 ménages) par village. Une supervision générale de la collecte des données sur le terrain a également été assurée par l'équipe de recherche pour renforcer la qualité des données.

Deux techniques ont essentiellement été utilisées pour la collecte des données : l'administration d'un questionnaire de rappel des 24 heures, les méthodes de pesée des ingrédients entrant dans la préparation des aliments.

L'interview a concerné les chefs de ménage et toutes les femmes ayant préparé un repas la veille. Les informations collectées étaient : les informations générales telles que, la religion et le niveau d'instruction du chef de ménage, la composition de chaque ménage par âge et par sexe, l'identification des groupes de consommation ; la composition de chaque groupe de consommation ; un questionnaire de rappel de 24 heures pour chaque groupe de consommation ; la description des plats préparés la veille de chaque groupe de consommation ; une énumération de tous les ingrédients utilisés dans les plats de la veille, tout en précisant leur origine.

Tous les ingrédients ayant composé les plats consommés la veille ont été recensés, les quantités reconstituées et pesées.

Après énumération des ingrédients par la femme interrogée, il lui a été demandé de reproduire la quantité de l'ingrédient cité. Une fois cette quantité reproduite nous avons procédé à sa pesée. Si un ingrédient n'était pas disponible il a été demandé à la femme de lui trouver un remplaçant qu'elle utiliserait. Tous les ingrédients ont été pesés sur une balance spécifique destinée à la pesée des aliments, avec un niveau de précision de 1/10 de gramme. Chaque ingrédient du plat a été relevé dans un tableau de rappel de façon nominative et avec un certain nombre de précisions (exemple : feuilles sèches ou fraîches, farine de céréale entière ou décortiquée). Cela a permis, d'une part de répartir les différents ingrédients de chaque plat dans les différents groupes d'aliments selon la table de composition des aliments établie par la FAO à l'usage de l'Afrique de l'Ouest, d'autre part de pouvoir identifier chaque aliment du plat dans la table de composition des aliments du Mali donc de connaître sa composition en énergie et nutriments (protéines, lipides, glucides, micronutriments) et par conséquent de pouvoir convertir tous les plats en ingérés.

### **Traitement et analyse des données**

Une double saisie des données par deux équipes d'opérateurs distincts a été faite à l'aide du logiciel EPIDATA. L'apurement de la base de données a été fait en deux temps : une comparaison des deux bases suivi de correction, puis une tabulation et vérification des différentes modalités, et de la distribution des variables, pour identifier les données aberrantes. L'analyse a été faite sur les logiciels SAS et Excel.

Tous les aliments consommés dans le ménage la veille de l'enquête ont été décomposés en énergie, protéines et micronutriments etc. en utilisant la table de composition alimentaire du Mali qui donne la teneur de chaque ingrédient en différents nutriments selon le poids.

### **Résultats**

Au total 2 033 ménages ont été enquêtés. La majorité des chefs de ménage (93,7 %) n'avait aucun niveau d'instruction ; seulement 0,9 % avaient le niveau bac et plus. Dans les ménages enquêtés vivaient en tout 16 499 personnes dont 50,7 % de sexe féminin. Cette population était

majoritairement jeune. Les moins de 15 ans représentaient 51,7 % de la population dont 19,9 % d'enfants de moins de 5 ans.

La consommation des repas se fait par groupe dans les ménages. La répartition des repas dans les différents groupes de consommation se fait généralement par la femme ayant assuré la préparation (99,4 %) ; la surveillance des quantités réparties entre les groupes se fait par la même femme ou par la maîtresse (la première épouse) dans les ménages polygames.

La répartition des groupes de consommation en fonction du nombre de repas consommés la veille, montre que la majorité des groupes de consommation (69,4 %) ont reçu 3 repas la veille. Cependant, 32 groupes de consommation (0,6 %) n'ont reçu aucun repas familial la veille de l'enquête.

Différents types de repas étaient offerts aux groupes de consommation la veille de l'enquête ; ce sont des plats servis soit immédiatement après préparation, soit des plats déjà préparés et réchauffés ou encore des restes de repas resservis. Les plats immédiatement préparés étaient les plus fréquemment consommés quelle que soit la période de la journée (Tableau I).

**Tableau I.** Nature des plats servis aux groupes de consommation selon le moment de la journée.

	Type de plat le matin		Type de plat à midi		Type de plat le soir	
	n	%	n	%	n	%
Plat immédiatement préparé	1 266	75,04	994	61,93	1 603	83,27
Plat réchauffé	182	10,79	218	13,58	162	8,42
Restes de repas resservis	239	14,17	393	24,49	160	8,31

Le matin, à midi comme le soir, les plats consommés dans les ménages sont le plus souvent le tô (80,45 %), le haricot (7,7 %), le riz (6,4 %), bouillie de céréale (3 %) ; ceci quelle que soit la région. Dans l'ensemble des régions enquêtées, il n'y a pas une différenciation dans le choix des plats selon les saisons. Plus de 80 % des plats recensés au moment de l'enquête (juin-juillet) sont servis à tout moment de l'année (résultats non présentés). Le tô qui est le principal plat des ménages est donc consommé en toute saison. Cependant, 10 % des plats servis dans les ménages pendant la période de l'enquête, le sont uniquement en saison hivernale (période de la collecte des données).

De façon globale, quand le plat servi est du tô, la sauce qui l'accompagne est le plus souvent soit à base de feuilles de Baobab (64 %) ou autres légumes et feuilles (15,3 %), du gombo (10,2 %). Les feuilles qui sont utilisées pour faire les sauces sont le « bulvanka » (*Corchorus olitorius*), les feuilles d'oseille et les feuilles de haricot.

L'analyse du rappel des 24 heures montre que pratiquement tous les ménages (99,6 %) ont consommé une céréale la veille de l'enquête ; 82,6 % ont consommé des légumes ou des feuilles, très peu de ménages ont consommé de la viande (6,3 %), du lait (5,9 %) ou des œufs (0,4 %). Tout s'est résumé essentiellement à la consommation des céréales, des condiments et des légumes feuilles (figure 1).

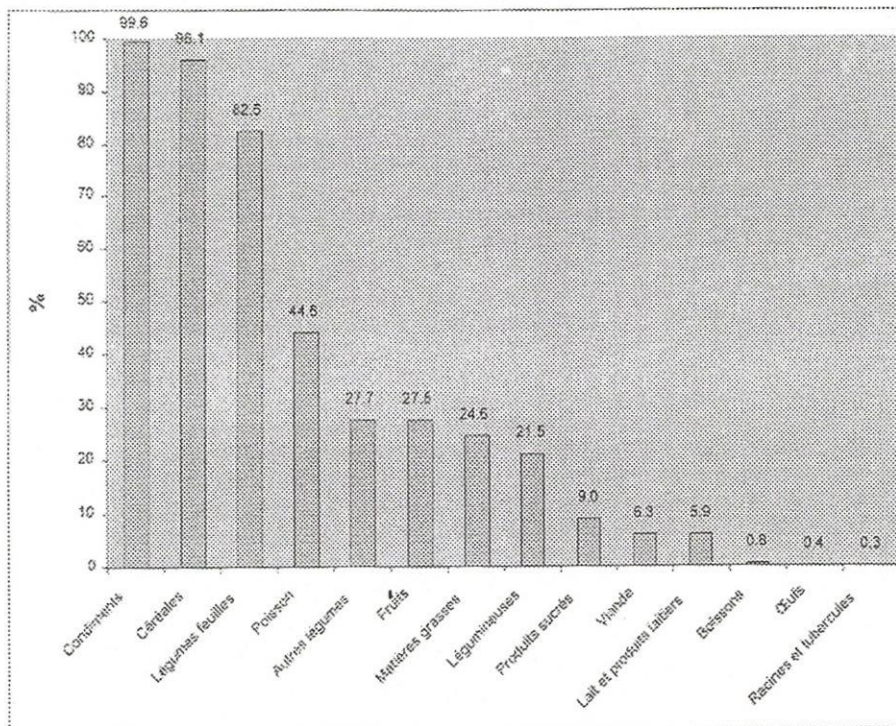


Figure 1. Fréquence de consommation des différents groupes d'aliments dans les ménages.

L'analyse de la contribution de chaque groupe d'aliments dans le régime quotidien des ménages montre également une forte contribution des céréales qui représentent 16,1 % de l'ensemble des groupes d'aliments consommés par les ménages la veille, suivi des légumineuses (14,0 %) et des feuilles vertes (12,9 %). Cette tendance se maintient dans toutes les régions.

Après apurement des données, les apports journaliers moyens en énergie et en nutriments ont été estimés dans 1887 ménages. Le tableau II présente ces apports moyens par ménages.

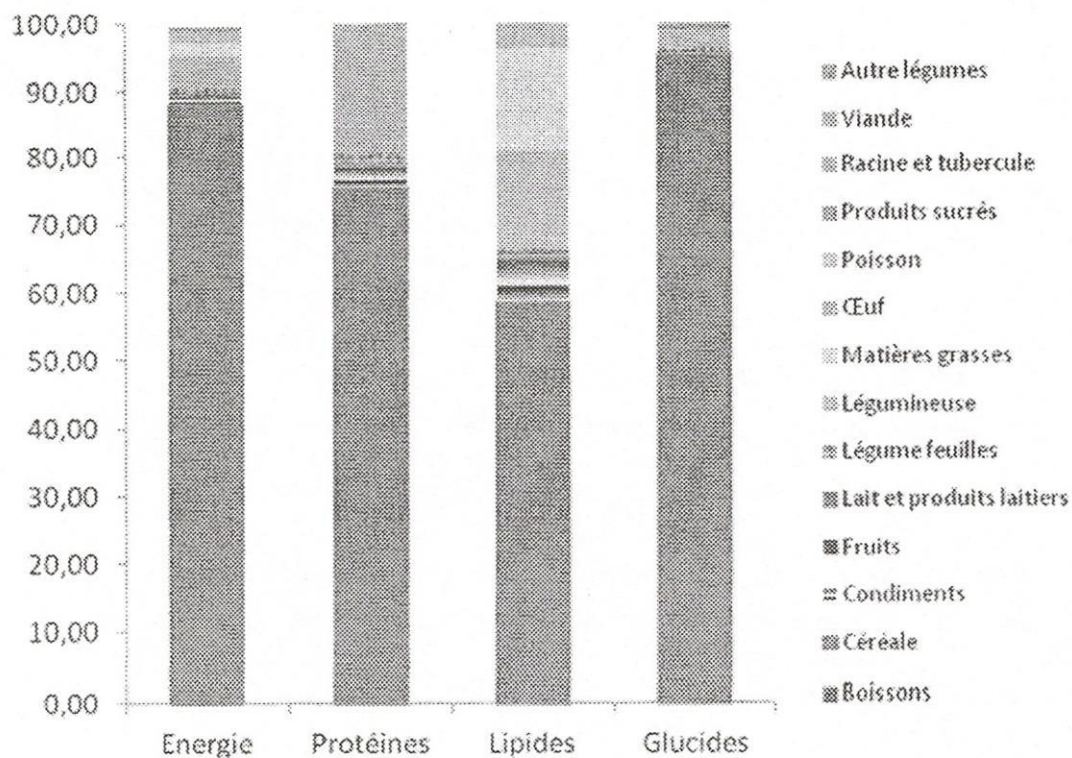
Les céréales occupent une place primordiale dans l'alimentation des ménages. Elles fournissent 88,1 % de l'énergie, 95,4 % des glucides, 58,7 % des lipides et 75,5 % des protéines (figure 2). Les légumineuses constituent la deuxième source en énergie après les céréales.

Après les céréales, ce sont surtout les légumineuses et le poisson qui fournissent une part importante des protéines. La contribution des autres groupes d'aliments en macronutriments était très limitée.

Au niveau des micronutriments, les céréales étaient également de loin la première source des apports en micronutriments, suivies des légumes feuilles et du poisson. Elles fournissent 83,4 % du fer total et 87,6 % du zinc (Figure 3).

**Tableau II.** Apports journaliers moyens en énergie et en micronutriments par l'alimentation des ménages (N = 1887).

Types d'apports	moyenne par ménage	Ecart-type
Énergie (kcal)	21688,7	17430,9
Protéine (g)	674,9	602,3
Fer (mg)	453,6	436,7
Calcium (mg)	3082,8	413,8
Zinc (mg)	77,1	629,3
Vitamine A (mg)	173,9	94,8
BCarotène (mg)	1664,3	1119,2
Vitamine B6 (mg)	9,2	11,3
Vitamine B12 (mg)	0,8	5,9
Vitamine C (mg)	110,1	180,3



**Figure 2.** Contribution des différents groupes d'aliments à l'énergie totale et aux macronutriments totaux (protéines, lipides, glucides).

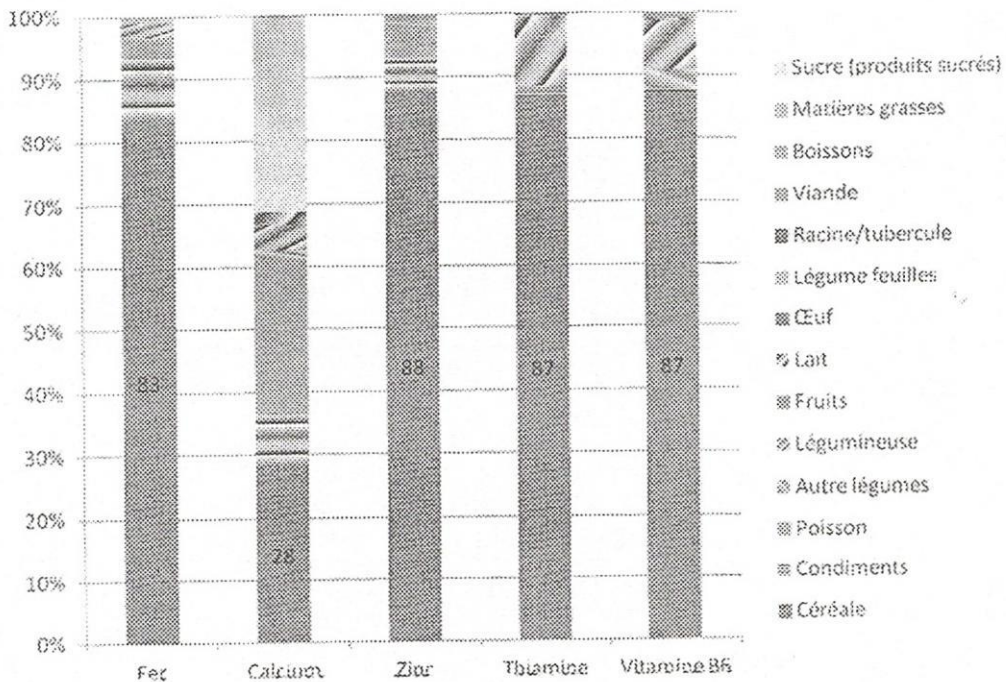


Figure 3. Contribution des différents groupes d'aliments aux micronutriments totaux (Fer, Calcium, Zinc).

## Disussions

A la lecture des différents résultats sur les prises de repas, la fréquence de prise de repas par jour des groupes de consommation peut être jugée assez satisfaisante si on se réfère à la recommandation qui requière au moins 3 repas par jour. Cependant, ces résultats doivent être nuancés. D'une part par l'existence des ménages dans lesquels il n'y a pas eu de repas la veille (des « popotes » n'ont pas fonctionné et les groupes de consommation concernés n'ont pas été servis), d'autre part, au niveau de la nature des repas servis aux groupes de consommation. Beaucoup de groupes de consommation (1 groupe sur 4 le matin et près de 2 groupes sur 5 à midi) se contentent en réalité soit des restes de repas, soit des plats réchauffés. Naturellement dans ces conditions, s'il n'y pas de restes ou s'il n'y en a pas suffisamment le groupe de consommation manquera un repas ou ne mangera pas suffisamment. L'idée de repas se perçoit très bien en termes de nombre de prises de repas par jour. Cependant, il faut craindre des insuffisances en termes de quantité liées même à la nature des repas servis aux groupes.

L'enquête révèle que le plat le plus souvent consommé est le tô. Autrement dit, il y a une préférence très nette pour le tô dans les ménages quelle que soit la région. L'explication la plus plausible est d'une part, l'incapacité des ménages à mieux diversifier leur consommation alimentaire compte tenu de leur faible niveau socio-économique, d'autre part à la disponibilité alimentaire dans les ménages. Les ménages consommant en général ce qu'ils produisent, alors que les niveaux de production du riz et du niébé restent faibles au Burkina Faso. En outre, cette monotonie dans l'alimentation des ménages est fortement corrélée à leur niveau socio-économique.

La sauce qui accompagne le tô détermine dans une certaine mesure en grande partie la qualité de ce plat. Même sans les détails sur la composition exacte de ces sauces, il faut souligner que les sauces sont monotones ; c'est presque toujours la même sauce (le baobab) qui est consommée dans les ménages. Cette information traduit davantage la monotonie alimentaire entre les ménages et très probablement au sein de chaque ménage.

La monotonie alimentaire relevée ne semble pas être liée à la période de la collecte des données. Les ménages semblent vivre de façon permanente dans cette monotonie. Les plats qui sont déclarés spécifiques à la période de collecte des données ne représentaient que 10 % de l'ensemble des plats recensés ; ce qui signifie que les régimes alimentaires ne diffèrent pas fondamentalement d'une saison à l'autre. La monotonie du régime alimentaire décrite dans la présente étude se présente comme d'autres auteurs l'ont observée ailleurs (GEOFFREY B. and HUBSON J., 1995).

Ce type d'alimentation monotone rencontré dans l'ensemble des ménages en général pourrait contribuer à la survenue des problèmes nutritionnels liés à la faiblesse des apports en nutriments. L'analyse de la fréquence de consommation des différents groupes d'aliments dans les ménages sur la base du rappel de la consommation des 24 dernières heures, confirme le fait que l'alimentation des ménages au Burkina Faso reste peu diversifiée.

La recherche des sources de l'énergie et des nutriments a permis de mettre en évidence que les apports nutritionnels proviennent pour l'essentiel des produits végétaux notamment les céréales. Ce type d'alimentation pourrait occasionner des problèmes nutritionnels liés à la qualité des apports.

La contribution des produits animaux aux protéines alimentaires n'est pas significative ; la principale source protéique des plats familiaux étant les céréales alors que, les protéines des céréales ont souvent une très faible teneur en un ou plusieurs acides aminés essentiels. En général elles ne contiennent pas de la lysine (AGBESSI DOS-SANTOS H., 1987). Cet acide aminé essentiel se révèle être le plus limitant dans le sorgho et le mil (FAO, 1996) qui, constituent pourtant l'aliment de base des ménages ; d'où un risque de manque ou d'insuffisance quotidienne de cet acide aminé et très probablement bien d'autres.

On a relevé que la consommation des matières grasses était extrêmement faible. Elles ne contribuent que de 2 % à l'énergie totale alors que pour une alimentation équilibrée elle devrait être estimée entre 30 à 35 % (FAO 1996 ; DECELLES D. C., GELINAS M. D. *et al.*, 1997). Avec un tel régime, les consommateurs courent un risque de ne pas pouvoir retrouver tous les acides gras essentiels dont ils ont quotidiennement besoin.

Tout comme les macronutriments, les micronutriments proviennent presque en totalité des produits végétaux notamment des céréales. Sans procéder à une analyse fine de tous les micronutriments étudiés, il se pose visiblement un problème d'apport et de couverture des besoins en micronutriments dans les ménages. Nous prenons l'exemple des apports en fer. Dans les ménages étudiés, le fer provient presque en totalité des produits végétaux, les plats familiaux étant majoritairement constitués d'aliments d'origine végétale. Or l'on sait que la biodisponibilité de ce micronutriment est extrêmement faible dans ces aliments, environ de 10 % dans les meilleurs des cas (AGBESSI DOS-SANTOS H., 1987). En outre, la consommation des aliments d'origine animale comme la viande ou le poisson est extrêmement faible dans les ménages qui ont pourtant une meilleure biodisponibilité en fer (30 % et 15 % respectivement). Il est donc évident qu'avec un tel régime alimentaire, il soit impossible pour les membres des ménages d'avoir une bonne

couverture de leurs besoins en micronutriments. Le changement des habitudes de consommation dans les ménages devrait être au centre des actions de lutte contre la carence en fer tout comme les autres micronutriments.

## Conclusion

La présente étude a permis d'explorer l'organisation de la consommation alimentaire dans les ménages et d'estimer les apports en énergie et nutriments de l'alimentation à l'échelle familiale. Elle a montré que le régime alimentaire des ménages au Burkina Faso est très monotone et peu diversifié. Ce régime alimentaire se résume à la consommation de céréales qui constituent la principale source d'énergie, de protéines et de micronutriments. Cette monotonie du régime alimentaire constitue un facteur potentiel de risque.

Dans ce contexte, des programmes visant à apporter un changement dans les pratiques alimentaires sont plus que nécessaires. Ces stratégies d'interventions efficaces de prévention de la malnutrition dans les ménages devraient s'articuler autour de la diversification de l'alimentation, le soutien aux ménages pour améliorer la disponibilité en quantité et en qualité des aliments.

## Remerciements

Ce travail a été réalisé sous le financement de l'Unité de Coordination des Opérations d'Urgence et de Réhabilitation de la FAO.

Nous remercions le l'ensemble des équipes qui ont assuré la collecte des données, de même que les ménages qui ont participé à cette enquête.

## Références bibliographiques

- AGBESSI DOS-SANTOS H, Ed., 1987. *Manuel de Nutrition Africaine*, IPDD-ACCT-Karthala.
- BLACK R. E., ALLEN L. H. *et al.*, 2008. "Maternal and child undernutrition: global and regional exposures and health consequences." *The Lancet* 371(9608): 243-260.
- DECELLES D. C., GELINAS M. D. *et al.*, Eds., 1997. *Manuel de Nutrition Clinique*, Montréal.
- Direction de la Nutrition, 2009. Enquête SMART. Ouagadougou, Ministère de la Santé.
- FAO, 1996. La Sixième Enquête Mondiale sur l'Alimentation. Rome.
- FAO, 2009. L'état de l'insécurité alimentaire dans le monde. Rome, Organisation des Nations Unies pour L'alimentation et l'Agriculture.
- FAO, 2011. Food information for decision making.
- GEOFFREY B. and HUBSON J., 1995. "Food intake in a West African village. Estimation of food intake from a shared bowl." *British Journal of Nutrition* 73: 551-569.
- INSD, 2006. Enquête Démographique et de santé: EDS-III., Institut National de la Statistique et de la Démographie.
- Ministère de l'agriculture de l'hydraulique et des ressources halieutiques, 2009. Enquête Nationale sur l'Insécurité Alimentaire et la Malnutrition.
- Ministère de l'agriculture de l'hydraulique et des ressources halieutiques, 2010. Etude sur la dynamique de la consommation alimentaire au Burkina Faso.