

Résumé

Alimentation et activité physique de la population migrante

**Analyse secondaire de données dans le cadre du
Programme national migration et santé de l'Office fédéral
de la santé publique**

Hanspeter Stamm und Markus Lamprecht
avec la collaboration de Doris Wiegand

Lamprecht und Stamm Sozialforschung und Beratung AG (L&S)
Forchstrasse 212 • CH-8032 Zürich • info@LSSFB.ch

Zürich, avril 2012

Résumé

Migration et santé – Alimentation et activité physique de la population migrante

L'alimentation et l'activité physique sont des éléments-clés en matière de santé. Comme il a pu être démontré qu'une grande partie de la population suisse ne se nourrit pas sainement et ne fait pas suffisamment d'exercice, ces deux éléments comptent au nombre des champs d'intervention principaux au niveau de la promotion de la santé et de la prévention.

La population migrante est souvent considérée comme un public-cible tout trouvé pour ce type d'intervention car elle présenterait, apparemment, différentes faiblesses au niveau de l'alimentation et de l'activité physique. Ces lacunes sont souvent étayées par des comparaisons générales entre la population autochtone et la population étrangère ou par des études portant sur des groupes particulièrement vulnérables. La présente étude englobe ces deux perspectives dans le sens où elle cherche à cerner le plus précisément possible le mode alimentaire de la population migrante et son rapport à l'exercice physique au moyen d'une analyse secondaire de données déjà disponibles.

Les auteurs se sont basés sur le Deuxième Monitoring de l'état de santé de la population migrante en Suisse (ci-après GMM II), mené en 2010 par l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), ainsi que sur l'Enquête suisse sur la santé réalisée en 2007 (ci-après ESS 2007) par l'Office fédéral de la statistique (OFS). Dans le cadre du GMM II, certains groupes spécifiques de la population migrante (personnes provenant de Turquie, du Portugal, de Serbie, du Kosovo, de Somalie et du Sri Lanka) ont été interrogés, dans leur langue maternelle, sur leur comportement en matière de santé et sur leur état de santé. L'ESS 2007 est une enquête transversale qui contient davantage de questions concernant l'alimentation et l'activité physique, et se base sur un échantillon représentatif de personnes parlant l'une des langues nationales. Elle a donc aussi inclus des Suissesses et des Suisses de naissance. Les échantillons du GMM et de l'ESS se complètent donc à merveille.

Pour évaluer l'impact du « vécu migratoire » sur le mode alimentaire et l'activité physique, il importe de considérer différents aspects. Le terme « vécu migratoire » englobe toute une série d'éléments qui influent différemment sur les comportements en matière d'alimentation et d'activité physique. On peut ainsi présumer que si la région d'origine influe sur les préférences en matière d'alimentation et d'activité physique, celles-ci s'atténuent en cas de séjour prolongé en Suisse. Outre la région d'origine ou la nationalité, il faut donc aussi prendre en compte la durée du séjour en Suisse pour évaluer l'impact du vécu migratoire.

Par conséquent, la présente analyse tient compte de différentes dimensions du vécu migratoire. Elle fait la distinction entre les personnes de nationalité suisse dès la naissance, les personnes naturalisées et les personnes étrangères. Dans ces deux derniers groupes, elle considère également la région d'origine. Dans la population migrante, elle prend en compte des variables supplémentaires : la durée du séjour en Suisse, le type de permis de séjour ainsi que la raison principale de la venue dans notre pays (cf. chapitre 3).

Une analyse se limitant au seul vécu migratoire ne serait pas assez pertinente : en effet, d'autres éléments influent, eux aussi, sur les comportements en matière d'alimentation et d'activité physique. Il ne suffit donc pas de connaître la date d'arrivée en Suisse et la région d'origine d'une personne migrante pour analyser son mode alimentaire et son attitude par rapport à l'exercice physique. Il faut également prendre en compte son mode de vie, ses ressources matérielles et son héritage culturel (cf. chapitre 2). Dans les études empiriques, les chercheurs ont d'abord repéré et discuté les liens entre « vécu migratoire » et « comportement en matière d'alimentation et d'activité physique », puis ont élargi leur analyse en se penchant sur d'autres aspects, comme la situation sociale ou le niveau de vie.

Les résultats de ces analyses sont présentés en détail dans les chapitres 4 et 5 ainsi que dans l'annexe. En voici, les éléments principaux :

- De façon générale, les différences observées d'un groupe à l'autre en matière d'alimentation ou d'activité physique sont plus ou moins importantes en fonction de la variable migratoire considérée. Le type de permis de séjour ou la raison de la venue en Suisse ne font pas apparaître de grandes disparités. Par contre, des écarts notables ressortent si l'on tient compte de l'obtention de la nationalité ou de la durée du séjour. Les plus frappants surviennent lorsque la classification générale du vécu migratoire est utilisée, à savoir celle qui inclut à la fois la région d'origine, la nationalité et la question de la naturalisation.
- Tous les groupes de population interrogés dans le cadre du GMM II et de l'ESS 2007 présentent des lacunes au niveau de leur alimentation ou de leur activité physique :
 - Pour ce qui est de *l'alimentation*, seul un quart (24 %) des personnes interrogées dans le cadre du GMM II et près d'un tiers (29 %) de celles qui ont participé à l'ESS 2007 suivent la recommandation préconisant de manger cinq portions de fruits et/ou de légumes par jour. Dans le GMM II, la plus grande proportion de personnes respectant cette recommandation sont les personnes naturalisées d'origine turque (35 %) et, dans l'ESS 2007, les personnes naturalisées venant d'Europe du Nord ou d'Europe de l'Ouest (34 %). La plus faible proportion de personnes respectant la recommandation sont, dans le GMM II, les requérantes et les requérants d'asile originaires du Sri Lanka (17 %) et, dans l'ESS 2007, les personnes étrangères provenant d'Europe du Sud-Est ou d'Europe de l'Est (18 %). Les Suissesses et les Suisses de naissance sont 30 % à se tenir à cette recommandation (ESS 2007), ce qui correspond pour ainsi dire à la moyenne si l'on tient compte de l'ensemble des personnes interrogées.
 - Pour ce qui concerne *l'activité physique*, le constat est semblable : deux cinquièmes (41 %) des personnes interrogées dans l'ESS 2007 et un tiers (32 %) de celles qui ont participé au GMM II sont « physiquement actives » si l'on considère les recommandations actuelles en la matière dans le cadre des loisirs¹. Leur proportion varie dans le GMM II entre 26 % (femmes et hommes provenant du Portugal) et 49 % (requérantes et requérants d'asile originaires du Sri Lanka), et dans l'ESS 2007, entre 29 % (personnes ne provenant pas d'Europe) et 43 % (Suissesses et Suisses de naissance, et personnes naturalisées venues d'Europe du Sud-Est ou d'Europe de l'Est).

Plus de deux cinquièmes des personnes interrogées dans le cadre du GMM II (43 %) et moins d'un tiers des personnes ayant pris part à l'ESS 2007 (29 %) en arrivent à transpirer au moins trois jours par semaine dans le cadre professionnel, voire plus, ce qui signifie qu'ils effectuent des travaux physiques intenses. Dans cette catégorie, la fourchette se situe entre 28 % (personnes naturalisées) et 54 % (personnes provenant du Portugal) pour le GMM II et entre 24 % (personnes étrangères originaires d'Europe du Nord ou d'Europe de l'Ouest) et 37 % (personnes étrangères venant d'Europe du Sud-Est) pour l'ESS 2007.

- Ces résultats se confirment dans l'analyse *d'autres composantes du comportement en matière d'alimentation et d'exercice physique* de l'ESS 2007. Par exemple, 79 % des personnes naturalisées provenant d'Europe du Nord ou d'Europe de l'Ouest déclarent faire attention à certains aspects de leur alimentation (moyenne 71 %, valeur la plus basse : personnes étrangères ne provenant pas d'Europe : 56 %), et 54 % de celles-ci pratiquent un sport deux heures ou plus par semaine (moyenne : 48 %, valeur la plus basse : personnes étrangères venues d'Europe du Sud-Est ou d'Europe de l'Est : 27 %).

¹ Selon la recommandation de l'Office fédéral du sport (OFSP), de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), de Promotion Santé Suisse et du réseau HEPA (2009), sont réputées « actives » les personnes pratiquant au quotidien une activité physique d'intensité moyenne pendant une demi-heure au moins. Les personnes « partiellement actives » sont celles qui font de l'exercice physique, mais dans une proportion moindre.

- Même lorsque les écarts sont minimes entre les différents groupes analysés, on observe une constante : dans l'ensemble, les Suissesses et les Suisses de naissance ainsi que les personnes naturalisées et les personnes étrangères originaires d'Europe du Nord ou d'Europe de l'Ouest, ont une alimentation plus équilibrée et font davantage d'exercice physique que les personnes faisant partie des autres groupes. Pour ces dernières, on observe une différence entre les personnes naturalisées et les personnes étrangères dans le sens où les valeurs relatives aux personnes naturalisées se situent, en général, entre les valeurs concernant les Suissesses et les Suisses de naissance et celles qui se rapportent à la population étrangère.

Pour ce qui est de la population étrangère, les résultats du GMM II font généralement ressortir de plus grandes lacunes au niveau de l'alimentation et de l'activité physique que les résultats de l'ESS 2007. Il semble que plus la durée du séjour en Suisse est longue et l'« assimilation » avancée, plus les valeurs se rapprochent des moyennes suisses. La région d'origine ne semble pas jouer un rôle prépondérant : les groupes étrangers présentant les lacunes les plus frappantes diffèrent en fonction de l'élément lié à l'alimentation et à l'activité physique qui est analysé.

- Les écarts s'accroissent lorsque d'autres éléments du contexte social sont également pris en compte. En règle générale, plus le niveau de formation, le revenu et le statut professionnel sont élevés, plus l'alimentation est équilibrée et plus l'activité physique est importante, que l'on ait ou non un vécu migratoire. En outre, les femmes se nourrissent généralement plus sainement, mais sont moins actives physiquement. A noter également, le résultat obtenu dans l'ESS 2007 par rapport à l'alimentation : même dans le groupe des femmes au sein duquel la proportion de personnes suivant la recommandation « 5 par jour » est la plus faible (étrangères venant d'Europe du Sud ou d'Europe de l'Est : 25 %), la valeur est légèrement supérieure à celle du groupe des hommes présentant la proportion la plus importante de personnes s'en tenant à cette recommandation (étrangers et hommes naturalisés originaires d'Europe du Nord ou d'Europe de l'Ouest : 24 %).
- Pour ce qui est du *surpoids* (cf. chapitre 5), les écarts peuvent être considérables d'un groupe à l'autre. Dans le GMM II, la proportion de personnes en surpoids (50 %) est nettement supérieure à celle des personnes interrogées dans le cadre de l'ESS 2007 (37 %). Dans un modèle multivarié tenant compte simultanément du vécu migratoire, du contexte social, de l'alimentation et de l'activité physique, l'impact des éléments migratoires et de la situation sociale est plus important que celui du comportement. Ce résultat s'explique, en partie, par le fait que les deux études en question opérationnalisent le mode alimentaire et l'activité physique de manière relativement simple. Il indique, en outre, que d'autres aspects concrets de la situation personnelle et du comportement en matière sanitaire sont significatifs pour comprendre les écarts constatés.

Aucun des groupes passés sous revue ne se distingue par un comportement tout à fait sain et conforme aux recommandations en matière d'alimentation et d'activité physique ou par une absence de problème de poids. Tant les Suissesses et les Suisses de naissance, que les personnes naturalisées ou étrangères présentent des lacunes, celles-ci étant toutefois plus importantes dans certaines parties de la population étrangère et chez les personnes dont le niveau de formation et le revenu sont faibles.

L'analyse comparative des résultats du GMM II et de l'ESS 2007 ne met pas seulement en lumière des différences notables entre la population « autochtone » et la population issue de la migration, mais fait également ressortir des écarts importants à l'intérieur de ces deux groupes. Le fait que le mode d'alimentation et le comportement en matière d'activité physique des personnes issues de la migration ayant atteint un certain degré d'intégration (naturalisation, connaissances linguistiques) se rapprochent des Suissesses et des Suisses de naissance, ne peut être que partiellement considéré comme une « bonne nouvelle » étant donné les lacunes existant dans cette seconde catégorie. Vu les résultats, il est judicieux de poursuivre, voire d'intensifier, une stratégie en matière de prévention et de promotion de la santé ciblée sur la population issue de la migration sans perdre de vue les possibilités d'optimiser le comportement en matière d'alimentation et d'activité physique dans la « population autochtone » également.