



L'insécurité alimentaire et la population vieillissante du Canada



Emily Domingues, NM
Nutrition Services Consultant

Nous associons rarement le Canada à la privation et à l'insécurité alimentaire. Mais à mesure que notre population vieillit et que la proportion des personnes âgées de 65 ans et plus augmente, la prévalence de l'insécurité alimentaire au sein de cette population grandit également. L'insécurité alimentaire ne concerne pas seulement la pénurie d'aliments, mais aussi la disponibilité incertaine d'aliments nutritifs adéquats.^{1,2}

L'insécurité alimentaire chez les aînés

Malgré la montée de l'insécurité alimentaire chez les aînés, les recherches sur le sujet sont limitées. Les recherches existantes examinent la façon dont les populations plus âgées font face à l'insécurité alimentaire en comparaison avec les populations plus jeunes. L'insécurité alimentaire chez les populations plus âgées peut être liée à différents facteurs en rapport avec le vieillissement, notamment les défis physiologiques, physiques, sociaux et économiques liés à la consommation d'aliments. En plus de ces défis, il y a le risque de malnutrition qui, selon les estimations, existe dans 30 à 60 % des résidents d'établissements de soins de longue durée ².



Un autre défi auquel font face les aînés consiste en l'accès à des ressources qui soutiennent la santé et la nutrition. Les populations plus âgées ne sont pas souvent prioritaires lorsqu'il s'agit des politiques publiques et de la répartition des services communautaires et de soins de santé. Bien qu'il y ait une grande variation dans la façon dont les gens définissent la santé, qui n'est pas nécessairement liée à l'âge chronologique, une sous-assistance des personnes âgées peut avoir une grande incidence sur leur santé, leur autonomie et leur qualité de vie. Les préoccupations relatives à l'insécurité alimentaire chez les jeunes sont généralement présentées comme un investissement, alors que celles relatives à l'insécurité alimentaire chez les personnes plus âgées sont présentées comme étant coûteuses et épuisant les ressources publiques ².

Il existe des ressources publiques et des organismes de bienfaisance en alimentation, mais leurs accessibilités peuvent être limitées et ne répondent pas aux besoins des aînés. Les types d'aliments et les quantités offertes ne sont pas fiables, surtout pour les populations âgées qui peuvent avoir des restrictions alimentaires multiples ou qui ont besoin d'un régime thérapeutique spécialisé ou d'un régime à texture modifiée. Les aînés sont également moins susceptibles d'avoir accès à ces ressources pour d'autres raisons, comme la perception relative aux formes d'aliments de ces organismes de bienfaisance jugées acceptables sur le plan social, ainsi que l'accessibilité physique à ces services². Bien que ces ressources se soient révélées utiles pour les aînés dans le besoin, elles ne permettent pas de régler entièrement la situation sanitaire et économique de cette population.

Les ressources suivantes peuvent aider les aînés en situation d'insécurité alimentaire :

Saine alimentation Ontario : Ce programme vous met en contact avec un(e) diététiste professionnel(le) qui peut vous prodiguer des conseils gratuits pour améliorer votre qualité de vie. Visitez le site Web de Saine alimentation Ontario pour accéder à d'autres ressources, notamment « Nutri-eSCREEN », un outil interactif de soutien à la nutrition sur le Web destiné aux adultes âgés.

Les diététistes du Canada : Cette association de professionnels de l'alimentation et de la nutrition se consacre à la santé et au bien-être des Canadiens. Elle produit une variété de ressources qui peuvent aider à faire des choix en matière de nutrition des aînés.

La boîte à outils sur la malnutrition des services de nutrition de Sysco Canada contient des conseils pratiques pour lutter contre la malnutrition des aînés et la perte de poids involontaire dans ces communautés. Pour plus d'informations, contactez votre conseiller(ère) chez Sysco.

References:

1. Statistics Canada. (n.d.). *11 food insecurity in Canadian households I*. Food insecurity in Canadian households. Retrieved February 10, 2022, from <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/82-003-x/2000004/article/5796-eng.pdf>
2. Leroux, J. (n.d.). *Household food insecurity among older people in Canada: The exploration of a public health issue rendered invisible*. Home. Retrieved February 10, 2022, from <https://qspace.library.queensu.ca/handle/1974/24861>