



La sécurité alimentaire des adultes ayant une déficience intellectuelle

Chercheuse principale : Janet McCabe, Ph. D., Université Ontario Tech

RÉSUMÉ DU PROJET

Les personnes ayant une déficience intellectuelle (DI) présentent un risque plus élevé de maladies du cœur, de diabète et d'obésité que la population générale. Comme le système de soins de santé met généralement l'accent sur le traitement plutôt que sur la prévention, il est crucial d'adopter des approches axées sur la promotion de la santé pour obtenir de meilleurs résultats à long terme.

Ce projet visait à examiner la sécurité alimentaire des personnes ayant une DI en Ontario, en particulier leur accès à des aliments sains et salubres pendant la pandémie de COVID-19. En utilisant le cadre des piliers de la sécurité alimentaire (**disponibilité, accès, qualité, acceptabilité et autonomie**), l'équipe de recherche a évalué l'accès des athlètes à des aliments appropriés sur le plan culturel, à des épiceries et à des ressources financières suffisantes.

Des adultes ayant une DI et des personnes aidantes ont répondu à un **sondage en ligne mené en deux parties**, pour ensuite prendre part à un entretien de suivi. L'étude a permis de dégager les principales conclusions suivantes :

- **Disponibilité** : Les adultes ayant une DI ont moins mangé en raison de difficultés financières.
- **Accessibilité** : Des épiceries se trouvaient à proximité, mais d'autres obstacles ont entravé l'accessibilité.
- **Qualité** : Bon nombre d'adultes ayant une DI ont eu de la difficulté à maintenir un régime équilibré et nutritif.
- **Acceptabilité** : L'accès à des aliments appropriés sur le plan culturel a diminué.
- **Autonomie** : La plupart des adultes ayant une DI n'exerçaient pas un plein contrôle sur le choix des aliments.

L'insécurité alimentaire a augmenté de 27 % pendant la pandémie, alors que le revenu annuel de 33 à 41 % des personnes s'élevait à moins de 20 000 \$, ce qui se situe bien en deçà du seuil de la pauvreté. La baisse du taux d'emploi a eu des répercussions supplémentaires sur l'accès à la nourriture. Toutefois, la consommation d'aliments frais a augmenté tandis que celle de malbouffe a diminué. Cette situation serait attribuable au fait qu'un plus grand nombre de repas étaient préparés à la maison.

Conclusion

Les adultes ayant une DI et leurs personnes aidantes continuent aujourd'hui d'éprouver des problèmes de sécurité alimentaire. Il serait possible d'améliorer les résultats à long terme en éliminant les obstacles qui empêchent les adultes ayant une DI d'avoir accès à des aliments abordables et nutritifs, de développer leur littératie alimentaire et de cuisiner. Ces renseignements pourraient également aider Olympiques spéciaux à améliorer ses programmes afin de mieux répondre aux besoins nutritionnels des athlètes.

PRINCIPAUX MESSAGES

Promouvoir de saines habitudes de vie et d'alimentation : Améliorer la santé à long terme en privilégiant des stratégies axées sur le mode de vie, comme des initiatives accessibles portant sur la nutrition ou la planification de repas inclusifs sur le plan culturel.

Améliorer l'accès à la nourriture et la stabilité économique : Proposer des astuces pour économiser à l'épicerie, tout en plaidant en faveur d'un soutien accru pour éliminer les obstacles financiers à la sécurité alimentaire et à la participation des athlètes.

Soutenir le développement des aptitudes à la préparation des repas : Enseigner des **stratégies pour cuisiner et faire l'épicerie** afin d'aider les personnes ayant une DI à devenir plus autonomes et à faire des choix alimentaires sains.

POUR EN SAVOIR PLUS

Veuillez communiquer avec Janet McCabe, à l'adresse Janet.McCabe@ontariotechu.ca.