A table, les enfants !

Crédits photo : PHILIPPE DESMAZES/AFP

Le contenu de leurs assiettes serait-il en passe de devenir une quatrième dimension pour les enfants? Une étude de l'Association Santé Environnement France (Asef) montre une méconnaissance surprenante des 8-12 ans quant à la diversité des légumes et des fruits et la composition de certains plats. 87% des 910 enfants interrogés par ce réseau de 2500 médecins sont incapables de reconnaître une betterave. «Nous savions que nous serions étonnés mais pas à ce point», a expliqué au *Figaro* le Dr Pierre Souvet, cardiologue dans les Bouches-du-Rhône et président de l'Asef.

Pour sa première étude sur l'alimentation des écoliers, l'association a diffusé un questionnaire dans plusieurs écoles de la région Paca. Les enfants l'ont rempli en classe. Un premier volet sous forme de QCM les interrogeait sur leurs habitudes («Que manges-tu au petit-déjeuner et au goûter?», «que bois-tu à table?»...). Une deuxième partie leur demandait d'identifier à partir de photos des légumes et des fruits puis d'expliquer quels ingrédients entraient dans la préparation d'aliments transformés.

Si les carottes, les poires ou la pastèque sont reconnues dans 90% des cas, 87% d'entre eux ignorent ce qu'est une betterave. Un tiers sèchent devant les poireaux, les artichauts, les courgettes ou les figues. Les résultats sont encore plus saisissants lorsqu'on aborde les aliments transformés, pourtant plébiscités par les enfants. Seul 28% de l'échantillon ont une idée de la composition des pâtes. Pour beaucoup, les

coquillettes et les spaghettis sont un légume ou ont été préparés avec des «grains de lait». Un quart d'entre eux ne savent pas que les frites sont faites à partir de pommes de terre. Quant aux chips, jambon et nuggets, ils sont environ 40% à ne pas savoir d'où ils viennent. Pour les steaks hachés, on passe à deux tiers de mauvaises réponses-sachant que la réponse viande de cheval était acceptée. Et ayant à l'esprit le poisson pané, de nombreux enfants croient que le poisson n'a pas d'arêtes.

Pour Pierre Souvet, cette «méculture» culinaire, qui va de pair avec un abus des assaisonnements comme le ketchup ou la mayonnaise, traduit «un manque d'éducation sanitaire» aussi bien du côté de l'école que des familles. «Sur les menus des cantines, les fruits sont rarement proposés en dessert. On leur préfère des petits gâteaux. De même, la cantine privilégie les menus simples: riz, pâtes», souligne le praticien. La maison n'est pas forcément plus propice à l'éducation au goût. «Dans les foyers où les deux parents travaillent, ils n'ont plus forcément le temps ou l'envie de préparer le repas. Certains aussi n'ont pas appris à cuisiner. Du coup, ils ont recours aux plats cuisinés, alors que ceux-ci sont trop gras, trop salés et trop sucrés», poursuit le cardiologue.
Les écoles où l'enquête a été menée étaient principalement situées dans des villes moyennes. Les réponses auraient peut-être été meilleures, notamment sur la reconnaissance des fruits et des légumes, chez les écoliers vivant à la campagne, suppose Pierre Souvet. Le cardiologue trouve les conclusions de l'enquête préoccupantes, à l'heure où de plus en plus d'enfants sont en surpoids.
Appelant à une nouvelle campagne de sensibilisation, celle préconisant de manger cinq fruits et cinq légumes a prouvé ses limites, estime-t-elle, l'Asef a publié sur son site un guide à destination des familles. Elle plaide aussi pour un retour des parents aux fourneaux et des cours de cuisine à l'école. Les petits pourraient y apprendre à faire une vinaigrette ou de la soupe. Pour eux-mêmes transmettre leurs connaissances et leurs bonnes pratiques, une fois devenus grands.

1. Qu'est-ce que l'Asef ?

……..

2. le docteur Souvet est

- Surpris
- Déçu
- En colère

3. A quoi correspond le chiffre de 87% ?

……..

4. Dans quelle partie du pays a été menée l'enquête ?

……..

5. Vrai ou Faux ?

Les enfants ont été interrogés à l'école et à la maison.

Les enfants ont été interrogés sur leurs fruits et légumes préférés.

Les enfants de campagnes auraient obtenu des résultats différents.

C'est l'éducation nationale qui a mené l'enquête.

6. Quels sont les trois aliments que les enfants ont le plus nommé ?

……..

7. Comment sont fabriquées les pâtes, selon les enfants ? (2 réponses attendues)

……..

……..

8. Quelles sauces sont jugées responsables par le Dr Souvet ?

……..

9. Comment s'appelle l'endroit où les enfants mangent le midi à l'école ?

……..

10. Quels sont les trois problèmes des plats que l'on achète tout fait ?

……..

……..

11. quelle est la conséquence générale des habitudes culinaires sur la santé des enfants ?

……..

12. quelles sont les deux propositions que fait l'Asef pour remédier à cela ?

……..

……..