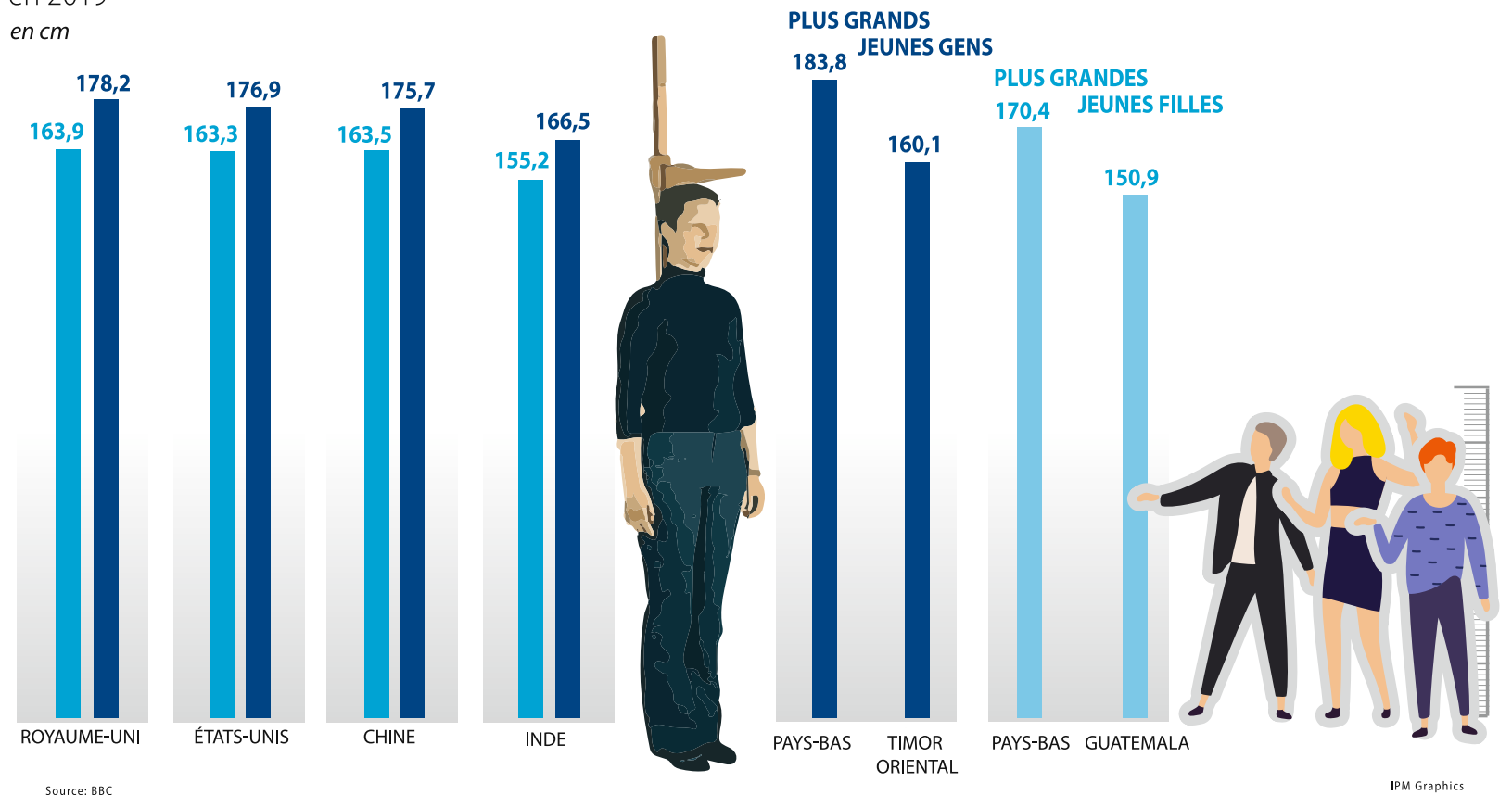


TAILLES MOYENNES DES ■ FILLES ET DES ■ GARÇONS en 2019 en cm



## L'alimentation pour expliquer des différences de taille

**P**rès de 20 centimètres: elle est... de taille, la différence entre les nations où les jeunes de 19 ans sont les plus grands – comme les Pays-Bas (183,8 cm pour les garçons en moyenne et 170,4 cm pour les filles), l'Islande ou le Monténégro – et les nations où ils sont les plus petits, comme le Bangladesh (165,1 cm et 152,4 cm), le Guatemala ou le Timor-Oriental. Voilà en effet ce qui ressort d'une vaste étude récemment publiée dans *The Lancet*.

Pour en arriver à cette conclusion, une équipe internationale de chercheurs, dont une partie rattachée à l'école de santé publique de l'Imperial College de Londres, a analysé l'évolution de la taille et de l'indice de masse corporelle (IMC, poids rapporté à la taille) d'enfants et adolescents de 5 ans à 19 ans dans 193 pays pendant 35 ans. Ce faisant, les scientifiques ont mis en commun et harmonisé les données issues de plus de 2000 études de populations, prenant ainsi en considération pas moins de 65 millions de personnes.

Un travail d'une ampleur inédite qui nous apprend, par exemple, qu'à 19 ans, une jeune Guatémaltèque fait la même taille qu'une Néerlandaise de 11 ans! Il ne faut cependant pas toujours aller chercher si loin pour trouver de grandes disparités. Rien qu'en Europe de l'Ouest, les données ne sont guère

homogènes: ainsi les Françaises de 19 ans font la même taille que des jeunes Néerlandaises de cinq années leurs cadettes, soit de 14 ans.

Plus globalement, en 2019, les jeunes de 19 ans qui étaient en moyenne les plus grands du monde se trouvent dans des pays du nord-ouest et du centre de l'Europe: Pays-Bas (taille moyenne 183,8 cm), Monténégro, Estonie et Bosnie-Herzégovine pour les garçons et Pays-Bas (170,4 cm), Monténégro, Danemark et Islande pour les filles.

Quant aux jeunes de 19 ans qui étaient en moyenne les plus petits l'an dernier, ils se trouvent en Asie du Sud et du Sud-Est, en Amérique latine et en Afrique de l'Est: Timor Oriental (160,1 cm), Laos, îles Salomon et Papouasie-Nouvelle-Guinée pour les garçons; Guatemala (150,9 cm), Bangladesh, Népal et Timor Oriental pour les filles.

### Génétique, sommeil et activité physique

Certes, les facteurs génétiques peuvent être mis en avant, mais de cette étude, il apparaît clairement que l'alimentation joue un rôle non négligeable sur la croissance et accentue les disparités entre jeunes dans le monde.

Les chercheurs de l'Imperial College à Londres ont en effet démontré que si la plupart de ces enfants ont

une courbe à peu près identique jusqu'à l'âge de 5 ans – affichant une taille et un poids moyens conformes aux chiffres de référence de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) – la courbe fléchit ensuite pour beaucoup d'entre eux, dont la santé se dégrade en raison d'une mauvaise alimentation, considérée comme le facteur principal, et d'une activité physique insuffisante. Les auteurs de l'étude mettent ici en cause "l'école, lieu où les enfants sont habituellement nourris, mais où ne vont pas les plus pauvres".

Outre la taille, le poids est aussi pointé du doigt. Ainsi, dans les îles du Pacifique: Cook Island, Tonga, les garçons comme les filles affichent un surpoids important avec un indice de masse corporelle élevé proche de l'obésité.

### Revoir la politique alimentaire

Signe que l'alimentation liée à l'environnement économique et sanitaire a une influence prépondérante sur la croissance, la taille a stagné voire régressé chez les jeunes des pays d'Afrique subsaharienne en proie à des conflits armés au cours de ces 35 dernières années, alors que l'on observe qu'en Chine, les garçons ont pris 8 cm et les filles 6 cm au cours de cette même période pendant laquelle le niveau de vie s'est vraiment amélioré dans ce pays.

Face à ces conclusions, a fortiori en cette période de crise sanitaire et sociale, les auteurs de cette vaste étude appellent les États à revoir leur politique alimentaire.

L. D.