

NOS ACTUALITÉS

Profils alimentaires des principaux groupes ethniques du Québec



À partir du document « *Profil alimentaire* », publié par la Direction de la Santé publique de Québec en 1998, et fort de son contact direct avec une clientèle multiethnique, le Dispensaire a été appelé à collaborer avec des intervenantes de la communauté de pratique de la Fondation OLO pour mettre à jour et bonifier le document de 1998, et ce, en ajoutant des profils alimentaires d'autres régions du monde.

Qu'est-ce qu'un profil alimentaire? *Un profil alimentaire est un portrait représentant les habitudes alimentaires, culinaires, les croyances et les coutumes d'un groupe ethnique donné au regard de leur alimentation, et ce, en prenant en considération la disponibilité et l'accessibilité des aliments au Québec habituellement consommés par ces groupes.*

Dans le cadre de ce projet, l'équipe du Dispensaire, composée des nutritionnistes suivantes : Isabelle Dubé, Andréa McCarthy, Annie Brodeur-Doucet, Suzanne Lepage, Carine Youssef et d'autres collaborateurs, a défini les profils alimentaires des régions suivantes : Haïti et les Caraïbes, la Chine, le Brésil, le Maghreb, certains pays de l'Amérique centrale et du Sud, certains pays de l'Afrique de l'Est, de l'Europe de l'Est et du Moyen-Orient. Leurs collègues d'OLO ont, pour leur part, défini les profils alimentaires des régions de l'Afrique de l'Ouest, des Philippines et de l'Asie méridionale.

Chaque profil alimentaire qui se retrouvera dans le document final comportera un lexique (noms des aliments dans la langue du pays d'origine traduit en langue française), les mets typiques de la région toujours cuisinés au Québec, les aliments populaires consommés au Québec classés selon le guide alimentaire canadien, ainsi que des conseils que les professionnels de la santé pourraient donner à leur clientèle.

Les profils alimentaires furent le fruit de la récolte de données de divers ouvrages scientifiques, d'informations provenant de l'expertise de professionnels de la santé travaillant avec un groupe ethnique spécifique, et principalement avec la collaboration de personnes provenant des cultures ciblées, des personnes originaires des pays ciblés dans ce projet.

Les clientes du Dispensaire apprécient beaucoup que les nutritionnistes soient en mesure de comprendre le vocabulaire propre à leur alimentation. Un autre aspect intéressant de cet outil de référence est qu'il sert à informer les intervenants non seulement sur l'alimentation de différentes régions, les bonnes habitudes alimentaires à maintenir et celles à modifier,

mais aussi sur les croyances et coutumes en termes d'alimentation dans ces régions, et ce, spécifiquement en période périnatale.