

Communiqué de presse
Lyon, le 13 mars 2018

A Lyon, une étude inédite analyse les comportements alimentaires des seniors

Initiée il y a tout juste un an par la municipalité de Lyon 6^e, la Carsat Rhône-Alpes, le Centre de Recherche Institut Paul Bocuse et Nutrisens, l'enquête Seniors Alimentation Santé a été adressée aux 8 200 seniors du 6^e arrondissement de Lyon âgés de plus de 65 ans vivant à domicile. Cette étude inédite se révèle à la fois riche d'enseignements et plutôt rassurante sur les comportements alimentaires, le mode de vie et les relations sociales du troisième âge.

753 répondants âgés de 65 à 102 ans. Moyenne d'âge : 78 ans. 67 % de femmes.

Sur le plan alimentaire, plus de **90 % des répondants prennent plaisir à manger** et sont satisfaits de la qualité de ce qu'ils mangent. Ils ont des interactions sociales relativement nombreuses, sont actifs et sortent fréquemment de chez eux.

La présence de commerces de proximité, de marchés, de parcs publics et l'accessibilité aux transports en commun influent sur ces résultats.

Cette étude montre également que les répondants cuisinent beaucoup. **« Faire les courses » est le premier motif de sortie.** Cette autonomie agit sur la qualité de leur alimentation.

Les résultats montrent en revanche que les conditions de vies à domicile se détériorent à partir de 87 ans environ. Les personnes se déclarent à la fois peu satisfaites de leur alimentation et le sentiment de solitude s'accroît.

Menée durant un an dans le 6^e arrondissement de Lyon, l'étude Seniors Alimentation Santé a permis, grâce à l'implication active des professionnels de santé du quartier, d'avoir une photographie fiable et en temps réel des comportements alimentaires de la population seniors. Les partenaires à l'origine de cette initiative (Mairie du 6^e, Carsat, Nutrisens, Centre de Recherche Institut Paul Bocuse) ont aussi pu se faire une idée plus précise des liens entre les pratiques alimentaires, le mode de vie et les relations sociales des personnes âgées. A la lumière de cette enquête très instructive, les promoteurs de cette opération vont pouvoir concevoir des solutions concrètes et innovantes d'accompagnement dans la perspective de maintenir les seniors le plus longtemps possible à leur domicile en bonne santé.

Concrètement, Nutrisens et l'Institut Paul Bocuse réfléchissent déjà, avec les professionnels de santé du 6^e arrondissement, à des solutions innovantes pour favoriser une alimentation équilibrée, livrable à domicile, et adaptée aux déficiences des personnes âgées.

Parallèlement, il ressort de cette étude une demande accrue de services et d'animations comme des conférences, des ateliers ou des repas partagés. Des pistes en cours d'exploration par la Carsat et la mairie du 6^e.