

## **Quels sont les déterminants des habitudes alimentaires des habitant.e.s du Val Müstair et leurs impacts cardiovasculaires ?**

Luna Delafontaine, Bastien Genet, Pauline Lefebvre, Lara Santacroce, Laura Wenzel

### *Introduction*

Les maladies cardiovasculaires sont la première cause de décès dans le monde (1). En Suisse, elles sont responsables de 19'600 décès et de 133'000 hospitalisations en 2021 (1). Il a été prouvé que l'adoption d'une meilleure hygiène de vie et la réduction de certains facteurs de risque comme le tabagisme, une alimentation riche en graisses saturées, la sédentarité ou une consommation nocive d'alcool, auraient contribué au recul de la mortalité ces 20 dernières années (1). Dans le canton des Grisons, le taux d'hospitalisations liées aux maladies cardiovasculaires était de 13.0 pour 1000 habitant.e.s en 2021, le plaçant derrière le canton de Vaud avec un taux de 14.8 pour 1000 habitant.e.s et en-dessous du taux moyen suisse de 15.3 hospitalisations pour 1000 habitant.e.s (1).

Notre étude qualitative porte sur la population du Val Müstair aux Grisons, où se trouve le plus petit hôpital de Suisse, Center da sandà Val Müstair, qui regroupe à la fois un CMS, un EMS et des services ambulatoires et hospitaliers. Cette vallée est proche du Parc Naturel Biosfera UNESCO, qui encouragerait une conscience écologique: 80% des agriculteurs proposent des produits biologiques (2), comme la Chascharia, une coopérative qui regroupe sous son nom différents producteurs laitiers soucieux de fournir des denrées exclusivement biologiques et locales.

Dans la littérature, il a été identifié qu'un taux supérieur en acides gras  $\omega$ -3, en particulier l'acide  $\alpha$ -linoléique dans le fromage d'alpage, aurait une fonction protectrice cardiovasculaire (3). En outre, il a été observé au sein de la ville de Lausanne que le statut socio-économique influence le lieu de résidence des personnes qui influence à son tour leur BMI, indépendamment de leurs caractéristiques individuelles (4). A partir de ces constats, nous avons abouti à la question de recherche suivante: *Quels sont les déterminants des habitudes alimentaires des habitant.e.s du Val Müstair et leurs impacts cardiovasculaires ?*

### *Méthode*

Le but de notre étude est d'identifier les habitudes alimentaires des habitant.e.s du Val Müstair ainsi que d'explorer les facteurs environnementaux et sociaux qui influencent leur mode d'alimentation. Nous avons réalisé une étude qualitative sous la forme d'entretiens semi-structurés en allemand ou en français, enregistrés et guidés à l'aide d'une grille d'entretien réalisée au préalable. Les personnes interviewées ont été sélectionnées selon leurs différentes fonctions au sein de la vallée de manière à obtenir un échantillonnage raisonné. Nous avons réalisé onze entretiens avec des professionnel.le.s de la santé (infirmières du centre et médecins), des agriculteurs, une institutrice, une gérant.e.s de points de vente alimentaire, une hôtelière et cuisinière ainsi qu'une représentante politique de la vallée. Après avoir mené les entretiens, nous les avons traduits, synthétisés et analysés à l'aide d'une grille d'analyse afin de parvenir à une conclusion permettant d'orienter nos pistes de réflexions.

### *Résultats*

A la suite de nos entretiens, il est ressorti de la part de nos intervenant.e.s qu'une grande majorité de la population de la vallée mangerait local, notamment les œufs, ainsi que les produits laitiers issus de la Chascharia, qui selon certain.e.s de nos intervenant.e.s, auraient une fonction protectrice cardiovasculaire. La viande d'élevage et de chasse serait achetée directement auprès des producteur.trices, le pain fait sur place à partir des céréales de la région et les pommes de terre cultivées au sein de la vallée. Comme les fruits et légumes y sont plus difficilement cultivables à grande échelle, certain.e.s habitant.e.s possèdent leur propre jardin et complètent leur alimentation par des fruits et légumes venant de plaine ou importés d'Italie. La presque totalité des produits locaux sont certifiés

d'origine biologique de par l'influence de la proximité du parc naturel Biosfera et par l'avantage économique que cela rapporte aux producteurs. Ce n'est pourtant pas la certification biologique qui motive le plus les résidents de la vallée à consommer local, mais la notion d'entraide communautaire, très importante à leurs yeux et entretenue par tradition. Ils/Elles souhaitent ainsi soutenir les commerçants et producteurs locaux qu'ils/elles côtoient au quotidien pour que «l'argent reste dans la vallée». Plusieurs personnes rapportent que pour des questions de budget restreint et d'offre plus vaste, certains habitants de la vallée font leurs achats dans les supermarchés conventionnels soit en plaine, soit en Italie ou encore commandent en ligne, quand d'autres s'organisent avec les agriculteurs et achètent la viande en grande quantité. La conscience écologique est également une motivation pour certains, en particulier les jeunes, bien qu'elle ne soit pas prépondérante. Un autre déterminant est la pandémie du Covid-19 qui a forcé les habitants à consommer local à la suite de la fermeture des frontières. Ce mode de consommation aurait légèrement diminué après la pandémie, mais une grande partie des habitants a maintenu ses habitudes adoptées durant cette période. Le Centre de santé a été pointé comme un déterminant important, notamment en termes de prévention des différents facteurs de risque cardiovasculaire.

### *Discussion*

A la suite de notre travail et selon l'étude GeoCoLaus (4), nous pouvons suggérer que l'environnement et le statut socio-économique jouent un rôle prépondérant sur les habitudes alimentaires et la santé. Concernant l'impact de l'alimentation sur la santé cardiovasculaire, il existe peu de données concrètes s'appliquant à la situation du Val Müstair, si ce n'est le fait que le fromage d'alpage plus riche en acides gras  $\omega$ -3 et plus pauvre en acides gras saturés aurait un effet cardioprotecteur (3). A ce sujet, une étude sera prochainement menée spécifiquement au Val Müstair qui permettra de mesurer l'impact sur les taux sanguins de LDL-cholestérol et cholestérol total. Outre ce point, nous avons constaté lors de notre immersion une grande notion d'appartenance communautaire qui donne lieu à une entraide marquée dans la vallée. Les soignants du Centre de santé faisant partie intégrante de cette communauté, ils/elles ont un fort impact sur la population au niveau de la promotion et prévention de la santé de par leurs liens de confiance avec celle-ci. Comme l'équipe interprofessionnelle et polyvalente est de petite taille, leur collaboration étroite réduit le nombre d'intervenants et la perte d'informations pour le suivi des patients. Ceci assurerait une meilleure prise en soins et une détection précoce des facteurs de risque cardiovasculaire.

Ce travail nous a questionnés quant au fonctionnement global de notre système de santé. Nous avons constaté que l'entraide communautaire et la notion d'appartenance à un groupe influencent le comportement en matière de santé, notamment les habitudes alimentaires de la population étudiée. Serait-il pertinent de prendre exemple sur ce modèle de soins et d'incorporer à plus grande échelle une médecine de proximité, qui repose sur l'inclusion des déterminants environnementaux et sociaux ainsi qu'une meilleure collaboration interprofessionnelle ? Est-ce qu'un tel fonctionnement permettrait le développement d'un système de soins plus accessible, participatif, équitable et économique ?

### *Références*

1. Observatoire suisse de la santé [En ligne]. Maladies cardiovasculaires: taux de mortalité et taux d'hospitalisation [cité le 16 juin 2023]. Disponible: <https://ind.obsan.admin.ch/fr/indicator/monam/maladies-cardiovasculaires-taux-de-mortalite-et-taux-dhospitalisation>
2. Parks Swiss. Biosfera Val Müstair [En ligne]. Historique du Parc Naturel Biosfera [cité le 16 juin 2023] Disponible: [https://www.parks.swiss/fr/les\\_parcs\\_suissees/portraits\\_des\\_parcs/biosfera\\_val\\_muestair.php](https://www.parks.swiss/fr/les_parcs_suissees/portraits_des_parcs/biosfera_val_muestair.php)
3. Hauswirth C, Scheeder M, Beer J. High  $\omega$ -3 fatty acid content in alpine cheese: the basis for an alpine paradox. *Circulation*. 2004; 6(13):103-107. Disponible: <https://www.ahajournals.org/doi/full/10.1161/01.CIR.000105989.74749.DD>
4. Joost S, Duruz S, Marques-Vidal P, Bochud M, Stringhini S, Paccaud F, et al. Persistent spatial clusters of high body mass index in a Swiss urban population as revealed by the 5-year GeoCoLaus longitudinal study. *BMJ Open*. 2016;6:1-10. DOI: 10.1136/bmjopen-2015-010145

### *Mots clés*

Val Müstair ; Habitudes alimentaires ; Santé cardiovasculaire ; Entraide communautaire

03 juillet 2023



# A SLICE OF ALPINE CHEESE A DAY KEEPS THE DOCTOR AWAY

Luna Delafontaine, Bastien Genet, Pauline Lefebvre, Lara Santacroce, Laura Wenzel

## Quels sont les déterminants des habitudes alimentaires des habitant.e.s du Val Müstair et leurs impacts cardiovasculaires ?



### INTRODUCTION

Etude qualitative réalisée au Val Müstair

Contexte:

- Promiscuité avec le Parc naturel Biosfera UNESCO
- Plus petit hôpital de Suisse avec services ambulatoires et hospitaliers, CMS, EMS

80% agriculture biologique (4)

Population géographiquement reculée

Pourquoi cette étude?

- Les maladies cardiovasculaires sont la première cause de décès dans le monde (1)
- Le taux d'hospitalisations aux Grisons est de 13.0 pour 1000 habitant.e.s en 2021, et de 14.8 dans le canton de Vaud (1)

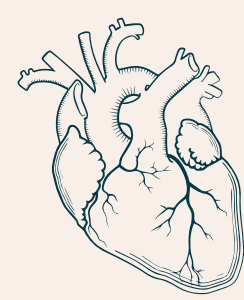
19'600 décès, 133'000 hospitalisations en Suisse (1)

Selon la littérature:

- Le fromage d'alpage, avec une teneur élevée en acides gras  $\omega$ -3 et pauvre en acides gras saturés, aurait une fonction protectrice cardiovasculaire (2)
- Etude réalisée au sein de la ville de Lausanne démontre que le statut socio-économique influence le lieu de résidence des personnes, qui influence à son tour leur BMI (3)

### OBJECTIFS

- Identifier le mode d'alimentation des habitant.e.s du Val Müstair
- Explorer les facteurs environnementaux et sociaux qui déterminent ce mode d'alimentation
- Comprendre comment les habitudes alimentaires des habitant.e.s du Val Müstair participent à leur santé cardiovasculaire



### MÉTHODE

- 11 entretiens semi-structurés à l'aide d'un guide d'entretien, réalisés en allemand et en français
- Intervenant.e.s: agriculteurs, médecins, infirmières, hôtelière, représentante politique, institutrice, gérant.e.s de point de vente alimentaire

### RÉSULTATS

A. Habitudes et consommations alimentaires au Val Müstair

- Viande (chasse + élevage), oeufs, produits laitiers locaux
- Pommes de terre, céréales, pain locaux
- Fruits & légumes de plaine ou importés d'Italie, et/ou du jardin



B. Déterminants des habitudes alimentaires

- Soutien communautaire
- Revenu
- Offre
- Centre de santé (prévention)
- Pandémie Covid-19: fermeture des frontières avec l'Italie
- Conscience écologique due à l'environnement proche de la nature

### DISCUSSION

- Influence de l'environnement et du statut socio-économique sur la santé
- Possible effet cardioprotecteur du fromage d'alpage riche en acides gras  $\omega$ -3 et faible en acides gras saturés
- L'appartenance communautaire donne lieu à une entraide marquée dans la vallée
- Les soignant.e.s, faisant partie intégrante de la communauté, exercent un impact important sur la promotion et prévention de la santé par leurs liens de confiance avec la population
- L'équipe interprofessionnelle et polyvalente garantit une étroite collaboration, qui permet :
  - la réduction du nombre d'intervenant.e.s et de la perte d'informations
  - une détection précoce des facteurs de risque cardiovasculaire
  - une offre de soins centralisée pour les patient.e.s

Réflexions

Serait-il pertinent de prendre exemple sur le modèle de soins du Val Müstair et d'incorporer à plus grande échelle une médecine de proximité, reposant sur l'inclusion des déterminants environnementaux et sociaux ainsi qu'une meilleure collaboration interprofessionnelle ?

Est-ce qu'un tel fonctionnement permettrait le développement d'un système de soins plus accessible, participatif, équitable et économique ?



### REMERCIEMENTS

- Aux personnes interviewées
- A la Dre Nicole Jaunin-Stalder
- A la Dre Sophie Paroz
- A Mme Nadia Righetti
- A la Prof. Madeleine Baumann
- Au Prof. Patrick Bodenmann
- Au Dr Theodor von Fellenberg
- Aux gérant.e.s de la Villa Stelvio

Contact: pauline.lefebvre@unil.ch

### RÉFÉRENCES

1. Observatoire suisse de la santé [En ligne]. Maladies cardiovasculaires: taux de mortalité et taux d'hospitalisation [cité le 16 juin 2023]. Disponible: <https://ind.obsan.admin.ch/fr/indicateur/monan/maladies-cardiovasculaires-taux-de-mortalite-et-taux-d-hospitalisation>
2. Hauswirth C, Schneider M, Beer J. High  $\omega$ -3 fatty acid content in alpine cheese: the basis for an alpine paradox. *Circulation*. 2004; 110(13):105-107. Disponible: <https://www.ahajournals.org/doi/full/10.1161/01.CIR.0000105289.74749.DD>
3. Joost S, Duruz S, Marques-Vidal P, Bochud M, Stringhini S, Paccaud F, et al. Persistent spatial clusters of high body mass index in a Swiss urban population as revealed by the 5-year GeoColaus longitudinal study. *BMJ Open*. 2016;6:1-10. DOI: 10.1136/bmjopen-2015-010145
4. Parks Swiss. Biosfera Val Müstair [En ligne]. Historique du Parc Naturel Biosfera [cité le 16 juin 2023]. Disponible: <https://www.parks.swiss/fr/les-parcs-suissees/portraits-des-parcs/biosfera-val-mustair.php>