

# LA PREMIÈRE LIGNE DE DÉFENSE:

Le rôle essentiel des aliments et  
de la nutrition dans la lutte contre  
le VIH/SIDA



Programme  
Alimentaire  
Mondial



# LA PREMIÈRE LIGNE DE DÉFENSE

*“J'étais au Malawi et j'ai rencontré un groupe de femmes atteintes du VIH/SIDA. Comme je le fais toujours quand je rencontre des gens atteints du SIDA et d'autres groupes communautaires, je leur ai demandé quelle était leur priorité numéro un. Leur réponse a été claire et unanime: de la nourriture.*

*Ni des soins, ni des médicaments pour se soigner, ni surmonter la honte, mais de la nourriture.”*

Peter Piot, Directeur exécutif, ONUSIDA

**D**emandez donc à Virginia Maramba combien il est important pour elle de se nourrir. Virginia, qui vit dans le district de Muzarabani, dans le Mashonaland central au Zimbabwe, est veuve. Son mari, Andrew, est mort récemment du SIDA, laissant sa famille dans un dénuement quasi-total. Virginia et ses deux enfants dépendent désormais des secours alimentaires d'urgence du Programme alimentaire mondial (PAM).

"Franchement, je ne sais pas ce que j'aurais fait sans l'aide alimentaire du PAM. Maintenant, au moins, je peux m'occuper de ma famille. Avant, nous ne mangions qu'une fois par jour, et le plus souvent c'était du gruau. Maintenant, nous pouvons nous permettre deux repas quotidiens", dit-elle.

Virginia raconte qu'avant le démarrage des distributions de vivres du PAM dans sa zone, elle faisait parfois de petits travaux agricoles. Quand il n'y avait pas de travail, elle n'avait pas d'autre choix que de mendier. Quand aucun de ses voisins ne pouvait partager sa



Virginia et sa fille

**nourriture avec elle, elle cueillait des gombos sauvages pour se nourrir.**

**Ce n'est pas faute de travailler dur qu'elle ne parvenait pas à manger à sa faim. Elle cultivait un champ de maïs et un potager. L'un comme l'autre ne produisaient pas grand chose à cause des pluies irrégulières et du manque d'engrais. Elle n'avait récolté que 20 kilogrammes de maïs, pas même de quoi nourrir sa famille pendant un mois. Ses enfants et elle seront tributaires de l'aide alimentaire jusqu'à la prochaine récolte.**

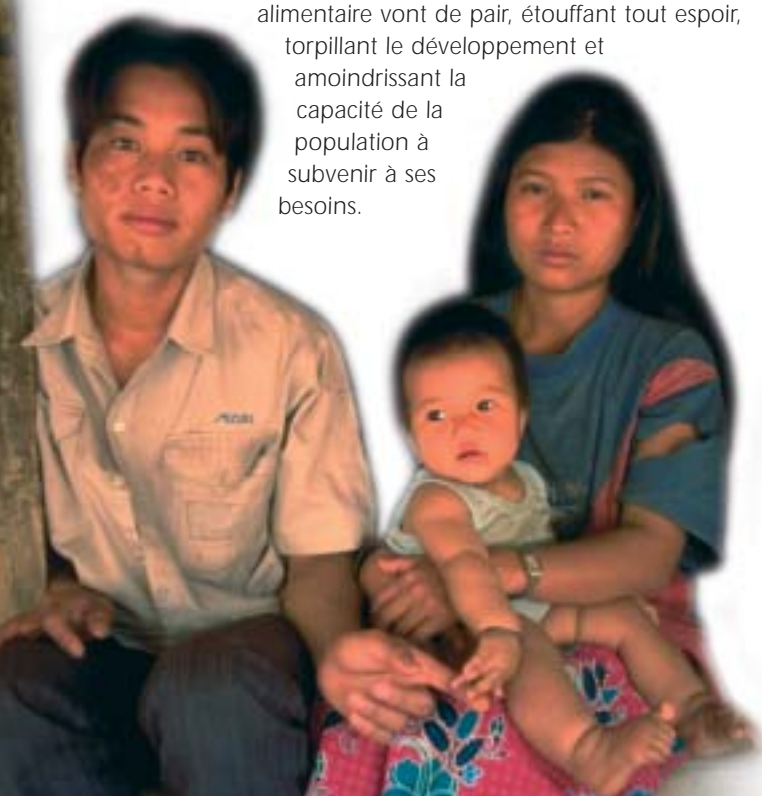
**"Je ne souhaite qu'une seule chose, que le PAM continue à nous donner des vivres", dit Virginia.**

## LES RÉGIONS OUBLIÉES

Les ravages du VIH/SIDA constituent une catastrophe mondiale d'une ampleur sans précédent. Tuant sans discrimination, le SIDA a causé des millions de victimes partout dans le monde. Les riches comme les pauvres succombent à ce virus mortel, qui ne fait aucune distinction d'âge ni de race.

Mais dans ces régions oubliées où vivent Virginia et des millions d'autres comme elle, là où les pénuries et l'insécurité alimentaires sont le lot quotidien, les souffrances dues au VIH/SIDA sont particulièrement intenses.

Mal équipés pour faire face à une crise sociale de cette ampleur, les pays pauvres qui ont déjà du mal à nourrir leurs populations doivent maintenant affronter de graves menaces qui pèsent sur leurs infrastructures, leur main-d'oeuvre et leur économie. Dans ces régions, le VIH/SIDA et l'insécurité alimentaire vont de pair, étouffant tout espoir, torpillant le développement et amoindrissant la capacité de la population à subvenir à ses besoins.



Le Programme alimentaire mondial est en première ligne dans la lutte contre le VIH/SIDA. Il fournit déjà une aide alimentaire dans 21 des 25 pays qui enregistrent les taux de prévalence du VIH les plus élevés, ce qui lui donne un avantage incomparable pour combattre cette pandémie sur le terrain. Ce n'est que maintenant que l'on commence à voir les effets catastrophiques du VIH/SIDA associé au problème de la faim dans les communautés à risque. Certaines conséquences, telles que l'augmentation du nombre des orphelins, ne se feront sentir pleinement que dans plusieurs années. Il est évident toutefois que l'aide alimentaire est indispensable si l'on veut accomplir le moindre progrès dans la lutte contre le virus.

## LA PREMIÈRE NÉCESSITÉ

*"Les thérapies existantes exigent une alimentation saine. Une alimentation adéquate est essentielle pour prolonger la vie des parents et leur permettre de gagner quelques précieuses semaines, quelques mois ou peut-être même quelques années pour travailler et passer du temps avec leur famille. Nous ne pouvons peut-être pas leur donner l'espoir d'une guérison, mais nous pouvons leur donner du temps."*

James T. Morris, Directeur exécutif du PAM

Pour les pauvres dans le monde, l'alimentation est toujours la première nécessité. Cela est d'autant plus vrai pour ceux touchés par le VIH/SIDA. Une bonne alimentation est la première ligne de défense pour éviter les effets néfastes de la maladie. Et bien qu'elle ne puisse pas rivaliser avec l'efficacité des pharmacothérapies permettant d'allonger la vie des malades, une alimentation nutritive peut aider les personnes atteintes du virus à rester en meilleure santé plus longtemps. Ainsi, les enseignants peuvent continuer d'enseigner, les agriculteurs peuvent continuer de cultiver, et les parents peuvent continuer d'élever leurs enfants. En revanche, en l'absence d'une alimentation adéquate, la maladie progresse plus vite et avec plus d'intensité.



**Prenons le cas de Thandie Gina, au Swaziland. Âgée de 47 ans, mère de neuf enfants, elle a appris au début de l'année qu'elle était séropositive. Son mari est mort du SIDA il y a deux ans, lui laissant la charge des quatre petits derniers. Depuis le mois d'août, Thandie reçoit une aide alimentaire du PAM par le biais du Service luthérien de développement, qui fait office d'agent d'exécution. Elle dit que l'aide alimentaire a considérablement amélioré son état de santé et a aidé sa famille - notamment lorsque la sécheresse a détruit ses propres récoltes pendant trois campagnes consécutives. "C'est ma fille aînée qui m'a conseillée de faire un test de dépistage du VIH/SIDA" dit-elle. "Je lui en suis reconnaissante, car maintenant je sais quel est le régime alimentaire conseillé pour les personnes infectées par le VIH."**

Les personnes infectées sont loin d'être les seules à souffrir à cause du VIH/SIDA. Celui-ci peut dépouiller les ménages de leurs revenus, de leurs avoirs et de leurs économies. Bon nombre de personnes infectées par le VIH/SIDA n'ont pas les moyens de suivre un traitement. Pour ceux qui gagnent tout juste leur vie, les médicaments anti-rétroviraux sont bien trop

onéreux. Même quand des traitements médicamenteux sont disponibles, leur efficacité dépend souvent de l'état nutritionnel du patient. À mesure que les avoirs familiaux diminuent et que le besoin d'aide augmente, les membres de la famille - notamment les plus jeunes - sont exposés à un risque plus élevé. Souvent, les enfants sont obligés d'abandonner l'école pour compenser les pertes de revenus et doivent s'occuper des malades. La réprobation que suscite le SIDA ne fait qu'accroître les difficultés de la famille. La séropositivité peut conduire à l'éviction, au divorce ou au chômage.

De nombreuses familles sont désormais surchargées de responsabilités et accueillent des parents éloignés en raison de l'augmentation du nombre d'orphelins due à la maladie. Bien avant la mort de leurs parents, les enfants commencent à ressentir les effets d'une maladie chronique dans le giron familial. Ils sont souvent privés d'éducation et obligés d'assumer très jeunes des responsabilités d'adultes; parfois, ils deviennent chefs de famille à la mort de leurs parents. Souvent, ces enfants n'ont peu ou guère de connaissances en agriculture pour produire leur propres récoltes, et n'ont qu'un accès restreint aux services de santé essentiels.



## TROUVER LA FORCE DE SE BATTRE

Grâce à l'aide alimentaire ainsi qu'aux initiatives en matière de santé et d'éducation, le PAM offre de meilleures chances de survie aux familles touchées par le VIH/SIDA. En fournissant des denrées de base, le PAM aide les familles à parer aux difficultés immédiates liées à la malnutrition et les encourage à ne pas interrompre la scolarité de leurs enfants.

**Le PAM aide par exemple les orphelins et les enfants vulnérables dans la région centrale du Mozambique, qui enregistre le taux de prévalence du VIH parmi les adultes le plus élevé du pays. Chimoio, la capitale provinciale, est située au bord de l'autoroute, entre la ville portuaire de Beira et le Zimbabwe - sur l'axe principal emprunté par les routiers. La mobilité étant un catalyseur de la propagation du VIH, les routiers sont un vecteur important de propagation du VIH et du SIDA.**

**Chaque jour à Chimoio, 15 enfants perdent leurs parents à cause du SIDA.**

L'organisation Kubatsirana change la situation du tout au tout. Grâce à un programme de soins à domicile, les familles qui comptent des malades chroniques reçoivent une aide alimentaire du PAM qui suffit à couvrir leurs besoins essentiels, ce qui leur permet de consacrer l'argent et le temps ainsi économisés à d'autres choses, comme l'éducation.

Kubatsirana organise également un programme d'enseignement professionnel destiné à former les orphelins et à les faire participer à des activités pédagogiques qui leur permettront plus tard de gagner leur vie.

La fourniture de vivres joue un rôle-clé dans l'atténuation des effets les plus néfastes du VIH/SIDA. Lorsqu'une personne est infectée par le VIH, des aliments et une nutrition adaptés permettent de réduire les infections opportunistes qui s'attaquent à l'organisme et entraînent une perte de poids, laquelle à son tour diminue la résistance. Des denrées alimentaires, telles que le mélange maïs-soja souvent fourni par le PAM dans les zones touchées par le VIH/SIDA, sont faciles à préparer, à consommer et à digérer. Cela est particulièrement important dans les ménages qui consacrent beaucoup de temps à soigner un malade. Outre leur valeur énergétique et protéique élevée, ces aliments sont également enrichis en vitamines et en minéraux, ce qui est très important pour les personnes vivant avec le VIH/SIDA.

## DES PARTENARIATS CONCRETS

En étroite coordination avec les ONG, les autres institutions de Nations Unies et les gouvernements, le PAM veille à ce que toutes ses activités soient compatibles avec les stratégies nationales de lutte contre le VIH/SIDA et à ce que les ressources aillent là où elles sont le plus nécessaires. Le PAM oeuvre avec ses partenaires dans le monde entier pour dispenser des conseils, une éducation nutritionnelle et une formation professionnelle - ainsi que pour distribuer des vivres.

En Ouganda, l'un des partenariats du PAM vise à fournir des soins à domicile. Grâce à une organisation bénévole italienne, l'Associazione Volontari per il Servizio Internazionale (VSI) et à un projet intitulé Reach Out, les personnes vivant avec le VIH/SIDA dans les bidonvilles de Kampala reçoivent des vivres et d'autres services essentiels.

Le projet s'adresse aux veuves dont le mari est mort du SIDA. Peu instruites et sans qualifications, ces femmes vivent dans la pauvreté. Toutefois, l'aide alimentaire améliore considérablement leurs chances de s'en sortir. Les bénéficiaires reçoivent du maïs, des légumes secs, du mélange maïs-soja et de l'huile végétale.

**Bien que le projet Reach Out s'adresse principalement aux femmes, Lwanga Wahab, 20 ans, fait partie des quelques hommes qui en ont bénéficié. "Au début, lorsqu'ils m'ont rendu visite à la maison, je ne pouvais pas me déplacer, même pour un court trajet. Mais aujourd'hui, je suis venu ici à pied depuis chez moi, parce qu'il n'y a pas de moyens de transport." Interrogé sur l'impact de l'aide alimentaire sur ses conditions de vie, Lwanga répond: "J'ai changé dans ma façon de voir, car je cuisine des**

**haricots, parfois du posho, parfois du gruau, alors je me sens différent." Quand on lui demande de préciser en quoi il se sent "différent", il répond "J'ai l'impression de ne pas être dans une mauvaise passe. Je ne souffre pas de la faim et cela m'a donné des forces."**

## COLLABORER POUR LUTTER CONTRE LA TUBERCULOSE

L'une des utilisations les plus novatrices de l'aide alimentaire du PAM est l'appui aux programmes de traitement et de prévention de la tuberculose, par exemple au Lesotho et en Ouganda. La tuberculose est un grave problème de santé publique dans le monde, qui sévit surtout parmi les pauvres aussi bien dans les zones rurales que dans les villes. Elle touche non seulement des dizaines de millions de personnes dans le monde, mais c'est aussi la cause de mortalité la plus répandue chez les personnes atteintes du VIH/SIDA. Au Cambodge, où le VIH/SIDA progresse rapidement, les taux de prévalence de la tuberculose sont parmi les plus élevés de l'Asie du Sud-Est.

Il est essentiel de prévenir la tuberculose chez les personnes vivant avec le virus: une personne séropositive est environ vingt fois plus susceptible d'attraper la tuberculose; pour un malade du SIDA, ce risque est cent fois plus élevé.

Grâce à une collaboration efficace entre le Centre national de lutte contre la tuberculose, l'Agence japonaise de coopération internationale, l'Organisation mondiale de la santé (OMS), les ONG locales et le PAM, le Cambodge a mis en place un programme de traitement de brève durée sous



surveillance directe, qui est solide et efficace. Depuis 1994, le PAM contribue au renforcement des capacités de dépistage et de soins du programme antituberculeux national. L'aide alimentaire du PAM a été déterminante dans le succès de cette entreprise.

Les tuberculeux sont souvent affaiblis. L'aide alimentaire représente un complément nutritionnel qui les aide à prendre du poids et à lutter contre la maladie. En outre, comme les revenus familiaux sont souvent réduits à cause de la maladie, l'aide alimentaire compense également les coûts des soins et du traitement.



PAM/Hun Chanthra

**C'est exactement ce qui s'est passé pour Kang Pisey, 29 ans, employée dans une usine de vêtements à Phnom Penh. Son mari vend des noix de coco dans les rues de la capitale cambodgienne, et ils avaient déjà du mal à trouver assez d'argent pour payer leur loyer et nourrir leurs deux enfants lorsqu'elle a été touchée par les symptômes de la tuberculose: toux grasse et forte fièvre. De peur de perdre son emploi, elle a hésité à se faire soigner, mais lorsque son état a empiré, elle s'est décidée à suivre un traitement de deux mois sous surveillance directe. La réaction de son patron, le directeur de l'usine, a été de la renvoyer.**

**Heureusement pour Pisey, le directeur du centre de santé lui a permis de rester au dispensaire avec son mari pour un nouveau traitement de six mois. Là, elle reçoit tous les mois du PAM 15 kilogrammes de riz, deux conserves de poisson et deux litres d'huile végétale. Grâce à cette ration et au traitement antituberculeux, sa santé s'est régulièrement améliorée et Pisey est convaincue qu'elle trouvera un meilleur emploi à la fin de son traitement.**

En outre, l'aide alimentaire pousse les patients cambodgiens à venir prendre leurs médicaments et à poursuivre le traitement antituberculeux. Elle les encourage à rester hospitalisés durant les deux mois nécessaires au traitement, et incite ceux qui ne sont pas hospitalisés à poursuivre leur traitement jusqu'à la guérison. Il est reconnu que la ration mensuelle de riz, d'huile végétale, de poisson en conserve et parfois de mélange maïs-soja permet de réduire les taux de mortalité des malades atteints de la tuberculose. Si les malades interrompent la thérapie, des souches résistantes du bacille risquent de se développer, ce qui aurait des répercussions désastreuses sur la santé publique - non seulement au Cambodge, mais dans le monde entier.

## DÉVELOPPER LA PRÉVENTION

Le PAM a mis au point des stratégies sur la façon d'exploiter l'aide alimentaire, non seulement pour atténuer les souffrances immédiates causées par le SIDA, mais aussi pour encourager la prévention.

La faim, où qu'elle frappe, peut faire apparaître des comportements à risque. Garantir un approvisionnement alimentaire stable dans les ménages et les communautés est une forme de prévention contre le VIH. D'autres méthodes de prévention sont nécessaires dans les situations d'urgence où des populations entières sont obligées de vivre dans la promiscuité des camps de réfugiés ou de personnes déplacées à l'intérieur de leur propre pays. La combinaison fatale du déplacement des populations, des viols, des troupes d'occupation, des femmes en situation désespérée et des pratiques sexuelles à risque fait de ces camps un terrain fertile pour la propagation du VIH et du SIDA.

Les réfugiés, en particulier les femmes, sont très vulnérables aux violences et aux sévices sexuels, commis par des militaires et des civils, y compris ceux qui sont censés les protéger. Les agents humanitaires sont chargés de défendre les droits fondamentaux des réfugiés à la vie, à la santé, à l'éducation et à l'information. Réduire la vulnérabilité des réfugiés à



l'infection par le VIH en les aidant à se protéger fait partie de leurs responsabilités.

Le PAM et ses partenaires étudient différents moyens de faire passer aux bénéficiaires des messages de prévention, notamment dans les situations d'urgence. En Zambie, par exemple, le PAM et ses partenaires ont formé des troupes de théâtre au service de l'action communautaire, qui diffusent des messages de lutte contre le VIH par le biais de pièces, de la danse et de la musique. Ces troupes jouent devant les bénéficiaires pendant qu'ils attendent les distributions de vivres.

En collaboration avec le Haut Commissariat des Nations Unies pour les réfugiés (HCR) et le Fonds des Nations Unies pour l'enfance (UNICEF), le PAM espère réduire l'impact de l'épidémie sur ceux qui sont déjà infectés ou touchés dans les camps de réfugiés. Les femmes suivent des cours de formation en matière de santé génésique et de prévention du VIH/SIDA tout en attendant la distribution des rations alimentaires dans les camps de réfugiés.

## LA BATAILLE NE FAIT QUE COMMENCER

Tant que ce virus mortel n'aura pas été éradiqué, la communauté internationale doit trouver un moyen de le combattre. Alors que le pire de la pandémie VIH/SIDA reste à venir et que les taux de mortalité augmentent constamment, le PAM s'est engagé à fournir des aliments à tous ceux qui souffrent de la faim, indépendamment des circonstances qui les ont rendu vulnérables.

Le PAM et l'ONUSIDA renforcent actuellement leur collaboration pour sauver des millions de vies - notamment en Afrique, en Asie du Sud-Est et dans les Caraïbes. Des efforts conjoints, axés en particulier sur les femmes enceintes et les orphelins, sont entrepris dans les situations d'urgence, telles que les guerres et les catastrophes naturelles. Les deux organisations se sont engagées à faire de la sécurité alimentaire une composante à part entière de la lutte globale contre le VIH/SIDA.

Pour les familles directement touchées, confrontées quotidiennement aux incertitudes dues à la maladie, à la réprobation sociale et à l'insécurité qui accompagnent le VIH/SIDA, l'aide alimentaire du PAM fournit non seulement un appui au jour le jour, mais aussi une lueur d'espoir pour l'avenir.





Pour de plus amples renseignements,  
prière de consulter le site du PAM:  
**[www.wfp.org](http://www.wfp.org)**

**SERVICE DES AFFAIRES PUBLIQUES  
DÉPARTEMENT DES RESSOURCES**

Via Cesare Giulio Viola, 68/70 – 00148 Rome, Italie  
Tél: +39-066513-2628 – Télécopie: +39-066513-2840

Courriel: [wfp.hiv-aids@wfp.org](mailto:wfp.hiv-aids@wfp.org)

