



**Colloque Nutricréole 2<sup>e</sup> édition**

## **DOSSIER DE PRESSE**

**« Santé et Alimentation des Outre-mer »**

*L'accident vasculaire cérébral - L'activité physique au féminin*

**Samedi 28 septembre 2013 à Paris**

**École Nationale Supérieure des Télécommunications**

En partenariat avec l'APTOM  
Association du Personnel de La Poste et de France  
Télécom originaire des départements d'Outre-mer



## SOMMAIRE

I COMMUNIQUÉ DE PRESSE

II PRÉSENTATION DE NUTRICRÉOLE

III LE 2<sup>e</sup> COLLOQUE « SANTÉ ET ALIMENTATION DES  
OUTRE-MER »

IV PROGRAMME

- CONFÉRENCES

- ATELIERS

V CONTACTS

## I. COMMUNIQUÉ DE PRESSE

« Nous sommes ce que nous mangeons  
et aussi ce que nous bougeons,  
donc responsable de notre bien-être »



Nutricréole - Association Loi 1901



2<sup>e</sup> Colloque Nutricréole  
« Santé et Alimentation des Outre-mer »  
Samedi 28 septembre  
École Nationale Supérieure des Télécommunications  
46, rue Vergniaud - 75013 Paris



Fort du succès du 1<sup>er</sup> colloque du mois de novembre dernier qui a mobilisé plus de 500 participants, l'association Nutricréole « remet le couvert » autour d'un goûter diététique.

Cette année, au programme : des conférences à visée grand public, tournées vers l'explication, le traitement et la prévention de **l'accident vasculaire cérébral** (cause majeure de morbidité et de mortalité chez les Ultramarins) et **les bienfaits de l'activité physique chez la femme**.

Aujourd'hui les pathologies d'outre-mer sont pour la plupart liées à des désordres nutritionnels.

Apporter des notions concrètes et directement applicables dans l'assiette est la vocation initiale de Nutricréole depuis une dizaine d'années.

Informé et permettre **une meilleure appréhension de la population de France la plus exposée**, en termes d'hypertension, d'obésité et de diabète devient sa priorité.

La place des associations pour un dialogue de proximité est primordiale.

Dans un cadre abordable et convivial, Nutricréole assure la promotion de recettes savoureuses et légères assorties de fruits frais et celle d'une activité physique préventive qui suscite un réel engouement, dès le plus jeune âge, chez les originaires des Outre-mer.

**L'équilibre alimentaire est un équilibre de vie qui intègre l'activité physique et la sérénité.**

*« Ces vingt dernières années il y a eu un progrès considérable dans la prise de conscience du corps médical et de la population des Outre-mer sur l'intérêt de prévenir les accidents vasculaires par des moyens simples : changer son alimentation, surveiller sa tension régulièrement, perdre du poids et faire du sport.*

*Les chiffres sont là pour montrer que les bénéfices ont été considérables. Mais ce n'est pas fini, nous n'avons pas atteint de le niveau hexagonal ce qui est anormal ! »*

Paul-Étienne VALÈRE, Professeur de cardiologie

Plus d'info sur notre site : <http://www.nutricreole.org/>

Contacts Nutricréole : [nutricreole.paris@live.fr](mailto:nutricreole.paris@live.fr) - 06 64 74 12 60 - 06 70 76 04 58

## II. PRÉSENTATION DE L'ASSOCIATION NUTRICRÉOLE

Nutricréole, association « pour la Santé et la Diététique en Pays Créole<sup>1</sup> », a été fondée à Paris en janvier 2000 à l'initiative de sa présidente, Dr Marie-Antoinette Séjean, médecin nutritionniste, originaire de la Martinique.

La vocation première de Nutricréole est d'apporter des notions simples d'équilibre physique et alimentaire, dans la défense du patrimoine culinaire et le respect de la personne.

Parce que la maîtrise de notre alimentation trouve son ancrage dans nos racines, Nutricréole se tourne vers toutes les personnes, les associations et les institutions engagées dans la défense du patrimoine créole et plus largement afro-caribéen.

### Une communication élargie

Nutricréole communique depuis plus de 10 ans sur la diététique et les maladies de la nutrition dans leurs spécificités créoles.

Or il s'avère que les populations issues de **tous les territoires des Outre-mer des latitudes tropicales**, sont davantage exposées qu'en métropole à ces mêmes maladies métaboliques.

**Le surpoids, l'obésité, le diabète, l'hypertension artérielle, les maladies cardiovasculaires ont dans ces territoires un impact socioéconomique négatif important. Toutes les tranches d'âge sont affectées et les chiffres sont particulièrement alarmants chez les enfants, égalant ou dépassant le double des chiffres métropolitains.**

En accueillant le 24 novembre 2012 **près de 500 participants** à la Faculté de Médecine de Paris-Cochin, le **1<sup>e</sup> Colloque « Santé et Alimentation des Outre-mer »** a uni tous les Outre-mer, si divers, de Papeete à Cayenne en passant par Saint-Paul de la Réunion. Il a permis de tisser des liens forts avec la Réunion et la Polynésie dans une perspective de dynamique d'échanges.

**Au décours de cette manifestation, il s'est imposé à Nutricréole d'élargir ses objectifs et son domaine de compétence à la santé des Outre-mer des latitudes tropicales dans sa pluralité.**

**Forte de 550 membres actifs et sympathisants** Nutricréole collabore régulièrement avec d'autres associations et institutions.

Elle initie cette deuxième manifestation sous l'égide d'un comité scientifique de haut niveau composé de personnalités du monde médical et paramédical ou intéressées dans leur pratique par la Santé et l'Alimentation des Outre-mer.

---

<sup>1</sup> Notion purement géographique, sans contenu politique.

2<sup>e</sup> Colloque Nutricréole « Santé et Alimentation des Outre-mer » – Paris – 28 septembre 2013

### **Le comité scientifique**

**Pr Paul-Étienne VALÈRE**, Professeur de cardiologie, Président d'Honneur

**Pr Jean-Luc ELGHOZI**, Professeur de néphrologie, hypertensiologue

**Dr Marie-Antoinette SÉJEAN**, Médecin nutritionniste, psychosomaticienne, présidente de Nutricréole

**Marie-Victoire VÉNUM-PLONDON**, Diplômée de l'EHE de Santé Publique de Rennes, vice-présidente de Nutricréole

**Dr Guy AMAH**, Cardiologue, président de l'association Santé Afrique Caraïbes Pacifique

**Dr Hélène M'LAMALI**, Gynécologue, maire adjointe à la santé à Saint-Paul de la Réunion

**Dr Hubert TISAL**, Médecin du sport, attaché à l'INSEP

**Dr Maire TUHEIVA**, Médecin en santé publique de Polynésie française

**Myriam DECARPIGNY**, Diététicienne, formatrice, cadre de Santé

**Jean-Louis LONGUEFOSSE**, Pharmacien hospitalier à la Martinique, expert des plantes médicinales caribéennes

**Évelyne JEAN-GILLES**, Naturopathe

#### Pôle Junior Nutricréole

**Caroline BACOU**, Psychologue

**Émilie DEROS**, Master 2 Nutrition et Santé Publique

### III. LE 2<sup>e</sup> COLLOQUE « SANTÉ ET ALIMENTATION DES OUTRE-MER »

Dans le cadre d'**une collaboration associative tournée vers les Outre-mer**, cette deuxième édition se fait **en partenariat avec L'APTOM**, Association du Personnel de La Poste et de France Télécom originaire des départements d'Outre-mer.

Le Ministère des Outre-mer, la Délégation pour l'égalité des chances pour les Français des Outre-mer, la Délégation Générale à l'Outre-mer de la Mairie de Paris, le Casodom et la Maison de Martinique apportent leur soutien à ce projet pertinent.

Le professeur de Cardiologie, Paul- **Étienne VAL ÉRE** en assure la présidence d'honneur.

Deux thèmes ont été retenus pour la 2<sup>e</sup> édition du Colloque « Santé et Alimentation des Outre-mer » :

- L'AVC (communément appelé *congestion cérébrale* en Outre-mer)
- L'activité physique au féminin

**Ces deux thèmes sont en lien direct avec le plan d'action national AVC 2010-2014 et le plan PNNS Obésité 2010-2013 en direction des populations des Outre-mer.**

*Cette année 2013, l'association Nutricréole a choisi d'orienter sa communication vers la population féminine qui constitue son public majoritaire.*

**Le programme de conférences scientifiques et des ateliers autour d'un goûter diététique** visent à sensibiliser à la connaissance de l'AVC, à la pratique d'un meilleur équilibre alimentaire et à celle d'une activité physique régulière.

#### L'AVC en Outre-mer

Chaque année l'AVC touche en France 150 000 personnes soit une toutes les quatre minutes. Il faut noter que l'**hypertension artérielle** qui en est le facteur de risque majeur **affecte lourdement les populations ultramarines**.

En effet les populations issues des Outre-mer ont **une prévalence des maladies cardiovasculaires**, dont l'hypertension artérielle, **et des maladies métaboliques** : diabète, surpoids, obésité, **beaucoup plus importante que dans l'hexagone**.

A titre indicatif près d'un adulte sur 3 est hypertendu en Guadeloupe<sup>2</sup>, un adulte sur 4 en Polynésie française<sup>3</sup> contre un sur 5 en France métropolitaine.

**La surcharge pondérale multiplie le risque d'hypertension** par 1,5 chez les femmes et 2 pour les hommes, de même l'obésité multiplie ce risque par 3 et 5 respectivement.

Or selon les dernières statistiques la majorité des Antillais âgés de plus de 40 ans a un poids supérieur à la norme. Plus grave encore un Guadeloupéen ou un Martiniquais sur quatre est considéré comme obèse, une proportion deux fois plus élevée qu'en métropole.

<sup>2</sup> Étude Consant – 2008 – André Atallah

<sup>3</sup> Enquête Santé 2010

**Ainsi, l'indice comparatif de mortalité (ICM) par accident vasculaire cérébral (AVC) est en moyenne une fois et demie plus élevé en Outre-mer que dans l'hexagone.**

Nos experts

Dr Guy Amah, Cardiologue, Président de l'ASACP, Association santé Afrique Caraïbe et Évelyne Jean-Gilles, Naturopathe, aborderont sous des angles différents et complémentaires cette thématique en portant un message de soin et de prévention.

### L'activité physique au féminin

Associée à une bonne alimentation, l'activité physique est un atout majeur contre la sédentarité et pour le maintien d'un bon équilibre psychologique.

La pratique régulière d'un sport ou d'une activité même modérée sont un facteur de bonne santé, de prévention du surpoids et de l'obésité.

Celle-ci participe donc à la lutte contre les maladies cardiovasculaires et par conséquent, l'accident vasculaire cérébral.

Nos experts

Dr Marie-Antoinette Séjean, Nutritionniste, Présidente de Nutricréole et Caroline Bacoul, Psychologue, déclineront, en fonction de leur spécialité respective les effets du « bien bouger » le poids, la santé physique et émotionnelle.

Carole Mariette, coach professionnelle, championne de Judo de la Martinique et des Antilles-Guyane de 1984 à 1990 et en 1995 témoignera, des effets bénéfiques de son activité sportive et son approche diététique.

## IV. PROGRAMME

Samedi 28 septembre 2013 - 14h à 19h  
 École Nationale Supérieure des Télécommunications  
 46, rue Vergniaud - 75013 Paris

Métro : Corvisart ou Glacière - Bus 62 : arrêt Vergniaud

13h30 - 14h Accueil des participants

### **Film du 1er Colloque Nutricréole**

#### **Discours de bienvenue**

Marie-Antoinette Séjean, Présidente de Nutricréole  
 Micheline Lézin, Présidente de l'APTOM

### **Conférences**

#### Modératrice

Marie-Victoire VÉNUS-PLOTON, Vice-Présidente de Nutricréole

14h15 - 14h35

#### **L'AVC ou « congestion cérébrale » : prévention et dépistage**

Dr Guy AMAH, Cardiologue, Président de l'Association Santé Afrique Caraïbes Pacifique

14h35 - 15h05

*Débat avec le public*

Pause

15h15 - 15h35

#### **Prévenir et accompagner l'AVC par la naturopathie**

Évelyne JEAN-GILLES, Naturopathe

15h35 - 16h05

*Débat avec le public*

#### *Goûter diététique*

#### **L'activité physique au féminin**

17h10 - 17h30

#### **Les effets sur le poids et la santé**

Dr Marie-Antoinette SÉJEAN, Nutritionniste

17h30 - 18h 15

#### **Les effets sur l'équilibre émotionnel**

Caroline BACOUL, Psychologue



**Témoignage**

Carole MARIETTE, Championne de Judo, Coach professionnelle

18h - 18h20

*Débat avec le public*

18h 30 - 19h

**Bilan de la journée**

Marie-Victoire VÉNUM-PLOTON, Vice-Présidente Nutricréole

**Clôture du Colloque**

Marie Antoinette SÉJEAN, Micheline LEZIN, Présidentes de Nutricréole et de l'APTOM

*Cocktail final***Ateliers****Démonstration et initiation à la salsa**

David « LARTIST », danseur professionnel et organisateur d'événements

**Massages par des thérapeutes diplômés**

Odile DELMAS, Philippe BÉRARD, Carole MARIETTE...

**Stands et animations pressenties**

- Stands associatifs : Nutricréole – APTOM – APCLD (Association des Personnes malades et handicapées de La poste et France Télécom) - A
- Laboratoire Lereca
- UGPBAN (Union des groupements producteurs de banane de la Martinique et de la Guadeloupe)
- Tropic Marché
- Omni Cuiseur Vitalité « Cuisinez votre santé » : consommation réduite de sel et protection des acides gras et autres nutriments - démonstration
- Maison de Martinique

## V. CONTACTS

**Présidente Nutricréole :**

Marie-Antoinette SÉJEAN  
Tél. : 06 70 76 04 58  
ladieteticreole@hotmail.fr

**Vice-Présidente Nutricréole :**

Marie-Victoire VÉNUM-PLOTON  
Tél. : 06 64 74 12 60

**Secrétaire Nutricréole :**

Viviane GABIN  
Tél. : 06 27 92 68 23

**Stagiaire Nutricréole, élève diététicienne :**

Julie-Anne THÉOPHILE  
Tél. : 06 74 54 64 16



Nutricréole - Association Loi 1901

Chez le Dr Marie-Antoinette Séjean  
18, rue des Belles Feuilles  
75116 PARIS

N° SIRET : 438 885 246 000 19

**Mail :** [nutricreole.paris@live.fr](mailto:nutricreole.paris@live.fr)

**Site :** <http://www.nutricreole.org/>