

# Corps, alimentations et santé: de surprises adolescentes au besoin d'une éducation alimentaire... et non d'une éducation strictement nutritionnelle

*Nicoletta Diasio (CNRS – Uds, Strasbourg),  
et Véronique Pardo (Ocha, Paris)*

Dans le contexte national de ces dernières années, les grandes préoccupations sanitaires (malbouffe, surpoids, obésité...) ont donné lieu à de grandes vagues d'études <sup>(1,2)</sup> et à des plans d'actions concertés. En 2006 alors que nous réfléchissions à comment comprendre les comportements alimentaires des adolescents et avec quels outils y parvenir, le PNNS 2 (2006-2010) était lancé. Le contexte était nettement favorable à une approche des comportements alimentaires sous l'angle nutritionnel et notre questionnement d'anthropologue s'en trouvait écarté, bousculé mais de fait également re-dynamisé.

En effet, comment faire fi de toute cette part non nutritionnelle, non biologique des comportements alimentaires; cette part en relation aux cultures, aux territoires, aux goûts, aux individus et à leurs relations sociales? De ces réflexions est née en 2007 *AlimAdos* <sup>(3)</sup>, une étude d'un nouveau genre qui a embrassé l'alimentation adolescente en prenant en compte la pluralité des situations et la diversité des populations. Ainsi nous proposons une réponse à une question de santé publique fondamentale, non pas sous l'angle strictement nutritionnel mais dans l'interaction entre nutrition, habitudes alimentaires, styles de vie, expériences individuelles et appartenances culturelles et sociales. Cet entrelacs n'a pas été saisi uniquement à partir de données déclaratives mais dans l'observation directe des pratiques et dans la participation aux activités de la vie quotidienne, au sein de la famille et avec le groupe d'ami(e)s. Le rapport au corps et à l'alimentation varie selon les cultures, les âges, le genre, l'appartenance sociale et la disponibilité économique. La littérature anglo-saxonne a exploré cette relation, aussi bien d'un point de vue nutritionnel qu'anthropologique. Les recherches sur la dimension culturelle des comportements et des pathologies alimentaires menées aux USA démontrent, par des études de grande ampleur, la part culturelle des usages alimentaires chez des populations en situation migratoire récente ou ancienne, voire très ancienne

(plus de trois générations) et la part de cette culture alimentaire dans une prédisposition plus ou moins grande à l'obésité <sup>(4)</sup>. Jean-Pierre Poulain montre quant à lui fort bien que cette stricte explication culturaliste par le phénomène migratoire ne suffit pas pour expliquer l'obésité ni pour diaboliser une alimentation aux dépends d'une autre <sup>(5)</sup>. En France, si le rapport entre pratiques alimentaires et identités culturelles a retenu l'attention des chercheurs tout comme le processus d'autonomisation des jeunes par l'alimentation, il n'existe que peu d'études sur les comportements alimentaires qui croisent le référent générationnel aux représentations du corps et du poids, aux formes de socialisation, à la disponibilité d'argent et son usage parmi les adolescents.

## **AlimAdos, objectif et méthodologie**

AlimAdos est une recherche qualitative basée sur des enquêtes de terrain menées pendant 3 ans en partenariat avec l'Agence nationale de la recherche et deux laboratoires du CNRS situés en Alsace et en PACA, deux régions représentatives de la diversité française. Plus de 500 familles ont été enquêtées, plus de 1.500 entretiens réalisés et des centaines d'observations menées dans les différents lieux où se déroule la vie des ados. L'objectif était de porter un regard nouveau sur l'alimentation

numéro  
115

SEPTEMBRE - OCTOBRE  
2009

(1) *Études Individuelle Nationale des Consommations Alimentaires INCA 1 (1998-1999) et INCA 2 (2006-2007)*. AFSSA-CREDOC

(2) *Étude Nationale Nutrition Santé (ENNS), 2006*. InVS, Cnam.

(3) Diasio N., Hubert, A., Pardo V., (sous la direction de) *Alimentations Adolescentes en France*, Principaux résultats d'AlimAdos, un programme de recherche de l'Ocha, *Les cahiers de l'Ocha n°14, Paris, 2009, 219 pages*.

(4) Wooten WJ and Price W. Consensus report of the National Medical Association. The role of dairy and dairy nutrients in the diet of African Americans. *J Natl Med Assoc 2004; 96 (12S) : 5S-31S*

(5) Poulain J-P, *Sociologie de l'obésité*, PUF, 2009

(6) Soytürk H, Déclinaisons lactées dans l'assiette turque, in Diasio N., Hubert, A., Pardo V., (sous la direction de) *Alimentations Adolescentes en France*, Principaux résultats d'AlimAdos, un programme de recherche de l'Ocha, *Les cahiers de l'Ocha n°14, Paris, 2009 : 134-140*

des adolescents, en dépassant les stéréotypes et les points de vue « adultocentriques ». La recherche a été menée avec les méthodes qualitatives de l'ethnologie et de l'anthropologie, qui ont permis d'écouter les ados, mais aussi de voir et de comprendre leurs pratiques alimentaires en situation.

Cette approche nous a conduits à nous intéresser à la santé de ces adolescents ou à leur rapport aux normes nutritionnelles, à partir de leurs comportements, de leurs pratiques et non seulement de ce qu'ils en déclarent. Nous avons, au travers de longues enquêtes qualitatives de terrain, dialogué avec eux autour de leur façon de percevoir, comprendre et sentir leur corps, d'appréhender la notion de santé et leurs représentations de leur santé et surtout en relation à leur alimentation. Intarissables sur le sujet dès que nous avons abordé les normes nutritionnelles, leur capacité à réfléchir de manière distanciée sur leurs comportements nous a d'abord surpris. Surpris tant parce qu'eux-mêmes reprenaient le discours commun « les adolescents mangent mal », en étant très soucieux de l'ombre planante du surpoids voire de l'obésité ; mais surpris également car leurs comportements n'étaient ni si aléatoires, ni si périlleux qu'on peut l'imaginer, tout en gardant une part d'expérimentation, d'identification à des modèles multiples de comportement et d'audace propre à cette classe d'âge.

Cet étonnement nous a menés à une réflexion épistémologique sur l'écueil des équivalences ou catégorisations systématiques quand on accole adolescents et alimentation. Ainsi notre propos et notre travail portent sur des adolescents et pas sur des « jeunes en souffrance », sur l'alimentation et pas sur les « troubles alimentaires », sur les comportements alimentaires en général et pas sur les seules « déviances ». L'adolescence est multiple : certes certains jeunes sont en souffrance et anorexie et boulimie existent, mais notre propos dépasse ces cas particuliers. Dans un contexte où une grande préoccupation de santé publique concerne le surpoids et l'obésité et où la tendance à la « pathologisation » de l'alimentation est latente, préciser qu'alimentations et adolescences ne relèvent pas systématiquement du « problème » est une précaution nécessaire. Dans cet article nous étayons notre propos sur la non équivalence entre « adolescence » et « malbouffe » à travers trois exemples : la question esthétique et l'inquiétude du poids, le rapport aux normes nutritionnelles et les perceptions relatives au « bien manger ».

## Adolescents, morphologie et esthétique

Il y a un écart entre l'expression des chiffres du surpoids et de l'obésité et la réalité qu'ils recouvrent : les chiffres donnés amalgament surpoids et obésité ce qui tend à accroître les inquiétudes adolescentes et également celles de leurs parents qui mettent sur un même plan le léger embonpoint et l'obésité. De ce fait, devant l'expression de tant d'interrogations sur le poids et les normes corporelles, nous avons particulièrement fouillé cette question dans *AlimAdos* ; les adolescents sont inquiets et très angoissés par l'impératif social de correspondre aux normes corporelles de minceur et de nutritionnellement correct qui leurs sont associés. Ainsi Fatimatou, 19 ans nous dit : « *Quand j'essayais les robes, elle m'a regardée et elle m'a dit d'arrêter de manger du coucou, parce que j'ai des hanches, mon corps est comme ça, je lui ai dit mais elle a pas voulu me croire, alors que je fais attention pour ne pas grossir encore, c'est dégueulasse* ». Tous les adolescents ont un discours construit face au surpoids, à l'obésité, au gras, au « grossir/maigrir » même quand ils ne sont pas concernés personnellement. L'idée du « faire attention » est omniprésente. Cette idée est réversible et ils qualifient un corps anorexique de laid, maladif, malsain et parlent souvent d'autres, des copines ou des connaissances qui sont anorexiques, en classant l'anorexie en fonction de l'aspect plus ou moins décharné des corps comme le souligne Lee, 13 ans : « *Les mannequins, elles ne mangent pas, au collège les filles se font vomir, après c'est automatique, on vomit automatiquement, c'est un bon moyen pour maigrir mais c'est pas bien, le corps des anorexiques, c'est pas toujours beau, ça dépend, il y a anorexique et anorexique, il y a les anorexiques qui savent s'arrêter et celles qui se sentent toujours grosses, il faut que ce soit proportionné, aussi non ça le fait pas, ça fait pas naturel* ». Toutefois cette maigreur extrême leur semble presque « préférable », même s'ils la vilipendent, à « être gras », ou « être en surpoids ».

Ils sont aussi très réflexifs et remettent en cause ces normes contraignantes qui les encombrant dans leur vie adolescente car elles les obligent à être en contradiction permanente entre leurs goûts, leur revendication du plaisir alimentaire et le but que ces normes fixent : dit autrement, ils vilipendent cette quête de minceur effrénée car elle les oblige à se restreindre mais ils y adhèrent en ayant des critères esthétiques qui correspondent à ces normes. Leurs parents participent à cette anxiété des corps et des esprits car soumis au discours nutritionnel très prégnant, ils sont les premiers à surveiller leurs adolescents, à les exhorter à faire attention voire même à vou-

loir imposer la minceur comme norme esthétique dominante, comme nous le dit Karima 14 ans en se réappropriant d'abord le désir de minceur absolue : « *Moi je veux perdre du ventre, j'ai un bourrelet que j'aime pas du tout, je ne veux pas faire un régime, je suis trop jeune, j'essaie de faire attention mais c'est dur, quand j'ai envie de manger du chocolat, je me dis que je peux pas, c'est pas facile, c'est ma mère qui dit pour mon ventre, une fois je lui ai dit mon poids, je me pèse rarement, et elle m'a dit ho! et elle a dit rentre ton ventre qui sort, holala ton ventre, elle m'a lancé l'idée qu'il fallait que je fasse un régime, ça m'a énervée* »

## La question de la norme et de la normativité et du manger « normal »

Les normes alimentaires *versus* les normes corporelles (minceur...) font partie du quotidien des adolescents qui les traduisent à leur manière. Ainsi les données montrent la construction adolescente d'une norme commune se référant à un « symbolisme » alimentaire propre à une classe d'âge. Toutefois, ces données incitent à revoir l'approche « de l'extérieur » de cette alimentation adolescente et de ne pas faire le raccourci rapide, alimentation des adolescents = malbouffe. Or cette stigmatisation est un obstacle pour les chercheurs de terrain qui doivent gagner la confiance des adolescents et ne pas passer pour les yeux du PNNS. Il apparaît que les messages nutritionnels provoquent chez les adolescents un sentiment de crainte (ne pas correspondre aux normes esthétiques, avoir un comportement qui dessert le corps) et induisent une responsabilisation de ce qu'ils ingèrent. Ainsi, alors que le chercheur prenait en photographie le repas de midi de quatre adolescents âgés de 19 ans au lycée Thiers à Marseille, l'un d'eux lui dit : « *mais on va croire que je n'ai pas mangé équilibré! Dans mon sandwich, il y a des légumes, des tomates, de la salade, des carottes, on ne va pas le voir sur la photographie, après vous allez dire que les jeunes mangent mal* ».

En même temps ces injonctions nutritionnelles se heurtent à d'autres règles de type social : l'importance de la sociabilité alimentaire, de la commensalité, du plaisir, l'incitation à transgresser dans l'idée que l'adolescence est un temps de suspension où tout est permis, où on peut expérimenter du nouveau et s'accorder des agréments qui ne sont plus censés être permis aux adultes. En même temps ces jeunes sont pris dans une tension entre hédonisme et diététique, qui n'est pas spécifique aux adolescents, mais qu'ils cristallisent de manière exacerbée. Ils sont pris dans les mailles d'injonctions paradoxales : être jeune

– donc avoir droit au plaisir, au fun, « à manger des cochonneries ou n'importe comment » - et être responsable de soi, de son corps, de sa santé et être entrepreneur moral vis-à-vis de sa famille et des pairs. Pris dans cette pluralité de normes, ils apprennent à jongler avec et à les décliner de manière différente selon les situations.

Cette nécessité de s'orienter entre ces normes plurielles, et toutes dotées d'un pouvoir de contrainte, mais aussi de marges d'adaptation, apparaît aussi dans le discours des parents. Nous interprétons ainsi les résistances de certains parents à dévoiler leur quotidienneté de l'intérieur, leur espace privé, et donc leur face alimentaire. De plus, le fait que l'appel soit lancé par un biais institutionnel (projet de recherche, ANR, chercheurs CNRS...) induisait également une résistance « *les gens ont peur qu'on critique leur façon de vivre. Ils se sentent déjà plus ou moins culpabilisés par les problèmes de leurs enfants* » répondait une orthophoniste auprès de qui un directeur de recherche CNRS de Strasbourg a lancé 'un appel à enquêtés'. Le plateau télé ou le McDo le samedi après-midi peuvent alors être une pratique de ces mêmes parents qui disent « faire attention » à l'alimentation de leurs enfants et les pratiques apparemment discordantes trouvent des cohérences internes à l'expérience et aux contextes de vie de nos informateurs.

L'intériorisation de ce discours normatif soulève une autre question dans le cas des familles immigrées : l'affirmation d'avoir une alimentation « équilibrée », que ce soit par des adolescents ou par des parents d'origine immigrée, relève d'une autre problématique, celle de l'exclusion et de « l'intégration ». Ainsi, comme nous le rappelle Amina, 18 ans, d'origine marocaine, certains discours peuvent être perçus de manière stigmatisante, alors que, dans la pratique, l'écart entre la cuisine familiale et celle prônée dans les cours d'éducation alimentaire n'est pas si important que ça : « *je comprends que ma mère n'y comprenne rien quant on lui dit au centre socio-culturel : vos adolescents mangent trop sucré, trop gras et qu'il faut cuisiner des légumes. Elle ne fait que ça cuisiner des légumes* » ! Les propos de cette adolescente qui ne sont pas isolés, reflètent bien une double incompréhension dans ce jeu de miroir qu'est la nourriture de l'autre. Bien évidemment on a tendance à percevoir la cuisine marocaine, tunisienne ou algérienne au travers de leur dimension festive avec force plats riches, pâtisseries très sucrées... mais au quotidien cette profusion n'existe pas, tout comme dans notre culture prendre comme exemple le repas de Noël comme référent alimentaire ferait trembler bien des nutritionnistes !

## « Le bien manger »

Les normes et les représentations des pratiques alimentaires des adolescents interrogent le rapport entre l'alimentation et la problématique de l'exclusion ou de l'intégration. En affirmant avoir une alimentation équilibrée, que nous disent les adolescents sur leur identité et sur la perception qu'ils ont de la société? Cela conduit à aussi questionner la réception et l'interprétation des messages préventifs de santé et les sentiments qu'ils suscitent chez les adolescents et les parents. Dans le symbolisme alimentaire, comment sont classés les mets du pays d'origine dans les classifications « bon » et « mauvais » pour la santé, « aliments régimes » et « ceux qui font grossir » et quelles significations peut avoir cette classification?

Le rapport aux habitudes alimentaires, aux normes nutritionnelles, à la conformité envers ce qui est « bon » ou « mauvais » se modifie au fil du temps. La perception des produits laitiers en est un exemple. Comme le montre Christine Rodier (2009), certains produits laitiers sont fort appréciés par les adolescents, qui y associent des caractéristiques propres à leurs modes de consommation : l'esthétique (ex. les couleurs), la maniabilité, la possibilité d'être transportés et donc la mobilité alimentaire. Le yaourt, surtout, « au goût fraise » ou « chocolat », représente, par excellence, le produit le plus manipulable aux yeux des adolescents : « *Le yaourt, c'est pratique et c'est bon* ». Quant au lait, il est associé à la fois à des valeurs santé – « *le lait ça ne fait pas grossir, ça donne des forces, ça renforce les os, ça permet de grandir* » - et à des sentiments de nostalgie et de repli sur soi : « *Quant je me retrouve seule et que je déprime un peu, j'adore me faire un bol de chocolat chaud, ça me rappelle quant j'étais petite* » (Sophie, 16 ans). D'autres propos soulignent plusieurs représentations qui montrent bien à quel point la notion de « bien manger » est strictement imbriquée à des habitudes familiales, à des affects, à des habitudes, à des éléments culturels reconstitués dans l'expérience des adolescents. Ainsi un

adolescent de 17 ans d'origine turque associe au lait l'idée de naturalité et de produit de base, l'aspect thérapeutique et purifiant de la consommation de yaourt, son inscription dans une histoire familiale (sur le rapport spécifique aux produits laitiers chez les adolescents d'origine turque<sup>(6)</sup>). Ainsi il raconte : «...*le yaourt c'est naturel. C'est bon pour la santé. Ma grand-mère me dit toujours que c'est un médicament. Ça sert à guérir les malades qui ont des problèmes d'estomac ou d'intestins. Beaucoup de femmes turques mangent du yaourt pour maigrir. C'est bon pour la santé* ». Dans ce cadre du bien manger qui rejoint un bon manger, on s'aperçoit que la dimension plaisir des aliments est très présente mais souvent appuyée par l'argument santé comme un justificatif nécessaire.

En s'interrogeant autour de la question esthétique et de l'inquiétude du poids chez les adolescents et en mesurant l'impact d'un culte de la minceur associé à une certaine diabolisation du gras sous toutes ses formes par le nutritionnellement correct, nous avons saisi au fil de nos recherches comment se construisait le rapport aux normes nutritionnelles et quelles perceptions relatives au « bien manger » s'y greffaient. Il en ressort que la pression certaine exercée sur les parents et les adolescents autour de la question alimentaire, toujours associée à tort à celles du surpoids, de la malbouffe et de l'obésité – comme si se nourrir était intrinsèquement négatif! - génère aujourd'hui plus de stress, d'incertitudes et de rejets qu'une meilleure connaissance de l'apport nutritionnel des aliments. Notre longue étude auprès des adolescents nous incite aujourd'hui à penser que l'éducation strictement nutritionnelle fait fausse route et que le besoin réel et exprimé est dans une éducation alimentaire. Education au goût, à la cuisine, au plaisir, à la santé bien sûr et aux besoins physiologiques aussi, mais en prenant en compte les différentes habitudes alimentaires et en acceptant la pluralité des alimentations.

Nicoletta Diasio  
anthropologue, maître de conférences à l'Université de Strasbourg et membre du laboratoire Cultures et Sociétés en Europe (CNRS – UdS)

Véronique Pardo,  
anthropologue à l'Ocha (Observatoire Cniel des habitudes Alimentaires), coordinatrice d'AlimAdos

## L'équipe AlimAdos

Elle est constituée de chercheurs de l'Observatoire Cniel des Habitudes alimentaires, du laboratoire *Cultures et sociétés en Europe* (CNRS Université de Strasbourg - UMR 7043) et de l'*Unité d'Anthropologie bioculturelle* (CNRS - Université de la Méditerranée, Marseille - UMR 6578).

Le projet de recherche AlimAdos a été co-financé par le Cniel et l'Agence Nationale de la Recherche après avoir été sélectionné dans le cadre de l'appel d'offres du PNRA (Programme National de Recherche en Alimentation et nutrition humaine) 2007.

Les principaux résultats d'AlimAdos sont présentés les 12 et 13 octobre 2009 à Paris lors du colloque *Alimentations adolescentes*.

POUR PLUS DE DÉTAILS <http://www.lemangeur-ocha.com>

Nakamura Y, Miyata M, Ando T et al.

**The latent form of transforming growth factor- $\beta$  administered orally is activated by gastric acid in mice**

*J Nutr* 2009 ; 139(8) : 1463-8.

Corthier G, Doré J.

**La physiologie humaine est influencée par le microbiote résident et en transit**

*Prat Nutr* 2009 ; (18) : 54-8.

Stelwagen K, Carpenter E, Haigh B, et al.

**Immune components of bovine colostrum and milk**

*J Anim Sci* 2009 ; 87(13 Suppl) : 3-9.

Schiffrin EJ, Parlesak A, Bode C et al.

**Probiotic yogurt in the elderly with intestinal bacterial overgrowth: endotoxaemia and innate immune functions**

*Br J Nutr* 2009 ; 101(7) : 961-6.

Eriksen EK, Vegarud GE, Langsrud T et al.

**Effect of milk proteins and their hydrolysates on in vitro immune responses**

*Small Rum Res* 2008 ; 79(1) : 29-37.

Blewett HJ, Gerdung CA, Ruth MR et al.

**Vaccenic acid favourably alters immune function in obese JCR:LA-cp rats**

*Br J Nutr* 2009 ; 102(4) : 526-36.

Rusu D, Drouin R, Pouliot Y et al.

**A bovine whey protein extract can enhance innate immunity by priming normal human blood neutrophils**

*J Nutr* 2009 ; 139(2) : 386-93.

Lomax AR, Calder PC.

**Prebiotics, immune function, infection and inflammation: a review of the evidence**

*Br J Nutr* 2009 ; 101(5) : 633-58.

Wardwell L, Chapman-Novakofski K, Herrel S et al.

**Nutrient intake and immune function of elderly subjects**

*J Am Diet Assoc* 2008 ; 108(12) : 2005-12.

Pérez-Cano FJ, Marín-Gallén S, Castell M et al.

**Supplementing suckling rats with whey protein concentrate modulates the immune response and ameliorates rat rotavirus-induced diarrhea**

*J Nutr* 2008 ; 138(12) : 2392-8.

Enke U, Seyfarth L, Schleussner E et al.

**Impact of PUFA on early immune and fetal development**

*Br J Nutr* 2008 ; 100(6) : 1158-68.

Spadaro M, Caorsi C, Ceruti P et al.

**Lactoferrin, a major defense protein of innate immunity, is a novel maturation factor for human dendritic cells**

*FASEB J* 2008 ; 22(8) : 2747-57.

Clot J, Leroy JP.

**Vitamine A et défense immunitaire**

*Rev Prat* 2008 ; 805(22) : 678-83.

M'Rabet L, Vos AP, Boehm G et al.

**Breast-feeding and its role in early development of the immune system in infants: consequences for health later in life**

*J Nutr* 2008 ; 138(9) : 1782S-90S.

Mulder AM, Connellan PA, Oliver CJ et al.

**Bovine lactoferrin supplementation supports immune and antioxidant status in healthy human males**

*Nutr Res* 2008 ; 28(9) : 583-9.

Bingle CD, Vyakarnam A.

**Novel innate immune functions of the whey acidic protein family**

*Trends Immunol* 2008 ; 29(9) : 444-53.

Turpeinen AM, Ylönen N, Von Willebrand E et al.

**Immunological and metabolic effects of cis-9, trans-11-conjugated linoleic acid in subjects with birch pollen allergy**

*Br J Nutr* 2008 ; 100(1) : 112-9.

Larbi A, Lesourd B, Fulop T.

**Prévention de l'immunosénescence : l'approche nutritionnelle**

*Age Nutrition* 2008 ; 19(1) : 23-9.

Politis I, Chronopoulou R.

**Milk peptides and immune response in the neonate**

*Adv Exp Med Biol* 2008 ; 606 : 253-69.

Saint-Sauveur D, Gauthier SF, Boutin Y et al.

**Immunomodulating properties of a whey protein isolate, its enzymatic digest and peptide fractions**

*Int Dairy J* 2008 ; 18(3) : 260-70.

Tafaro A, Magrone T, Jirillo F et al.

**Immunological properties of donkey's milk: its potential use in the prevention of atherosclerosis**

*Curr Pharm Des* 2007 ; 13(36) : 3711-7.

Grangette C.

**Probiotiques et régulation de la réponse immune allergique et inflammatoire**

*Cah Nutr Diet* 2007 ; 42(HS2) : S76-85.

Heyman M.

**Effets des probiotiques sur le système immunitaire: mécanismes d'action potentiels**

*Cah Nutr Diet* 2007 ; 42(HS2) : S67-75.

Boynton A, Neuhauser ML, Wener MH et al.

**Associations between healthy eating patterns and immune function or inflammation in overweight or obese postmenopausal women**

*Am J Clin Nutr* 2007 ; 86(5) : 1445-55.

Rueda R.

**The role of dietary gangliosides on immunity and the prevention of infection**

*Br J Nutr* 2007 ; 98(Suppl1) : S68-S73.

Gutiérrez-Castrellón P, Mora-Magaña I, Díaz-García L et al.

**Immune response to nucleotide-supplemented infant formulae: systematic review and meta-analysis**

*Br J Nutr* 2007 ; 98(Suppl1) : S64-S7.

Maggini S, Wintergerst ES, Beveridge S et al.

**Selected vitamins and trace elements support immune function by strengthening epithelial barriers and cellular and humoral immune responses**

*Br J Nutr* 2007 ; 98(Suppl1) : S29-S35.

Munoz C, Rios E, Olivos J et al.

**Iron, copper and immunocompetence**

*Br J Nutr* 2007 ; 98(Suppl1) : S24-S8.

Rühl R.

**Effects of dietary retinoids and carotenoids on immune development**

*Proc Nutr Soc* 2007 ; 66(3) : 458-69.

Lothian JB, Grey V, Lands LC.

**Effect of whey protein to modulate immune response in children with atopic asthma**

*Int J Food Sci Nutr* 2006 ; 57(3) : 204-11.

Shing CM, Peake JM, Suzuki K et al.

**Effects of bovine colostrum supplementation on immune variables of highly-trained cyclists**

*J Appl Physiol* 2007 ; 102(3) : 1113-22.

Calder PC, Krauss-Etschmann S, de Jong EC et al.

**Early nutrition and immunity - progress and perspectives**

*Br J Nutr* 2006 ; 96(4) : 774-90.

Durrieu C, Degraeve P, Chappaz S et al.

**Immunomodulating effects of water-soluble extracts of traditional French Alps cheeses on a human T-lymphocyte cell line**

*Int Dairy J* 2006 ; 16(12) : 1505-14.

Lesourd B.

**Nutritional factors and immunological ageing**

*Proc Nutr Soc* 2006 ; 65(3) : 319-25.

Legrand D, Ellass E, Carpentier M et al.

**Interactions of lactoferrin with cells involved in immune function**

*Biochem Cell Biol* 2006 ; 84(3) : 282-90.

Gleeson M.

**Can nutrition limit exercise-induced immunodepression?**

*Nutr Rev* 2006 ; 64(3) : 119-31.

Calder PC.

**Branched-chain amino acids and immunity**

*J Nutr* 2006 ; 136(1 Suppl) : 288S-93S.

Albers R, Antoine JM, Bourdet-Sicard R et al.

**Markers to measure immunomodulation in human nutrition intervention studies**

*Br J Nutr* 2005 ; 94(3) : 452-81.

Bennett LE, Crittenden R, Khoo E et al.

**Evaluation of immune-modulatory properties of selected dairy peptide fractions**

*Aust J Dairy Technol* 2005 ; 60(2) : 106-9.

Song HJ, Grant I, Rotondo D et al.

**Effect of CLA supplementation on immune function in young healthy volunteers**

*Eur J Clin Nutr* 2005 ; 59(4) : 508-17.

Albrecht JA, Nagy-Nero D, American Dietetic Association.

**Position of the American Dietetic Association: Food and water safety**

*J Am Diet Assoc 2009 ; 109(8) : 1449-60.*

Allen KJ, Davidson GP, Day AS et al.

**Management of cow's milk protein allergy in infants and young children: An expert panel perspective**

*J Paediatr Child Health 2009 ; Epub ahead of print.*

Almiron-Roig E, Grathwohl D, Green H et al.

**Impact of some isoenergetic snacks on satiety and next meal intake in healthy adults**

*J Hum Nutr Diet 2009 ; 22(5) : 469-74.*

Anderson JJ, Suchindran CM, Roggenkamp KJ.

**Micronutrient Intakes in Two US Populations of Older Adults: Lipid Research Clinics Program Prevalence Study Findings**

*J Nutr Health Aging 2009 ; 13(7) : 595-600.*

Bauer KW, Larson NI, Nelson MC et al.

**Socio-environmental, personal and behavioural predictors of fast-food intake among adolescents**

*Public Health Nutr 2009 ; 12(10) : 1767-74.*

Bray GA, Champagne CM.

**Dietary patterns may modify central adiposity**

*J Am Diet Assoc 2009 ; 109(8) : 1354-5.*

Carmody RN, Wrangham RW.

**The energetic significance of cooking**

*J Hum Evol 2009 ; Epub ahead of print*

Castetbon K, Vernay M, Malon A et al.

**Dietary intake, physical activity and nutritional status in adults: the French nutrition and health survey (ENNS, 2006-2007)**

*Br J Nutr 2009 ; 102(5) : 733-43.*

Dalbeth N, Gracey E, Pool B et al.

**Identification of dairy fractions with anti-inflammatory properties in models of acute gout**

*Ann Rheum Dis 2009 ; Epub ahead of print.*

Dangour AD, Dодhia SK, Hayter A et al.

**Nutritional quality of organic foods: a systematic review**

*Am J Clin Nutr 2009 ; 90(3) : 680-5.*

Friedrich N, Milman N, Völzke H et al.

**Is serum ferritin within the reference range a risk predictor of cardiovascular disease? A population-based, long-term study comprising 2874 subjects**

*Br J Nutr 2009 ; 102(4) : 594-600.*

Gérard P, Bernalier-Donadille A.

**Les fonctions majeures du microbiote intestinal**

*Cah Nutr Diet 2007 ; 42(HS2) : S28-36.*

Gibson RA, Makrides M, Smithers LG et al.

**The effect of dairy foods on CHD: a systematic review of prospective cohort studies**

*Br J Nutr 2009 ; Epub ahead of print.*

Hamer M, Mishra GD.

**Dietary patterns and cardiovascular risk markers in the UK Low Income Diet and Nutrition Survey**

*Nutr Metab Cardiovasc Dis 2009 ; Epub ahead of print.*

Hoerr SL, Hughes SO, Fisher JO et al.

**Associations among parental feeding styles and children's food intake in families with limited incomes**

*Int J Behav Nutr Phys Act 2009 ; 6(1) : 55.*

Itan Y, Powell A, Beaumont MA et al.

**The origins of lactase persistence in Europe**

*PLoS Comput Biol 2009 ; 5(8) : e1000491.*

Jenab M, McKay J, Bueno-de-Mesquita HB et al.

**Vitamin D Receptor and Calcium Sensing Receptor Polymorphisms and the Risk of Colorectal Cancer in European Populations**

*Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 2009 ; 18(9) : 2485-91.*

Johnson RK, Appel LJ, Brands M et al.

**Dietary Sugars Intake and Cardiovascular Health. A Scientific Statement From the American Heart Association**

*Circulation 2009 ; Epub ahead of print : .*

Lucas M, Asselin G, Mérette C et al.

**Validation of an FFQ for evaluation of EPA and DHA intake**

*Public Health Nutr 2009 ; 12(10) : 1783-90.*

Maillot M, Vieux F, Ferguson EF et al.

**To Meet Nutrient Recommendations, Most French Adults Need to Expand Their Habitual Food Repertoire**

*J Nutr 2009 ; 139 : 1721-7.*

Martin RM, Vatten L, Gunnell D et al.

**Components of the metabolic syndrome and risk of prostate cancer: the HUNT 2 cohort, Norway**

*Cancer Causes Control 2009 ; 20(7) : 1181-92.*

McClain AD, Chappuis CK, Nguyen-Rodriguez ST et al.

**Psychosocial correlates of eating behavior in children and adolescents: a review**

*Int J Behav Nutr Phys Act 2009 ; 6(1) : 54.*

Mendez MA, Torrent M, Julvez J et al.

**Maternal fish and other seafood intakes during pregnancy and child neurodevelopment at age 4 years**

*Public Health Nutr 2009 ; 12(10) : 1702-10.*

Merten MJ, Williams AL, Shriver LH.

**Breakfast consumption in adolescence and young adulthood: parental presence, community context, and obesity**

*J Am Diet Assoc 2009 ; 109(8) : 1384-91.*

Montonen J, Järvinen R, Reunanen A et al.

**Fish consumption and the incidence of cerebrovascular disease**

*Br J Nutr 2009 ; 102(5) : 750-6*

O'Neil CE, Nicklas TA, Liu Y et al.

**The impact of dairy product consumption on nutrient adequacy and weight of Head Start mothers**

*Public Health Nutr 2009 ; 12(10) : 1693-701.*

Olds TS.

**One million skinfolds: secular trends in the fatness of young people 1951-2004**

*Eur J Clin Nutr 2009 ; 63(8) : 934-46.*

Park Y, Brinton LA, Subar AF et al.

**Dietary fiber intake and risk of breast cancer in postmenopausal women: the National Institutes of Health-AARP Diet and Health Study**

*Am J Clin Nutr 2009 ; 90(3) : 664-71.*

Poddar KH, Hosig KW, Nickols-Richardson SM et al.

**Low-fat dairy intake and body weight and composition changes in college students**

*J Am Diet Assoc 2009 ; 109(8) : 1433-8.*

Rush EC, Freitas I, Plank LD.

**Body size, body composition and fat distribution: comparative analysis of European, Maori, Pacific Island and Asian Indian adults**

*Br J Nutr 2009 ; 102(4) : 632-41.*

Sanders TA.

**DHA status of vegetarians**

*Prostaglandins Leukot Essent Fatty Acids 2009 ; Epub ahead of print : .*

Shin A, Lim S, Sung J et al.

**Dietary habit and bone mineral density in Korean postmenopausal women**

*Osteoporos Int 2009 ; Epub ahead of print.*

Singh-Manoux A, Gourmelen J, Lajnef M et al.

**Prevalence of educational inequalities in obesity between 1970 and 2003 in France**

*Obes Rev 2009 ; 10(5) : 511-8.*

Sirov V, Volatier JL, Calamassi-Tran G et al.

**Core food of the French food supply: second Total Diet Study**

*Food Addit Contam Part A Chem Anal Control Expo Risk Assess 2009 ; 26(5) : 623-39.*

Staab B, Eick S, Knöfler G et al.

**The influence of a probiotic milk drink on the development of gingivitis: a pilot study**

*J Clin Periodontol 2009 ; Epub ahead of print.*

Suhara W, Koide H, Okuzawa T et al.

**Cow's milk increases the activities of human nuclear receptors peroxisome proliferator-activated receptors alpha and delta and retinoid X receptor alpha involved in the regulation of energy homeostasis, obesity, and inflammation**

*J Dairy Sci 2009 ; 92(9) : 4180-7.*

Timperio AF, Ball K, Roberts R et al.

**Children's takeaway and fast-food intakes: associations with the neighbourhood food environment**

*Public Health Nutr 2009 ; 12(10) : 1960-4.*

Van Audenaer M, Heraud F, Menard C et al.

**Impact of food consumption habits on the pesticide dietary intake: Comparison between a French vegetarian and the general population**

*Food Addit Contam Part A Chem Anal Control Expo Risk Assess 2009 ; Epub ahead of print.*