



## Alimentation chez les Inuit du Nunavik

Marie-Ève Drouin-Gagné et Carole Lévesque

### Introduction

L'éloignement des villages inuit, jumelé au changement de mode de vie, dont la sédentarisation et l'occidentalisation des régimes alimentaires, crée une situation particulière au Nunavik en matière d'alimentation. L'accès difficile aux aliments de qualité à prix abordable en magasin et la baisse d'apports nutritifs provenant de la chasse et de la pêche entraînent une situation majeure d'insécurité alimentaire, ainsi que certaines carences associées. Évidemment, la situation est variable d'une communauté à l'autre : par exemple, on trouve quelques épiceries dans le village de Kuujuaq alors qu'ailleurs la disponibilité des produits est plus limitée, comme dans le cas des villages de Salluit et d'Ivujivik, situés un peu plus à l'ouest (Bergeron et al. 2015). Néanmoins, la situation d'insécurité alimentaire reste généralisée au Nunavik et plusieurs communautés ont mis de l'avant des initiatives visant à améliorer l'accès à des aliments de qualité.

### Conditions de transport et accessibilité

Au Nunavik, les frais de transport des produits alimentaires affectent grandement leur coût en épicerie. L'indice comparatif des prix du Nunavik montre qu'il faut payer 43 % de plus pour le même panier d'épicerie au Nunavik, en comparaison avec la ville de Québec (Robitaille, Guénard et Duhaime, 2016). De plus, en raison du transport sur de grandes distances et du temps qu'il faut pour les acheminer, les aliments que l'on retrouve en épicerie sont parfois moins frais et contiennent moins de vitamines et de nutriments, notamment dans le cas des fruits et des légumes. On paie donc plus cher pour des aliments moins nutritifs. Outre les fruits et légumes, les aliments moins périssables et moins chers retrouvés en épicerie sont souvent transformés, riches en sucre et en gras saturés, et peuvent par conséquent avoir une influence sur le développement du diabète de type 2 (Avard, 2015; Lamalice et al., 2016). Ces conditions

sont propices au développement de formes d'insécurité alimentaire.

En 2004, près du quart des Inuit du Nunavik déclarait avoir manqué de nourriture dans les mois précédant l'enquête de santé *Qanuippitaa?* (Anctil et Rochette, 2008, p. 4). Cette situation pourrait par ailleurs s'aggraver étant donné la population grandissante du Nunavik : 60 % de la population est âgée de moins de 30 ans. Cela signifie que non seulement de plus en plus de personnes font face aux défis de la sécurité alimentaire, mais ces personnes sont également de plus en plus jeunes, ce qui peut avoir un impact important sur la santé générale de la population à long terme (Avard, 2015, p. 5).

À la suite d'une enquête menée entre 2005 et 2010 auprès de 259 enfants entre 8 et 15 ans, Pirkle et al. (2014) notaient que la moitié de ces enfants vivaient au sein d'un ménage qui éprouvait moyennement ou sévèrement de l'insécurité alimentaire. L'insécurité alimentaire que vivaient ces enfants avait pour conséquence une plus petite stature, probablement due au manque de protéines, de calcium et de zinc. Ces enfants mesuraient deux centimètres de moins que leurs confrères et consœurs mieux alimentés.

Les gouvernements fédéral et provincial ont mis sur pied, au cours des années, certains programmes visant à pallier les difficultés d'accès à une alimentation nutritive et abordable. À la fin des années 1960, le gouvernement du Canada mettait sur pied le Programme du service aérien omnibus du Nord, ou « Aliments-Poste », visant à réduire les coûts associés à la livraison d'aliments périssables nutritifs dans les communautés isolées du Nord (Glacken et Hill, 2009). En 1986, le ministère des Affaires indiennes et du Nord Canada a commencé à attribuer des fonds à Postes Canada pour la livraison de marchandises diverses, afin d'optimiser la fraîcheur des aliments reçus dans le Nord (Bouchard Dufour, 2011).

Cependant, en 2011, le programme Aliments-Poste a été remplacé par Nutrition Nord Canada, qui subventionne directement les détaillants du Nord et les fournisseurs du Sud (Gouvernement du Canada, 2018). Une des conséquences de ce changement a été de réduire la liste de denrées subventionnées, ainsi qu'une hausse du coût des aliments pour les habitants du Nunavik, les Nunavimmiut (Bouchard Dufour 2011 et Bergeron et al., 2015). Le rapport de la consultation Parnasimautik réalisée auprès des Inuit en 2013 mentionnait que « depuis l'annulation du programme régional de bons de nourriture en 2012 et l'entrée en vigueur du programme Nutrition Nord Canada, nombreux sont ceux et celles qui se retrouvent avec un accès très limité à des aliments abordables » et que par conséquent, des participants affirmaient parfois « souffrir de la faim » (Groupe-Cadre de Parnasimautik, 2014, p. 53). De plus, ce même rapport soulignait que la sécurité alimentaire restait un des points centraux de la définition de « qui nous sommes » pour les Inuit du Nunavik, (Groupe-Cadre de Parnasimautik, 2014, p. 53).

D'autres programmes visent plutôt à répondre à l'occidentalisation du régime alimentaire, conséquence du changement relativement récent vers le mode de vie sédentaire et l'ouverture d'épiceries dans les villages nordiques (Avard, 2015; Lamalice et al., 2016). Ainsi, le gouvernement provincial contribue au Programme d'aide aux Inuit bénéficiaires de la Convention de la Baie-James et du Nord québécois pour leurs activités de chasse, de pêche et de piégeage, un programme de soutien placé sous la responsabilité de l'Administration régionale Kativik. L'objectif du programme est de « favoriser, d'encourager, de perpétuer, comme mode de vie, les activités de chasse, de pêche et de piégeage des bénéficiaires et d'assurer, aux communautés inuit, un approvisionnement en produits provenant de ces activités » (Gouvernement du Québec, 1982). Ce programme permet à chaque village nordique du Nunavik d'obtenir des subventions pour acheter de l'équipement de chasse, former les jeunes aux activités de récolte ou acheter de la nourriture locale. Les sommes attribuées par le programme permettent souvent de payer des chasseurs qui fournissent de la viande et du poisson à la communauté, ces denrées

étant conservées dans un congélateur communautaire et redistribuées à ceux qui en ont besoin. Or, malgré le programme de congélateur communautaire, fonctionnel dans la plupart des villages du Nunavik, les ménages les moins bien nantis ont tout de même un accès limité à la nourriture issue de la pêche et de la chasse locales (Counil, Gauthier et Dewailly, 2010).

### **Baisse de l'apport en nourriture du pays**

Parallèlement aux difficultés d'accès à de la nourriture de bonne qualité pour un prix abordable en magasin, il faut aussi compter le fait que la nourriture chassée, pêchée ou venant du territoire (« la nourriture du pays ») ne représente plus que 15 à 20 % de l'apport quotidien de nourriture en moyenne pour les gens du Nunavik (Avard, 2015, p. 12). Or, Counil, Gauthier et Dewailly (2010) rapportent qu'« en termes nutritionnels, la diète traditionnelle des Inuit est riche en protéines et en matières grasses mais pauvre en glucides, avec des apports apparemment adéquats de vitamines et minéraux présents en grandes quantités dans le sang animal, les os et les abats. En termes de préparation alimentaire, à l'exception notable du bannock apparu avec l'apparition de la farine aux postes de traite, la plupart des aliments sont consommés congelés, crus ou bouillis, avec très peu de mélange et d'ajouts d'ingrédients et d'épices ».

Dans un contexte où plusieurs chercheurs identifient aujourd'hui de sérieuses lacunes nutritionnelles chez les Inuit du Nunavik (Blanchet et Rochette, 2007; Bouchard Dufour, 2011; Plante, 2008; Plante, Blanchet et Turgeon O'Brien, 2007), il devient évident que le changement d'une alimentation principalement fondée sur la nourriture du pays vers une alimentation majoritairement composée de nourriture achetée en magasin représente un désavantage certain en termes nutritifs.

En fait, les recherches de Pirkle et al. (2014) ont démontré qu'un tiers des enfants du Nunavik présentait une carence en fer, soit presque le double des enfants du Nunavut. Ce sont 38 % des femmes inuit du Nunavik qui souffrent d'une carence en fer, une prévalence neuf fois plus élevée qu'au sein de la

population canadienne en général et près de trois fois supérieure à celle observée en 1973 au sein de la population inuit des Territoires du Nord-Ouest (Plante, Blanchet et Turgeon O'Brien, 2007). En parallèle avec les carences en fer, on observe aussi des niveaux biologiques d'acides gras trans d'origine industrielle (AGT artificiels) trois fois plus élevés au Nunavik que chez les Inuit du Groenland, en particulier chez les personnes âgées de moins de 35 ans (Counil et al., 2010). La baisse de consommation en nourriture du pays est donc en partie comblée par de la nourriture industrielle transformée, ce qui mène à une alimentation moins nutritive, faible en fer et haute en AGT artificiels.

Cette baisse de l'apport de nourriture du pays dans la diète des Nunavimmiut peut être expliquée par plusieurs facteurs qui ont généralement à voir avec le changement de mode de vie. La sédentarisation fait partie de ces changements et les tentatives passées d'assimilation sociale et culturelle qui l'ont accompagnée ont eu des répercussions sur la transmission des savoirs. Il y a aujourd'hui moins de chasseurs expérimentés et moins de jeunes qui apprennent à chasser et à préparer la nourriture du pays (Carry et Carfagnini, 2012, p. 4). De plus, les changements climatiques influencent l'accès à la nourriture traditionnelle. La pollution et la contamination des sols et de l'eau a aussi un impact sur la qualité de cette nourriture (Avard, 2015; Lamalice et al., 2016), comme lorsque la viande est contaminée par des métaux lourds ou autres polluants.

Finalement, les coûts de l'équipement pour la chasse et la pêche en font des activités coûteuses : l'indice des prix à la consommation (IPC) pour s'équiper de motoneiges au Nunavik s'élève à 1,15 tandis qu'il est entre 1,25 et 1,75 pour l'équipement de camping et jusqu'à 1,29 pour les armes à feu. Le coût de l'équipement pour ces activités restreint donc l'accès à cette source d'alimentation (Counil, Gauthier et Dewailly, 2010; Bergeron et al., 2015). Défrayer les frais pour cet équipement demande un emploi à temps plein, lequel limite la part du temps qu'une personne peut consacrer aux activités de subsistance (Carry et Carfagnini, 2012, p. 4). Malgré ces coûts élevés,

Lévesque et al. (2004) constatent que les Nunavimmiut perçoivent la nourriture traditionnelle comme moins dispendieuse que la nourriture achetée en magasin. Cela pourrait être dû au fait que les coûts qu'entraînent l'équipement de chasse et de pêche se trouvent à être quelque peu masqués par le fait que la nourriture du pays peut aussi être obtenue par le partage ou lors d'invitation chez des proches ou à l'occasion de rassemblements.

Le changement d'une alimentation principalement fondée sur la nourriture du pays vers une alimentation majoritairement composée de nourriture achetée en magasin et transformée semble donc expliquer en partie l'insécurité alimentaire vécue au Nunavik. À cet égard, Teh et al. (2017) indiquaient que les foyers dotés d'au moins un chasseur ou un pêcheur faisaient face à moins d'insécurité alimentaire que ceux qui n'en avaient pas. Il appert donc que les changements de mode de vie ont entraîné des changements alimentaires à l'opposé d'une alimentation saine.

### **Vers une alimentation plus saine**

Il n'est pas surprenant dans ce contexte que la communauté de Kuujjuaq au Nunavik, entre autres, ait mis en place plusieurs initiatives visant à assurer une plus grande sécurité alimentaire. Par exemple, le village a modifié le cours de la rivière Nepihjee afin d'y permettre le retour de certaines espèces de poissons et s'est doté en 1999 d'infrastructures piscicoles afin de refaire la population de poisson de la rivière (George, 2005; 2007). Cette initiative permet de sécuriser l'apport en poisson pour la communauté : la migration de l'omble chevalier est passée de 230 poissons à 1000 poissons en l'espace de quelques années seulement (de 1999 à 2007). L'entreprise piscicole faisait d'ailleurs encore partie du plan de production alimentaire de Kuujjuaq en 2015 (Rogers, 2015). À l'été 2015, l'Association de chasseurs et trappeurs de Kuujjuaq a aussi lancé un projet de poulailler pour 115 poules pondeuses et prévoyait éventuellement se lancer dans l'élevage de lapins (Rogers, 2015). L'agriculture sous serre prend également une importance grandissante dans le village.

En 2009, un projet de serre communautaire visant à améliorer la sécurité alimentaire, ainsi que le bien-

être et la santé de la population inuit de Kuujuaq a été mis sur pied (Avard, 2015). Les deux serres de Kuujuaq comptent 48 lots individuels qu'on peut cultiver de la mi-mai à septembre (Lamalice et al., 2016, p. 156). Chacune des serres a le potentiel de produire 300 kg de nourriture par saison, des fruits et légumes qui par ailleurs ont préservé leurs vitamines, contrairement à ceux conservés longtemps en épicerie. Bien que n'étant pas une activité traditionnelle inuit, l'agriculture sous serre semble mieux adaptée culturellement que l'achat de nourriture en épicerie. Avard (2015) et Lamalice (2016) notaient un certain rapprochement fait par les Inuit entre l'agriculture et les pratiques traditionnelles liées au territoire, telle que la cueillette de petits fruits.

Notons une dernière initiative du Centre de santé Ullivik, destinée à la population inuit qui se retrouve au Sud et notamment à Montréal. Ce centre accueille les Inuit en provenance du Nord et en attente de soins à Montréal. Il compte dans ses locaux un endroit pour préserver et préparer de la nourriture du pays. Cette initiative a vu le jour lorsque les gens ont souhaité apporter et consommer de la nourriture du pays lors de leurs séjours en ville (Pekuakamiulnuatsh Takuhikan, 2017).

#### **POUR EN SAVOIR PLUS :**

- CERP : [www.cerp.gouv.qc.ca](http://www.cerp.gouv.qc.ca)

#### **RÉFÉRENCES**

- Anctil, M. et Rochette, L. (2008). *Les faits saillants de l'Enquête. Enquête de santé auprès des Inuit du Nunavik 2004, Qanuippitaa? Comment allons-nous?* Québec, Québec : Institut national de santé publique du Québec et Régie régionale de la santé et des services sociaux du Nunavik.
- Avard E. (2015). *Northern Greenhouse: An Alternative Local Food Provisioning Strategy for Nunavik.* (Thèse de doctorat inédit), Université Laval.
- Bergeron, O., Richer, F., Bruneau, S. et Laberge Gaudin, V. (2015). *L'alimentation des Premières Nations et des Inuit au Québec.* Québec, Québec : Institut national de la santé publique du Québec.
- Bouchard Dufour, A. (2011). *Exploration des perceptions des parents Inuit de l'influence du Programme de nutrition dans les Centres de la petite enfance du Nunavik sur les habitudes alimentaires des enfants et de leurs familles.* (Mémoire de maîtrise inédit), Université Laval.
- Carry, C et Carfagnini, L. (2012). *Profiles of Food Security Activities in Inuit Communities.* Ottawa, Ontario: National Aboriginal Health Organization.
- Couillard, É., Gauthier, M.-J. et Dewailly, É. (2010). Alimentation et santé publique dans les communautés inuites du Nord-du-Québec : vers un changement de paradigme ? Dans J.-G. Petit, Y. Bonnier- Viger, P. Aatami et H. Iserhoff (dir.), *Les Inuit et les Cris du nord du Québec. Territoire, gouvernance, société et culture* (p. 237-256). Rennes, France : Presses universitaires de Rennes.
- George, J. (2005, December 23). Blasting, building and stripping bring fish back to Nepihjee River. *Nunatsiaq News*. Repéré à [http://nunatsiaq.com/stories/article/blasting\\_build ing\\_and\\_stripping\\_bring\\_fish\\_back\\_to\\_nepihjee\\_river/](http://nunatsiaq.com/stories/article/blasting_build ing_and_stripping_bring_fish_back_to_nepihjee_river/)
- George J. (2007, October 18). 'We are trying to cheat nature and create a char population from zero.' Small fry a hit with old and young alike. *Nunatsiaq News*. Repéré à [http://nunatsiaq.com/stories/article/We\\_are\\_tryin g\\_to\\_cheat\\_nature\\_and\\_create\\_a\\_char\\_popul ation\\_from\\_zero/](http://nunatsiaq.com/stories/article/We_are_tryin g_to_cheat_nature_and_create_a_char_popul ation_from_zero/)
- Glacken, J. B. et Hill, F. (2009). Projets pilotes du programme Aliments-Poste. Réussites et défis. Ottawa, Ontario : Ministère des Travaux publics et des Services gouvernementaux Canada. Repéré à [http://publications.gc.ca/collections/collection\\_20 09/aic- inac/R3-102-2009F.pdf](http://publications.gc.ca/collections/collection_20 09/aic- inac/R3-102-2009F.pdf)
- Gouvernement du Canada. (2018). Nutrition Nord Canada. Repéré à <http://www.nutritionnorthcanada.gc.ca/fra/1415538 638170/1415538670874#tpc1>
- Loi sur le programme d'aide aux Inuit bénéficiaires de la Convention de la Baie James et du Nord québécois pour leurs activités de chasse, de pêche et de piégeage*, RLRQ, P-30.2

- Groupe-Cadre de Parnasimautik. (2014). *Rapport de la consultation Parnasimautik. Réalisée auprès des Inuit du Nunavik en 2013*. Société Makivik, Kativik Regional Government, Commission scolaire Kativik, Nunavik and Holding Corporations Association, Saputiit Youth Association of Nunavik, Régie régionale de la santé et des services sociaux au Nunavik et Institut culturel Avataq. Repéré à [http://www.krg.ca/images/stories/docs/Parnasimautik/Parnasimautik\\_consultation\\_rapport\\_fr.pdf](http://www.krg.ca/images/stories/docs/Parnasimautik/Parnasimautik_consultation_rapport_fr.pdf)
- Lamalice A., Avard, E., Coxam, V., Hermann, T., Desbiens, C., Wittrant, Y. et Blangy, S. (2016). Soutenir la sécurité alimentaire dans le Grand Nord : projets communautaires d'agriculture sous serre au Nunavik et au Nunavut. *Études/Inuit/Studies*, 40(1), 147-169.
- Lévesque, C., Bernier, S., Lussier, C. et Perrault, I. (2004). *Les choix alimentaires des Inuit de l'Arctique. Une enquête en Alaska et au Nunavik*. Rapport de recherche. Montréal, Québec : Institut national de la recherche scientifique, Urbanisation, Culture et Société et Université Laval.
- Mémoire de Pekuakamiulnuatsh Takuhikan. (2017, 1er novembre), pièce P-222 (CERP), mémoire M-005.
- Pirkle, C., Lucas, M., Dallaire, R., Ayotte, P., Jacobson, J. L., Jacobson, S.W. et Muckle, G. (2014). Food insecurity and nutritional biomarkers in relation to stature in Inuit children from Nunavik. *Canadian Journal of Public Health*, 105(4), e233-e238.
- Plante, C. (2008). *Statut et apports en fer chez les femmes non enceintes du Nunavik*. (Mémoire de maîtrise inédit), Université Laval.
- Plante, C., Blanchet, C., Turgeon O'Brien, H. et Rochette, L. (2007). *Nunavik Inuit Health Survey 2004. Qanuippitaa? How are we? Iron Deficiency and Anemia Among Women in Nunavik*. Québec et Kuujjuaq, Québec: Nunavik Regional Board of Health and Social Service et Institut national de santé publique du Québec.
- Revue de littérature SANTÉ Thème : état de santé de la population autochtone au Québec Préparée par Carole Lévesque, Ioana Radu, Nathalie Tran, Institut national de la recherche scientifique, Centre Urbanisation Culture Société, pièce PD-7 (CERP).*
- Robitaille, J., Guénard, E. et Duhaime, G. (2016). *Coût de la vie au Nunavik*. Rapport de recherche. Québec, Québec : Chaire de recherche du Canada sur la condition autochtone comparée, Université Laval.
- Rogers, S. (2015, May 26). Local food production plan aims to feed Nunavik communities. *Nunatsiaq News*. Repéré à [http://nunatsiaq.com/stories/article/65674food\\_production\\_aims\\_to\\_feed\\_nunavik\\_communities/](http://nunatsiaq.com/stories/article/65674food_production_aims_to_feed_nunavik_communities/)
- Teh, L., Pirkle, C., Furgal, C., Fillion, M., et Lucas, M. (2017). Psychometric validation of the household food insecurity access scale among Inuit pregnant women from Northern Quebec. *PloS ONE*, 12(6).