



GESTION DES MYTHES ET DES IDÉES FAUSSES CONCERNANT LA NUTRITION PENDANT LE COVID-19

24 juillet, 2020

Ce petit guide traite des stratégies de changement social et de comportement (SBC) pour combattre la désinformation et appuyer les programmes de lutte contre la désinformation liée à COVID-19 qui affecte la nutrition.

Cette fiche d'information a pu voir le jour grâce au généreux soutien des citoyens américains par l'intermédiaire de l'Agence des États-Unis pour le développement international (USAID) selon les termes de l'accord de coopération #AID-OAA-A-17-0001, Breakthrough ACTION, basé au Center for Communication Programs (CCP, Centre des programmes de communication) de Johns Hopkins et du contrat 7200AA18C00070, USAID Advancing Nutrition, attribué à JSI Research & Training Institute, Inc. (JSI).

Le contenu relève de la responsabilité de CCP et de JSI et ne reflète pas nécessairement les opinions de l'USAID, du gouvernement des États-Unis ou de l'Université Johns Hopkins.

Infodémie sur le COVID-19 et la nutrition

Une « infodémie » est une surabondance d'informations sur un problème (certaines avérées, d'autres erronées), ce qui complique l'identification d'une solution.¹ À l'instar du virus responsable du COVID-19, les informations erronées se propagent rapidement et rendent toute réponse d'autant plus complexe. Il peut en effet être délicat de trouver ou d'identifier des sources dignes de confiance et des directives fiables à cause de la quantité d'informations et de la vitesse à laquelle elles circulent. L'infodémie exacerbe les défis auxquels les responsables des programmes nutritionnels sont déjà confrontés dans la réponse à la pandémie, comme les systèmes de santé et les systèmes alimentaires affaiblis et dépassés ou encore les perturbations touchant les revenus et les filets de protection sociale. Elle peut entraîner la diffusion de rumeurs ou d'informations erronées, conduisant involontairement les gens à tirer des conclusions en s'appuyant sur des informations fausses ou incomplètes. Cette situation peut générer un stress supplémentaire, créer de la confusion et empêcher la prise de décisions éclairées.

Les informations erronées sapent la confiance accordée aux bases scientifiques sur lesquelles repose la prévention de la maladie et limitent l'adoption des pratiques recommandées, notamment le recours aux activités et aux services de nutrition disponibles. Elles influent négativement sur la nutrition en entraînant les dérives suivantes :

- Séparation inutile et dommageable de la mère et du nourrisson en cas d'infection au COVID-19 suspectée, probable ou confirmée lors de l'accouchement et de l'allaitement.²
- Méfiance vis-à-vis du système de soins de santé et recherche tardive de services de nutrition.
- Adoption limitée des pratiques de prévention, notamment la distanciation physique, le port d'un masque facial et le lavage des mains au savon avant de manipuler des aliments.
- Recours à des remèdes sans fondement ou dangereux, sans aucune crédibilité scientifique.³

À la lumière de ces problématiques, ce guide concis couvre les stratégies de changement social et de comportement (CSC) qui visent à lutter contre les informations erronées et à soutenir les programmes qui dénoncent les informations erronées circulant sur le COVID-19 et qui affectent la nutrition.



¹ Katella, K. (2020, April 13). A COVID-19 “infodemic”? How to make sense of what you’re reading. *Yale Medicine*. <https://www.yalemedicine.org/stories/covid-19-infodemic/>

² UNICEF, Groupe nutrition mondiale, Mécanisme mondial d'assistance technique pour la nutrition. (2020). Alimentation du nourrisson et du jeune enfant dans le contexte du COVID-19. Note d'orientation du Groupe nutrition mondiale 1(2). <https://www.nutritioncluster.net/node/5836>

³ Resnick, D. (2020, June 10). Trust in science and in government plays a crucial role in COVID-19 response. *Institut international de recherche sur les politiques alimentaires*. <https://www.ifpri.org/blog/trust-science-and-government-plays-crucial-role-covid-19-response>

Comment gérer les informations erronées concernant la nutrition et le COVID-19?

S'il est impossible de juguler totalement le flot d'informations erronées, celui-ci peut toutefois être géré en proposant une communication factuelle homogène qui offre aux communautés les outils nécessaires pour prendre des décisions éclairées. Des experts de la santé publique ont résumé les enseignements des précédentes épidémies marquées par des rumeurs et des informations erronées. En premier lieu, les autorités jugées fiables doivent communiquer en continu des informations précises sur la nutrition dans le contexte viral. Les informations ont plus de poids si elles font écho aux valeurs des gens, si elles prennent la forme de messages sur le changement de comportement pouvant se traduire en actes⁴ et si elles sont présentées d'une manière qui peut être reprise par le public ciblé. Lorsque des informations erronées sont susceptibles de causer des préjudices graves, les autorités jugées fiables doivent y répondre sans pour autant attirer davantage l'attention sur ces rumeurs. En effet, des recherches indiquent que la simple évocation d'informations erronées, même bien intentionnée, peut parfois exacerber le problème. Parallèlement, une meilleure éducation aux médias par l'intermédiaire des programmes nutritionnels contribuera à la prise de décisions éclairées.

Des recommandations clés pour gérer les informations erronées en matière de nutrition en période de COVID-19 sont décrites ci-après.

plus d'informations

Pour plus de détails sur la façon de gérer les rumeurs et les informations erronées, veuillez vous reporter aux documents [Technical Brief: COVID-19 Rumor Tracking Guidance for Field Teams](#) (Dossier technique : Guide de suivi des rumeurs COVID-19 pour les équipes de terrain) et [Technical Brief: Using Social Media to Disseminate COVID-19 Information](#) (Dossier technique : Utilisation des médias sociaux pour diffuser les informations COVID-19).

1

Assurer une communication homogène avec des informations à jour, en phase avec les valeurs des gens

- Proposez **une source cohérente d'informations à jour** sur les canaux les plus accessibles et jugés fiables par les communautés et les ménages, chez les femmes comme chez les hommes. Au Tchad, par exemple, où une grande partie de la population n'a pas accès aux technologies numériques, les troubadours, qui bénéficient de la confiance de la communauté locale, diffusent des informations fiables sur la transmission et la prévention du COVID-19.⁵
- Optez pour une **communication bilatérale** chaque fois que la situation le permet. Les émissions de radio locales qui reçoivent des appels en direct des auditeurs permettent de faire entendre la voix des communautés et d'engager le dialogue avec des sources fiables sur le thème de la nutrition.

⁴ Tangcharoensathien, V., Calleja, N., Nguyen, T., et al. (2020). Framework for managing the COVID-19 infodemic: methods and results of an online, crowdsourced WHO Technical Consultation. *Journal of medical Internet research*, 22(6), e19659. <https://doi.org/10.2196/19659>

⁵ Resnick, D. (2020). [Trust in science](#). (Voir page 2, note de bas de page 3).

Comment gérer les informations erronées concernant la nutrition et le COVID-19?

1. Maintenir une communication cohérente avec des informations à jour, adaptées aux valeurs des personnes (suite)

- Assurez-vous que les prestataires de soins comprennent et suivent les meilleures pratiques. La formation et l'encadrement des agents de santé qui communiquent des informations en lien avec le COVID-19 et la nutrition pendant la pandémie peuvent être assurés à distance et doivent inclure les meilleures pratiques en matière d'allaitement, comme ne pas séparer la mère de son nourrisson après l'accouchement, même en cas d'infection éventuelle de la mère.
- Aidez les prestataires de soins de santé, les agents de santé communautaires et les leaders des groupes de soutien par les pairs à **communiquer les faits** de manière claire et positive.⁶ Par exemple, les prestataires de soins de santé doivent continuer de conseiller aux gens, notamment aux femmes enceintes et allaitantes, de manger de manière saine et équilibrée plutôt que de se concentrer sur des aliments spécifiques auxquels les rumeurs prêtent des vertus thérapeutiques contre le COVID-19.
- Formez les journalistes et les autorités afin qu'ils adoptent la communication la plus claire possible pour relater les faits en lien avec la nutrition. Il convient par exemple d'éviter d'exposer des informations erronées en une ou dans les titres des articles. En captant l'attention des lecteurs, le titre « La consommation d'ail peut-elle prévenir le COVID-19 ? » risque d'ajouter à la confusion générale. Selon une recherche, après seulement une semaine, les gens retiennent davantage les mythes que les faits.⁷ Préférez des titres qui exposent des faits, comme « Manger des aliments riches en nutriments renforce votre système immunitaire ».
- Diffusez **des informations précises sur les médias sociaux** afin de toucher un public large. UNICEF Europe et Asie centrale utilise des outils numériques participatifs tels que HealthBuddy pour fournir des conseils pratiques sur le COVID-19 et des recommandations multilingues sur le COVID-19 et le lait maternel.⁸
- Associez les preuves scientifiques à des témoignages et des actions en phase avec les **croyances et les valeurs** de la population. À Calcutta (Inde) par exemple, pour que la population ne souffre pas de la faim pendant le confinement, deux groupes de la communauté Sikh ont préparé des langar pour les personnes dans le besoin dans des centres de quarantaine. Un langar est un repas gratuit qui promeut la valeur d'égalité entre tous les êtres humains et véhicule un sentiment d'unité et de communauté. Les repas livrés dans ces centres encouragent les personnes vulnérables à poursuivre leur quarantaine afin de lutter contre la propagation du COVID-19 tout en bénéficiant de repas.

⁶ Omer, S. [purnatt]. (1er juillet 2020). Battling a pandemic in a fact-resistant world: epidemiology, public health, and the COVID-19 infodemic [vidéo]. YouTube https://youtu.be/uwy_SMZ3zNO

⁷ Wardle, C. (2020). Conspiracies, rumors and falsehoods. (Voir page 4, note de bas de page 11).

⁸ UNICEF. (2020). *HealthBuddy*. HealthBuddy. <https://healthbuddy.info/index>

Comment gérer les informations erronées concernant la nutrition et le COVID-19?

2

Concevoir une communication et des réponses soignées face aux informations erronées

- Préférez des approches variées plutôt que des réponses directes. Diffusez des informations justes. Le fait d'évoquer des informations erronées, même si l'objectif est de les réfuter, peut ajouter à la confusion ambiante. La meilleure stratégie consiste à ne pas répéter les contre-vérités et à ne pas prêter crédit aux personnes qui les relaient.⁹ Sur les médias sociaux, il peut être utile d'ignorer, de supprimer ou de masquer les posts offensants. Il est également possible de traiter les thèmes récurrents dans des posts distincts.
- Lorsque, convaincues par une rumeur, des personnes s'en remettent à une boisson ou à un aliment particulier (comme le citron, des tisanes ou l'ail) parce qu'elles croient être ainsi protégées contre le COVID-19, prenez soin de dissiper cette idée fausse. Par exemple, « Le jus de citron est inefficace contre le COVID-19. Une bonne nutrition peut contribuer à un système immunitaire solide, mais ne peut pas empêcher une infection. Un aliment ne peut pas à lui seul renforcer votre système immunitaire. Les jeunes enfants et les personnes de tous âges doivent manger des aliments variés, notamment des fruits, des légumes et des aliments d'origine animale. »
- Corrigez les informations erronées lorsque beaucoup croient que des tisanes ou des jus peuvent tenir lieu de remèdes. Indiquez par exemple : « Les aliments ou les boissons ne peuvent pas soigner le COVID-19. Toute personne potentiellement infectée doit s'isoler, se couvrir le visage et solliciter les services d'un agent de santé. Le recours à des traitements habituellement utilisés pour soigner une grippe ou un rhume est recommandé pour réduire les symptômes de la maladie, mais ces traitements ne guérissent pas du COVID-19. »
- Lorsque les craintes de transmettre la maladie par le lait maternel sont élevées, expliquez dans les médias communautaires ou dans les groupes de pairs que « l'allaitement renforce le système immunitaire de l'enfant et les anticorps de la mère sont transmis à l'enfant par le lait maternel, l'aidant ainsi à lutter contre les infections. En outre, aucune transmission imputable à l'allaitement n'a été démontrée. Si votre nourrisson ou votre jeune enfant contracte le COVID-19 ou une autre maladie, poursuivez l'allaitement. Le cas échéant, portez un masque ou couvrez-vous le visage et lavez-vous les mains avec du savon avant de toucher votre bébé. »¹⁰
- Des informations erronées peuvent faire naître la crainte d'une contamination au COVID-19 en mangeant des légumes et des fruits frais, entraînant une baisse de la consommation de ces aliments. Voici une réponse possible : « Les aliments frais ne présentent aucun danger. Le virus ne se transmet pas par les aliments. Chaque jour, intégrez des fruits et des légumes dans les repas pour l'ensemble de votre famille, y compris les jeunes enfants et les femmes enceintes, dans le cadre d'un régime sain et varié propice à une bonne croissance. »¹¹

⁹ Wardle, C. [purnatt]. (2020, July 1). *Conspiracies, rumors and falsehoods: the truth about why the infodemic is so dangerous* [vidéo]. YouTube. <https://youtu.be/j1G5B8j5UG8>

¹⁰ Global Breastfeeding Collective. (2020) Key Advocacy Messages on Breastfeeding and COVID-19 prepared by the Global Breastfeeding Collective. <https://www.unicef.org/breastfeeding/files/Key-advocacy-messages-on-BF-and-COVID-19.pdf>

¹¹ Centers for Disease Control and Prevention. (2020, June 25). *Food and coronavirus 2019 (COVID-19)*. CDC. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/food-and-COVID-19.html>

Comment gérer les informations erronées concernant la nutrition et le COVID-19?

3

Renforcer sans cesse la confiance et l'éducation aux médias

- Faites preuve de transparence sur l'état des connaissances concernant le COVID-19 et la nutrition et admettez que la communauté scientifique peut être divisée sur certains points.
- Impliquez les leaders communautaires dans la lutte contre les informations erronées en lien avec la nutrition. Par exemple, les leaders religieux et spirituels en Asie du Sud participent à la diffusion d'informations simples et précises sur le COVID-19 en lien avec l'hygiène et la lutte contre les préjugés.¹²
- Intégrez l'éducation aux médias dans les activités communautaires courantes et les supports consacrés à la nutrition. Par exemple, expliquez comment les informations erronées sont diffusées par des experts en fake news et comment les repérer.¹³ Prévenez les communautés et les particuliers, au sein de groupes de pairs ou via les médias locaux, au sujet des personnes qui diffusent des rumeurs et exposez leurs motivations. Cela permet aux gens de développer un jugement plus critique sur ce qu'ils entendent. Souvent, les personnes qui diffusent des informations erronées et des idées fausses le font pour gagner de l'argent.



Vinay Panjwani, UNICEF. India, Gujarat. June 20, 2020.
<https://weshare.unicef.org/archive/-2AM408PXVLXO.html>

¹² UNICEF. (2020). *Religious and faith leaders join hands to protect women and children*. UNICEF.
<https://www.unicef.org/rosa/stories/religious-and-faith-leaders-join-hands-protect-women-and-children>

¹³ Wardle, C. (2020). *Conspiracies, rumors and falsehoods*. (See page 4, footnote 11).

Ressources en ligne

- [Coronavirus Misinformation, and How Scientists Can Help to Stop It](#) (Informations erronées sur le coronavirus et comment les scientifiques peuvent contribuer à les enrayer)
- [Technical Brief: COVID-19 Rumor Tracking Guidance for Field Teams](#) (Dossier technique : Guide de suivi des rumeurs COVID-19 pour les équipes de terrain)
- [Technical Brief on Using Social Media to Disseminate COVID-19 Information](#) (Dossier technique : Utilisation des médias sociaux pour diffuser les informations COVID-19)
- [Conseils sur le changement social et de comportement pour la nutrition pendant le COVID-19](#)
- [Dossier Technique : Changement social et de comportement pour la santé maternelle, néonatale et infantile pendant le COVID-19](#)

crédit photo de couverture

Vinay Panjwani, UNICEF. Gujarat, India: a community meeting by AWW in Hindloa Fadia, Limkheda village in India. June 20, 2020.
<https://weshare.unicef.org/archive/-2AM408PXGVK.html>