

Inventaire systématique de légumes cultivés et consommés dans les ménages de la ville de Kenge: Cas du quartier Wamba

[Systematic inventory of vegetables cultivated and consumed in households in the city of Kenge: Case of the Wamba neighborhood]

Bondonga Mambomba Herve¹⁻², Webana Banakpo Mireille¹, Monsengo Mbangi Bopaule¹⁻³, Nsakala Tanda Reddy Andy¹⁻⁴, Kazadi Mujinga Stella¹, Lubamba Lubamba Bob¹, Nguya Mata Job¹, Mabaya Arielle Arielle¹, and Tsudi Monaco Eden⁵

¹Centre National de Télédétection, RD Congo

²Département de Pyrotechnique, Facultés de Sciences Agronomiques, Université de Lubumbashi, RD Congo

³Faculté d'agronomie, Université CEPROMAD, RD Congo

⁴Département des Géosciences, Faculté des Sciences et technologie, Université de Kinshasa, RD Congo

⁵Département de Pyrotechnique, Facultés de Sciences Agronomiques et Environnement Université de Kenge, RD Congo

Copyright © 2026 ISSR Journals. This is an open access article distributed under the **Creative Commons Attribution License**, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

ABSTRACT: This study focuses on vegetable consumption among households in the Pont Wamba neighborhood of Kenge, in the Democratic Republic of the Congo. In a global context where fruit and vegetable intake remains insufficient, Sub-Saharan Africa displays particularly low levels. Yet, vegetables are essential to a balanced diet and are vital for local populations. The main objective of this research is to assess vegetable consumption in Pont Wamba by analyzing eating habits, the factors influencing consumption, and the actual level of intake. The methodology is based on quantitative, comparative, and analytical approaches, supported by surveys, interviews, and field observations. The findings reveal that 100% of surveyed households consume vegetables daily, primarily due to their affordability and local availability. The study recommends enhancing awareness campaigns, supporting local production, and involving authorities to ensure food security.

KEYWORDS: cultivated vegetables, household consumption, Kenge, Wamba neighborhood, nutrition, food security.

RESUME: Cette étude s'intéresse à la consommation de légumes dans les ménages du quartier Pont Wamba à Kenge, en République Démocratique du Congo. Dans un contexte où la consommation mondiale de fruits et légumes reste insuffisante, l'Afrique subsaharienne affiche des niveaux particulièrement bas. Les légumes, pourtant essentiels à une alimentation équilibrée, sont ici vitaux pour les populations locales. L'étude a pour objectif principal de dresser un inventaire de la consommation de légumes à Pont Wamba, en analysant les habitudes alimentaires, les facteurs influençant cette consommation, ainsi que son niveau réel. La méthodologie employée repose sur des approches quantitatives, comparatives et analytiques, combinées à des techniques d'enquête et d'observation. Les résultats indiquent que tous les ménages interrogés consomment des légumes quotidiennement, principalement grâce à leur accessibilité financière et à leur disponibilité locale. L'étude recommande de renforcer la sensibilisation, de soutenir la production locale et d'impliquer les autorités pour assurer la sécurité alimentaire.

MOTS-CLEFS: légumes cultivés, consommation ménagère, Kenge, quartier Wamba, nutrition, sécurité alimentaire.

1 INTRODUCTION

1.1 PROBLÉMATIQUE

Partout dans le monde, notre consommation de fruits et légumes est bien inférieure à la quantité minimale recommandée par l'OMS (soit 400 g) pour s'alimenter de façon saine. La quantité de fruits et légumes dont on a besoin dépend de l'âge, du sexe et du niveau d'activité physique.

De nombreux pays ont formulé des recommandations supplémentaires à l'intention des enfants, compte tenu de l'importance des fruits et légumes pour leur croissance et leur développement. En moyenne, nous consommons seulement environ deux tiers des quantités minimales recommandées. (Fao 2021).

En Afrique Subsaharienne, la consommation des légumes est la plus faible comparée au reste du monde. Le Nigeria qui est le principal consommateur est à 61,3 kg /personne par an. Au Burkina Faso sur 100 000 ha de terres irrigables, 30 000 ha sont consacrées aux cultures maraîchères et fruitières. Bien que le maraîchage soit pratiqué dans l'ensemble du pays, seules 11 provinces sur 45 sont des grandes zones de production. A Ouagadougou la capitale, chaque matin les légumes provenant des provinces voisines inondent les marchés. Ministère de l'agriculture (Cité par Hama-Ba F et al 2017).

Les quantités varient considérablement: en Asie centrale, en Afrique du Nord et au Moyen-Orient, on consomme légèrement plus que la quantité minimale recommandée, tandis qu'en Afrique subsaharienne et en Océanie, on n'en consomme qu'un tiers environ. Les habitants des Caraïbes consomment le plus de fruits, alors que ceux d'Afrique australe en mangent le moins. (Afshin Et Al., 2019).

Les légumes occupent une place importante dans la diversification des régimes alimentaires des populations des pays en développement et constituent une des principales sources de nutriments. En effet, de par leur richesse en protéines, fibres, minéraux, vitamines, et antioxydants, les légumes contribuent à améliorer la santé des populations. Ils ont de ce fait un intérêt nutritionnel dans la lutte contre les carences en micronutriments. Dans les pays en développement où les céréales sont les plats de base, les légumes complètent la valeur nutritionnelle des plats consommés. (Ganry J 2009).

En République Démocratique du Congo Les légumes sont des aliments très importants et essentiels pour une alimentation saine, équilibré et durable. Ils sont considérés comme une source de nombreux nutriments notamment les antioxydants et les fibres alimentaires pour le maintien des fonctions physiologiques normales des êtres humains et leur consommation est très utile pour la prévention de plusieurs maladies. (Ngweme et al.2020).

Dans la ville de Kinshasa avec une population estimée à plus de 15 millions d'habitants, les cultures maraîchères jouent un rôle économique et social très important dans la vie quotidienne de la population. L'amarante (communément appelé Bitkuteku) est l'un des légumes les plus consommés à Kinshasa. (Musibono et al 2021a).

La culture de ce légume est principalement pratiquée dans les zones péri-urbaines et souvent le long des rivières et à proximité des routes très fréquentées. (Musibono et al.2021b).

Dans la ville de Kenge et la commune de Masikita en particulier, la population consomme plus des légumes et constitue le principal aliment des survies pour les ménages.

Afin de cerner cette situation avec plus d'acquitté et précision sur l'inventaire systématique de légumes cultivés et consommés dans les ménages de la ville de Kenge et le quartier Pont Wamba en particulier, dans la présente étude nous allons essayer de nous poser des questions suivantes:

- Quels sont les facteurs qui déterminent la consommation de légumes dans les ménages du quartier Pont Wamba ?
- Qu'est-ce qui justifie la consommation excessive de légumes dans les ménages de Pont Wamba ?

1.2 HYPOTHÈSES

La présente étude tourne au tour des hypothèses ci-après:

- Les facteurs qui déterminent la consommation des légumes, c'est d'abord sa disponibilité au marché et sa production;
- Ce qui justifie la consommation excessive des légumes dans le quartier Pont Wamba sont les aliments les moins coutés.

1.3 OBJECTIFS

1.3.1 OBJECTIF GÉNÉRAL

L'objectif général de ce travail est d'inventorier la consommation de légumes dans les ménages de la ville de Kenge et le cas des ménages du quartier Pont Wamba.

1.3.2 OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

Spécifiquement cette étude vise à:

- Relever le mode de consommation de légumes dans les ménages du quartier Pont Wamba;
- Déterminer les facteurs de consommation de légumes dans les ménages du quartier Pont Wamba;
- Evaluer la consommation de légumes dans les ménages du quartier Pont Wamba.

1.4 CHOIX ET INTÉRÊT DU TRAVAIL

Ce travail a un double intérêt: l'intérêt théorique et l'intérêt pratique. Le choix et l'intérêt de ce sujet se justifie par le fait que la population de la ville de Kenge et en particulier de la commune de Laurent Désiré Kabila consomme excessivement les légumes.

La présente étude servira de fournir des données de base pour les études ultérieures et d'orienter nombreux chercheurs dans ce domaine dans la ville de Kenge. Ainsi, les données récoltées dans ce travail sont très importantes pour éveiller la conscience des ménages qui sont les consommateurs, des producteurs de légumes et des autorités locales sinon nous risqueront d'assister à une pénurie des légumes aux jours avenirs.

1.5 DÉLIMITATION SPATIO-TEMPORELLE

La présente étude est bien délimitée dans le temps et dans l'espace.

Sur le plan spatial, cette étude s'est déroulée dans la ville de Kenge, précisément dans la commune de Laurent Désiré Kabila et plus particulièrement au Pont Wamba. Alors que sur le plan temporel l'étude couvre une période allant du 18 mars au 18 septembre 2024 (7mois).

1.6 MÉTHODOLOGIE DU TRAVAIL

Pour élaborer ce travail, nous avons utilisé la méthode statistique, la méthode quantitative, la méthode comparative et la méthode analytique. Comme technique, nous avons utilisé l'enquête appuyée par les techniques d'interview, d'observation libre, la documentation et l'échantillonnage.

1.7 SUBDIVISION DU TRAVAIL

Hormis l'introduction, la conclusion et la discussion, ce travail comprend trois chapitres à savoir:

- Le premier chapitre traite de la revue de la littérature sur les légumes;
- Le deuxième concerne le milieu d'étude, matériels et approche méthodologique;
- Le troisième est destiné à la présentation et interprétation des résultats.

2 REVUE DE LA LITTÉRATURE SUR LES LÉGUMES

2.1 DÉFINITIONS ET ORIGINE DES LÉGUMES

2.1.1 PRODUITS CONSOMMÉS

Les produits de consommation sont des biens tangibles destinés à satisfaire les besoins des consommateurs, sans intention de revente.

2.1.2 LÉGUMES

Les légumes sont définis comme les parties comestibles des végétaux, excluant les racines amylacées et certains produits transformés. Ils représentent une source importante de nutriments.

2.1.3 MÉNAGE

Un ménage est une unité qui regroupe des personnes partageant un même logement, et constitue une unité de décision microéconomique.

2.1.4 CLASSIFICATION DES LÉGUMES

La classification des légumes n'est pas détaillée dans le texte, mais elle est essentielle pour comprendre leur diversité.

2.1.5 HISTORIQUE DES LÉGUMES

L'histoire des légumes montre leur variabilité dans l'alimentation humaine, passant d'une base céréalière à une intégration plus large des légumes, notamment durant la Renaissance et avec l'urbanisation. Cette évolution a été influencée par des échanges culturels et des innovations agricoles.

2.1.6 IMPORTANCE DES LÉGUMES

Les légumes sont riches en fibres, vitamines et minéraux, et jouent un rôle protecteur contre diverses maladies. Ils sont essentiels pour la nutrition, surtout en RDC, où ils contribuent à l'équilibre alimentaire des populations défavorisées. De plus, leur production soutenue par de petits agriculteurs favorise la sécurité alimentaire et génère des revenus.

En conclusion, les légumes sont fondamentaux tant sur le plan nutritionnel qu'économique, et leur consommation doit être encouragée pour améliorer la santé et le bien-être des populations, en particulier dans les contextes vulnérables.

3 MILIEU, MATÉRIEL ET MÉTHODE

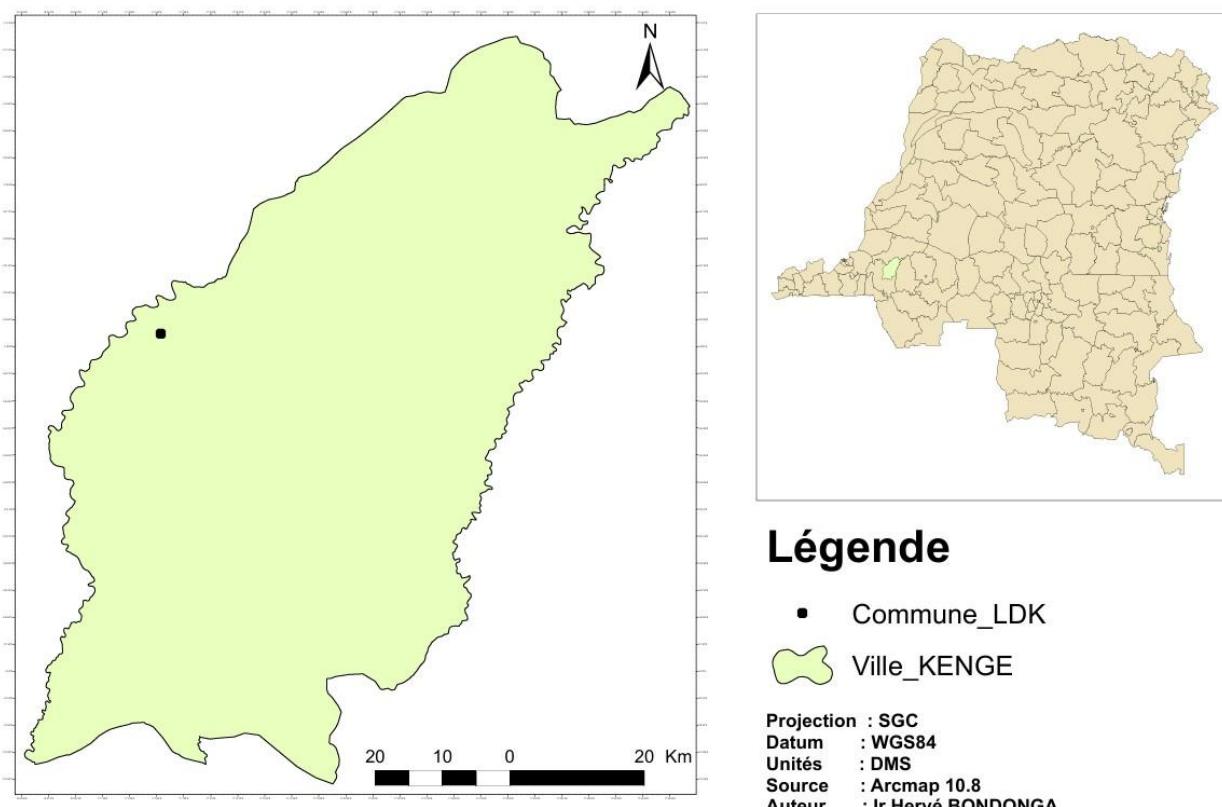
3.1 APERÇU HISTORIQUE ET ASPECT GÉOGRAPHIQUE

3.1.1 APERÇU HISTORIQUE

Le quartier Pont Wamba a été fondé en 1962 par Lubamba Lupatu Wusuwusu. Initialement un village sans urbanisation, son développement a été favorisé par la construction d'un bac.

3.1.2 DONNÉES GÉOGRAPHIQUES

CARTE DE LOCALISATION DU QUARTIER PONT WAMBA DANS LA COMMUNE LDK DANS LA VILLE DE KENGÉ



- Localisation:** Situé au boulevard du 30 juin, Pont Wamba est le premier quartier de la commune Laurent Désiré Kabila, délimité par plusieurs repères géographiques.
- Superficie:** Le quartier couvre 2 km² avec des avenues menacées par l'érosion.
- Hydrographie:** Plusieurs sources d'eau et la rivière Wamba traversent le quartier.
- Population:** Le quartier compte environ 6 750 habitants répartis dans différentes cellules.

3.1.3 SUBDIVISION ADMINISTRATIVE ET STATUT JURIDIQUE

Pont Wamba est subdivisé en cellules, chacune dirigée par un chef de cellule. Le quartier n'a pas de personnalité juridique distincte, étant sous l'autorité de la commune Laurent Désiré Kabila.

3.1.4 STRUCTURE ET FONCTIONNEMENT

Le quartier est dirigé par un chef et un adjoint, mais fonctionne sans infrastructures spécifiques, dépendant des services de la commune.

3.2 MATÉRIEL

Deux types de matériel ont été utilisés:

- **Matériel vivant:** La population de Pont Wamba, interrogée pour obtenir des données.
- **Matériel inerte:** Comprend un stylo, des questionnaires, un carnet de bord, une moto pour la mobilité, et un ordinateur portable pour l'analyse des données.

3.3 APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

3.3.1 MÉTHODES UTILISÉES

La méthode quantitative a permis de quantifier les répondants, tandis que la méthode analytique a aidé à analyser les types de légumes cultivés et consommés.

3.3.2 TECHNIQUES UTILISÉES

L'enquête s'est déroulée en deux phases: la pré-enquête pour tester le questionnaire et l'enquête principale pour collecter des données. Des techniques d'interview et d'observation ont également été employées, soutenues par une revue documentaire.

3.4 POPULATION DE L'ÉTUDE

La population de l'étude se compose des habitants du quartier Pont Wamba, avec un échantillon basé sur des critères d'inclusion (cultivateurs et consommateurs de légumes) et d'exclusion.

3.5 CONSIDÉRATIONS ÉTHIQUES

L'étude a été réalisée avec l'autorisation des autorités compétentes, garantissant la confidentialité et l'anonymat des participants. Les objectifs de l'étude ont été clairement expliqués aux responsables.

4 PRÉSENTATION, INTERPRÉTATION ET DISCUSSION DES RÉSULTATS

4.1 DONNÉES SOCIODÉMOGRAPHIQUES

4.1.1 ÂGE DES ENQUÊTÉS

Tableau 1. Répartition des enquêtés selon les tranches d'âges

Tranche d'âge	Fréquence	%
18-25 ans	7	14.0
25-35 ans	22	44.0
35-50 ans	12	24.0
50 ans et plus	9	18.0
Total	50	100.0

La répartition des répondants selon les tranches d'âge montre que la majorité (44 %) se situe entre 25 et 35 ans, suivie par ceux âgés de 35 à 50 ans (24 %). Les jeunes de 18 à 25 ans représentent 14 %, tandis que 18 % ont 50 ans et plus.

4.1.2 SEXE DES ENQUÊTÉS

Tableau 2. Répartition des enquêtés selon le genre

Genre	Fréquence	%
Masculin (M)	31	62.0
Féminin (F)	19	38.0
Total	50	100.0

Parmi les 50 répondants, 62 % sont de sexe masculin et 38 % de sexe féminin, indiquant un déséquilibre dans la représentation des genres.

4.1.3 ÉTAT MATRIMONIAL

Tableau 3. Répartition des enquêtés selon le statut matrimonial

Statut (état) matrimonial	Fréquence	%
Marié	27	54.0
Célibataire	19	38.0
Divorcé	1	2.0
Veuf (ve)	3	6.0
Total	50	100.0

La majorité des participants (54 %) sont mariés, suivis par 38 % de célibataires. Les divorcés et veufs représentent respectivement 2 % et 6 %.

4.1.4 CATÉGORIES SOCIOPROFESSIONNELLES

Tableau 4. Répartition des enquêtés selon leur catégorie socioprofessionnelle

Catégorie socioprofessionnelle	Fréquence	%
Fonctionnaire de l'Etat	11	22.0
Enseignant(e)	12	24.0
Agriculteur	17	34.0
Infirmier	6	12.0
Commerçant(e)	4	8.0
Total	50	100.0

Les agriculteurs constituent le groupe le plus représenté (34 %), suivis par les enseignants (24 %), les fonctionnaires (22 %), les infirmiers (12 %) et les commerçants (8 %).

4.1.5 NIVEAU D'INSTRUCTION

Tableau 5. Répartition des enquêtés selon le niveau d'étude

Niveau d'étude	Fréquence	%
Primaire	14	28.0
Secondaire	13	26.0
Supérieur et universitaire	11	22.0
Sans niveau	12	24.0
Total	50	100.0

Concernant le niveau d'éducation, 28 % des enquêtés ont un niveau primaire, 26 % secondaire, 22 % supérieur, et 24 % n'ont aucun niveau d'instruction.

4.1.6 ETHNIE DES ENQUÊTÉS

Tableau 6. Répartition des enquêtés selon leurs ethnies

Ethnie	Fréquence	%
Yaka	17	34.0
Pelende	14	28.0
Tshokwe	5	10.0
Mbunda	3	6.0
Luba	4	8.0
Mbala	7	14.0
Total	50	100.0

La majorité des répondants sont de l'ethnie Yaka (34 %), suivis par les Pelende (28 %). D'autres ethnies comme Tshokwe, Mbunda, Luba et Mbala sont également représentées.

4.2 ÉTAT DE LA QUESTION

4.2.1 PROVENANCE DES LÉGUMES

Tableau 7. Répartition des enquêtés selon le lieu de récolte des légumes cultivés et consommés à Wamba

Lieux	Fréquence	%
Jardin	18	36.0
Parcelle	2	4.0
Champ	30	60.0
Total	50	100.0

La plupart des légumes cultivés et consommés proviennent des champs (60 %), suivis des jardins (36 %) et des parcelles (4 %).

4.2.2 PRINCIPAUX LÉGUMES CULTIVÉS

Tableau 8. Principaux légumes cultivés et consommés à Pont Wamba

Légumes cultivés et consommés	Fréquences	%
Aubergine	6	12,0
Tomate	4	8,0
Amarante	8	16,0
Piments	6	12,0
Gombo	4	8,0
Oseille	7	14,0
Oignons	1	2,0
Pondu	12	24,0
Baselle (épinard)	2	4,0
Total	50	100.0

Les légumes les plus cultivés et consommés incluent le pondu (24 %), l'amarante (16 %), l'oseille (14 %), l'aubergine et le piment (12 % chacun), et d'autres comme la tomate et le gombo.

4.2.3 IMPORTANCE DES LÉGUMES

Tableau 9. Place des légumes parmi les autres nourritures et ses ressources nutritives

Variable	Fréquence	%
Première place (beaucoup consommé)	24	48.0
Source de bonne santé	7	14.0
Source de protection	5	10.0
Source de provenance	0	0.0
Riche en eau	0	0.0
Produit beaucoup vitaminé	14	28.0
Total	50	100.0

Les légumes sont considérés comme très importants, 48 % des répondants les plaçant en première position parmi les aliments consommés. De plus, 56 % affirment leur importance pour la consommation, tandis que 44 % les considèrent comme une source de revenus.

4.2.4 CONSOMMATION DES LÉGUMES

Tableau 10. Consommation des légumes par jour, par semaine et par année

Consommation	Fréquence	%
Chaque jour	50	100.0
Chaque semaine	0	0.0
Chaque année	0	0.0
Total	50	100.0

Tous les répondants consomment des légumes quotidiennement, soulignant leur intégration dans l'alimentation locale.

4.2.5 PRIX DES LÉGUMES

Tableau 11. Prix d'une bote des légumes

prix	Fréquence	%
200fc à 300fc	35	70.0
300fc à 500fc	13	26.0
500fc et plus	2	4.0
Total	50	100.0

La majorité des enquêtés (70 %) estiment que le prix des légumes se situe entre 200 et 300 FC, et 84 % les considèrent comme peu coûteux.

Tableau 12. Considération de prix des légumes par les habitants

Variables	Fréquence	%
Moins cher	42	84.0
Trop cher	2	4.0
Moyen	6	12.0
Total	50	100.0

Les résultats du tableau montrent que parmi les 50 répondants, 42, soit 84 %, affirment que les légumes coûtent moins cher. De plus, 2 répondants, soit 4 %, estiment que les légumes sont chers, tandis que 6, soit 12 %, considèrent leur prix comme moyen. Ces données expliquent pourquoi un nombre élevé de participants soutient l'idée que les légumes sont peu coûteux.

4.2.6 LÉGUMES PRÉFÉRÉS

Tableau 13. Légumes préférés par les habitants du quartier Wamba

Légumes préférés	Fréquences	%
Feuilles	32	64.0
Tubercules	10	20.0
Bulbes	6	12.0
Fruits	2	4.0
Total	50	100.0

Les légumes feuilles sont les plus appréciés (64 %), suivis par les tubercules (20 %) et les bulbes (12 %).

4.2.7 IDENTIFICATION DES LÉGUMES

Tableau 14. Identification de légumes cultivés et consommés aux ménages du quartier Pont wamba

N°	Noms vernaculaires	Noms scientifiques	Organes (consommés)	utilisés	Familles
0.1	Pondú		Feuille		
0.2	Aubergine	<i>Solanum melongena</i>	Fruit	<i>Solanaceae</i>	
0.3	Gombo	<i>Abelmoschus esculentus</i>	Fruit	<i>Malvacée</i>	
0.4	Oseille	<i>Rumex acetosa</i>	Feuille	<i>Polygonacées</i>	
0.5	Baselle	<i>Basella alba</i>	Feuille	<i>Basellaceae</i>	
0.6	Oignons	<i>Allium cepa</i>	Bulbe	<i>Amaryllidaceae</i>	
0.7	Piment	<i>Capsicum annuum</i>	Fruit	<i>Solanaceae</i>	
0.8	Tomate	<i>Solanum lycopersicum</i>	Fruit	<i>Solanacées</i>	
0.9	Amarante	<i>Amaranthus</i>	Feuille	<i>Amaranthaceae</i>	
10	Patate	<i>Solanum tuberosum</i>	Tubercule	<i>olanacées</i>	
11	Salade	<i>Lactuca</i>	Feuille	<i>Asteraceae</i>	
12	Choux pommé	<i>Brassica oleracea</i>	Feuille	<i>Brassicaceae</i>	
13	Pointe		Feuille		

5 DISCUSSION DES RÉSULTATS

Les légumes jouent un rôle fondamental dans la diversification des régimes alimentaires des populations des pays en développement, en apportant une source significative de nutriments. Grâce à leur richesse en protéines, fibres, minéraux, vitamines et antioxydants, ils contribuent à améliorer la santé et à lutter contre les carences en micronutriments.

Parmi les 50 répondants, 48 % considèrent les légumes comme l'aliment le plus consommé, et 14 % les identifient comme une source de santé. De plus, 100 % des enquêtés déclarent consommer des légumes chaque jour. Dans le contexte de Kinshasa, où les cultures maraîchères sont essentielles, l'amarante est l'un des légumes les plus consommés.

Concernant l'importance des légumes, 44 % des répondants soulignent leur rôle dans la vente, tandis que 56 % les valorisent pour leur consommation. La majorité (84 %) estime que les légumes sont peu coûteux, ce qui renforce leur accessibilité.

En ce qui concerne la provenance des légumes, 60 % des enquêtés déclarent que ceux-ci proviennent de champs, tandis que 36 % proviennent de jardins. Les légumes les plus cultivés et consommés incluent le pondú (24 %), l'oseille (14 %), et d'autres comme l'aubergine et le piment (12 % chacun). Cela indique que le pondú reste le légume prédominant dans le quartier Pont Wamba.

Enfin, bien que l'étude de Musibono et al. (2021) souligne le rôle économique des cultures maraîchères à Kinshasa, notre recherche met en lumière des habitudes de consommation distinctes et des préférences alimentaires spécifiques dans le quartier Pont Wamba.

6 CONCLUSION ET SUGGESTIONS

En République Démocratique du Congo, les légumes sont essentiels pour une alimentation saine, équilibrée et durable. Ils fournissent de nombreux nutriments, notamment des antioxydants et des fibres, et jouent un rôle crucial dans la prévention de diverses maladies (Ngweme et al. 2020). Les légumes sont particulièrement importants dans la diversification des régimes alimentaires dans les pays en développement.

Dans la ville de Kinshasa, l'amarante, également appelée Bitkuteku, est l'un des légumes les plus consommés (Musibono et al. 2021a). Cette étude avait pour objectif d'inventorier la consommation de légumes dans les ménages de la ville de Kenge, en se concentrant sur le quartier Pont Wamba.

Notre méthodologie a inclus des approches statistiques, quantitatives, comparatives et analytiques, avec des techniques d'enquête, d'interview, d'observation libre, de documentation et d'échantillonnage. Les résultats montrent que 100 % des enquêtés consomment des légumes quotidiennement, et la majorité considère les légumes comme les aliments les plus consommés parmi d'autres.

Les principaux facteurs déterminant la consommation de légumes incluent leur disponibilité sur le marché et leur faible coût. En effet, 84 % des répondants estiment que les légumes sont peu coûteux, ce qui explique leur consommation élevée dans le quartier.

SUGGESTIONS

1. Sensibilisation à l'Importance des Légumes: Mener des campagnes de sensibilisation pour éduquer la population sur les bienfaits nutritionnels des légumes.
2. Amélioration de la Production Locale: Encourager la production locale de légumes pour réduire la dépendance aux marchés extérieurs et garantir une disponibilité constante.
3. Soutien aux Agriculteurs: Fournir un soutien technique et financier aux agriculteurs pour améliorer la qualité et la quantité des légumes cultivés.
4. Diversification des Cultures: Promouvoir la diversification des cultures maraîchères pour enrichir l'alimentation et répondre aux besoins nutritionnels variés de la population.
5. Accessibilité des Prix: Travailler sur des politiques visant à maintenir des prix abordables pour les légumes, afin de garantir leur accessibilité à tous les ménages, en particulier ceux à faibles revenus.

REFERENCES

- [1] Fao. 2021. Fruits et légumes – éléments essentiels de ton alimentation. Année internationale des fruits et des légumes, 2021. Note d'information Rome, p.85.
- [2] Afshin, a. Sur, p.j., fay, k.a., corna by, l., ferrara, g., salama, j.s., mullany, e.c. Et al. 2019. « health effects of dietary risks in 195 countries, 1990-2017: à systematic analysis for the global burden of disease study 2017», *the lancet*, 393 (10184): 1958-72. P.
- [3] Ngweme, g., atibu, e., al salah, d., et al. 2020. Heavy metal concentration in irrigation water, soil and dietary risk assessment of amaranthus viridis grown in péri-urbaine areas in kinshasa, democratic republic of the congo. *Watershed ecology and the environment* 2 (2020) 16-24. P.
- [4] Musibono, ngweme, g., al salah, d., laffitte, a., et al. 2021a. Occurrence of organic micropollutants and human heath risk assessment based on consumption of amaranthusviridis, kinshasa in the democratic republic of the congo. *Science of the total environment* 754.pages (2021) 142175.
- [5] Musibono, ngweme, g., konde, g., laffitte, a., et al. 2021b. Contamination levels of toxicmtals in marketed vegetable (amaranthusviridis) at kinshasa, democratic republicof the congo. *J food sci*, 7. Pages, 087.
- [6] Ganry j current status of fruits and vegetables production and consumption in francophone african countries - potential impact on health, proc. lind is on human health effects of f&v ed.: b. Patil acta hort, ishs 2009; 841: 249-255.pages.
- [7] Ministère de l'agriculture, de l'hydraulique et des ressources halieutiques, secrétariat général. Analyse de la filière maraîchage au burkina faso, novembre 2007.
- [8] Humphrey cm, clegg ms, keen cl and le grivetti food diversity and drought survival: the hausa example. *Int j food sci and nutr* 1993; 44: 1–16, pages.
- [9] Hama-BA F, Parkouda C, Kamga R, Tenkouano A, Diawara B., Disponibilite, modes et frequence de consommation des legumes traditionnels africains dans quatre localites du burkina faso a diverses activites de maraîchage: ouagadougou, koubri, loumbila, kongoussi, volume 1, numero 1. (2017). 11552-11570pages.
- [10] <https://www.aquaportal.com/dictionnaire/definition/7812/produit-de-consommation>.
- [11] Fao et cirad (2021). Fruits et légumes - opportunités et défis pour la durabilité des petites exploitations agricoles. Rome 221, pages. <Https://doi.org/10.4060/cb4173fr>.
- [12] Grand larousse en 5 volumes, tome 4: marburg, 1987 p 2010.
- [13] Guerrien. B, *dictionnaire d'analyse économique: théories des jeux*, ed. La découverte, paris, 1996-1997, p322.
- [14] Larousse illustré (2003), 1028pages.
- [15] Le robert (2006), 2028pages.
- [16] Éric birlouez, Petite et grande histoire des légumes, Editions quaé, 2020, 179p.
- [17] L'histoire des légumes, d'où viennent-ils ? 1 octobre 2020 Ecrit par Emma Martin, 54pages.
- [18] L'histoire des légumes, d'où viennent-ils ? 1 octobre 2020 Ecrit par Emma Martin. Idem, 54pages.