

Définition de l'obésité et de ses conséquences

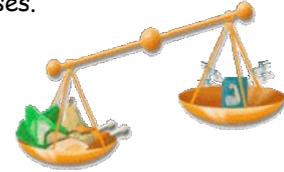
BESSOU M., BISIAUX M., GAVAZZI S., OÏ D.

L'obésité est un **excès de masse grasse** dans le corps.

En France, 16% des enfants ayant entre 6 et 15 ans présentent un excès pondéral, parmi eux 3,8% sont obèses. Par ailleurs, selon une enquête de la SOFRES, on compterait, en France, 37% d'adultes en surpoids dont 8% d'obèses.

Plusieurs facteurs peuvent être à l'origine de cette maladie :

- Un déséquilibre entre les dépenses énergétiques et l'apport calorique
- L'hérédité



Les études génétiques des populations montrent que l'héritabilité de l'obésité oscille de 25 à 45%

- Un enfant dont les deux parents sont obèses a 3 fois plus de risques d'être obèse qu'un enfant ayant deux parents minces
- Lorsqu'un seul des parents est obèse, l'enfant a 40 % de chances de le devenir
- Si les deux parents le sont, le risque est alors de 80%

(Source : Dr H. Thibault, Dr M.F Rolland-Cachera ISTNA-CNAM)

- Des phénomènes hormonaux
- Les habitudes alimentaires

L'effet de l'environnement dépasse de loin celui du terrain génétique : plus de 70% du risque provient du mode de vie.

En France, l'évolution de la consommation alimentaire des enfants est nette :

- La proportion de graisse augmente et dépasse de 5% les proportions recommandées
- La consommation de certains aliments et boissons a explosé en 5 ans
viennoiseries → + 84% biscuits sucrés → + 24% sodas et jus de fruits → + 17%
- Un tiers des enfants et près de 40% des adolescents boivent des sodas au déjeuner et au dîner

(Source : Afssa, juillet 2004)

La publicité alimentaire télévisée aurait également un impact majeur sur la consommation des enfants et des adolescents.

En France, la proportion de spots alimentaires destinés aux enfants est de 62% en moyenne le mercredi et la moitié des publicités pour enfants concernent les produits sucrés et chocolatés, les bonbons et les boissons sucrées

(Source : Afssa)

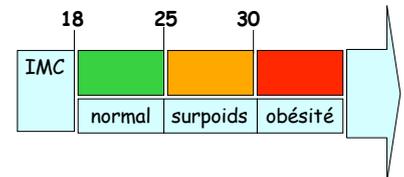
- L'arrêt du tabac

L'IMC (Indice de Masse Corporelle) : une mesure de l'obésité

IMC = Poids (kg) / Taille² (m)

Ce calcul convient pour les personnes âgées de 16 à 70 ans.

Par ailleurs, la mesure du tour de taille permet d'évaluer l'obésité abdominale.



L'obésité engendre des problèmes médicaux graves

L'obésité peut favoriser :

- Les **maladies cardiovasculaires** : hypertension artérielle, infarctus, accidents vasculaires...
- Le **diabète** de type 2
30% des personnes obèses sont diabétiques (Source : Le journal du CNRS, décembre 2004)
- Les **douleurs articulaires**
- Les **problèmes respiratoires**
- Certains **cancers** seraient favorisés
- Les **troubles psychologiques**

L'excès de poids met en cause le bien-être physique, psychologique et social de l'individu.



La répartition de la masse grasse joue un rôle dans les risques associés à l'obésité et le type de maladies qui en résultent.

On distingue deux cas :

- une répartition abdominale qui correspond à l'obésité dite « **androïde** »,
- une répartition uniforme et plutôt périphérique ou obésité dite « **gynoïde** ».

Le second cas est moins grave que le premier.