

OBÉSITÉ : CHANGER LE REGARD SUR UNE PATHOLOGIE TOUJOURS MÉCONNUE



Près d'un Français sur 5 souffre d'obésité. Des chiffres en hausse depuis 20 ans qui illustrent à quel point cette pathologie est un sujet majeur de santé publique. Pour faire changer le regard sur cette maladie et accompagner les patients, la Ligue contre l'obésité est en première ligne. Rencontre avec Agnès Maurin, Présidente et Fondatrice.

« *L'obésité se définit comme une mise en échec du système régulant les réserves énergétiques* », explique Agnès Maurin, Présidente de la Ligue contre l'Obésité. « *C'est une pathologie encore méconnue en France qui se développe au cours de la vie, et notamment durant les 1 000 premiers jours, là où le tissu adipeux connaît une période d'accélération.* » Les risques associés à l'obésité sont notamment l'hypertension, les troubles cardiovasculaires, le diabète ou encore l'apnée du sommeil. « *En plus des risques médicaux, les patients peuvent souffrir de stigmatisation et d'un isolement vis-à-vis du reste de la société* ».

DES ORIGINES MULTIPLES

Aujourd'hui, 17 % de la population en France est concernée. Un chiffre en constante augmentation depuis la fin des années 1990 (seulement 8 % de la population en souffrait en

1997). Parmi ceux-ci, 380 000 sont également atteints d'un cancer. « *L'un des chiffres les plus inquiétants est la progression de l'obésité infantile : plus de 5 % des enfants en classe de troisième. Ce chiffre monte à 8 % pour les enfants d'ouvriers.* » Comment expliquer cette hausse ?

En France, si le discours de santé publique, qui repose sur le "bien manger", a des impacts positifs sur le comportement des Français, il n'est absolument pas adapté pour s'attaquer à cette pathologie. Tous les gouvernements successifs prônent la gestion de l'alimentation et l'activité physique comme solutions miracles. Ils se trompent : l'obésité est une maladie plurifactorielle dont il faut rechercher les causes avant d'envisager les traitements. Depuis plus de vingt ans, la recherche scientifique, qui doit être beaucoup plus soutenue en France, nous documente sur les principales causes de l'épidémie car les changements de société ont impacté nos modes de vie : pollution atmosphérique, troubles et manque du sommeil, perturbateurs endocriniens, stress et traumatisme, condition de vie et de travail, sédentarité...

OBÉSITÉ : CHANGER LE REGARD SUR UNE PATHOLOGIE TOUJOURS MÉCONNUE

KERIALIS

Prévoyance, Santé & Retraite

UN RÉSEAU DE MÉDECINS SPÉCIALISÉS

« Fondée en 2014, la Ligue contre l'obésité est la seule organisation qui regroupe toutes les parties prenantes : patients, professionnels de santé, entreprises engagées. Notre objectif est de faire changer le regard porté sur cette pathologie et sur ceux qui en souffrent »...

Pour Agnès Maurin, les actions clés pour lutter contre l'obésité reposent sur 4 axes. Il est tout d'abord nécessaire de changer la perception que l'on a de cette pathologie en luttant contre la grossophobie et en informant le plus grand nombre sur les causes de cette maladie. « Nous souhaitons ensuite développer la prévention en instaurant un dépistage systémique dès les premiers signes de surpoids et intégrer des objectifs de lutte contre l'obésité dans les politiques publiques (villes, transports, éducation nationale) ». Enfin, le renforcement de la prise en charge (accompagnement des patients dans leur parcours de vie, soutien du maillage associatif autour du patient...) et la multiplication d'actions de sensibilisation (aide à la visibilité des travaux de recherche, campagnes de levée de fonds, développement à l'international) constituent des leviers efficaces.

Vous souffrez d'obésité et souhaitez être accompagné ?

Contactez la Ligue de l'obésité à :

aide.obesite@liguecontrelobesite.org

Ou rendez-vous sur :

liguecontrelobesite.org/fr/annuaire

Un webinaire pour protéger son sommeil et rester en bonne santé

L'alimentation peut jouer un rôle favorisant ou, au contraire, perturbateur sur le sommeil. Un dîner trop gras retardera l'endormissement en ralentissant la digestion. La consommation de protéines va augmenter la température corporelle et empêcher le sommeil. Inversement, des féculents complets et des produits laitiers aideront à préserver un bon cycle de sommeil.

Le sujet a fait l'objet d'un webinaire organisé par KERIALIS, en partenariat avec Belenos Nutrition, et diffusé en juin. Il est disponible sur le site Internet de KERIALIS à l'adresse suivante : kerialis.fr/events/webinar-podcast-kerialis

Pour en savoir plus sur Belenos Nutrition :
www.belenos-nutrition.com