

## SANTÉ. Pourquoi le taux d'obésité explose ?

Au moment de cette nouvelle journée mondiale contre l'obésité, le 4 mars dernier, 1 milliard de personnes sont en situation d'obésité dans le monde. Une situation inquiétante résultant d'une maladie bien plus complexe qu'elle n'y paraît.

**VIGNOBLE NANTAIS.** 1 milliard de personnes obèses dans le monde. Un chiffre inquiétant qui amène même l'Organisation mondiale de la santé (OMS) à parler « d'épidémie » de surpoids et d'obésité. Selon une étude internationale, le taux a doublé chez les adultes en 32 ans et quadruplé chez les enfants. Souvent associé à la malbouffe et au manque d'activité physique, les causes de cette maladie sont pourtant bien plus complexes.

« Même si ces deux critères en font effectivement partie, il en existe une multitude à prendre en compte, comme la génétique familiale ou l'environnement professionnel et personnel de la personne », explique Floriane Breton, diététicienne nutritionniste et secrétaire générale de l'AFDN (Association française des diététiciens nutritionnistes) dans les Pays de la Loire. Dans cette région, la situation a également empiré. En 20 ans, la prévalence à l'obésité

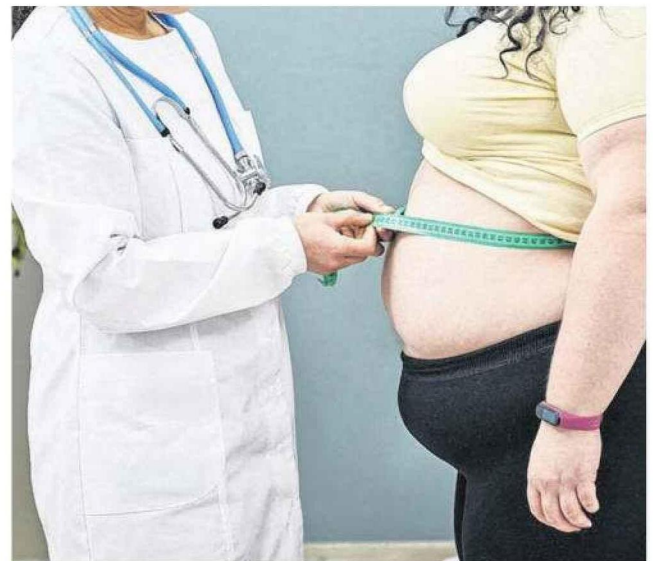
a doublé, passant de 6,8 % à 14,4 % de taux d'obésité chez les adultes, selon l'ORS Pays de la Loire (Observatoire régional de la santé). Moins élevé que dans le reste de la France, où le taux d'obésité chez les adultes s'élève à 17 %, mais alarmant malgré tout.

### Certaines causes encore inconnues

Outre alerter sur ces faits, ce 4 mars, journée mondiale contre l'obésité, a aussi pour but de faire connaître le métier de diététicien nutritionniste. « Il y a beaucoup d'idées reçues sur notre métier, comme l'étiquette des régimes alimentaires et des restrictions », résume Floriane Breton. Un paradoxe alors qu'elle décrit ces régimes comme « intenable sur le long terme. Un régime alimentaire fait de restrictions ne fera que provoquer du stress et aggraver l'organisme. Mais dès qu'il le pourra, celui-ci reprendra le dessus et le poids éventuellement perdu sera vite retrouvé », prévient la diététicienne.

### Le facteur psychologique à considérer

Le facteur psychologique tient aussi une importance primordiale dans les causes possibles d'obésité, selon Floriane Breton. « Il y a un grand besoin d'accompagnement sur



Dans les Pays de la Loire, le taux d'obésité chez les adultes a doublé en 20 ans. | Stock/IHU

ce point. Cela peut parfois venir de remarques subies quand la personne était enfant et qui vont ensuite perdurer dans son esprit. Il faut donc comprendre ces aspects pour accompagner ensuite la personne », détaille-t-elle.

Une nécessité pour envisager ensuite un accompagnement, sans promesse de soin possible, car impossible avec cette maladie si particulière. Même une chirurgie de l'obésité, appelée chirurgie bariatrique, n'est pas une solution miracle. « Si la personne n'a pas changé son comportement alimentaire au moins six mois en amont, la personne pourra

reprendre son poids perdu via l'opération peu de temps après », assure Floriane Breton. Impossible également de refaire une chirurgie bariatrique, l'opération consistant à enlever une partie de l'estomac.

La personne doit également batailler avec un environnement peu aidant, entre prépondérance d'aliments transformés et sédentarité accrue dans la vie professionnelle. « C'est pour cela que nous faisons beaucoup de prévention à plusieurs niveaux. Aussi bien auprès de personnes touchées que d'autres qui en sont loin. »

● Nicolas Héas