



Editorial



Vendeurs de repas hypocaloriques : un problème de santé publique ?

La prolifération, au sein de l'industrie de l'amaigrissement, des vendeurs de repas hypocaloriques et de leurs pratiques publicitaires agressives n'aura échappé à personne. Ces produits s'inscrivent dans une visée qui est moins celle du bien-être et de la beauté que de la santé. Ce que montre l'usage par cette industrie d'une sémantique spécifique et souvent médicale : "obésité", "surpoids", "indice de masse corporelle", etc. Ces produits sont présentés comme des **solutions miracles axées sur la perte de poids**. Or, ils reposent sur une approche simpliste et réductrice en ignorant les aspects spécifiques, complexes et multifactoriels du surpoids et de l'obésité car :

- L'OMS et l'ANSES insistent sur la nécessité d'une **approche globale** incluant une alimentation équilibrée, la pratique régulière d'activité physique, et la prise en compte des aspects psychologiques, comportementaux, biologiques et socio-économiques¹²³⁴;
- Ces produits favorisent la restriction calorique, à l'origine du phénomène de **restriction cognitive**⁵ en plus de l'effet "yoyo" qui génère des rebonds pondéraux importants. Ils participent donc à l'**aggravation de l'état de santé déjà vulnérables**⁶ ;
- Les publicités manquent de transparence en ne mentionnant pas les risques : les "études" citées sont contestables sur le plan méthodologique car elles se déroulent sur des **périodes très brèves qui ne peuvent pas mettre en avant le phénomène de "yoyo"**.

Alors, que faire devant un tel constat ? Devant ce qui demeure un problème de santé publique, et sans se résoudre ni à la fatalité ni à la force mercantile visant l'instrumentalisation de la santé, nous pouvons agir en proposant aux autorités régulatrices des actions concrètes pour protéger les usagers du système de santé :

- Au mieux une **interdiction**, sinon une **régulation stricte des publicités**, notamment en obligeant à une information claire et loyale, en informant des risques de ces pratiques et en invitant à consulter des professionnels de santé médecins et/ou diététiciens ;
- La création urgente de **parcours de santé accessibles à tous pour l'adulte** afin de garantir l'accès pour tous les patients à une prise en soins diététique et nutritionnelle adaptée.

Devant ce problème de santé publique, l'AFDN jouera son rôle en alertant dans les prochaines semaines Madame la Ministre de la Santé et de l'Accès aux soins afin d'obtenir l'application de ces mesures concrètes pour protéger la santé des personnes et des usagers.

Ghislain Godard-Humbert,
Directeur de publication et Président de l'AFDN

1. Organisation Mondiale de la Santé (OMS). (2021). Rapport sur l'obésité.
2. Agence Nationale de Sécurité Sanitaire de l'Alimentation, de l'Environnement et du Travail (ANSES). (2020). Avis sur les régimes hypocaloriques.
3. Smith, J., & Johnson, L. (2018). «Impact of Hypocaloric Diets on Long-term Weight Maintenance». *Journal of Clinical Nutrition*.
4. ANSES. (2022). L'illusion perdue des régimes amaigrissants.
5. Brown, A., & Williams, M. (2019). «Cognitive Restriction and Weight Cycling: A Review». *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*.
6. Abdul G. Dulloo et al. (2013). "Comment les régimes amaigrissants font grossir : d'une perspective d'autorégulation de la composition corporelle", *Cahiers de Nutrition et de Diététique*.

35, allée Vivaldi
75012 Paris

Tél. 01 40 02 03 02

Fax 09 70 61 15 93

E-mail : afdn@afdn.org

www.afdn.org