

[Voir la version en ligne](#)

Mai 2019



# ACTUS Obésité

CHANGEONS NOTRE PERCEPTION



## LE FOCUS

### Journées européennes de l'obésité : la Ligue sur le plateau de Public Sénat



Le présentateur Cyril Viguié a reçu la directrice générale de la LCO dans « Territoires d'infos ». Crédit photo : Public Sénat.

L'Europe au chevet de l'obésité ! Dans le cadre de la dixième édition des Journées européennes de l'obésité organisées les vendredi 17 et samedi 18 mai, les messages et la stratégie de développement de la Ligue contre l'obésité ont été largement évoqués sur le plateau de la chaîne Public Sénat.

Dans son émission « Territoires d'infos », le présentateur Cyril Viguière a reçu, ce vendredi 17 mai à partir de 7h30, Agnès Maurin, directrice nationale de la Ligue contre l'obésité. L'occasion pour la représentante de la LCO de mettre en avant le combat de la Ligue, son message de prévention, de soutien, d'harmonisation de la prise en charge et d'accompagnement des malades « *comme nous n'avons pas plus de vrais chiffres sur l'obésité en France depuis 2012, la Ligue a décidé de relancer le baromètre Obépi* », a annoncé Agnès Maurin.

Cette émission est également rediffusée sur la chaîne TV5 Monde et sur tous les sites internet de la presse quotidienne régionale.

Pour voir l'émission en replay (pour La Ligue à partir de la 12ème minute), [cliquez ici](#).

## L'INTERVIEW

### Mickaël Bergeron : « Il faut changer la façon d'aborder l'obésité »



Crédit photo : Marion Desjardins.

[Retrouvez l'intégralité de l'interview de Mickaël Bergeron sur le site de la Ligue contre l'obésité.](#)

**Journaliste et écrivain, Mickaël Bergeron vit et travaille au Québec. À 37 ans, il vient de publier « La vie en gros », un livre dans lequel il s'attaque à la grossophobie, dénonce la**

## ***stigmatisation du corps médical et revendique l'estime de soi comme ressort psychologique essentiel d'une bonne santé mentale.***

### **Pourquoi avoir écrit un livre sur la grossophobie ?**

Parce que les gens en parlent sur les réseaux sociaux, sur des blogs, mais il n'y avait aucun livre de référence sur la grossophobie. J'écris sur le sujet depuis de nombreuses années et cela me paraissait important de publier un ouvrage consacré à ce phénomène. C'était aussi l'occasion de réunir le plus d'informations possibles sur le sujet.

### **Qu'entendez-vous vous par grossophobie ? Et que contient ce mot pour vous ?**

Pour moi, la grossophobie inclut toutes les discriminations envers les personnes grosses. Cela concerne aussi bien la discrimination à l'emploi, la discrimination médicale, dans les relations sociales, dans l'image négative que l'on retrouve dans la culture populaire. Cela inclut aussi les insultes envers les personnes grosses et la peur, pour elles, de prendre du poids car il y a une vision lâche du poids dans notre société. Il y a comme une sorte de fixation sur la forme du corps. Pour moi, c'est aussi cela la grossophobie.

### **Comment sont vus les gros au Québec ?**

De manière générale, au Québec comme ailleurs, les gros et les grosses reflètent d'abord l'image de la paresse. On les considère comme des personnes qui ne savent pas se prendre en main. On pense aussi qu'ils ne sont pas intelligents car s'ils étaient intelligents, ils se prendraient en main et donc ne seraient pas gros. On estime que les gens gros mangent mal, ne bougent pas et qu'au final c'est de leur faute.

### **Cela induit-il un sentiment de culpabilité ?**

Tout à fait, et aussi une mauvaise estime de soi. Cela alimente une sorte de fardeau. Le gros peut penser qu'il est un problème pour la société, alors que ce n'est pas nécessairement le cas. Cela donne aussi le sentiment qu'on ne devrait pas exister. Il y a une espèce de honte qui vous envahit. Tout cela est très malsain et n'aide pas les gens à avoir une bonne santé. Quand je dis cela, je parle à la fois de la santé mentale et de la santé physique. Cette pression, cette exclusion sociale fait beaucoup de dégâts.

### **Est-ce un livre autobiographique illustré par des tranches de vie personnelles ?**

Le livre est effectivement un mélange de moments vécus mais aussi d'analyse des comportements. Je suis passé par la formule du récit personnel car il est souvent universel. En témoignant de ce que l'on a vécu, l'impact est toujours plus fort.

- *La vie en gros, Regard sur la société et le poids, éditions Somme Toute, 248 pages. 25,95 \$*

## L'ACTUALITE

### Sophie Al Samman prend la présidence régionale de la Ligue contre l'obésité en Rhône-Alpes



Dans son cabinet à Lyon, le docteur Al Samman voit sa clientèle évoluer.

***Elle lance un message à la population médicale :  
« N'attendez pas ! Envoyez les gens qui souffrent d'obésité vers des spécialistes »***

Elle parle cash Mme Al Samman, chirurgien viscéral et désormais nouvelle présidente régionale Rhône-Alpes de la LCO. Cette praticienne, titulaire d'un diplôme inter universitaire (DIU) de chirurgie de l'obésité et d'un DIU européen de nutrition clinique, possède une patientèle obèse essentiellement féminine. Elle opère également des femmes obèses avec des gynécologues. « *J'ai toujours su que que je voulais prendre en charge le surpoids, explique Sophie Al Samman. Quand j'ai passé l'internat, j'ai longtemps hésité à choisir ma spécialité médicale endocrinologie et nutrition, mais je voulais aussi faire de la chirurgie* ». Une fois son diplôme en poche, elle s'installe en libéral à Lyon. « *Lorsque j'ai démarré en 2015, la chirurgie bariatrique n'était pas très organisée, très filiarisée. Aujourd'hui, la prise en charge de l'obésité est mieux*

structurée ».

Outre son implication auprès des patients, cette médecin, qui connaît la Ligue contre l'obésité pour s'être déjà déplacée au colloque des Idées fortes à La Grande-Motte, souhaite faire passer un message à la population médicale. « *Les professionnels de santé doivent arrêter de dire que c'est la faute des malades s'ils sont obèses. Ils doivent les traiter comme s'ils étaient diabétiques et nous les envoyer. Je suis effarée de voir des femmes de 40 ans qui disent que cela fait cinq ans qu'elles demandent à leur généraliste une lettre pour venir me voir. Il faut que les obèses soient envoyés dans les réseaux de soins. C'est la même chose avec la médecine du travail. Statistiquement, il y a un tiers d'obèses dans les gens qu'elle rencontre, mais jamais on ne les incite à venir nous voir. En revanche, si le médecin du travail détecte un souffle au cœur, c'est direct chez le cardiologue...* », s'insurge la nouvelle présidente.

Dans son cabinet, le docteur Al Samman voit sa clientèle évoluer. « *Il y a de plus en plus de super gros. Avant, les rendez-vous avec les patients de 150 kg, ce n'était pas fréquent. Maintenant, c'est plusieurs fois par semaine. Et la population est devenue très jeune. A l'inverse, on voit un grand nombre de personnes de plus de 60 ans qui galèrent avec l'obésité depuis quarante ans. Ces gens-là n'ont jamais été pris en charge par des spécialistes du poids. Ce n'est pas normal...* ». Et le docteur lyonnais de caresser un rêve professionnel : « *Ce que j'espère, c'est que dans dix ans, on puisse écrire sur nos cartes de visite qu'on n'est ni des nutritionnistes, ni des chirurgiens bariatriques, mais qu'on est des médecins de l'obésité* ». A la Ligue, on souscrit pleinement : l'obésitologue, voilà l'expert de demain.

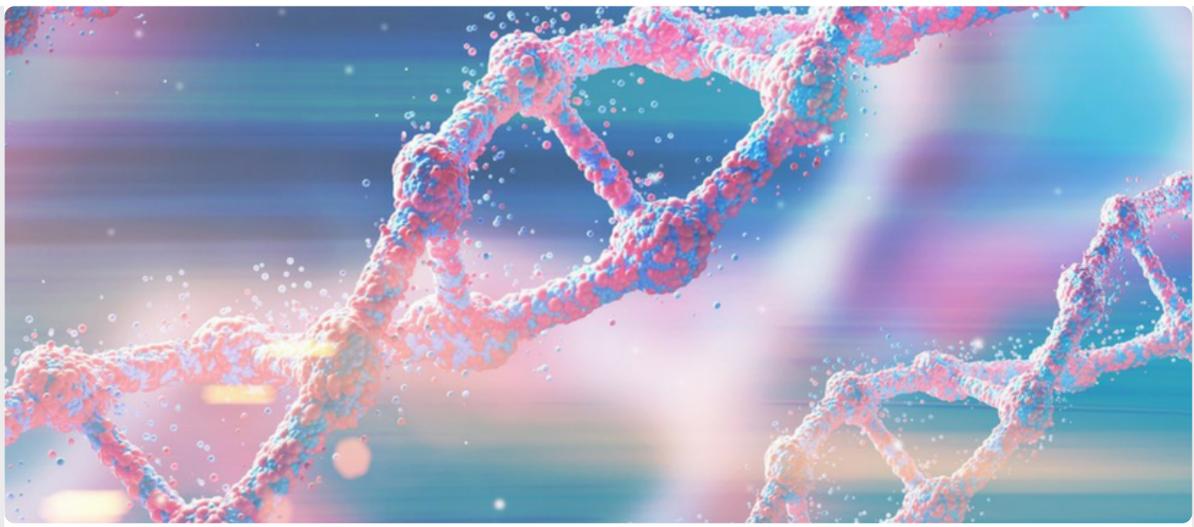


## La Ligue contre l'obésité obtient l'agrément santé

La ministre des Solidarités et de la Santé, Agnès Buzyn, a accordé l'agrément santé à la Ligue contre l'obésité. Par arrêté du 16 avril 2019, cette décision a été publiée au Journal officiel. Cet agrément national, qui a été délivré pour cinq ans, reconnaît à la LCO et à ses associations adhérentes le droit de représenter les usagers dans les instances hospitalières ou de santé publique. Il confirme également que la LCO s'inscrit parfaitement dans les dispositions relatives au régime juridique des associations qui font appel à la générosité.

## LE DOSSIER

### La génétique au menu de l'obésité



## ***Les mutations et différences génétiques entre les individus constituent des facteurs de risque d'obésité. La science cerne peu à peu les gènes qui régule l'appétit.***

Pas d'égalité face à la nature. Ça on le savait et deux études publiées récemment dans la revue *Cell* le confirme encore une fois. Elles montrent que des mutations génétiques augmentent le risque d'être en surpoids ou obèses.

Les deux études ont été réalisées grâce aux données recueillies auprès de 500 000 personnes âgées de 40 à 69 ans. Pour la première enquête, les chercheurs britanniques ont travaillé sur les mutations du gène MC4R (Mélanocortine 4). Ils en ont identifiés 61 variantes.

Lorsque ce gène est normal, il envoie un signal de satiété au cours du repas, mais lorsqu'il est altéré par une mutation, le corps ne reçoit pas ce message. 6% des enfants en obésité sévère auraient cette modification du gène MC4R.

Les chercheurs de l'université de Cambridge ont analysé le fonctionnement de ce gène chez les personnes minces : pour certaines d'entre elles, il est actif en permanence. Cela signifie qu'elles ressentent la satiété de manière continue. L'équipe de chercheurs estime que 6% de la population porterait cette mutation particulière.

### **À partir de 3 ans et demi**

Une seconde équipe de recherche, de l'hôpital général du Massachusetts (Etats-Unis) a utilisé les mêmes données pour établir une échelle de risque d'obésité basée sur l'ADN. Ils ont analysé l'ensemble des mutations génétiques associées à un risque d'obésité. Les personnes qui obtiennent les scores les plus élevés pèsent 13 kilos de plus en moyenne que ceux qui ont les scores les plus faibles. « *Nous avons été étonnés par la différence* », affirme le Dr Sekar Kathiresan, co-auteur de la recherche.

Dans l'étude, les personnes en obésité sévère étaient 60% à avoir un score élevé. Les chercheurs ont voulu comprendre à quel moment de la vie ce risque devient réalité. Ils ont constaté qu'à la naissance, le score sur l'échelle de risque n'influe pas sur le poids. En revanche, à partir de 3 ans et demi, les bébés qui ont un score élevé sont plus lourds que les autres enfants de leur âge. À 8 ans, la plupart sont déjà obèses, et à l'adolescence, ils pèsent 13 kilos de plus en moyenne que ceux aux faibles scores.

Dans leur rapport, les scientifiques précisent qu'un score élevé sur l'échelle de risque d'obésité calculée par rapport à l'ADN ne signifie pas que la personne sera nécessairement obèse. Seule certitude : elle devra probablement faire plus d'efforts pour maintenir son poids de forme.

### **Le rôle de l'hypothalamus**

Dans le droit fil de la recherche génétique, une équipe scientifique du Baylor College of Medicine et de l'Université de Cambridge cherche à mieux comprendre la façon dont le corps régule l'appétit. Selon ces experts, rapporte la revue *Nature Communications*, le gène SRC-1 affecte le contrôle du poids corporel en régulant la fonction des neurones dans l'hypothalamus, le centre de l'appétit du cerveau. L'expérience menée démontre que les souris dépourvues du gène SRC-1 mangent en plus grande quantité et

deviennent obèses. Cela semble également être le cas pour l'homme, chez qui le gène SRC-1 apparaît impliqué dans la régulation du poids.

Enfin, les chercheurs identifient chez les enfants gravement obèses 15 variantes génétiques SRC-1 rares qui perturbent sa fonction de régulation. Des souris génétiquement modifiées pour exprimer l'une de ces variantes mangent également davantage et prennent du poids.

## LE BLOC-NOTES



### Fanny Lannoy rejoint l'équipe de la Ligue

La Ligue contre l'obésité se renforce à Paris. Fanny Lannoy, 30 ans, vient de rejoindre la LCO. Basée au 24 rue Tronchet à Paris, elle est particulièrement chargée de développer les antennes départementales sur le territoire national, notamment la région Île-de-France. Cette présence parisienne permanente permet à la Ligue d'être représentée dans tous les rendez-vous nationaux en lien avec l'obésité. Détentrice d'un diplôme de diététicienne obtenu à Paris, Fanny Lannoy, qui revient d'un long séjour de six ans en Australie, est entourée par un groupe de patients bénévoles très actifs.

Bienvenue à notre nouvelle recrue !



### Du théâtre à Montpellier et Bordeaux

À votre agenda ! Conduite par le jeune acteur et metteur en scène Julien Vaiarelli, la compagnie de théâtre La Cabane se produira à Montpellier et Bordeaux au profit de la Ligue contre l'obésité. Interprétée par des élèves du cours Florent, la pièce intitulée « Les carabins » a été spécialement écrite pour la Ligue contre l'obésité. Elle raconte les péripéties d'étudiants en première année de médecine confrontés à leur première dissection.

Le coup d'envoi de ces deux soirées caritatives se déroulera le 25 juin à Montpellier, à partir de 18 h 30, dans les locaux de l'ancienne faculté de médecine, 2, rue de l'Ecole-de-Médecine.

La seconde est programmée le 8 novembre à l'Agora du Haut-Carré (université de Bordeaux) à Talence.

Pour toute information et réservation :  
[contact@liguecontrelobesite.org](mailto:contact@liguecontrelobesite.org)

## LE COUP DE POUCE

### Asapes 19 mise sur les séances de yoga



La présidente Odile Nayrac, en tee-shirt bleu au centre du groupe Asapes 19.

Harmonie, apaisement et bienveillance. En Corrèze, l'association Asapes 19 (Aide et soutien aux personnes en surpoids de la Corrèze), créée en février 2013, développe depuis 2017 les séances de yoga. Et cette activité remporte un vif succès auprès de la soixantaine d'adhérents. « *C'est formidable, s'enthousiasme la présidente Odile Nayrac. C'est à la fois un moment de relaxation mentale et de détente physique. Dans la vie, on est toujours bousculé. Là, on remet les pendules à l'heure. On se recentre sur soi par les assouplissements, la mobilisation articulaire et musculaire* ».

Tous les mercredis au centre sportif et culturel de Tulle, Hervé, le coach du groupe, dispense ses cours de yoga et ses conseils pendant une heure trente.

Objectif : faire prendre conscience aux participants des bienfaits et des effets de l'activité. « *Cela atténue les douleurs, calme l'esprit et procure un sentiment d'apaisement* », poursuit Odile.

Mise en place l'an dernier grâce à un député, cette séquence qui s'étale sur plusieurs mois revient à 65 € la séance. « *Nous demandons une participation de 3,80 € à chacun, mais en fonction du nombre de présents qui varie de dix à quinze, nous ne couvrons pas l'intégralité des frais*, explique la présidence. *Nous devons donc puiser dans notre modeste trésorerie* ».

Autant dire qu'en décrochant, en octobre dernier, l'appel à projet lancé par la ligue « la bourse Obésinov », l'association Asapes 19 a eu le sourire... et peut rester zen. « *C'est bien utile pour nous permettre de continuer*, reconnaît Odile Nayrac. *Les adhérents apprécient ce moment et se montrent très assidus* ».

Position du lotus, quand tu nous tiens...

## LA RECHERCHE

### Faire bouger les bébés

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) suggère de faire bouger les bébés. Après avoir publié ses premiers conseils sur l'activité physique, le comportement sédentaire et

le sommeil chez les enfants de moins de 5 ans, le 26e congrès européen de l'obésité, qui s'est déroulé fin avril à Glasgow, est largement revenu sur ces recommandations en insistant sur la nécessité de la prévention dès le plus jeune âge. Dans ses conclusions, le congrès préconise, par exemple, de la gymnastique quotidienne (30 minutes) sur le ventre pour les bébés dès les premiers mois. Il fustige également l'immobilité. Il estime que le temps passé attaché sur les sièges inclinables ne devrait pas dépasser une heure d'affilée.

## L'allaitement contre l'obésité

Les enfants non allaités ont 22% de risques supplémentaires d'être obèses comparés à ceux nourris au sein durant six mois. C'est la conclusion d'une étude de l'OMS présentée à Glasgow au Congrès européen sur l'obésité pilotée par l'institut national de santé Ricardo Jorge, au Portugal. Cette vaste enquête repose sur l'analyse d'un panel de 3 000 enfants âgés de 6 à 9 ans dans 16 pays européens. Devant l'échec des politiques de santé à faire reculer l'obésité infantile en Europe, les auteurs appellent à encourager l'allaitement, améliorer la formation des professionnels, protéger davantage les mères allaitantes sur le plan légal, renforcer les contrôles marketing des fabricants de lait pour bébés... Objectif : atteindre un taux d'enfants en allaitement exclusif les six premiers mois de 50 % d'ici 2025. En France, aujourd'hui, ce taux est d'environ 25%

## LES INFOS DE LA PLANÈTE



### Inquiétude en Turquie

Selon des données récentes de l'Organisation mondiale de la santé (OMS), 32% des enfants turcs âgés de 2 à 18 ans sont sur le point d'être obèses.

L'obésité infantile présente également un risque de développer le diabète de type 2, qui est connu comme une maladie adolescente, ainsi que l'hypertension et les maladies cardiovasculaires.



### Produits chimiques suspects

Le « Maine Medical Center » situé sur la côte Est des Etats-Unis vient de recevoir une subvention fédérale de 2,2 millions de dollars afin de savoir si certains produits chimiques couramment trouvés dans les articles ménagers peuvent contribuer à l'obésité chez les adolescents et les rendre plus enclins à l'ostéoporose plus tard dans la vie. « *L'adolescence est un moment important où notre corps accumule à la fois l'os et la graisse* », a déclaré le chercheur principal, le Dr Abby Fleisch, endocrinologue pédiatrique à Maine Med. « *Peu d'études humaines ont examiné comment ces produits chimiques dans notre environnement pourraient avoir un impact sur notre accumulation de*

*graisses et la santé de nos os* », estime le scientifique américain.

## L'ASSOCIATION

### Némo Nîmes en stage sportif



Des activités sportives animées par des coach professionnels. Crédit photo : Julie Munch - France Bleu Gard Lozère

L'association Némo Nîmes Obésité, présidée par Fabienne Stievenart, a organisé son premier stage sportif pour les personnes en surpoids mi-mai à Cruviers-Lascours, entre Nîmes et Alès. Une quarantaine d'hommes et de femmes de tous âges ont participé à cette session.

Animé par des coach professionnels, ce stage a permis aux adhérents de pratiquer le renforcement musculaire, le yoga et la danse. Cathy Castel, coach sportif bénéficiant d'une formation spéciale pour enseigner le sport aux personnes malades, a travaillé avec les stagiaires sur l'acceptation du corps et la confiance en soi.

Devant le succès de cette première édition, le stage, qui a fait l'objet d'un reportage diffusé par France Bleu Gard Lozère, devrait être reconduit dans les mois qui viennent.

[Retrouvez l'intégralité des reportages audio et vidéo de France Bleu Gard Lozère ici](#)

## LES TEMOIGNAGES

**Déjà plus de 1 300 appels à l'aide**

Depuis le lancement du mail du centre d'aide [info.obesite@liguecontrelobesite.org](mailto:info.obesite@liguecontrelobesite.org), nous recevons



des témoignages de personnes souffrant d'obésité ou de proches. Nous tentons de répondre à chacun d'eux afin de ne pas laisser s'installer la détresse et l'isolement. Chaque mois, nous publierons un ou deux témoignages anonymes dans le but de démontrer que les conséquences de la maladie sont souvent complexes et multiples.

*Lucille* : « Bonjour, ma fille âgée de 13 ans mesure 1m73 et 120 kg. Depuis son enfance et malgré le fait que je pèse tous ses aliments et que nous avons des rendez-vous avec une endocrinologue, elle continue à prendre du poids. Nous avons découvert qu'elle a une mutation MC4R et une hyperinsulinie sans traitement. Connaissez-vous des spécialistes qui pourraient la prendre en charge car, toute seule, je n'en trouve pas et on me demande toujours un courrier du médecin qui ne m'oriente pas. Merci. »

*Eva* : « Bonjour, je sais qu'il existe des prédispositions génétiques à l'obésité (gènes impliqués dans l'obésité). J'aurai aimé savoir si ces mutations pouvaient être acquises au cours de la vie (ou si c'était juste à la naissance) ? Merci. »

## LES ADHESIONS

### Nouvelles têtes et nouvelles compétences

Au cours de ces dernières semaines, de nouveaux adhérents ont rejoint la Ligue contre l'obésité. Ces arrivées permettent de renforcer le maillage territorial constitué de professionnels impliqués dans la prise en charge de l'obésité. Bienvenue à :

**- Jean DUROU (46)**

Chirurgien viscéral. A obtenu le DU cardiologie et le DU obésité.

**Contact** : 06 81 21 15 03 ou jean.durou@psv47.fr

**- Dieudonné NTIRANDEKURA (47)**

Chirurgien viscéral et digestif, chirurgien bariatrique labellisé soffcom.

**Contact** : drntira.secretariat@gmail.com

**- Nicole GENDRE-CHATILLON (33)**

Infirmière, a obtenu un DU d'éducation thérapeutique du patient

**Contact** : ldegastro-jeanillon@aquitainesante.fr

**- Laure PRINGUEY (34)**

DU pédagogie et psychologie du comportement alimentaire

**Contact** : 06 68 19 75 01

## LA REVUE DE PRESSE

L'activité de la Ligue contre l'obésité intéresse les médias. Retrouvez ici les sujets traités par la presse locale, régionale et nationale, écrite, radio, télé ou numérique :

- La Croix/Le Pèlerin : [cliquez ici](#)

- Sportmag.fr : [cliquez ici](#)



**Ligue contre l'obésité**  
360, avenue des Etats-du-Languedoc  
34000 Montpellier  
[contact@liguecontrelobesite.org](mailto:contact@liguecontrelobesite.org)



Cet email a été envoyé à dralsammanzouaghi@gmail.com.  
Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur Ligue nationale Contre l'Obésité.

[Se désinscrire](#)

Envoyé par



© 2019 Ligue nationale Contre l'Obésité