

Mars 2019



ACTUS Obésité

CHANGEONS NOTRE PERCEPTION



LE DOSSIER

Une enquête mondiale sur la santé des ados démontre la montée en puissance de l'obésité



La santé des adolescents a été passée au crible dans une étude publiée dans la revue scientifique britannique The Lancet. Le nombre de jeunes obèses ou en surpoids a plus que doublé depuis 1990 : 324 millions d'adolescents et de jeunes adultes sont désormais concernés.

Il y a plus d'adolescents que jamais sur la planète et leur santé est en pleine évolution. Selon une gigantesque étude dont les conclusions viennent d'être publiées par le journal médical The Lancet, l'obésité, l'anémie, la consommation d'alcool et de tabac, mais aussi les critères sociaux ayant des conséquences sur la santé comme les mariages précoces ou l'accès à l'enseignement sont à l'origine de grands bouleversements sanitaires chez les adolescents. « *Il y a un grand changement épidémiologique au niveau planétaire, résume Mathieu Bélanger, le directeur de la recherche du Centre de formation médicale du Nouveau-Brunswick (Canada). Il y a un déplacement de l'état de santé de nos jeunes qui passe d'un état plutôt précaire vers des maladies qui sont plus associées à des environnements riches, mais ce n'est pas nécessairement mieux.* »

Pour réaliser cette enquête, les scientifiques ont pris en compte 12 indicateurs de la santé des adolescents et des jeunes adultes vivant dans quelque 195 pays à travers le monde. Résultat : 53% des personnes âgées de 10 à 24 ans, contre 46% en 1990, vivent dans un territoire qui cumule les difficultés. Les scientifiques ont identifié 70 pays dans lesquels les risques sanitaires liés aux

maladies, à l'alimentation ou encore à la violence sont particulièrement élevés pour les plus jeunes.

Un jeune sur cinq âgé de 10 à 24 ans souffre d'obésité

Les scientifiques mettent particulièrement en garde contre la forte progression du nombre de jeunes obèses ou en surpoids qui a plus que doublé depuis 1990. Aujourd'hui, la population d'adolescents et de jeunes adultes obèses ou en surpoids atteint 324 millions, soit 20% de cette tranche d'âge. « *Il y a un plus grand fardeau associé aux maladies chroniques qui sont plus difficiles à gérer dans le temps. Il y a de plus en plus de gens qui sont exposés à des habitudes de vie qui mènent au surpoids et à l'obésité* », commente M. Bélanger.

L'étude révèle ainsi que près d'un cinquième des adolescents de la planète souffre d'embonpoint ou d'obésité. Soit un bond de 120 % par rapport à 1990. Cela signifie que l'on compte aujourd'hui 180 millions d'adolescents de plus qui sont trop gros ou obèses.

Un seul pays sur 195, le Congo, échappe à une augmentation du surpoids et de l'obésité à l'échelle mondiale. On constate une augmentation importante du problème dans pratiquement tous les autres pays. « *Il y a lieu de s'inquiéter, car l'obésité est associée à une augmentation des maladies chroniques qui sont très difficiles et très coûteuses à gérer*, estime Mathieu Bélanger. *Les endroits les plus marqués par l'augmentation de l'obésité, et qui vont éventuellement devenir plus affligés par une augmentation de la prévalence des maladies chroniques, ce sont les endroits qui ne faisaient pas encore face à ces défis-là et qui ont moins les moyens économiques de les affronter.* »

L'ACTUALITE



Consultation santé : la Ligue partenaire de make.org

La plateforme de consultation et de réengagement citoyen make.org s'apprête à lancer une grande consultation nationale du 26 mars au 26 mai sur le thème « Comment permettre à chacun de mieux manger ? ». La Ligue de l'obésité s'est associée à cette démarche qui se déroulera en trois phases.

Dans un premier temps, place à la consultation citoyenne : 500 000 personnes seront consultées durant deux mois sur la question du « mieux manger ». La deuxième phase dite de transformation permettra aux acteurs engagés dans cette grande cause de concrétiser à travers des ateliers les propositions émergentes citoyennes en actions positives pour la société. La dernière phase consistera à mettre en place les actions proposées par les ateliers et de mesurer leur impact pendant deux ans.

Pour vous inscrire à la phase de lancement qui aura lieu le 26 mars à Paris, [cliquez ici](#).



Elyne, des sous-vêtements sur-mesure

Spécialiste de la ceinture de maintien, la société

Obesinov installée à Montpellier vient de lancer une nouvelle gamme de sous-vêtements sur-mesure. Celle-ci répond à la fois aux critères de la technicité et à une exigence de féminité. Baptisée Elyne, cette collection propose des soutiens-gorge adaptés à toutes les morphologies. Entièrement réalisée sur-mesure, cette lingerie spécifique - qui a nécessité quatre ans de recherche et de développement - offre des qualités techniques et un confort total. « *Nos produits s'adressent aux femmes à forte corpulence ou à des personnes qui ont eu un cancer du sein*, explique Léa Garros, responsable produits chez Obesinov. *D'abord la cliente choisit un modèle, ensuite nous prenons vingt mesures lors d'un premier rendez-vous. Le produit est ensuite fabriqué en quinze jours et, lors d'un second rendez-vous, nous passons à la phase d'essayage* ». Prix public d'un soutien-gorge : 85 €.

Confectionné dans l'usine Obesinov sous la responsabilité d'un ingénieur français, chaque soutien-gorge bénéficie de quatre modèles : ouverture devant ou dans le dos, avec ou sans baleine. Trois couleurs sont aujourd'hui disponibles (blanc, noir, chair), mais des études sont en cours pour élargir le choix.

La gamme Elyne propose également des culottes gainantes, des culottes taille basse et des shorty.



L'ONU appelle à une alimentation plus saine

L'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO) appelle les villes et les autorités locales à oeuvrer en faveur d'une alimentation plus saine et durable. Cet appel a été lancé par le directeur générale de la FAO, José Graziano da Silva, lors d'une réunion au siège de l'Onu consacrée aux rôles des villes dans la réalisation du Programme de développement durable à l'horizon 2030. Au cours des trois dernières années, la faim a augmenté tout comme le nombre de personnes souffrant d'obésité. « *Le surpoids et l'obésité sont au augmentation partout, mais surtout dans les zones urbaines, où les gens sont plus susceptibles de manger des aliments transformés de moindre qualité, riches en acides gras, en sucre et en sel* », a alerté José Graziano da Silva.

LE COUP DE POUCE

Le Cocon de Cholet œuvre pour l'estime de soi



Virginie Le Guen, présidente de l'association Le Cocon (à droite sur la photo) a mis au point des ateliers d'estime de soi.

Un dessin, une image, un texte... la parole se libère et la confiance revient. Mis en place par l'association Le Cocon, à Cholet (Maine-et-Loire), l'atelier « Estime de soi » a pris son rythme de croisière.

Lancé grâce au soutien de la bourse Obesinov, ce projet est très vite entré dans sa phase active en 2019 avec deux réunions par mois. La première est animée par une psychologue, la seconde par une arthérapeute. « *Nous organisons ces ateliers en alternance*, explique Virginie Le Guen, présidente de l'association depuis quatre ans. *Les 1 000 € accordés par la bourse Obesinov nous permettent de rémunérer les professionnels qui accompagnent les groupes* ». Des groupes de dix personnes maximum qui participent à des travaux de libération de la parole, d'estime de soi et de confiance retrouvée. « *À travers des exemples, il y a un travail d'interprétation. Ces moments favorisent le lien social et permettent de rompre avec l'isolement*, poursuit Virginie. *Ils aident aussi les patients à apprendre à se valoriser.* »

Active, l'association Le Cocon, qui revendique 60 adhérents, a déjà obtenu une bourse Obesinov l'an dernier. Ce premier coup de pouce lui avait permis de mettre en place des ateliers culinaires et s'attacher les services d'une diététicienne.

LE BLOC-NOTES



Julia, l'experte en communication anime les réseaux sociaux de la LCO

Julia Thalamy, 28 ans, chargée de communication événementielle et de l'animation des réseaux sociaux, vient de rejoindre la Ligue contre l'obésité. Depuis le 4 mars, cette Parisienne - qui vit à Montpellier depuis vingt-trois ans - a intégré la LCO avec pour mission le rayonnement de la structure à travers des opérations de communication, de stratégie et de marketing digital. Diplômée en 2015 d'un Master en communication des entreprises délivré par l'Iscom de Montpellier, Julia a déjà multiplié les expériences : chargée de communication pour des collectivités, pour une écurie de sport automobile, commissaire du salon nautique de Port-Camargue et même gestion d'une boutique épicerie bio. La LCO lui souhaite la bienvenue. Pour joindre Julia : 07 77 32 63 57
Mail : contact@liguecontrelobesite.org



Soutenez la Ligue en choisissant Prizle

Le site Prizle (« La solidarité n'a pas de prix ») aide la Ligue contre l'obésité. Innovation sociale numérique, Prizle, qui a noué des partenariats avec près de 1 000 sites de e-commerce, permet aux internautes de financer des causes caritatives lors de leurs achats en ligne, sans verser un centime supplémentaire sur le montant total. A chaque transaction, le site marchand rogne sur sa marge et reverse un pourcentage du total des commandes à l'association choisie par le client. La Ligue contre l'obésité a intégré ce circuit et bénéficie désormais des retombées de ce shopping solidaire.

Pour aider la Ligue, il suffit de se connecter sur Prizle.com, de s'inscrire et de choisir dans la catégorie

« santé » l'association Ligue contre l'obésité.

Pour réaliser les manipulations sur votre ordinateur et soutenir financièrement la Ligue, rendez-vous

[ici](#).

LA RECHERCHE

Personnalité Le regard sur le poids corporel, le sien et celui des autres a une influence sur le bien-être, la qualité de vie et des relations sociales. La combinaison de cinq traits de personnalité (la conscience, la franchise, la bienveillance, la névrose et l'extraversion) semble dicter l'attitude vis-à-vis du corps, le sien et celui de l'autre et la manière dont cette attitude s'exprime. Telle est la conclusion d'une étude menée par l'équipe de la Florida State University (Etats-Unis) qui, pour la première fois, décrit la relation entre la personnalité et cette attitude critique à l'égard du poids corporel. En pratique, ces cinq traits de personnalité déterminent la propension à tenir un discours critique ou à exercer une discrimination pondérale vis-à-vis de son poids comme celui des autres. Cette étude a été conduite auprès de 3 099 femmes avec enfants.

Immigration La vie d'immigrant peut provoquer des maladies chroniques. Au terme de plusieurs études menées en Amérique du Nord, des médecins ont constaté une perturbation importante du microbiome intestinal chez les immigrants, avec pour conséquence des cas d'obésité et des désordres métaboliques. L'enquête citée par le Journal de Montréal démontre que la proportion des immigrants obèses augmentait de presque trois fois, quinze ans après leur arrivée sur le sol canadien. Parmi les immigrants, les réfugiés semblent particulièrement vulnérables à l'obésité, avec une prise de poids très rapide pour les populations originaires du Sud-Est asiatique. Généralement associée à une amélioration spectaculaire des conditions de vie, en particulier pour les communautés persécutées qui vivaient dans des conditions de vie très difficiles dans leur pays d'origine, l'immigration semble malheureusement contrebalancée par une détérioration de la santé métabolique lorsque les immigrants adoptent les habitudes de vie nord-américaines, en particulier au niveau alimentaire.

Enfance Les enfants obèses peuvent avoir des difficultés supplémentaires avec le travail scolaire et doivent faire face au stress. Dans une enquête réalisée auprès de 23 000 parents, des chercheurs américains ont constaté que les enfants obèses étaient moins susceptibles de montrer certains indicateurs d'épanouissement, comparativement à leurs pairs de poids normal. Selon l'étude, cela peut se traduire par moins d'engagement dans le travail scolaire et l'apprentissage, et plus de difficultés à faire face à des situations difficiles. L'enquête note aussi que les enfants victimes d'obésité ont tendance à passer plus de temps sur les médias numériques et à moins dormir. « *Il y a une relation négative claire en l'obésité et les marqueurs de l'épanouissement* », commente le docteur Nastasha Gill de l'Université Brown et de l'hôpital pour enfants de Hasbro (Rhodes Island). Les résultats de cette vaste étude ont été présentés à la réunion annuelle de l'Académie américaine de pédiatrie.

ALERTE GROSSOPHOBIE



Exposition à Paris

La Ville de Paris a organisé une exposition « Grossophobie, Stop ! Ensemble, réagissons » fin février début mars sur les façades de la Caserne Napoléon, rue de Rivoli. Signées Emilio Poblete, les 25 photographies avaient été prises il y a deux ans lors d'un défilé contre la grossophobie. A cette occasion, le public avait découvert 35 modèles non-professionnelles porter des vêtements de créateurs, réalisés en grande taille afin de célébrer la diversité des corps et la beauté de toutes les femmes. Ces clichés, accompagnés d'un témoignage des modèles d'un jour, ont été présentés au moment de la Fashion Week femme automne/hiver 2019/2020.



Miss Ronde France 2019

©La Presse de la Manche/Claudine KEMPF

Samedi 16 mars, la jeune Réunionnaise Chloé Fock Kam est devenue Miss Ronde France 2019. Elle succède à la Parisienne Anaïs Auvray. L'élection s'est déroulée à Ham, dans la Manche. Huit régions étaient présentes à l'heure du défilé (Guadeloupe, Ile-de-France, Basse-Normandie, Alsace, La Réunion, Martinique, Bretagne et Paris). Les candidates ont fait face au jury dans cinq tenues différentes et répondu à un questionnaire. Plus qu'une compétition, Miss Ronde est une réponse à la grossophobie ambiante. « *Je suis fière de mes rondeurs, de mon métissage car derrière cette enveloppe chamelle se cache un cœur* ». Chloé, bientôt 18 ans souhaite profiter de son élection pour « *changer le regard des autres, qui est souvent blessant, culpabilisant* ».



Camille Cerf victime de quolibets

Après la chanteuse Louane (lire notre Newsletter de février 2019), c'est au tour de Camille Cerf, miss France 2015, d'essuyer sur les réseaux sociaux des remarques déplacées sur son physique. En vacances à Dubaï avec Iris Mittenaere, l'ancienne Miss Univers 2016 et Miss France 2016, Camille Cerf a publié une photo de leur look sur Instagram. Si la plupart des commentaires sous le cliché sont plutôt bienveillants et flatteurs, un internaute a écrit « *Tu fais grosse à côté d'elle* ». Un commentaire auquel elle a décidé de réagir. « *Je ne comprendrai décidément jamais la cruauté de certains... Ce genre de commentaire fait toujours mal au cœur, mais je suis bien dans mon corps et dans la tête, a répliqué la jeune femme qui avoue mettre du 38, voire du 40. La beauté n'est pas une question de chiffres, l'important c'est d'apprendre à s'aimer, alors aimez-vous* », souligne-t-elle.



LES TEMOIGNAGES

Déjà plus de 1 000 appels à l'aide

Depuis le lancement du mail du centre d'aide info.obesite@liguecontrelobesite.org, nous avons reçu 1012 témoignages de personnes souffrant d'obésité ou en état de surpoids. 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.

Mila : « Bonjour, je suis depuis de très nombreuses années en surpoids. J'ai fait de nombreux régimes et depuis dix ans je suis en obésité sévère. Je suis quelqu'un de plutôt sportif mais je fais régulièrement des crises d'hyperphagie. J'aimerais avoir une aide médicale en sachant que je ne souhaite pas d'opération. Cordialement. »

Georges : « Bonjour, Souffrant d'obésité depuis des années et étant en souffrance sur ce sujet, j'aurai voulu pouvoir trouver quelle parcours je pourrai suivre pour trouver une solution durable. Merci. »

LES INFOS DE LA PLANÈTE



Des Anglais misent sur le Brexit pour lutter contre l'obésité

Selon un économiste politique international de l'université de Warwick et un nutritionniste de la London Metropolitan University, le Brexit pourrait permettre de lutter contre l'obésité en réduisant la consommation de sucre, notamment en augmentant son prix de vente aux consommateurs. Ces experts estiment qu'en réduisant les subventions agricoles aux producteurs de sucre et en les encourageant à produire des aliments plus sains, l'obésité pourrait reculer en Grande-Bretagne. La recherche en matière de santé publique en Angleterre a révélé l'an dernier que le sucre constitue 13,5% de l'apport calorique pour les enfants âgés de 4 à 10 ans et 14,1 % pour les adolescents, soit trois fois la quantité recommandée.

Air Canada devra



dédommager les passagers obèses

La compagnie Air Canada vient d'être condamnée à rembourser tous les billets d'avion chargés en trop pour l'accompagnateur d'une personne handicapée ou d'un siège additionnel nécessaire à un obèse entre 2005 et 2008. Le recours collectif faisait valoir que les pratiques tarifaires d'Air Canada étaient abusives et discriminatoires selon la Charte des droits et libertés. Désormais, dans le cas « d'une déficience en raison de l'obésité nécessitant un siège additionnel », l'évaluation sera faite au cas par cas en le passager et la compagnie aérienne.

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 :

- Catherine TAMARINDI

Médecin nutritionniste, formée au Diplôme Universitaire (DU) de chirurgie Bariatrique, DU surpoids et obésité enfant ainsi que le DU nutrition humaine. Elle exerce son activité en libéral à Haguenau (Bas-Rhin).

Contact : catrintana@msn.com

- Pamela NESSLANY

Médecin nutritionniste dans le service de chirurgie générale et endocrinologie CHRU de Lille (Hauts-de-France).

Contact : 03 20 44 59 62

- Elodie GUILBERT

Enseignant en activités physiques adaptées à Lille (Hauts-de-France). Consulte au sein de son cabinet ainsi qu'à domicile sur Lille. Formée à l'ETP chirurgie bariatrique.

Contact : elodie.guilbert@hru-lille.fr



Ligue contre l'obésité

360, avenue des Etats-du-Languedoc
34000 Montpellier

contact@liguecontrelobesite.org



Cet email a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}.
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