

Obésité : un problème de taille

Un Marseillais sur six serait en surcharge pondérale. Une statistique qui reste stable ces dernières années

Ville la plus embouteillée, ville où l'on grille le plus de feux, ville la plus polluée, Marseille collectionne souvent la place... de dernier de la classe. Si Marseille porte souvent le bonnet d'âne, elle peut parfois se montrer bonne élève. En matière de santé et particulièrement d'obésité, elle tient le haut du tableau. Un Marseillais sur six serait concerné selon les données tirées du rapport ObEpi. Autre bon point et pas des minces, elle appartient à une des régions où le surpoids est le moins prononcé avec 11,7% des habitants de Paca touchés contre 20,9% pour l'ancienne région Champagne-Ardenne et 15% au niveau national.

Il n'empêche que le poids demeure un problème de santé publique comme le montrent, également, les chiffres de la dernière étude menée par la Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques (Drees) et de l'Inserm. Ainsi, près d'un Français sur deux de plus de 30 ans est concerné par un excès de poids. "On estime qu'aujourd'hui en France, 49% des adultes sont en surcharge pondérale,

"On note une stabilisation de l'obésité depuis quatre à cinq ans."

dont 32% en surpoids (Indice de masse corporelle - IMC - supérieur à 25) et près de 17% sont obèses (IMC supérieur à 30)", rapporte-t-elle avec un pic entre 25-55 ans.

Des chiffres assez alarmants, même si on note une "stabilisation de l'obésité depuis quatre à cinq ans", comme le souligne le Dr Virginie Castéra, chef du service d'endocrinologie de l'hôpital Saint-Joseph. Les différentes campagnes de sensibilisation, qui continuent à exister, comme la journée européenne ce week-end, ont peut-être permis



Le risque d'être en surpoids augmente avec l'âge et les hommes sont particulièrement touchés. Sept sur dix auraient un problème de poids après 55 ans. /PHOTO ADOBESTOCK

cette prise de conscience". Autre enseignement de cette étude, l'obésité est clairement en relation avec le niveau socio-économique. Les familles les plus démunies ont plus de difficulté à disposer d'une alimentation de qualité et diversifiée. À Marseille comme ailleurs. Pour preuve, une étude de l'Observatoire de la santé datée de 2009 posait déjà le diagnostic d'une véritable "fracture sanitaire entre le sud et le nord de la ville".

"L'alimentation est impliquée dans cette épidémie des temps modernes. Les produits transfor-

més, la sédentarité favorisent cette pathologie, poursuit le spécialiste. On évoque aussi des facteurs environnementaux et épigénétiques. L'environnement fetal du bébé pendant la grossesse peut être lié au surpoids, notamment lorsque les mamans ont pris beaucoup de poids pendant la grossesse." Pour l'endocrinologue, il y a urgence à se soigner. "Aujourd'hui, il y a plus de personnes obèses que de gens diabétiques, dit-elle. Concernant l'obésité, les traitements ont considérablement évolué. Plusieurs dispositifs sont à notre disposition

dont la chirurgie bariatrique qui a de très bons résultats. Une étude a montré que les chances de survie étaient plus grandes après une opération. On diminue un nombre de complications liées au surpoids comme l'hypertension, le diabète, les maladies articulaires ou psychiatriques parfois associées à l'obésité."

Bons élèves, les Marseillais ne sont pas près de quitter le tableau d'honneur. Selon la revue "Nature", l'obésité gagnerait du terrain plus vite dans les zones rurales qu'urbaines!

Florence COTTIN

L'OBÉSITÉ EN CHIFFRES

- En dix ans, l'obésité sévère a augmenté comme en témoignent les chiffres. Dans l'Hexagone, environ 7 millions de personnes sont obèses, soit 17% des adultes français et une personne sur six, selon l'Inserm, à Marseille. Un chiffre en forte augmentation car ils n'étaient que 8% en 1997.
- En 2015, plus d'un homme adulte sur deux était en surpoids ou obèse (54%), contre 44% des femmes. Le risque d'être en surpoids augmente avec l'âge, surtout chez les hommes: c'est le cas de 7 hommes sur 10 chez les 55-74 ans.
- Le coût de cette maladie, que les médecins n'hésitent plus à appeler épidémie, avoisine les 5 milliards d'euros par an pour l'Assurance maladie, en prenant en compte les pathologies liées à l'obésité.

LE TÉMOIGNAGE

"Le moindre aliment me profitait"

Pour Karine, "bientôt la cinquantaine", il y a un avant et un après. Fin 2018, elle pèse 97kg et mesure 1,55m. Ce surpoids lui pose de plus en plus de problèmes, si bien qu'en janvier dernier, elle subit, à l'Hôpital européen, une chirurgie bariatrique. Une sleeve qui l'ampute d'une partie de son estomac. Quatre mois après son opération, elle raconte son parcours. Sa vie d'avant et celle d'aujourd'hui. "Je n'ai pas eu de problème particulier, excepté une tendance à être ronde depuis mon plus jeune âge. Comme on dit à Marseille, le moindre aliment me profitait."

Pendant des années, pour éviter d'être trop "enrobée", elle fait attention à son alimentation. "J'ai eu des périodes où je ne mangeais presque rien. J'ai réussi à tenir un poids correct. Mais tant de restriction en tant d'années, j'ai fini par craquer. Le jour où j'ai recommencé à manger, la balance s'est affolée. En quatre ans, j'ai pris plus de 30kg." Et les complications qui vont avec. "Je ressentais quotidiennement des douleurs dans le dos, aux genoux. Monter les étages devenait de plus en plus compliqué. Devant le miroir, ce n'était vraiment pas génial."

Le déclin est venu de ses petits-enfants. "Je n'arrivais pas à courir avec eux, ni à jouer, dit-elle. Ce n'était plus possible,



Quatre mois après son opération, Karine a déjà perdu 25 kg et retrouvé une joie de vivre. /PHOTO D'ILLUSTRATION ADOBESTOCK

il fallait agir pour profiter de mes petits-enfants."

Si le cheminement jusqu'à l'opération n'a pas été simple, elle regrette cependant d'avoir "trop attendu".

Une semaine après son opération, la balance affichait déjà 7kg de moins. 25, quatre mois plus tard. Elle s'est fixée encore 12 à 15kg à perdre.

"Impressionnant et sans souff-

rance, dit-elle. Les douleurs d'avant se sont envolées et je ne prive pas de manger. Je commence à voir le changement, c'est réconfortant. Doucement je change de garde-robe. Je commence à jouer avec mes petits-enfants ce qui me donne le moral. Une vraie renaissance. Et mon mari m'envoie des petits mots. Que demander de plus?"

F.C.

LES 3 QUESTIONS AU DR AMÉLIE BILLON ENDOCRINOLOGUE À BOUCHARD

"80% des femmes ont recours à la chirurgie"

Si la France n'est qu'au 15^e rang en termes de prévalence de l'obésité dans le monde, elle est, en revanche, le 3^e pays où l'on pratique le plus d'interventions chirurgicales liées à l'obésité. Avec 60 000 opérations par an, elle arrive après les États-Unis et le Brésil.

■ En cinq ans, le nombre d'interventions a triplé en France et les centres de l'obésité ouvrent un peu partout. Est-ce raisonnable?

Sur les cinq dernières années, il y a eu un triplement du nombre d'interventions. Il fallait structurer cette filière. D'où la création de centres labellisés qui permettent la mise en commun de moyen. Aujourd'hui, ce sont des actes extrêmement contrôlés par la Caisse d'assurance maladie pour limiter les opérations sauvages. Il faut savoir que ces opérations s'apparentent à un parcours du combattant. Il y a six mois de délais légaux avant de passer au bloc. Certaines consultations sont obligatoires avec un médecin coordinateur, psychiatre ou diététicienne.

■ Est-ce que ça marche?

La chirurgie bariatrique, ce n'est pas une baguette magique. Les bons résultats dépendent de certaines conditions. Reprendre une hygiène de vie, reprendre une activité physique. Parfois, il peut y avoir après l'opération une reprise de poids mais ce n'est jamais comme avant. Sauf si on retombe dans ses travers initiaux. En général, les patients perdent 20 à 30 kg dans la première année. Ce n'est pas aussi simple que cela. Il y a un changement au niveau de la vie. C'est un bouleversement qui nous pousse à éviter de perdre de vue ses patients. Même en postopératoire, ils doivent être suivis pour garder un équilibre global. N'oublions pas qu'ils doivent s'adapter à leur nouvel aspect physique. Des ateliers sur la gestion de la nouvelle forme corporelle, de la gestion de l'alimentation, du psychique sont toujours mis en place. On peut



Amélie Billon coordonne le parcours de soins au Centre de l'obésité de Bouchard.

proposer aussi des séances de sophrologie. Elles permettent parfois de se réconcilier avec leur corps.

■ Quel est le profil des personnes qui ont recours à cette chirurgie?

Il y a une dizaine d'années, les femmes étaient majoritaires, 80% environ. À présent, la tendance s'inverse. Les hommes commencent à prendre conscience de leur corps. 60% d'entre eux passent à l'acte.

F.C.