

## SANTÉ

# L'obésité progresse à La Réunion

Un quart des Réunionnais est touché par l'obésité. Hier à l'occasion de la journée mondiale qui lui est consacrée, c'est à un changement de regard sur cette pathologie qu'appellent les professionnels de santé afin de mieux la traiter et à terme enrayer sa progression.

« À cause de leur obésité, les personnes qui en souffrent s'interdisent de faire certaines activités. Ils limitent les sorties à l'extérieur mais cela peut aussi se traduire dans le cadre familial. Par exemple, ils ne peuvent plus faire de sports avec leurs enfants. »

Caroline Lafarge, psychologue et coordinatrice du parcours de soins en direction des personnes obèses à la clinique Sainte-Clotilde, détaille une réalité qui touche une population grandissante sur l'île.

Alors que s'est tenue hier la journée mondiale de l'obésité, l'île n'échappe plus à un fléau sanitaire devenu mondial.

En 2017, on considère que 15 % des Réunionnais sont obèses. Un état qui touche davantage les femmes que les hommes. Sur le plan national, les chiffres sont similaires et ne font eux aussi qu'augmenter tous les ans.

## Maladie chronique

Pour expliquer cette évolution, ce sont surtout les modes de vie qui sont pointés du doigt. Outre une sédentarité grandissante, ce sont les habitudes alimentaires qui sont aussi pointées du doigt.

« Les Réunionnais aiment leur cari, indique Nadège Bertrand, présidente de l'association « Vers une nouvelle vie » qui prend en charge l'éducation thérapeutique dans le traitement de leur obésité. Ça peut se comprendre mais il faut aussi apprendre à s'alimenter différemment. Et ce sont des habitudes que l'on prend dès l'enfance. »

Les grignotages constants sont aussi l'une des mauvaises pra-



La pratique sportive peut être un moyen de prévenir l'obésité. (Photos David Chane)

tiques locales à amender. « Manger des bouchons, des samoussas et prendre des boissons sucrées, ce n'est pas sain, note Caroline Lafarge. Ça ouvre la voie à l'obésité. »

Pour autant, tout ne se résume à ces modes d'alimentation. Contrairement à des représentations trop couramment répandues, l'obésité ne dépend pas que du com-

portement des personnes qui en souffrent.

Elle est considérée comme une maladie chronique par l'OMS depuis 1997.

L'un des symptômes serait une forme d'anesthésie de la sensation de satiété. « On a pu observer ça chez certains patients. Le fait de manger 5 pizzas n'arrivait pas

à satisfaire leur faim par exemple. Il y avait un mécanisme dans leur cerveau qui était inhibé. »

## La volonté de changer

Parmi les thérapies qui existent actuellement pour traiter ces troubles, la sleeve gastrectomie et l'anneau gastrique ont le vent en poupe.

Mais elles restent des étapes souvent difficiles à franchir pour les malades. « Ce n'est pas simple de se lancer dans une telle opération, affirme Nadège Bertrand. Ça demande beaucoup de courage parce qu'il y a un changement de mode de vie complet à enclencher après cela. »

Un mode de vie qui inclut une rééducation alimentaire et la mise en place d'un suivi nutritionnel. Car en soi ces opérations ne résolvent pas tout.

C'est la volonté du malade de changer qui lui permet de tourner le dos à son obésité.

Si les stéréotypes mettent encore du temps à évoluer sur cette maladie, Caroline Lafarge ne désespère pas de faire bouger les lignes. « Les regards de la société ne changent sur les obèses qu'à partir du moment où ils développent des maladies associées comme le diabète. Là on prend conscience de la gravité de leur état. Il faut faire en sorte que cette prise de conscience intervienne plus tôt. »

Avec un tel déclic plus précoce et moins culpabilisant, c'est l'ensemble du phénomène de l'obésité qui pourrait être mieux appréhendé. Et peut-être davantage enrayer.

François BENITO

## Journée solidaire au parc de la Trinité



Des conseils ont été prodigués tout au long de la journée.

C'est à l'occasion de la journée mondiale de la lutte contre l'obésité, que l'Hôpital d'Enfants (Association Saint-François d'Assise) a pris l'initiative d'organiser une journée solidaire, hier, au parc de la Trinité. En compagnie de son Unité d'Obésité Infantile (UOI), des professionnels de la Clinique Sainte-Clotilde, et de l'association « Vers une Nouvelle Vie », s'occupant des personnes opérées de l'estomac, c'est avec enthousiasme que l'Hôpital d'Enfants a accompagné les malades et leurs familles durant l'événement.

A La Réunion, 15 % de la population est atteinte d'obésité. Les concernés se voient pour

la plupart, atteints de diabète, d'hypertension, de cholestérol ou encore d'arthrose. La faute à une alimentation peu équilibrée, parfois trop grasse, ou trop sucrée. « La sédentarité et le manque d'activité physique sont des facteurs tout aussi importants que la mauvaise nutrition », souligne encore Priscilla, diététicienne à la Clinique de Sainte-Clotilde.

La prévention apparaît, dans cette situation, comme impérative, face à ce « problème de santé publique », ajoute Marie-Claude Thiong-Kay, puéricultrice de l'Hôpital d'Enfants. Pour cela, des conseils ont été prodigués aux personnes souhaitant main-

tenir une bonne hygiène de vie: ne pas sauter de repas, se désaltérer régulièrement, réduire la consommation d'aliments gras, privilégier les protéines, et pratiquer une activité physique régulière notamment.

Un suivi thérapeutique et psychologique pour chaque individu est également proposé, afin d'être soutenu dans leur situation.

Nadège, présidente de l'association Nouvelle Vie explique donc que le rôle des groupes présents est « d'aider les personnes atteintes d'obésité, avant et après leurs traitements ou opérations médicales. C'est notre défi aujourd'hui ».

Thibault AJAGUIN

## Solidarité et accompagnement

En cette journée particulière la prévention contre l'obésité était logiquement à l'ordre du jour au parc de la Trinité. L'alimentation était au centre des occupations.

Des ateliers culinaires ont été animés par les membres de la Confrérie des Toques Blanches, accompagnés de diététiciens de la clinique Sainte-Clotilde.

Le sucre, le sel, et la graisse ont été « bannis », mais pas au détriment du « plaisir de manger » selon les cuisiniers. François Sadeyen, président des Toques Blanches était aux commandes des verrines et plats de poissons et de poulet diététiques.

Contrairement à d'habitude, ce n'est pas de l'huile, mais de l'eau qu'a utilisée le chef, pour concevoir ses plats: « Nous voulons montrer qu'on peut manger sainement nos produits locaux, sans se séparer des plaisirs coutumiers que l'on a lorsqu'on mange », confie-t-il.



Les cuisiniers de la Confrérie des Toques Blanches, préparent leurs repas diététiques.



De la prévention sur la mal-nutrition s'est effectuée au parc de la Trinité, à l'initiative des associations de santé.

Nombre d'activités physiques figuraient au programme. C'est aux côtés d'un éducateur sportif de l'Hôpital d'Enfants, que petits et grands ont pu s'adonner au tir à l'arc, au football, ou à de la simple marche dans le Parc.

Pour Madame Techer, participante à la journée, son début d'arthrose et les cas de maladies au sein de sa famille, l'ont motivée à venir: « Le sport nous permet de garder plus facilement notre santé intacte. Je ne veux pas attendre de ne plus pouvoir marcher avant de m'initier aux activités physiques. »

En dehors de cette journée, les patients peuvent compter sur les associations présentes, pour être suivis au quotidien, à leur demande. La clinique Sainte-Clotilde propose ainsi à ses patients, un accompagnement complet, effectué par des professionnels de la santé. Diététiciens, nutritionnistes, psychologues et assistantes sociales répondent présents, aux besoins des malades.

T.A.

La clinique de Sainte-Clotilde et ses partenaires, se sont engagés mercredi 23 mai, à accompagner les malades touchés par l'obésité



Chez les personnes obèses, le phénomène de satiété ne fonctionne plus correctement. (Photo Philippe Chan Cheung)

## Les obèses toujours plus nombreux dans le monde

Si la tendance actuelle se confirme, près d'un quart de la population mondiale sera obèse en 2045, avertissent des chercheurs qui ont présenté leurs conclusions hier au Congrès européen sur l'obésité à Vienne.

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) estime qu'environ 13% des adultes (11% des hommes et 15% des femmes) étaient obèses en 2016.

Selon les projections faites par des chercheurs danois et britanniques, cette proportion grimpera à 22% en 2045 si rien ne change d'ici là.

«Le cours des choses peut être inversé, mais il faut pour cela des politiques volontaristes et coordonnées», a estimé l'un des auteurs de ces travaux, le docteur Alan Moses, qui travaille pour le numéro un mondial de l'insuline, le danois Novo Nordisk.

Cette projection cache des disparités selon les pays. Par exemple, si la tendance actuelle se maintient, plus de la moitié (55%) de la population des États-Unis sera obèse en 2045, contre 39% en 2017, selon les auteurs de ces travaux, qui n'ont pas encore été publiés dans une revue médicale.

### « Un coût énorme »

Selon eux, cette hausse de l'obésité s'accompagnera d'une augmentation des cas de diabète de type 2, qui passeront de 9% de la population mondiale en 2017 à 12% en 2045, soit une personne sur huit.

«Le coût pour les systèmes de santé sera énorme», a prédit le Dr Moses. L'obésité est une question de santé publique planétaire. Selon une étude américaine publiée en juin 2017, la proportion de la population obèse, qui n'a cessé d'augmenter dans le monde depuis 1980, a doublé dans 73 pays.

Conséquence: une augmen-



Une étude estime que 20% des adultes dans le monde pourraient souffrir d'obésité d'ici à 2025. (DR)

tation de la mortalité due aux maladies cardio-vasculaires, au diabète et à certains cancers.

Surpoids et obésité sont mesurés selon l'indice de masse corporelle (IMC), qu'on obtient en divisant le poids par la taille au carré. Au-dessus de 25 pour un adulte, on est en surpoids et à partir de 30, on parle d'obésité.

Tous deux sont liés à l'alimentation et au mode de vie. L'OMS conseille ainsi de limiter la consommation de lipides et de sucres et d'avoir une activité physique régulière.

Selon les auteurs des travaux dévoilés mercredi, pour stabiliser les cas de diabète de type 2 dans le monde autour de 10% en 2045, il faudrait faire baisser le taux d'obésité à 10% de la population mondiale.

«Chaque pays est différent, du point de vue génétique, social et environnemental, c'est pourquoi il n'y a pas de recette unique. Chaque pays doit privilégier la stratégie qui lui correspond le mieux», a estimé le docteur Moses.

Une étude publiée en avril 2016 dans la revue britannique The Lancet estimait déjà que 20% des adultes dans le monde pourraient être obèses d'ici à 2025.

## Une obésité infantile problématique

L'île connaît l'un des plus importants taux d'obésité en France. Un problème de santé publique réel pris à bras-le-corps depuis quelques années par l'hôpital d'enfants à Saint-Denis. «Il y a une forte présence de cette pathologie ici, confirme Sylvain Baty, directeur de l'hôpital d'enfants. Et le problème c'est que toutes les familles ne sont pas forcément réceptives au message de prévention que nous voulons leur faire passer.»

Pourtant, le maillon familial reste essentiel pour mettre sous contrôle l'obésité infantile. C'est en coordonnant un parcours thérapeutique et la mise en place d'un suivi alimentaire dans le cadre privé que les enfants peuvent voir leur état évoluer. Dans le cas contraire, ces derniers s'exposent à des troubles associés handicapants une fois l'âge adulte atteint. «Des pathologies graves peuvent découler de l'obésité comme des problèmes de motricité, respiratoires voire cardiaques.»

### Respect des habitudes locales

Pour les anticiper, l'hôpital d'enfant a mis en place depuis l'an dernier une approche éducative auprès de son jeune public. Outre des entretiens individuels pour cerner le profil de chaque marmaille, des échanges avec les familles sont aussi entrepris pour faire évoluer leur mode de consommation. Une méthode qui prône aussi le respect des habitudes locales. «Nous vou-



Sylvain Baty (à droite) le directeur de l'hôpital d'enfant estime que l'obésité infantile progresse rapidement. (Photo Raymond Wae Tion)

lons nous adapter au mode de vie créole. C'est important pour nous. Nous sommes là pour que nos propositions restent acceptables par nos patients et leurs familles.»

Interrogé sur la progression du phénomène d'obésité sur l'île, Sylvain Baty y pose un regard pessimiste. «Je pense que cela va s'aggraver à l'avenir. Notamment à cause des messages publicitaires pour des produits alimentaires trop sucrés ou trop gras qui matraquent

les enfants en permanence. Ils sont formatés pour répondre à ces sollicitations.»

Actuellement, l'hôpital d'enfants suit 200 patients par an mais dispose de capacités d'accueil suffisantes pour en suivre jusqu'à 350. Un seuil qui pourrait être atteint dans les années à venir à défaut d'une prise de conscience sociale globale sur les méfaits d'une alimentation néfaste.

F.BEN

# IDÉE CADEAU

## 10€90

### Sèche cheveux de voyage

PLIABLE

eco participation incluse

ENTREZ DANS LE GAME !  
SCENTER.REUNION

Tél : 0262.92.15.15 - Fax : 0262.28.25.28

Email : laredaction@lequotidien.re

**Publicité - Ventes :**

• **Publicité commerciale :**

Tél : 0262.92.15.12 - Fax : 0262.92.13.78

Email : resa.regiepub@lequotidien.re

• **Annonces classées :**

Tél : 0262.92.15.15 - Fax : 0262.92.15.18

Email : pa@lequotidien.re

• **Régie extra locale :** Tél : 01.53.64.58.60

Email : p.delataille@mediu-outremer.fr

• **Abonnements :** Tél : 0262.92.15.14

Email : abonnements@lequotidien.re

• **Agences : Saint-Denis :**

1, rue Lislet Geoffroy

BP 97712 Saint-Denis Cedex 9

Tél : 0262.92.15.15 - Fax : 0262.28.25.28

Email : stdenis@lequotidien.re

• **Saint-Pierre :** 53, Bd. Hubert Delisle

97410 Saint-Pierre

Tél : 0262.96.16.96 Fax : 0262.96.16.99

Email : sr-pierre@lequotidien.re

• **Saint-Paul :** 48, Chaussée Royale,

97460 Saint-Paul

Tél : 0262.45.50.00 - Fax : 0262.45.41.10

Email : sr-paul@lequotidien.re

• **Saint-André :** C.C. La Cocoteraie

Tél : 0262.50.04.91 - Fax : 0262.50.56.96

Email : sr-andre@lequotidien.re

**Associé unique :**

Société de presse de la Réunion,  
CPPAP 0116 C 87475 ISSN 0397-7994

**Reproduction Interdite**

Tous droits réservés.

Imprimerie SAFI - ZI du Chaudron  
97490 Sainte-Clotilde



N° 13 690 - 42<sup>e</sup> année -  
Tirages : 20 843 exemplaires  
Ce numéro comprend  
Le Gratuit

## LA PHOTO DU JOUR



Les auditeurs de Radio Freedom se posent souvent en véritables Robin des bois. Quoi de plus normal donc que l'une des voix emblématiques de la station, Sarah Patel, soit aussi à l'aise avec un arc qu'avec un micro. (Photo David CHANE)