

«L'obésité est une bombe à retardement»

Pour la première fois dans l'histoire de l'humanité, une génération pourrait mourir avant ses parents. La faute à l'obésité infantile. La doctoresse Nathalie Farpour-Lambert explique comment ce problème de santé est devenu l'un des plus graves au monde.

FEMINA: Vous assistez en ce moment au Congrès International sur l'obésité qui se tient à Sydney. Concrètement, quelles mesures ont été prises?

Nathalie Farpour-Lambert: Le lien entre marketing alimentaire et obésité ayant été clairement établi, une proposition internationale a été faite qui vise à interdire la promotion des aliments gras, sucrés et pauvres en nutriments. Et particulièrement aux heures où les enfants regardent la télé. Car nous sommes face à une crise de santé publique majeure. Il faut d'urgence une mobilisation générale, d'autant que les traitements sont peu efficaces.

Pas même ces médicaments qui brûlent les graisses?

Si l'activité physique pouvait être concentrée dans un comprimé ce serait évidemment idéal...

L'obésité peut-elle abaisser l'espérance de vie?

Selon l'OMS, l'obésité et les maladies cardio-vasculaires seront la principale cause de maladie,

d'incapacité et de décès dans le monde. Cette pandémie est une bombe à retardement. On est en train d'hypothéquer la santé de nos enfants avec notre mode de vie sédentaire. On ne mange pas plus qu'il y a 50 ans, mais on mange trop par rapport à ce qu'on dépense.

Un tiers des Suisses sont trop gros, quelle est la proportion d'enfants en surpoids?

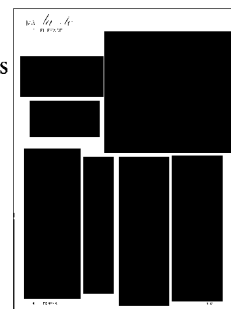
Environ un enfant sur dix est obèse en Suisse et un quart en surpoids. Le plus frappant, c'est que ces chiffres tendent à doubler voire à quadrupler dans tous les pays européens. Et aucun moyen n'a encore été trouvé pour freiner ce phénomène en accélération.

Quelles sont les causes de cette accélération?

Cette épidémie d'obésité s'explique par trois facteurs: la baisse de l'activité physique, une alimentation déséquilibrée et des facteurs psychosociaux. Les transports motorisés, la technologie (télé, internet, jeux vidéo) induisent l'inactivité physique. Les enfants ne se déplacent plus à pied ou à vélo et passent plus de trois heures par jour devant des écrans (deux

heures devant la télé et une devant l'ordinateur) plutôt qu'à jouer dans les parcs.

Le taux d'obésité est-il plus



préoccupant en Suisse qu'ailleurs?

En Suisse, il est similaire à celui des pays européens. Mais il n'est pas aussi catastrophique que dans les pays d'Amérique du Nord. Les pays en voie de développement sont, eux aussi, exposés. La planète compte aujourd'hui plus d'obèses que de personnes souffrant de malnutrition. Même en Afrique, l'obésité infantine augmente. On a remarqué que plus un pays consommait de pétrole, plus ses habitants souffraient d'obésité.

Alors que faire?

Les gouvernements doivent éduquer la population et modifier l'environnement pour la pousser à changer son style de vie: essentiellement bouger et manger mieux. Le coût de l'obésité s'élève à 2,4 milliards en Suisse. Si chacun avait ne serait-ce qu'un kilo de moins, cela contribuerait à diminuer fortement ces coûts.

Florence Schmidt

Obésité infantine

Pédiatre spécialisée en médecine du sport, Nathalie Farpour-Lambert s'occupe du rapport entre activité physique et obésité aux HUG. Elle mène actuellement une étude pour le Fonds national suisse visant à évaluer l'efficacité du sport pour le traitement des enfants obèses. Cofondatrice et présidente de la fondation Sportsmile elle est à l'origine de l'action «Santé en marche» qui se déroulera du 16 au 22 septembre pendant la Semaine de la mobilité

européenne. Chaque podomètre acheté dans les pharmacies financera des cours de sport pour enfants obèses. Pour infos.: www.sante-en-marche.ch.



«Nous hypothéquons la santé de nos enfants avec notre mode de vie sédentaire.»

LAURENT GIRAUD/EDIPRESSE