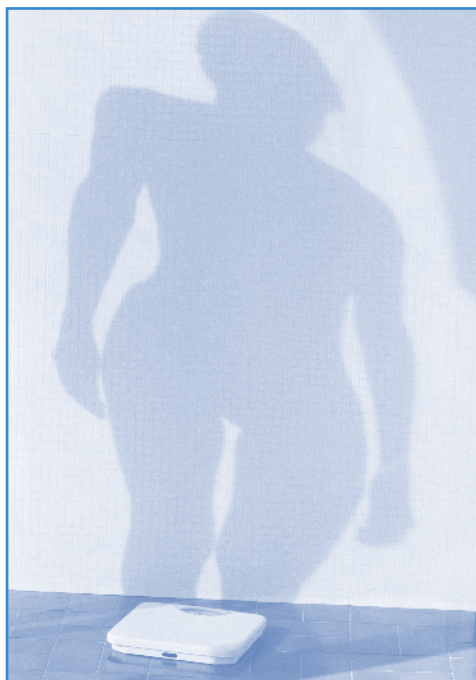


L'obésité



Comment mesurer le poids corporel ?

Pour savoir si un individu est obèse ou non, on peut recourir à l'utilisation de l'**Indice de Masse Corporelle (IMC)**. Celui-ci suppose le poids de la personne (en kg) divisé par la taille (en m) exprimée au carré. Une personne avec un IMC de 25 est en excès de poids. Si celui-ci dépasse 30, on parle alors d'obésité.

Bien que considérée comme un problème esthétique plutôt qu'un problème médical, l'obésité est pourtant reconnue aujourd'hui officiellement comme un problème de santé publique majeur. Simultanément avec les maladies de civilisation, l'obésité a atteint aujourd'hui des niveaux alarmants aussi bien dans les pays industrialisés que dans les pays en voie de développement.

Pour l'OMS, il s'agit purement et simplement d'une épidémie qui progresse. Si rien n'est entrepris pour enrayer sa progression, elle pourrait doubler dans les prochaines années. L'obésité est le résultat de plusieurs facteurs. **Ceux-ci comprennent une surconsommation alimentaire, une activité physique insuffisante, des dispositions génétiques, des troubles endocriniens et des conditions médicales.**

Le traitement de l'obésité et ses effets secondaires (maladies cardiovasculaires, diabète et ostéoarthrite,...) occupent aujourd'hui de plus en plus de place dans le budget de la santé des pays industrialisés.

Le besoin d'encourager une action globale est aujourd'hui crucial en vue de l'implémentation de stratégies futures pour combattre cette maladie.

Cependant, certaines découvertes actuelles devraient déjà améliorer le traitement de l'obésité :

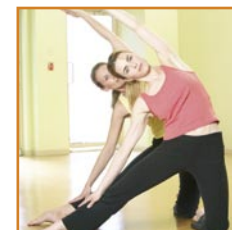
- **Les scientifiques ont découvert la leptine, une hormone sécrétée par le tissu adipeux (graisse) qui informe le cerveau sur la quantité de graisse qui est stockée.** Son absence peut provoquer une obésité sévère avec des troubles alimentaires et des déficits hormonaux. Dans le futur, la leptine pourrait être à l'obésité ce que l'insuline est au diabète, mais des recherches complémentaires sont nécessaires.

- **De nouvelles protéines découplantes ont été découvertes chez l'homme.** On les avait déjà isolées auparavant, mais chez le rongeur. Ces protéines particulières dispersent l'énergie sous la forme de chaleur. Des variations au sein de ces protéines peuvent expliquer les différences observées sur le gain de poids entre individus ayant les mêmes apports alimentaires. La recherche continue dans cette voie, pour vérifier si ce qui est vrai chez la souris se vérifie chez l'homme.

- **La connaissance des substances complexes impliquées dans le contrôle de l'apport alimentaire progresse chaque année.** Le rôle de substances appelées monoamines et de certains peptides est déjà connu. Avec la découverte de nouveaux agents peptidiques, comme la protéine Agouti ou les orexines, dont les mécanismes d'action sont déjà définis, on dispose aujourd'hui de bases solides pour de nouveaux médicaments de l'obésité.

- **Bien que la quête hypothétique du «gène de l'obésité» demeure plus évasive que jamais, la recherche a déjà identifié un certain nombre de facteurs génétiques et de facteurs de prédisposition.** La recherche future pourra identifier différents types d'obésité selon leurs caractéristiques génétiques. Cela conduira éventuellement à de nouveaux outils diagnostiques et à des stratégies thérapeutiques individualisées.

- **Il est largement reconnu que, malgré le fait que les individus ont conscience de l'importance d'une alimentation équilibrée, l'obésité et l'excès pondéral sont en augmentation.** Réduire la proportion de graisse utilisée dans notre cuisine occidentale est toujours identifié comme un élément important d'un style de vie sain.



Cependant, un nouveau message très important est que le maintien d'une activité physique régulière tout au long de la vie est bénéfique pour tout le monde sur le plan de la santé et devrait aussi contribuer à lutter contre le problème croissant de l'obésité et de la surcharge pondérale.

Le poids corporel d'un individu dépend de ses apports alimentaires et de l'utilisation de l'énergie que son organisme en retire. Le corps a besoin d'énergie pour assurer ses différentes réactions biologiques (comme permettre au cœur de battre) et pour permettre l'activité physique. Si un individu absorbe plus d'énergie qu'il n'en a réellement besoin, il prendra du poids.

Le surplus d'énergie est le plus souvent stocké dans l'organisme sous la forme de graisses.