

Le développement de l'obésité en Méditerranée

Bruno Vindel et Andreas Seiler

Ministère français de l'agriculture et de la pêche

Une étude de l'« International Obesity Task Force » sur l'obésité en Europe montre que les pays méditerranéens sont plus touchés que les autres par l'obésité infantile. Les îles de Malte, la Sicile, Gibraltar et la Crète mais aussi l'Espagne, le Portugal et l'Italie ont des taux d'excès de poids (surpoids et obésité¹) qui dépassent les 30 % chez les enfants de 7 à 11 ans, la moyenne européenne se situant aux alentours de 20%. De même, le surpoids et l'obésité concernent plus de 20 % des jeunes de 13 à 17 ans dans 7 pays méditerranéens et plus de 30 % des crétois de cet âge.

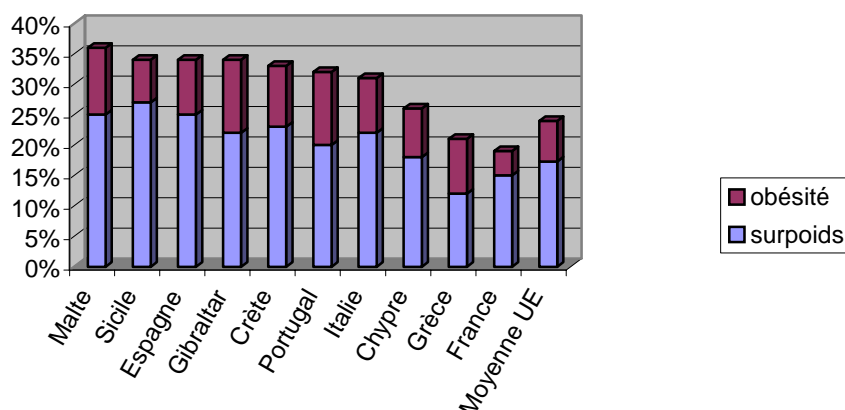
Par ailleurs, un récent rapport² concernant l'Indice de Masse Corporelle des jeunes participants aux journées d'appel à la défense indique que la prévalence de surpoids et d'obésité augmente plus rapidement chez les jeunes originaires des régions méditerranéennes.

En ce qui concerne la population adulte, la Grèce, Chypre et Malte ont des niveaux de surpoids et d'obésité chez les hommes qui dépassent le taux de 67 % de la population masculine américaine. De même, plus d'un quart des populations masculines grecque et chypriote sont obèses, contre 20 % aux Etats-Unis.

1 Les définitions du surpoids et de l'obésité reposent sur le calcul de l'Indice de Masse Corporelle (IMC), rapport de la masse de l'individu sur sa taille au carré. Une personne dont l'IMC est compris entre 25 et 30 kg.m⁻² est considérée en surpoids, une personne dont l'IMC est supérieur à 30 kg.m⁻² est en situation d'obésité.

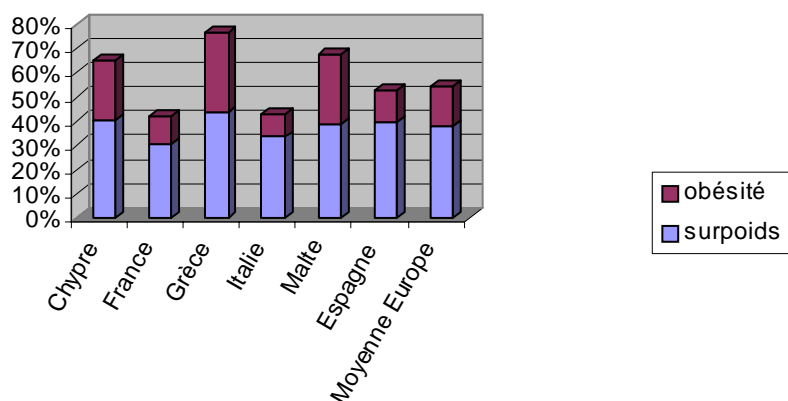
2 Kürzinger, Salem, Rican, Rey « *Disparités géographiques du surpoids et de l'obésité chez les jeunes hommes en France* », Cahiers de Nutrition et de Diététique, 2002.

surpoids et obésité chez les jeunes de 7 à 11 ans



Source : IOTF

surpoids et obésité chez les adultes



Source : IOTF

Cette étude montre la situation particulièrement préoccupante des pays méditerranéens en ce qui concerne le surpoids et l'obésité. Elle est à mettre en relation avec la détérioration de la qualité alimentaire de la ration : il semblerait ainsi que le développement du surpoids et de l'obésité dans les pays méditerranéens s'explique en partie par l'évolution de la consommation de lipides et surtout de graisses saturées ainsi que la consommation de sucres complexes, en parallèle à la diminution de consommation d'huile d'olive et de poissons dans ces pays

L'obésité infantile inquiète beaucoup les professionnels de la santé. D'une part, des pathologies spécifiques peuvent apparaître en cas d'obésité sévère et certaines anomalies cliniques (hypertension artérielle, hypertriglycéridémie,...) sont plus fréquentes chez les enfants obèses. D'autre part, la probabilité de conserver à l'âge adulte une obésité ou un surpoids acquis durant l'enfance est considérable : 20% à 50% des enfants obèses avant leur puberté le resteront à l'âge adulte, et 50 à 70 % des adolescents obèses conserveront cette obésité à l'âge adulte.

Associée à d'autres paramètres physiologiques (Cholestérol HDL (bon cholestérol) < 40 mg/dl chez les hommes et < 50 mg/dl chez les femmes; Triglycérides > 150 mg/dl ; Glycémie > 110 mg/dl ; Tension artérielle > 130-85 mm Hg), l'obésité est constitutive du syndrome métabolique, qui augmente d'un facteur 3 les risques d'accidents cardiovasculaires. Une étude effectuée en Grèce en 2004 révèle que 2.3 millions d'adultes grecs pourraient être touchés par le syndrome métabolique.

Si la tendance se poursuit, près de deux tiers des européens auront atteint le seuil du surpoids en 2020. Le surpoids concernerait aujourd'hui 200 millions d'adultes, soit 45 % de la population de l'Union européenne. Etant donné les niveaux de surpoids et d'obésité actuels des pays méditerranéens, il convient de suivre avec vigilance leurs évolutions futures.

Sources:

- EU Platform on Diet, Physical Activity and Health
- International Obesity Task force – EU Platform Briefing Paper, Mars 2005
- Kürzinger, Salem, Rican, Rey « Disparités géographiques du surpoids et de l'obésité chez les jeunes hommes en France », Cahiers de Nutrition et de Diététique, 2002.