

2^{ème} atelier cantonal du Centre Alimentation et Mouvement

« Explorer le monde de l'alimentation et du mouvement ? Avec plaisir ! »

Atelier n°3 : De la promotion de la santé à la prise en charge thérapeutique

La prévention de l'obésité

Le champ de la prévention de l'obésité se développe rapidement dans le monde occidental. L'organisation mondiale de la santé (OMS) a défini l'obésité comme une « maladie » en 1997. Depuis lors des programmes nationaux et cantonaux ont été institués, des moyens non négligeables mobilisés.

En Suisse l'organe faîtière, Promotion Santé Suisse (PSS), a fait de son programme « Poids corporel sain » une priorité et subventionne des projets via les cantons ou directement via des associations. Le Valais bénéficie de cette manne et a développé un organisme, le Centre alimentation et mouvement (CAM), afin de coordonner et d'agencer les projets valaisans dans un programme cantonal cohérent.

L'épidémie d'obésité identifiée, les programmes nationaux et cantonaux financés et mis en place, le champ de la lutte contre l'obésité peut paraître solide et un questionnement sur ses pratiques inutile. Il n'en est rien.

Que faut-il prévenir ? Comment le faire ?

Environnement obésogène, abondance alimentaire, sédentarité accrue, vie stressante, prédispositions génétiques, programmation précoce de l'obésité durant la grossesse ou les premiers mois de vie, repas déstructurés, problèmes endocrinologiques, causes infectieuses, etc. Multifactorielles, faut-il traiter toutes les causes de l'obésité ou cibler sur les principales? Faut-il plutôt axer la prévention sur l'alimentation ou sur l'activité physique ?

Avec les priorités d'action se pose également le type d'approche à mettre en place, de la promotion de la santé à la prise en charge thérapeutique, en passant par l'élément central du dépistage par le biais de la santé scolaire.

A des causes multifactorielles de l'obésité correspond une riposte variée des programmes de santé, avec de nombreux acteurs (médecins, diététiciennes, parents, enseignants, éducateurs, etc.) et dans de nombreux lieux (école, crèches, famille, communautés, hôpitaux, etc.).

La multiplicité des acteurs et des environnements induit le risque de non-cohérence des messages préventifs. Alors que l'individu est perdu dans une multitude de conseils nutritionnels provenant des médias, les programmes de prévention doivent éviter d'augmenter la cacophonie informationnelle.

Du principe de précaution aux précautions de principe

Le principe de précaution interpelle de deux façons le domaine de la prévention. Il impose d'agir sans attendre de connaître scientifiquement l'efficacité des programmes mis en place et, d'autre part, il exige des acteurs un examen des avantages et des risques induits par leur action.

La principale souffrance des enfants obèses est d'ordre psychologique, les enfants subissant une stigmatisation, voire une certaine marginalisation. De façon impérative notre devoir consiste à éviter de renforcer la stigmatisation en donnant une assise médicale et scientifique aux a priori négatifs sur les personnes obèses. Pour ce faire il faut abandonner la prévention de l'obésité au bénéfice de la promotion de l'activité physique et de l'approche sensorielle en matière d'alimentation (où le plaisir tient une part importante).

Les messages et conseils nutritionnels doivent être dispensés de manière ciblée et individualisée. La santé scolaire est l'outil idéal pour dépister et orienter les enfants à risques.

Complémentarité et spécificité

Chaque acteur possède son propre domaine de compétences et ses spécificités propres. Chaque partenaire doit connaître son rôle, ses limites et les précautions à prendre. C'est à cette condition que les programmes pour un poids corporel sain pourront parvenir à la cohérence et à l'efficacité.

Animateurs de l'atelier :

- **Dr Alban Maggio**, Cheffe de clinique, pédiatrie, HUG
- **Jean-Bernard Moix**, Directeur de la ligue valaisanne contre les maladies pulmonaires et pour la prévention