

Même si, en France, on est encore loin derrière les États-Unis, on en voit de plus en plus, souvent un paquet de chips ou un soda à la main. Les ados obèses sont devenus un phénomène de société. Il est temps de tirer la sonnette d'alarme devant cette pandémie.



Les troubles de la santé s'ajoutent au manque de temps et au mal-être psychologique, les obèses acceptant mal leur image.

ment dans la perte de poids. Ensuite, une rééducation du comportement alimentaire, cours de cuisine à l'appui, peut se profiler.

En fait, la piste privilégiée aujourd'hui est la prévention. Car il est plus facile de ne jamais prendre de poids que d'en perdre. Les pouvoirs publics envisagent de développer dans les écoles une véritable éducation nutritionnelle où seront dénoncés la multiplication des barres chocolatées et autres friandises, ainsi que les régimes drastiques et déséquilibrés. Reste à faire connaître les bonnes habitudes – davantage de légumes, de fruits, de céréales – que nous n'avons pas encore adoptées... Et s'orienter vers une alimentation variée et goûteuse, la recommandation même proposée aujourd'hui aux obèses.

Car s'il est vrai qu'il y a une prédisposition à l'obésité et que nous ne sommes pas égaux devant l'alimentation, elle n'a rien d'une fatalité, on peut tous y échapper. En choisissant de se nourrir autrement.

La molécule qui fait maigrir se fait attendre

Orlistat, un médicament (destiné aux obèses) qui se prend par voie orale et absorbe localement, au niveau intestinal, une partie des graisses, fait perdre 5 % à 10 % du poids d'un individu, rappelle le Pr Froguel. Il doit être accompagné d'un régime pauvre en graisses, et il est contraignant (il provoque des diarrhées graisseuses si l'on ne respecte pas le régime). Un autre type de produit à action générale, la sibutramine, doit voir le jour en France. Il agirait en modérant l'appétit, et n'est pas sans rappeler l'Isoméride, une sorte d'amphétamine qui ne disait pas son nom. Affaire à suivre. Quant à la leptine, une hormone sécrétée par les adipocytes aux effets satiétogènes (freineurs d'appétit), les résultats du premier essai d'administration à des obèses sont décevants. Il faut de très fortes doses pour obtenir un effet modéré, et tous les obèses ne répondent pas au traitement.