



LA LETTRE

N° 2022-14

Faire reposer la lutte contre l'obésité sur la seule responsabilité des individus est une ineptie »

Chaque année en France, ce sont 180 000 personnes qui meurent de l'obésité, plus que le nombre de victimes de cancers. Au-delà des multiples complications cardiovasculaires liées à cette maladie, la crise du Covid-19 a révélé le danger que représentait le fait de souffrir d'obésité face au SARS-CoV-2, avec un risque deux fois plus élevé d'hospitalisation ou de décès, alors que, selon la Plate-forme intergouvernementale scientifique et politique sur la biodiversité et les services écosystémiques ([IPBES](#)), nous entrons dans « l'ère des pandémies », avec l'émergence croissante de virus animaux.

L'obésité affecte 8,5 millions de personnes, soit 17 % de la population française, contre seulement 8,5 % de la population en 1997. La prévalence de l'obésité a doublé en vingt-cinq ans. En juin 2021, pour la première fois, des chiffres sur l'obésité infantile ont été publiés : 18 % des enfants de 2 à 7 ans et 6 % de ceux de 8 à 17 ans sont en situation d'obésité. Ces chiffres sont d'autant plus inquiétants que l'on constate l'apparition d'une obésité chez des enfants de moins de 5 ans, ce qui n'était pas observé il y a vingt ou trente ans.

L'ONU a repris les objectifs du millénaire pour le développement, en particulier l'arrêt de la progression de l'obésité et du diabète d'ici à 2030, et pourtant l'OMS annonce que d'ici quinze ans, 28 % des femmes et 24 % des hommes pourraient souffrir de surpoids et d'obésité en France, soit le quart de la population, avec une prévalence deux fois plus forte chez les catégories socioprofessionnelles les plus modestes.

L'aspect environnemental

Si la nourriture industrielle, trop grasse, trop sucrée, est un facteur bien identifié, la sédentarité, le stress, les troubles du sommeil, les accidents de vie, les régimes à répétition et la qualité du microbiote intestinal jouent également un rôle dans le développement de l'obésité.

De plus, il est désormais scientifiquement établi que des polluants chimiques interviennent dans le développement de cette maladie chronique, ces substances obésogènes pouvant même interférer sur la descendance des individus sur plusieurs générations. Aussi cette épidémie ne peut être imputée à la seule responsabilité des individus, la présence de ces différents facteurs relevant en grande partie de choix politiques.

Or l'obésité ne relève que du programme national nutrition santé (PNNS), dont les seuls objectifs « manger, bouger » traitent uniquement l'aspect comportemental sans considérer l'aspect environnemental. Ce message est maladroit et stigmatisant pour les personnes obèses, laissant croire au grand public que, si le comportement de ces personnes s'améliorait, elles ne seraient plus malades. On ne peut pas dire qu'un enfant de 5 ans ne se dépense pas ! Faire reposer la lutte contre l'obésité sur la seule responsabilité des individus est une ineptie.

Des perturbateurs endocriniens obésogènes

En revanche, le plan national santé environnement (PNSE) ne traite à aucun moment de l'obésité, en dépit de la responsabilité scientifiquement documentée des polluants et autres facteurs environnementaux dans le développement de l'obésité et alors même que l'humanité vient de franchir une cinquième limite planétaire, celle de la pollution chimique.

Car nous savons aujourd'hui que l'obésité est une maladie qui peut être développée par un mécanisme épigénétique transgénérationnel lié à la présence d'obésogènes dans l'environnement et dans la nourriture ultratransformée.

Certains perturbateurs endocriniens – c'est-à-dire les substances qui interfèrent avec nos hormones – sont reconnus comme obésogènes. Une souris gestante exposée au Distilbène ou au bisphénol A donnera naissance à des petits qui deviendront obèses à l'âge adulte. Les cohortes d'enfants exposés au Distilbène révèlent trois fois plus d'obésité et de diabète à l'âge adulte. Chez l'animal, on constate que les petits ou descendants deviennent obèses jusqu'à la troisième ou quatrième génération.

Certains polluants organiques persistants, comme les pesticides de la classe des organochlorés ou les dioxines, modifient la biologie des tissus graisseux et provoquent des dérèglements métaboliques qui conduisent à l'obésité. Quant aux emballages alimentaires en plastique, on sait aujourd'hui qu'ils exposent à un risque d'obésité une grande majorité des Français, notamment les enfants dès le plus jeune âge dans les cantines (de la crèche à l'université).

Activité physique et alimentation saine

De plus, l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses) ne cesse d'alerter sur les risques sanitaires liés à l'explosion du temps passé devant les écrans, chez les adultes, mais surtout chez les jeunes. En effet, deux tiers des 11-17 ans présentent ainsi un risque sanitaire préoccupant, caractérisé par le dépassement simultané des deux seuils sanitaires : plus de 2 heures de temps d'écran et moins de 60 minutes d'activité physique par jour, près de la moitié présentant même un risque sanitaire très élevé (plus de 4 heures 30 de temps d'écran journalier et/ou moins de 20 minutes d'activité physique par jour).

Ainsi, il est essentiel d'encourager l'activité physique et une alimentation saine, mais il l'est tout autant de lutter contre la dissémination de substances obésogènes. L'étude de santé sur l'environnement, la biosurveillance, l'activité physique et la nutrition ([Esteban](#)) révèle l'exposition de la population française aux pesticides et aux métaux lourds et montre combien l'accès à une alimentation saine est difficile.

Pour ne plus recevoir la lettre, envoyer votre demande de désabonnement à l'adresse mail de l'association

Action Santé Solidarité

Centre Social

Rue de Pavigny

39000 LONS LE SAUNIER

actionsantesolidarite@laposte.net