

L'obésité, une affaire de famille !

NOUS NOTONS une augmentation importante de la prévalence de l'obésité dans la population québécoise, qui est particulièrement inquiétante chez les enfants et les adolescents. Ce phénomène social se reflète également dans nos cliniques puisque de plus en plus de patients nous consultent pour un problème d'embonpoint ou d'obésité. D'une préoccupation purement esthétique, trop souvent banalisée, l'obésité est devenue un problème de santé important en raison des preuves scientifiques indiquant des liens étroits entre un indice de masse corporelle élevé et des problèmes de santé. Parmi ces problèmes, la très forte augmentation de l'incidence de diabète de type 2 au cours des dix dernières années en Amérique du Nord n'est pas surprenante. Au-delà des problèmes physiques, l'obésité a des répercussions psychologiques et sociales importantes pour la personne obèse et sa famille. Nous n'avons qu'à penser aux méchancetés auxquelles les enfants et les adolescents obèses sont constamment exposés ou encore à la discrimination non avouée,



Photo : E. Du Sablon



Agrément. La Fédération des médecins omnipraticiens du Québec et ses activités de formation continue, dont *Le Médecin du Québec*, sont agréées par le Collège des médecins du Québec. Tous les articles de cette section sont révisés par le comité de rédaction scientifique.

Post-test. Chaque mois, dans *Le Médecin du Québec*, vous trouverez à la fin de la section de formation médicale continue un post-test composé d'un maximum de 10 questions à réponse unique. Veuillez inscrire vos réponses sur le coupon au verso de la page de questions et le retourner à la FMOQ. **Trois heures** de crédits de formation de catégorie 1 seront accordées aux médecins qui auront obtenu une note de passage de **60 %**. (Aucun crédit ne sera accordé au-dessous de cette note.) N'entourez qu'**une seule** réponse par question. Les réponses seront publiées deux mois plus tard à la fin de la section avec les références.



comme un regard accusateur et souvent inconscient, dont sont l'objet les personnes obèses dans une société où la minceur est un signe de réussite. Et vous ? Si vous aviez le choix entre vous asseoir à une table avec des personnes obèses et à une autre avec des personnes de poids normal, quelle serait spontanément votre réaction ? Cette situation anodine illustre bien l'importance, en tant que professionnel de la santé, de prendre le temps de s'interroger afin de prendre conscience de nos perceptions et de nos attitudes face aux personnes obèses qui font partie de nos patients.

Ce numéro du Médecin du Québec, intitulé « L'obésité, une affaire de famille ! », reflète très bien l'approche ainsi que les objectifs visés par les membres de l'équipe de rédaction, soit vous inciter en tant que médecin de famille à en faire davantage pour prévenir le gain pondéral chez vos patients et pour traiter l'obésité. De plus, nous désirons vous faire prendre conscience qu'au-delà d'un accroissement de l'apport calorique ou d'une diminution de la dépense énergétique, principalement attribuable au niveau d'activités physiques, certains médicaments courants pourraient causer une prise de poids chez certains patients. Enfin, il ne faut surtout pas négliger l'influence familiale sur les habitudes de vie.

Par la suite, à l'aide de cas cliniques, nous abordons la problématique de l'obésité, souvent minimisée, chez l'enfant et l'adolescent, chez la femme, en particulier en ce qui a trait aux inquiétudes relatives au gain de poids à la suite d'une grossesse, et enfin, chez l'homme, qui cache souvent sa surcharge pondérale derrière la ceinture. Nous vous suggérons différents types d'intervention ciblées non seulement sur le patient, mais également sur la cellule familiale puisque le soutien des membres de la famille peut contribuer au succès de la démarche thérapeutique. Dans le but de vous aider dans la prise en charge de vos patients obèses, nous vous proposons certains outils pratiques d'intervention pour inciter ces derniers à faire de l'activité physique et pour favoriser les bonnes habitudes alimentaires au sein de la famille. Nous vous encourageons à les utiliser.

En espérant que cette lecture vous rassasie sans trop d'excès et, surtout, vous donne le goût de faire bouger les choses en ce qui concerne vos patients obèses. Qui sait, peut-être y perdrez-vous aussi quelques kilos !

*Denis Prud'homme, omnipraticien
Doyen, Faculté des sciences de la santé
Université d'Ottawa*