

Les campagnes de santé publique et leur effet sur la prévalence de l'obésité : une critique

Source

Walls HL et coll. (2011) **Public health campaigns and obesity – A critique.** BMC Public Health 11(136):1-7.

La réduction de la prévalence de l'obésité est actuellement un objectif important de santé publique dans la majorité des pays industrialisés. L'augmentation de la prévalence de l'obésité est due à des changements dans la société qui ont mené à une réduction de la pratique d'activités physiques et à l'augmentation de la consommation d'aliments denses en énergie. Les stratégies visant la réduction de la prévalence de l'obésité consistent en quelque sorte à proposer de manger moins, d'améliorer la qualité de l'alimentation et de faire plus d'activité physique. Ces stratégies visent généralement la population entière.

Les interventions communautaires sont des stratégies qui visent des communautés (villages ou banlieues) ou de petites unités sociales (par exemple, une école ou un milieu de travail). Il peut par exemple s'agir de changer le menu à la cantine d'une école ou encore d'offrir des cours de cuisine aux familles d'un quartier. Les campagnes de marketing social sont, quant à elles, l'application du principe de marketing pour mener à des changements de comportements dans une population. La plupart des interventions communautaires et des campagnes de marketing social visent la population entière plutôt que les individus ayant des problèmes de surplus de poids ou d'obésité. Ces interventions ont généralement trait à l'alimentation et à l'activité physique. Quelques-unes visent la réduction du stress et l'adoption de meilleures habitudes de sommeil.

Il n'y a pas de preuves solides que ces interventions sont efficaces pour la réduction ou le maintien du poids, surtout à long terme. Les effets les plus marqués seraient chez les enfants, chez qui les comportements sont généralement plus faciles à modifier. Les campagnes de marketing social visant principalement la réduction du poids n'obtiennent pas les effets escomptés. Par ailleurs, ces interventions peuvent contribuer à l'obsession de la minceur. Faire face à cette forte pression sociale que d'être mince pourrait être nuisible à plusieurs personnes, notamment aux adolescentes et aux jeunes femmes.

La première approche faite auprès d'un individu obèse par un professionnel de la santé est généralement une intervention qui vise un changement des habitudes de vie (alimentation et activité physique). Ces

changements ne menant pas toujours à des résultats satisfaisants, il faut parfois avoir recours à un traitement pharmacologique ou à une chirurgie bariatrique. Les traitements pharmacologiques n'ont pas, à ce jour, mené à des résultats importants (perte de poids de seulement 5 % environ). De plus, beaucoup d'effets secondaires indésirables ont été notés. Certains médicaments ont même été retirés du marché en raison d'effets secondaires sérieux. Contrairement à la pharmacologie, la chirurgie bariatrique s'avère efficace pour la perte de poids, la réduction du risque de certaines maladies chroniques (diabète de type 2, maladies cardiovasculaires, etc.) et la diminution de la mortalité. Cependant, ce type de chirurgie est réservé aux cas d'obésité morbide ou aux personnes avec de très hauts risques sur le plan de la santé. Par ailleurs, des effets secondaires importants peuvent accompagner la chirurgie bariatrique.

Étant donné les nombreuses incertitudes quant à l'efficacité et l'accessibilité de ces différentes interventions sur la réduction de la prévalence de l'obésité, il est nécessaire de trouver d'autres interventions basées sur des données scientifiques. Comme les stratégies visant les changements de comportements des individus sont peu efficaces, il serait préférable d'agir sur l'environnement. Il faudrait réduire l'accessibilité aux aliments de moins bonne valeur nutritive, augmenter celle des fruits et légumes, aménager des parcs et d'autres installations pour la pratique d'activités physiques et sportives. Cela pourrait nécessiter des changements législatifs. La réglementation est un des mécanismes de changement les plus puissants dans notre société. Bien que peu étudiée en ce qui concerne la réduction de la prévalence de l'obésité, plusieurs effets bénéfiques ont été notés suite à des changements législatifs dans d'autres sphères de la santé publique (diminution du tabagisme, augmentation de l'utilisation de la ceinture de sécurité en voiture, etc.).

Ce type de changements ne se fera pas sans l'aide d'une multitude d'acteurs en dehors du système de la santé. Des mesures législatives pourront toucher la majorité de la population, comparativement aux campagnes de santé publique qui ont tendance à n'influencer que les personnes avec de plus hauts niveaux de scolarité. Chose certaine, l'obésité est beaucoup moins stigmatisée avec des changements législatifs qu'avec des campagnes de prévention.

Véronique Ouellet St-Denis, Karima Djellouli et Guy Thibault