

## L'arthrite : une barrière possible à la pratique d'activités physiques chez les adultes obèses – États-Unis, 2007 et 2009

### Source

Hootman JM et coll. (2011) *Arthritis as a potential barrier to physical activity among adults with obesity – United States, 2007 and 2009*. *MMWR* 60(19):614-8.

Les adultes obèses ont moins tendance à suivre les recommandations quant à la pratique d'activités physiques, malgré les effets bénéfiques de celle-ci sur la perte et le maintien du poids. L'arthrite est une condition fréquemment associée à l'obésité et la douleur, et les limitations physiques qui y sont reliées peuvent contribuer aux faibles niveaux d'activité physique des personnes qui en souffrent.

Les données combinées du *Behavioral Risk Factor Surveillance System* (BRFSS) de 2007 et de 2009 ont été analysées afin d'établir si l'arthrite pouvait être une barrière à la pratique d'activités physiques chez les adultes obèses. Les données du BRFSS sont toutes auto-rapportées et les sondages ont été menés par téléphone. L'obésité a été définie comme un IMC  $\geq 30$  kg/m<sup>2</sup>. Pour établir la prévalence de l'arthrite, une question était posée, à savoir si un professionnel de la santé avait déjà diagnostiqué une forme d'arthrite, d'arthrite rhumatoïde, de goutte, de lupus ou de fibromyalgie. Les niveaux d'activité physique ont été déterminés à partir de six questions portant sur la pratique, la durée et la fréquence de différentes activités physiques non-occupationnelles d'intensité moyenne ou élevée. Les personnes qui ne rapportaient pas de participation à ces activités étaient classées comme étant physiquement inactives.

Les résultats indiquent que 9,3 % des répondants souffraient à la fois d'obésité et d'arthrite, 16,9 % d'obésité seulement et 17,3 % d'arthrite seulement. La prévalence d'arthrite parmi les adultes obèses était de 35,6 %. Les femmes étaient plus à risque d'être à la fois obèses et atteintes d'arthrite ou de souffrir d'arthrite seulement. Un âge plus avancé était associé avec une prévalence plus élevée d'obésité et d'arthrite. Les personnes de race noire, mais non-hispanique, avaient plus tendance à être obèses et à souffrir d'arthrite, tandis que les hispaniques avaient une prévalence plus élevée d'obésité seulement. Les répondants caucasiens avaient une prévalence plus élevée d'arthrite seulement.

La prévalence de l'inactivité physique la plus élevée a été notée chez les personnes obèses et souffrant d'arthrite (22,7 %). Les personnes souffrant

d'arthrite seulement et les personnes obèses avaient de plus faibles taux d'inactivité physique (16,1 % et 13,5 % respectivement). Les répondants n'ayant aucune de ces conditions avaient le plus faible taux d'inactivité physique, soit 9,4 %. Lorsque l'on ajuste pour l'âge, le sexe, la nationalité et le niveau d'éducation, les adultes avec à la fois de l'obésité et de l'arthrite étaient 44 % plus à risque d'être physiquement inactifs.

Les résultats de cette étude indiquent que, souvent, ces deux conditions (obésité et arthrite) existent simultanément chez un individu et pourraient entraver l'amélioration de leur état de santé en limitant la pratique d'activités physiques. Les professionnels de la santé appelés à travailler avec cette clientèle devraient d'abord être au courant de ces conditions qui limitent la pratique d'activités physiques, et devraient ensuite recommander des types d'exercices adaptés et adéquats. Les activités comme la marche, la natation et le vélo sont généralement sécuritaires pour les personnes obèses souffrant d'arthrite et pourraient avoir des effets bénéfiques dans la réduction de la douleur associée.

Il faut cependant se rappeler que, bien que le taux de répondants soit élevé, les données sont auto-rapportées, ce qui peut induire des biais importants. De plus, l'activité physique occupationnelle n'a pas été prise en compte dans cette étude, ce qui peut mener à une sous-estimation des répondants physiquement actifs.

Véronique Ouellet St-Denis, Karima Djellouli et Guy Thibault