Parlons d'**obésité**

Fiche d'information

L'obésité est une maladie chronique[1]

Dans le monde, l'obésité tue près de 3 millions de personnes chaque année[1]

Plus de 30% des Canadiens souffrent d'obésité en ce moment même[2]

8,7 millions d'adultes canadiens vivent aujourd'hui avec cette maladie[2]

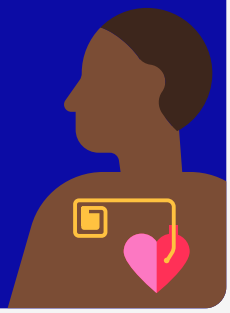
L'obésité a des conséquences néfastes sur votre santé

L'obésité est l'un des facteurs de risque cardiovasculaires les plus importants au Canada.[1]
Votre santé physique, votre santé mentale, votre qualité de vie et votre bien-être social peuvent tous être affectés.[1]

Pathologies physiques[3]

L'obésité est un facteur de risque pour plusieurs autres maladies. Les personnes dont l'IMC est supérieur à 35 peuvent présenter les symptômes suivants:

- des douleurs au dos, aux genoux et aux hanches limitant ainsi leur mobilité et leur activité
- une apnée du sommeil
- un diabète de type 2



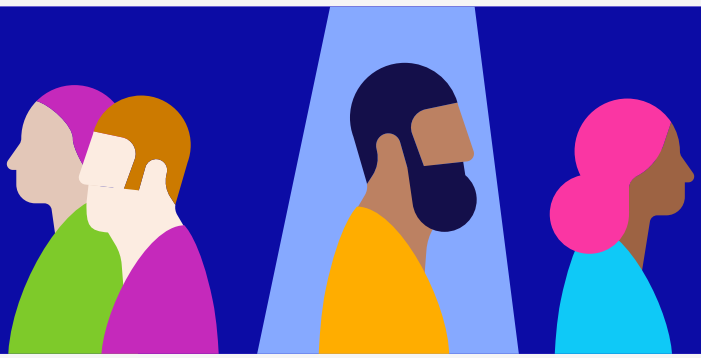
Pathologies psychologiques[10]

L'obésité est associée à une augmentation des taux de dépression, d'anxiété et de manque d'estime de soi.

Les personnes souffrant d'obésité peuvent donc avoir recours à la nourriture comme mécanisme de défense.

Altération de la qualité de vie[10]

L'obésité affecte votre qualité de vie, notamment sur ses aspects physiques.



Impact négatif sur le bien-être social[10]

La stigmatisation et la discrimination font partie des expériences courantes des personnes souffrant d'obésité.

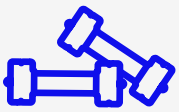
La stigmatisation peut renforcer l'obésité au fil du temps.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site ObesityCanada.ca

Démystifier l'obésité

Les causes de l'obésité sont multiples et pourraient vous surprendre.

Votre obésité **n'est PAS** simplement due à de mauvais choix personnels.[5]



Pour perdre du poids, il **ne suffit PAS** de manger moins et de bouger plus.[6]

Votre obésité **n'est PAS** due à un manque d'effort et de volonté.[7]

Votre obésité **n'est PAS** quelque chose que vous devez gérer seul.[8]

Possibilités de prise en charge de l'obésité

Mode de vie

L'alimentation et l'exercice physique sont essentiels à une perte de poids durable.

Perte de poids attendue en un an :

3.2%

de votre poids corporel total[4]

Traitement pharmacologique

La prescription d'un traitement médicamenteux peut s'avérer utile dans la prise en charge de l'obésité.

Perte de poids attendue en un an :

1.9-15%

de votre poids corporel total[10,12]

Chirurgie de perte de poids

La chirurgie de perte de poids (bariatrique) agit en stimulant votre sensation de satiété après avoir mangé.

Perte de poids attendue en un an :

30% à 32%

de votre poids corporel total[12]

Votre médecin traitant peut vous aider

Initiez une discussion sur les options thérapeutiques qui s'offrent à vous. Basé sur la science pour un changement réel.

1. Government of Canada, World Obesity Day Public Statement 2024. Available at https://www.canada.ca/en/public-health/news/2024/03/message-from-the-minister-of-health-and-minister-of-sport-and-physical-activity--world-obesity-day-march-4-2024.html
2. Obesity in Canada, Statistics & Facts, www.statista.com, January 2024
3. Australian Bureau of Statistics 4364.0.55.001 National Health Survey: First Results, 2014-15, Canada. 2015. Available at https://www.abs.gov.au/AUSSTATS/abs@.nsf/DetailsPage/4364.0.55.0012014-15?OpenDocument
4. Australian Institute of Health and Welfare 2017. Impact of overweight and obesity as a risk factor for chronic conditions: Canadian Burden of Disease Study. Available at https://www.aihw.gov.au/reports/burden-of-disease/impact-of-overweight-and-obesity-as-a-risk-factor-for-chronic-conditions/contents/table-of-contents, accessed September 2019.
5. Sumithran P and Proietto J. The defence of body weight: a physiological basis for weight regain after weight loss. Clin Sci 2103; 124: 231–41.
6. Caterson I, et al. Gaps to bridge: Misalignment between perception, reality and actions in obesity, Diabetes Obes Metab 2019; 21(8): 1914–24.
7. Dhurandhar N. Stop the patient blame game: what actually causes obesity. Available at https://www.medscape.com/viewarticle/909500, accessed Sept 2019.
8. Bray G, et al. The Science of Obesity Management: An Endocrine Society Scientific Statement. Obesity Rev. 2018; 39; 79-132
9. Casazza K, et al. Myths, Presumptions, and Facts about Obesity.N Engl J Med 2013; 368:446-454
10. Pilitsi E, et al. Pharmacotherapy of obesity: Available medications and drugs under investigation. Metab Clin Exp 2019; 92: 170–92.
11. Puhl R, et al. Overcoming Weight Bias in the Management of Patients With Diabetes and Obesity. Clin Diabetes 2016; 34(1): 44–50.
12. Wilding, J.P.H. et al. (2021) 'Once-weekly pharmacotherapy in adults with overweight or obesity', New England Journal of Medicine, 384(11), pp. 989–1002. doi:10.1056/nejmoa2032183.