

L'obésité

❖ Les causes de l'obésité :

- L'hérédité,
- Les facteurs génétiques,
- Les facteurs alimentaires,
- Les facteurs psychologiques,
- Un trouble de la prise alimentaire,
- L'insuffisance des dépenses énergétiques quotidiennes,
- Le manque de sommeil,
- Les perturbateurs endocriniens.

❖ Les conséquences de l'obésité :

- Le diabète,
- Les maladies cardiovasculaires,
- L'arthrose,
- La mortalité augmentée,
- La dépression,
- La discrimination.

❖ Les solutions face à l'obésité :

- La prévention scolaire et lycée,
- Changer son comportement alimentaire,
- Préconiser l'activité physique,
- Actions de sensibilisation,
- Réduire les publicités,
- Imposer les pastilles sur les produits alimentaires,
- Enlever les présentoirs de sucreries aux caisses,
- Faire appel aux acteurs de santé (associations de patients),
- Regrouper les anniversaires des enfants dès la maternelle,
- Faire contrôler les menus à la cantine,
- Travailler en amont avec les entreprises,
- Prendre en charge les personnes dès leur surpoids par des professionnels de santé,
- Prise en charge à 100% pour ces personnes obèses.