

Álvarez, F., Levy, É., & Roy, M. (2010) (dir.). *Pédiatrie et obésité : un conflit entre nature et culture*. Montréal : Éditions du CHU Sainte-Justine, 208 p.

Angelo Tremblay

Volume 40, numéro 2, 2011

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/1061855ar>

DOI : <https://doi.org/10.7202/1061855ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Revue de Psychoéducation

ISSN

1713-1782 (imprimé)

2371-6053 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer ce compte rendu

Tremblay, A. (2011). Compte rendu de [Álvarez, F., Levy, É., & Roy, M. (2010) (dir.). *Pédiatrie et obésité : un conflit entre nature et culture*. Montréal : Éditions du CHU Sainte-Justine, 208 p.] *Revue de psychoéducation*, 40(2), 296–299.  
<https://doi.org/10.7202/1061855ar>

- **Álvarez, F., Levy, É., & Roy, M. (2010) (dir.). *Pédiatrie et obésité : un conflit entre nature et culture*. Montréal : Éditions du CHU Sainte-Justine, 208 p.**

Pourquoi l'obésité demeure-t-elle si prévalente dans un contexte où les professionnels de la santé semblent posséder le savoir, le savoir-faire et les ressources pour contrer le gradient obésogénique de la modernité ? Il s'agit d'une question importante à laquelle ont tenté de répondre les spécialistes de l'anthropologie, de la santé publique, de la nutrition et de la médecine dans le cadre d'un récent colloque portant sur le thème « Pédiatrie et obésité ». L'ouvrage qui en a résulté constitue les actes de ce colloque. Il met en évidence la vulnérabilité de la personne obèse dans un environnement qui ne semble pas évoluer de manière à optimiser le développement humain. Par ailleurs, il soulève des enjeux intéressants qui sont considérés dans le présent article.

### **Quelle perception devons-nous avoir de l'obésité ?**

Pour Bernard Roy, le message est clair : « Je soutiens simplement que le dossier de l'excès pondéral ne doit pas être considéré comme une maladie », écrit-il dans le chapitre dont il était responsable (page 86). Cette opinion fait écho dans le texte de Marie Marquis qui écrit que « nous devons absolument favoriser l'essor du type parental qui consiste en un parent ayant une approche que je qualifierais d'acceptable » (page 94). Ce type parental se distingue des approches axées sur des comportements idéalisés qui sont perçues comme synonymes de mainmise médicale, de perte d'autonomie et de multiples restrictions. Dans le meilleur des cas, ces approches permettent des changements de courte durée. Cependant, au Chapitre 5, le discours médicalisant reprend tout son tonus alors que l'obésité est présentée comme une maladie chronique reconnue qui compte parmi les plus fréquentes observées à l'âge pédiatrique.

À défaut de fournir un message qui fait consensus, l'ouvrage de Alvarez et collaborateurs a le mérite de bien faire ressortir la différence de perception exprimée par les professionnels de la santé à l'égard de l'obésité. Dans pareil contexte, il devient évident que l'identification de solutions au problème de l'obésité est inévitablement laborieuse.

Depuis quelques années, le physiologiste que je suis a aussi tenté de livrer une perception de l'obésité. En plus des effets indésirables de l'obésité, la recherche en physiologie attire également l'attention sur son caractère utilitaire. À titre d'exemple, le gain de graisse qui mène à l'obésité induit des changements hormonaux et neurobiologiques qui favorisent la stabilisation pondérale au fil du temps, que ce soit en agissant sur le contrôle de la prise alimentaire ou de la dépense d'énergie. Dans ce contexte, l'obésité apparaît davantage comme une adaptation physiologique normale qui est surutilisée pour contrer les effets d'un environnement anormal que comme un processus devant a priori être considéré comme pathologique.

Le questionnement relatif à la perception de l'obésité se poursuit jusqu'à la fin de l'ouvrage alors qu'on se demande si l'obésité ne ferait pas partie des « coûts humains » d'une société marquée par la gestion des affaires du corps, du travail, des relations, de la famille et du psychique. En fait, pour répondre à cette interrogation, il faut également se demander qu'est-ce qui engendre des fluctuations spontanées du bilan d'énergie et du poids corporel.

### **Qu'est-ce qui favorise le gain de graisse corporelle ?**

Deux explications émergent spontanément de l'ouvrage d'Alvarez, Levy et Roy, soit le capitalisme sauvage et la société du paraître. Quoique juste en apparence, il y a lieu de se demander comment le capitalisme et une société centrée sur l'image corporelle peuvent induire un excès d'apport calorique. Après tout, quel que soit l'élément déclencheur, la loi de l'équilibre énergétique (première loi de la thermodynamique) demeure toujours l'axiome qui va ultimement déterminer si quelqu'un perd, maintient ou gagne du poids. À cet égard, l'Étude des Familles de Québec est particulièrement informative. En effet, comme le montre le tableau 1, cette étude, qui s'est étendue sur plus de 30 ans, a été utilisée afin d'évaluer la « prédictibilité » du risque de surpoids par différents facteurs d'environnement (Chaput, Leblanc, Pérusse, Després, Bouchard, & Tremblay, 2009). Sans surprise, un régime alimentaire riche en lipides et une non-participation à des activités physiques vigoureuses ont été associés à un risque accru de présenter un surpoids. Cependant, ces facteurs ne se sont pas avérés ceux qui prédisaient le mieux les variations pondérales. En fait, ce sont des variables sans effet direct sur l'apport et la dépense en énergie qui ont figuré en tête du palmarès de la prédictibilité du risque de surpoids. Au sommet de la liste, on retrouve donc la courte durée de sommeil qui semble être la signature d'un mode de vie en ébullition et dont les effets hormonaux favorisent l'hyperphagie. Si on ajoute à cette observation notre récente démonstration que le travail cognitif exigeant induit lui aussi une augmentation de la prise alimentaire, de l'instabilité glycémique et de la cortisolémie, on retrouve tous les ingrédients permettant de déduire que la mondialisation et l'industrialisation représentent une combinaison obésogénique (Huneault, Mathieu, & Tremblay, 2011).

Le tableau 1 indique que le comportement de désinhibition prédit le risque de surpoids à un niveau quasi comparable au manque de sommeil. À cet effet, une analyse plus poussée des données de l'Étude des Familles de Québec a récemment révélé que les personnes présentant également un comportement alimentaire de restriction (un autre marqueur comportemental du risque de surpoids) sont à risque élevé de surpoids (Gallant, Tremblay, Pérusse, Bouchard, Després, & Drapeau, 2010). Ainsi, dans une société du paraître, la personne subissant la pression de l'image corporelle exemplaire peut avoir tendance à délaissé la bonne écoute de ses signaux de satiété. À court terme, cette personne peut possiblement espérer un succès relatif au niveau du contrôle pondéral. Par contre, au fil des ans, la conséquence s'apparente plutôt à un gain de poids significatif, particulièrement chez la femme (Drapeau, Provencher, Lemieux, Després, Bouchard, & Tremblay, 2003).

**Tableau 1. Facteurs de risque de surpoids et d'obésité chez l'adulte : résultats de l'Étude des Familles de Québec (Adapté de Chaput *et al.*, 2009.)**

Facteurs de risque	Risque relatif (analyse transversale)	Gain de poids§
Courte durée de sommeil	3,81*	1,65
Niveau élevé de désinhibition	3,8*	1,46
Faible apport en calcium alimentaire	2,88*	1,3
Susceptibilité à la faim élevée	2,2*	1,28
Non-participation à des exercices physiques vigoureux	2,03*	1,23
Comportement de restriction alimentaire élevée	2,01*	1,09
Non-consommation de suppléments alimentaires et de vitamines	1,86*	0,87
Régime alimentaire riche en lipides	1,64**	0,61
Apport élevé en alcool	1,37**	0,39

§ Gain additionnel moyen de poids pendant 6 ans en comparaison à un groupe de référence.

\*  $p < 0,01$ , \*\*  $p < 0,05$

### Une susceptibilité héritée du bagage génétique

« L'obésité ne serait-elle qu'un dysfonctionnement biologique, un dérèglement génétique, ou est-ce plutôt la résultante d'un comportement sociétal inapproprié ? », peut-on lire en page 38. Cette question trouve en partie sa réponse dans les études qui ont testé l'hypothèse d'une interaction entre l'hérédité et l'environnement. Comme mentionné précédemment, de nombreux facteurs du mode de vie peuvent être sources de stimuli favorisant un déséquilibre énergétique. À cette observation, il faut ajouter que tous les individus ne sont pas égaux en ce qui a trait à leur réponse à l'environnement. Certaines personnes réagissent davantage que d'autres et leur réponse semble au moins en partie expliquée par leur bagage génétique (Bouchard, Tremblay, Després, Nadeau, Lupien, Thériault... Fournier, 1990). Le défi qui se pose donc pour le généticien est d'identifier les gènes qui confèrent une susceptibilité accrue, tant biologique que comportementale, à l'égard de l'obésité. Éventuellement, on pourrait bien considérer l'obésité, du moins dans certains cas, comme un problème comportemental ayant des bases biologiques.

### L'obésité : un conflit entre nature et culture ?

En lisant les premiers chapitres de ce livre, j'aurais été bien enclin à changer son titre puisque j'avais l'impression de lire « Le récit d'une catastrophe ». J'en étais encore plus persuadé quand, au même moment, je lisais l'article nouvellement

publié par l'équipe d'un collègue de l'Université de l'Alabama (Klimentidis, Beasley, Lin, Murati, Glass, Guyton... Allison, 2010). En bref, ils ont démontré que le problème de surpoids ne touche pas uniquement les humains et leurs animaux de compagnie, mais aussi d'autres espèces animales qui ne partagent pas le mode de vie de l'humain. En fait, ils partagent tous au moins un facteur de prédisposition au surpoids, soit la pollution qui elle aussi a le potentiel de favoriser le gain ou le regain de poids (Pelletier, Imbeault, & Tremblay, 2003). Voilà donc une autre cause de conflit entre nature et culture, entre productivité galopante et soin de l'environnement.

En résumé, l'accent placé sur un conflit entre nature et culture dans ce livre en fait un ouvrage courageux et empreint d'une grande sensibilité. Son écriture par différents auteurs contribue à la diversité des points de vue et met en évidence la complexité de la problématique de l'obésité. Il positionne avec justesse le débat autour de la place de l'humain dans un environnement que l'on désigne comme toxique à bien des points de vue (Brownell, 2005). Le défi qui s'y rapporte est donc de taille pour l'humanité puisqu'il impose un juste compromis entre le développement économique et le développement humain.

### Références

- Bouchard, C., Tremblay, A., Després, J.-P., Nadeau, A., Lupien, P.-J., Thériault, G.... Fournier, G. (1990). The response to long-term overfeeding in identical twins. *New England Journal of Medicine*, 302, 1477-1482.
- Brownell, K.D. (2005). Does a "toxic" environment make obesity inevitable? *Obesity Management*, 1 (2) 52-55.
- Chaput, J.-P., Leblanc, C., Pérusse, L., Després, J.-P., Bouchard, C., & Tremblay, A. (2009). Risk factors for adult overweight and obesity in the Quebec Family Study: Have we been barking up the wrong tree? *Obesity* 17, 1964-1970.
- Drapeau, V., Provencher, V., Lemieux, S., Després, J.-P., Bouchard, C., & Tremblay, A. (2003). Do six-year changes in eating behaviors predict changes in body weight? Results from the Quebec Family Study. *International Journal of Obesity*, 27, 808-814.
- Gallant, A., Tremblay, A., Pérusse, L., Bouchard, C., Després, J.-P., & Drapeau, V. (2010). The Three-Factor Eating Questionnaire and body mass index in adolescents : results from the Quebec Family Study. *British Journal of Nutrition*, 104 (7), 1074-1079.
- Huneault, L., Mathieu, M.-È., & Tremblay, A. (2011). Globalization and modernization: an obesogenic combination. *Obesity Review* (version électronique).
- Klimentidis, Y. C., Beasley, T.M., Lin, H.Y., Murati, G., Glass, G.E., Guyton, M.... Allison, D.B. (2010). Canaries in the coal mine: a cross-species analysis of the plurality of obesity epidemics. *Proceedings of The Royal Society of Biological Science*, <http://rspb.royalsocietypublishing.org/content/early/2010/11/19/rspb.2010.1890.full.pdf+html>.
- Pelletier, C., Imbeault, P., & Tremblay, A. (2003). Energy balance and pollution by organochlorines and polychlorinated biphenyls. *Obesity Review*, 4, 17-24