



L'OBESITE



Vocabulaire : Graisses, IMC, inactivité, sédentarité, suralimentation, mode de vie, anneau gastrique, bypass, gastrectomie.



Notions clés :

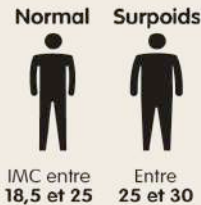
DEFINITION :

Accumulation anormale ou excessive de graisse corporelle qui peut nuire à la santé. Les apports alimentaires sont supérieurs aux besoins.

QUI EST OBÈSE ?

Quelqu'un ayant un indice de masse corporelle (IMC) égal ou supérieur à 30, est considérée comme obèse.

$$\text{IMC} = \frac{\text{poids (kg)}}{\text{taille}^2 \text{ (m)}}$$



TRAITEMENTS :

- ☞ **Perte de poids** avec un suivi médical (diététicien(ne), nutritionniste, psychologue)
- ☞ **Activité physique.**
- ☞ **Chirurgie : Anneau gastrique bypass et gastrectomie.**

Obésité

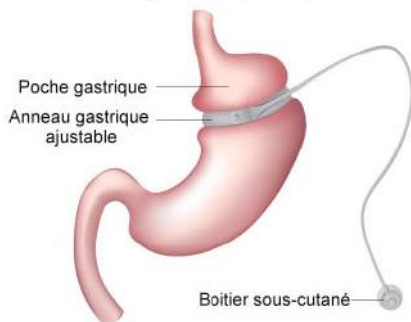
LES ALTERATIONS DE LA SANTE DUES A L'OBESITE :

- ☞ **Physiques** (diabète, apnée du sommeil, infarctus du myocarde, AVC, hypertension artérielle, cancers, douleurs dans le dos ...)
- ☞ **Psychologiques** (dépression, mauvaise estime de soi...)
- ☞ **Sociales** (discrimination, isolement ...)

LES CAUSES DE L'OBESITE :

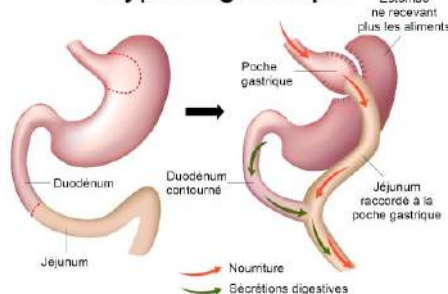
- ☞ **Apports caloriques excessifs :** alimentation grasse, sucrée, pauvre en fibres, portion en grande quantité, alcool..).
- ☞ **Inactivité physique** et / ou **sédentarité** (jeux vidéos, TV...).
- ☞ **Facteurs psychologiques et Rythme de vie :** Troubles du comportement alimentaire (grignotage, boulimie..) anxiété, stress, arrêt du tabac et/ou de l'alcool, dépression, trouble du sommeil...

Anneau gastrique ajustable



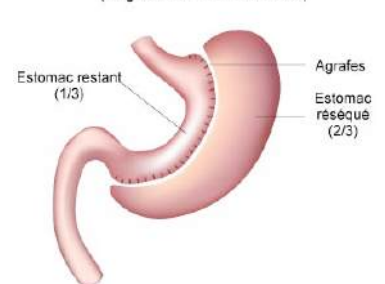
Méthode réversible, oblige le malade à manger en petites quantités

Bypass gastrique



Réduction irréversible de la taille de l'estomac et d'une partie de l'intestin

Gastrectomie longitudinale (ou gastrectomie en manchon)



Réduction irréversible de la taille de l'estomac