

# 70 millions de jeunes obèses en 2025

**Un tiers des enfants européens sont en surpoids : un constat très alarmant. Et cela ne va pas aller en s'arrangeant si on n'enraye pas l'épidémie. De 41 millions en 2016, on risque de passer à 70 millions de petits Européens obèses.**

De nombreux organismes tirent la sonnette d'alarme depuis quelques années déjà: l'obésité est un mal qui s'étend inexorablement. Dernier rapport en date, celui de l'unité européenne de gastroentérologie. Les chercheurs de cette unité ont pu constater qu'un tiers des enfants âgés de 6 à 9 ans vivant dans un pays européen est en surpoids. Les pays latins sont les plus touchés avec 35% des garçons espa-

gnols de 11 ans et un quart des filles italiennes du même âge concernés.

Conséquence de cette obésité précoce : 20 à 30% des maladies inflammatoires de l'intestin sont à présent diagnostiquées dès l'enfance, ce qui était assez rare auparavant. Des pathologies comme la maladie de Crohn ou la rectocolite hémorragique comptent aujourd'hui un quart de patients âgés de moins de 10 ans. Ce constat est d'autant plus préoccupant que leurs manifestations sont plus sévères chez les enfants.

## 1,5 KG TOUS LES DIX ANS

L'obésité ne touche pas que les enfants, bien évidemment. Les chercheurs de l'UEG précisent qu'en moyenne, la population prendrait 1,5 kg tous les dix ans depuis 1975. Ce qui est par

contre inquiétant, c'est que 90% des enfants obèses le sont encore à l'âge adulte. Les chercheurs souhaitent donc que les gouvernements prennent des dispositions pour traiter le problème dès l'enfance. «Le traitement de l'obésité adulte coûte beaucoup trop cher à l'Europe, les priorités doivent changer», explique le professeur Herbert Tilg, du comité scientifique de l'étude.

## TROP DE SUCRE

Si nos enfants ont la fâcheuse tendance de prendre du poids, c'est en grande partie en raison de leur alimentation. Trop grasse, trop salée et surtout trop sucrée. Si on analyse ce qu'un petit peut ingurgiter comme sucre sur une journée, on comprend qu'il est temps de lui inculquer d'autres habitudes.

Du sucre au petit déjeuner avec

une boisson chocolatée et ses céréales préférées. Pour son déjeuner avec le petit biscuit emballé et un jus. A midi avec éventuellement un soda et un dessert. A quatre heures avec encore et toujours son biscuit préféré et un jus. Avec le dessert du soir. Sans oublier le bonbon ou la barre chocolatée. Malheureusement, autant de sucre n'est pas du tout exceptionnel! Cela deviendrait même presque une tradition. Et pourtant seulement 5% des calories quotidiennes devraient être apportées par le sucre. Pour vous faire une idée, 1 gramme de sucre, c'est 4 calories.

Il est peut-être temps de remettre à l'amer l'eau à nos têtes blondes... ●

M.PAREZ

Et pourtant...

## La Belgique parmi les bons élèves

À l'heure actuelle, environ 14,4% des adolescents belges en secondaire présentent une surcharge pondérale. Celle-ci est plus fréquente chez les filles, dans l'enseignement professionnel ou technique et parmi les familles dont le niveau de vie est faible. Un chiffre pas très honorable.

Mais les campagnes de sensibilisation semblent marquer les nouveaux

jeunes parents puisqu'en ce qui concerne les jeunes enfants de 0 à 5 ans, nous tombons à 7% d'enfants en surpoids. Nous sommes bien classés puisqu'en France, ce sont 11,4% d'enfants obèses répertoriés dans cette tranche d'âge. Très mauvais élèves : l'Espagne avec 18,4% et les Anglais avec 23,1%.

## PLUS NOMBREUX EN WALLONIE

Par contre, il y a des inégalités dans notre pays : c'est en Wallonie qu'on compte le plus de cas d'enfants en surpoids : un sur quatre. En 2001, 5% des enfants wallons étaient obèses. Aujourd'hui, ils représentent 9%. ●

M.P.