

«Lorsqu'il monte les escaliers, il n'a plus besoin de s'arrêter»

L'Hôpital universitaire des enfants Reine Fabiola vient d'ouvrir une Clinique du poids spécifiquement dédiée aux plus jeunes. Une prise en charge est parfois nécessaire pour éviter que l'obésité ne vire au drame.

REPORTAGE ANAÏS SORÉE

Une nuit d'avril, Aydogan se réveille. Il a le souffle coupé. Il ne parvient plus à respirer. Ses parents l'emmenent d'urgence à l'hôpital. L'adolescent de 14 ans est branché à une machine à oxygène. Il est en désaturation. Il fait des apnées du sommeil. La cause: une obésité de grade 2 avancé. Au stade 3, on parle d'obésité morbide. Les parents sont horrifiés. Ils ont bien remarqué que leur fils qui fait 110 kilos pour un petit mètre 70 avait pris du poids ces derniers temps mais ils étaient loin de se douter que ce laisser-aller allait empêcher leur fils de respirer et les conduire à l'hôpital.

«On a eu très peur pour lui. On s'en est voulu», dit son père. C'est un électrochoc pour la famille. C'est aussi un événement familial qui est à l'origine de la prise de poids d'Aydogan. Son père a dû être hospitalisé deux mois. Entre les visites à l'hôpital et la fatigue émotionnelle, la maman n'est plus aussi régulière pour préparer des bons petits plats maison. Par facilité et par manque de temps, les enfants déjeunent souvent dehors, où la malbouffe est à chaque coin de rue. De mauvaises habitudes alimentaires s'installent. Les kilos s'accumulent. Jusqu'à cette fameuse nuit d'avril. Le médecin les alerte: si Aydogan ne perd pas de poids, il devra se faire opérer. Maigrir paraît impossible aux yeux d'Aydogan mais «se faire opérer, c'est tricher», dit-il.

Le patient est libre de rentrer chez lui

Avec le soutien de sa famille, il décide de se reprendre en main. Il suit un programme de l'Hôpital des enfants Reine Fabiola (Huderf) qui vient de créer une Clinique du poids junior. Loin du camp d'entraînement qui fait suer les enfants gros et qui leur donne trois misérables morceaux

de carottes à midi, la Clinique du poids junior propose une autre approche. «Quand le patient est interné, il va certainement perdre du poids rapidement mais que se passera-t-il quand il rentrera chez lui et qu'il retrouvera ses habitudes? Nous, nous proposons un programme où le patient est libre de rentrer chez lui après ses consultations. Notre approche est ambulatoire et multidisciplinaire. Le patient est suivi par toute une équipe de professionnels de la santé: une psychologue, une diététicienne, une kinésithérapeute, un pédiatre et un chirurgien qui travaillent ensemble pour lui établir un programme sur-mesure. Les résultats viendront peut-être plus lentement mais le mieux est qu'ils s'inscrivent dans la durée», explique Henri Steyaert, chirurgien à l'Huderf. De plus en plus confronté aux problèmes de l'obésité chez ses patients, il maîtrise le sujet et a participé à la création de la Clinique du poids junior.

19 kilos perdus

Pour Aydogan, le programme consiste en une consultation par mois chez la diététicienne et une séance de kinésithérapie une fois par semaine. «Au début, il voyait aussi la psychologue et le pédiatre mais aujourd'hui, il n'en a plus besoin», explique Mélissa Moretti, diététicienne à la clinique du poids junior. Aydogan est ce qu'on appelle «un bon patient». Il est motivé et suit bien son programme. Ce mercredi, c'est le moment du bilan après 6 mois. Avant la

pesée, la diététicienne lui demande de détailler ce qu'il a l'habitude de manger: «Deux galettes de riz le matin, un biscuit à 10 heures, une petite baguette de pain complet avec du filet de poulet le midi – parfois maman m'ajoute un

peu de sauce andalouse pour me faire plaisir – et le soir, elle cuisine des légumes, une viande et des féculents.» Hier, c'était son anniversaire. Il s'est accordé un petit morceau de gâteau. Mais il ne boit plus que de l'eau. Fini les boissons sucrées. Aydogan reprend de bonnes habitudes alimentaires.

Voici le moment de vérité. Aydogan monte sur la balance. Elle affiche 91 kilos. En 6 mois, il a perdu 19 kilos. Il ne fait plus d'apnée. Il n'a plus de crampes lorsqu'il marche. Il n'est plus essoufflé. «Lorsqu'il monte les escaliers, il n'a plus besoin de s'arrêter. Il va plus vite que moi», souligne avec fierté son papa. Aydogan se sent mieux, tout simplement. «Mon prof de gym me dit que je vais finir par devenir accro au sport mais ce n'est pas encore le cas», sourit-il.

Ils ne savent plus ce qu'est d'avoir faim

Cet après-midi, un atelier est organisé à la Clinique du poids junior. Mélissa Moretti, la diététicienne et Morgane Petit, la psychologue animent un groupe de 5 enfants. Aydogan n'y participe pas. Il n'en a pas besoin. «Qu'est-ce que la faim?» demandent-elles au groupe. Magda, environ 10 ans, répond: «Je ne sais pas...» Les autres tentent à leur tour: «C'est quand tu as des gargouillis», répond l'une. «Quand tu fais du sport», répond une autre, «quand tu te lèves le matin», «quand tu vois une publicité de Pizza Hut», «quand tu vois tes copines manger des chips»... Les réponses fusent. Les animatrices les décortiquent pour les aider à différencier la faim de l'envie. En prenant des kilos, les enfants ont perdu le sentiment de satiété. Pour Oussame qui a bien retenu le schéma d'Oscar le squelette présenté au cours de l'atelier précédent, «c'est le triangle qui va au cerveau». Pour Imène, c'est un mot compliqué à prononcer et de toute façon, elle n'a pas de sensation: «Quand j'ai terminé mon assiette, j'ai terminé, c'est tout.» Le devoir pour le prochain atelier, c'est de noter un moment où l'on a trop mangé. «Car cela peut arriver...»

SANTÉ

UN ENFANT SUR DIX EST OBÈSE

L'obésité est une maladie grave qui est aujourd'hui à l'origine de **400.000 morts par an dans le monde**. En 1990, c'était moitié moins. Ce n'est pas l'obésité elle-même qui cause la mort, ce sont les maladies qu'elle déclenche au niveau du cœur, du diabète, de la tension, etc. On parle de comorbidité. «C'est un problème de santé publique majeur. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) a déclaré qu'il s'agissait de la première épidémie non-infectieuse», alerte Henri Steyaert, chirurgien depuis 30 ans. **En Belgique, un enfant sur cinq est en surpoids et un sur dix est obèse.** La Belgique suit la tendance européenne. **Aux Etats-Unis, le chiffre grimpe à 35%.** Mais alors que les voisins d'Outre-Atlantique semblent avoir atteint un plafond – le pourcentage n'évolue plus –, la courbe belge et européenne part à la hausse. A l'échelle mondiale, les chiffres coupent encore plus l'appétit: le nombre d'enfants et d'adolescents atteints d'obésité est passé **de 11 millions en 1975 à 124 millions en 2016**. En 40 ans, ce nombre a donc été multiplié par dix. «Cela ex-

pluse. Et vu l'évolution des courbes, en 2020, il y aura plus d'enfants obèses que d'enfants qui souffrent de malnutrition. Aux Etats-Unis, les enfants qui naissent aujourd'hui vivront moins longtemps que leurs parents. C'est la première fois que cela arrive depuis les guerres mondiales. Dans mes consultations, je vois parfois des enfants de 2 ans atteints d'obésité morbide grave qui ne savent pas marcher. Je n'avais jamais vu cela. Quand j'ai commencé, on ne parlait pas d'obésité morbide. Il y a 20 ans, on commençait à peine à pratiquer des techniques chirurgicales de type anneaux gastriques. Aujourd'hui, c'est l'opération la plus effectuée chez l'adulte», témoigne-t-il.

En Belgique, l'opération n'est pas remboursée pour les enfants de moins de 18 ans. Une erreur, estime le professeur. «Pour certains enfants atteints d'obésité morbide grave, attendre qu'ils aient 18 ans, c'est laisser empirer leur état de santé. La France, le Canada, le Brésil et les Etats-Unis ont compris que sans opérer, on perdait des années. Ils ont changé de cap. Il faudrait aller dans ce sens en Belgique en confiant ces opérations à des centres de références et en fixant des conditions strictes pour ne pas que ces opérations soient pratiquées à tout va.» **A.S.**