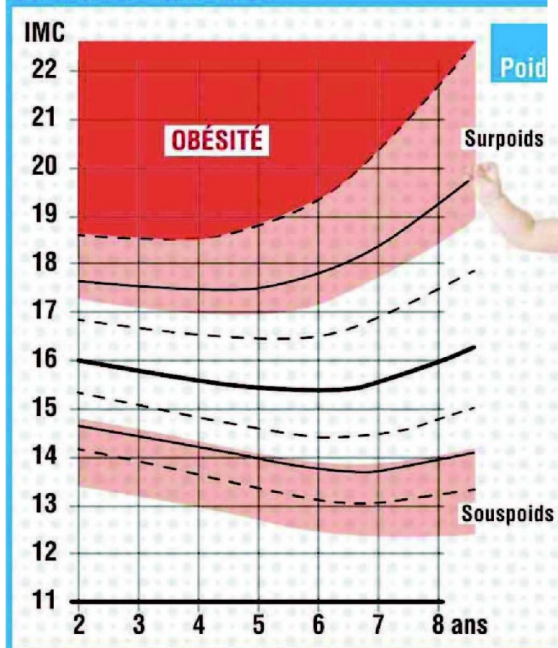


90 % des enfants obèses à 3 ans le resteront !

5 % des petits Belges en souffrent

La courbe de croissance



CALCUL : IMC :

Poids (kg) / Taille (m) x Taille (m)

Source : ULB

« cours des années précédant l'entrée en maternelle est associée à un risque de surpoids ou d'obésité dans l'adolescence qui est 1,4 fois supérieur par rapport aux enfants qui ont eu un IMC stable ».

« Cette recherche confirme l'impression que nous avons depuis plusieurs années », nous explique le docteur Lombet, conseiller à l'ONE. « C'est entre 2 et 6 ans qu'il faut être le plus attentif au poids. Pour cela, il faut calculer l'IMC de l'enfant. Le calcul est simple : on divise le poids par la taille, élevée au carré. Le chiffre obtenu est reporté sur une courbe de croissance. On peut alors dire si l'enfant a un excédent de poids ou non. »

L'ÉVOLUTION SUR LA COURBE

« Mais c'est l'évolution de cet indice dans le temps qui est importante à étudier. S'il augmente successivement, quelque chose se constitue. Un exemple inquiétant : lorsque l'IMC de l'enfant évolue de 17 (poids normal) à 2 ans, à 17,5 (surpoids) à 4 ans pour arriver à 17,9 (surpoids) à 5 ans. Ici, il faut réagir ! A contrario, il n'y a pas à s'inquiéter s'il est en obésité à 3 ans mais qu'il revient à un poids normal les années suivantes », continue-t-il.

Trois éléments sont étudiés par les médecins en cas de surcharge pondérale. « Nous vérifions d'abord si elle n'est pas liée à une

pathologie comme un dérèglement hormonal. Nous analysons ensuite l'alimentation et les dépenses physiques. Dans la plupart des cas, la première est excessive en calories et les secondes sont insuffisantes », ajoute le conseiller pédiatre. « Il n'est pas question alors de sport intensif et de régime drastique. Aller à l'école à pied et éliminer certains mets peut suffire. »

Cette situation touche de plus en plus de petits Belges. L'institut belge de Santé Publique affirme que 11 à 15 % des 3 à 17 ans sont

en surpoids et 3 à 5 % en obésité. L'Organisation Mondiale de la Santé estime, elle, que le nombre d'enfants obèses dans le monde a été multiplié par plus de 10 en 40 ans.

TOUJOURS PLUS NOMBREUX

Nous sommes ainsi passés de 11 millions de jeunes obèses à 124 millions. « Nous voyons de plus en plus d'enfants qui en souffrent »,

analyse l'ONE. « Or, un début précoce d'obésité est associé à l'émergence de complications d'ordre métabolique et cardiovasculaire. Sans compter les effets sur le mental car les enfants obèses sont souvent l'objet de moqueries ce qui peut engendrer des séquelles à vie. Nos médecins utilisent d'ailleurs rarement le terme obésité avant 6 ans pour éviter de les stigmatiser. »

ALISON VERLAET

En 40 ans, le nombre d'enfants obèses a été multiplié par 10. Si on estime qu'aujourd'hui 3 à 5 % des bambins souffrent d'obésité en Belgique, ce chiffre pourrait doubler d'ici dix ans. Une recherche montre que ce poids excessif est quasiment irréversible s'il n'est pas corrigé avant l'âge de 6 ans.

Une étude publiée dans « The New England Journal of Medicine » concernant l'obésité infantile est très inquiétante et met en évidence le fait qu'il faut lutter contre ce fléau avant 6 ans.

C'est l'évolution sur la courbe qui est importante et qui permet un diagnostic

« Nous avons constaté que près de 90 % des enfants obèses âgés de 3 ans avaient un excès de poids ou étaient obèses à l'adolescence. Parmi les adolescents obèses, une forte accélération des augmentations annuelles de l'indice de masse corporelle (IMC) s'est produite entre 2 et 6 ans », explique l'étude réalisée sur quelque 51.000 enfants allemands. « Cette accélération au