

Comment lutter contre l'obésité quand l'apologie des rondeurs est toujours de mise ?

Compte Test - 2024-03-03 22:34:25 - Vu sur [pharmacie.ma](https://www.pharmacie.ma)

Selon une étude récente publiée par «The Lancet», plus de 1 milliard de personnes dans le monde étaient obèses en 2022. Cette situation alarmante est particulièrement préoccupante dans les pays insulaires du Pacifique et des Caraïbes, ainsi que dans le Moyen-Orient et l'Afrique du Nord (MENA), où les taux d'obésité et d'insuffisance pondérale combinés sont les plus élevés.

L'évolution des rythmes de vie, l'alimentation moderne et la sédentarité croissante sont les principaux facteurs contribuant à l'obésité. Des troubles du comportement alimentaire, le stress, la dépression et le manque de sommeil peuvent également y jouer un rôle.

L'obésité est un facteur de risque majeur pour de nombreuses maladies chroniques, notamment les maladies cardiovasculaires, l'hypertension artérielle, le diabète de type 2, certains cancers et les accidents vasculaires cérébraux.

Pour lutter contre ce fléau, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) exhorte les gouvernements des États membres, les communautés et le secteur privé à collaborer pour mettre en place des politiques et des initiatives multisectorielles pour combattre l'obésité.

L'Assemblée mondiale de la santé a adopté en 2022 un plan d'accélération pour combattre l'obésité. Ce plan vise à promouvoir des pratiques saines dès la naissance, à réglementer le marketing des aliments malsains aux enfants, à adopter des politiques alimentaires saines dans les écoles et à sensibiliser le public à l'importance d'une alimentation saine et de l'activité physique.

Au Maroc, 55,1% de la population est en surpoids et 21,7% est obèse. Si aucune mesure n'est prise, l'obésité affectera près de 50% de la population marocaine d'ici 2035. Le pays doit s'inspirer du plan de l'OMS et mettre en place une stratégie nationale pour lutter contre ce fléau.

La lutte contre l'obésité est un enjeu de santé publique majeur qui nécessite une mobilisation collective et des actions concertées à tous les niveaux et cela passe essentiellement par l'adoption d'un mode de vie sain.

Il ne faut, cependant pas, oublier le mésusage inacceptable que connaissent certains médicaments comme la cyprohéptadine largement utilisée au Maroc pour ses propriétés orexigènes.

En conclusion, la lutte contre l'obésité constitue un défi complexe nécessitant une approche multidimensionnelle. En nous

attaquant aux causes profondes du problème, en mobilisant les acteurs clés et en promouvant des modes de vie sains, nous pouvons inverser la tendance et améliorer la santé et le bien-être de nos populations.

Sources :

- OMS – Lutte contre l'obésité : <https://www.who.int/>
- Ministère de la Santé – Maroc : <https://www.sante.gov.ma/Pages/Accueil.aspx>
- Fédération mondiale de l'Obésité : <https://www.worldobesity.org/>