

## Surpoids et obésité: la HAS publie ses recommandations

Compte Test - 2011-10-06 23:09:00 - Vu sur pharmacie.ma

La Haute Autorité de Santé (HAS) a publié ces recommandations de bonne pratique ayant pour objectif l'amélioration de la qualité de la prise en charge du surpoids et de l'obésité. En France, un adulte sur deux et un enfant sur cinq sont en excès de poids. Or les conséquences du surpoids et de l'obésité sont nombreuses et parfois graves: augmentation du risque de diabète, de maladies cardio-vasculaires, conséquences morphologiques et esthétiques, stigmatisation, retentissement psychologique, etc. Améliorer la prise en charge médicale de ces malades est cruciale.

Pour combattre ce fléau, la HAS recommande le calcul systématique de l'IMC chez tout patient quel que soit son âge, sa corpulence apparente et le motif de la consultation. Chez l'adulte, pour un IMC entre 25 et 35 kg/m<sup>2</sup>, l'examen devra être complété par la mesure du tour de taille. Chez l'enfant, au-delà de ce simple calcul, la courbe d'IMC doit être tracée dès les premiers mois de la vie et surveillée attentivement au minimum 2 à 3 fois par an à la recherche de signes d'alerte.

La prise en charge de l'obésité doit être faite chez l'adulte par le médecin généraliste et doit reposer sur l'éducation thérapeutique du patient, avec un suivi régulier et prolongé d'au moins deux ans. Elle doit intégrer une éducation diététique, des conseils sur l'activité physique et la sédentarité, ainsi qu'un accompagnement psychologique.

Chez l'adulte en simple surpoids, l'objectif est avant tout de ne pas prendre de poids. En cas de tour de taille élevé, l'objectif est de stabiliser le poids et de réduire le tour de taille. Chez l'adulte ayant une obésité, il faut tout d'abord stabiliser le poids avant de viser une perte de poids allant jusqu'à 15 % et prendre en charge les comorbidités associées.

Chez l'enfant et l'adolescent en surpoids ou avec une obésité, l'objectif de la prise en charge est l'amélioration de la qualité de vie physique, mentale et sociale et la prévention des complications en cherchant à obtenir un ralentissement de la progression de la courbe de corpulence. Les régimes à visée amaigrissante ne sont pas recommandés, quelle qu'en soit la nature car ils sont nocifs et inefficaces à long terme. Au contraire, la prise en charge médicale doit aider le patient à trouver un équilibre alimentaire en changeant durablement ses habitudes. Il faut aussi augmenter l'activité physique en général et pas seulement le sport. L'objectif est d'atteindre au moins 2h30 par semaine d'activité physique d'intensité modérée pour les adultes et d'une heure par jour pour les enfants. Chez tous les patients, l'accompagnement psychologique est nécessaire. Il peut être réalisé par le médecin habituel (généraliste, pédiatre...) et complété si nécessaire par une prise en charge spécialisée. Les traitements médicamenteux ne sont recommandés ni chez l'adulte ni chez l'enfant et l'adolescent. ( Pharmacies.ma - 6 octobre 2011 )