

FRANCE-ANTILLESwww.franceantilles.frActualité - **Santé****Surveillez votre bedaine!****S.B**

Jeudi 29 décembre 2016



L'obésité abdominale est plus élevée chez les femmes (79 % contre 37 % chez les hommes) et augmente avec l'âge.

En Guadeloupe, l'obésité abdominale concerne six adultes sur dix et touche davantage les femmes que les hommes. Un embonpoint qui expose au diabète et aux maladies cardiaques.

Les chiffres sont impressionnants. En Guadeloupe, l'obésité abdominale concerne plus de la moitié de la population adulte (60%). Six personnes sur dix ont un gros ventre. C'est ce que révèle l'enquête Kannari, réalisée (1) en 2013, en Guadeloupe et en Martinique.

L'étude indique également que sa prévalence est plus élevée chez les femmes (79 % contre 37 % chez les hommes) et qu'elle augmente avec l'âge. À noter une forte augmentation de la surcharge pondérale et de l'obésité abdominale à partir de l'âge de 25 ans dans la population féminine. Chez les hommes, cette nette augmentation est plus tardive et se produit vers l'âge de 45 ans.

Plus d'un tiers (35 %) de la population féminine âgée de moins de 25 ans présente une obésité abdominale, alors que parmi les femmes âgées de 65 ans ou plus, cette proportion atteint 98%.

Une tendance que l'on retrouve également dans l'Hexagone où 45,5% des femmes entre 30 et 69 ans souffrent d'obésité abdominale contre 41,6 des hommes. La ménopause expliquerait en partie ces chiffres.

SURVEILLER SON TOUR DE TAILLE

Mais attention, associé à l'hypertension ou à un excès de sucres dans le sang, l'embonpoint abdominal expose

aux maladies cardio-vasculaires, première cause de mortalité en Guadeloupe et au diabète, affection de longue durée générant le plus d'admissions chez nous.

Au total, près de la moitié des Guadeloupéens ont un risque accru de diabète de type 2 et de maladies cardiovasculaires ; car, ils sont en situation de surcharge pondérale et présentent également une obésité abdominale. Les femmes cumulent plus souvent ces deux indicateurs d'excès de masse grasse (respectivement 60% et 34% chez les hommes).

Fait étonnant, d'après une étude d'envergure menée aux États-Unis en 2012, une personne au poids normal, mais avec un estomac bedonnant serait plus à risque qu'un obèse. Dans Le Figaro, le Dr Heinz Drexel, chef du service de médecine interne et cardiologie à l'hôpital de Feldkirch (en Autriche) explique que « le sang provenant du tissu gras des jambes se dirige vers les orteils et repart dans la circulation générale, alors que celui de l'abdomen se retrouve directement dans le foie, qui produit des molécules augmentant la résistance à l'insuline menant au diabète. De plus, ces graisses logées profondément dans l'abdomen (à distinguer des « poignées d'amour » situées juste sous la peau) sont plus nocives car elles sécrètent plus de substances inflammatoires » . En Guadeloupe, plus d'un adulte guadeloupéen sur dix (12%) a une corpulence normale selon l'IMC accompagnée d'une obésité abdominale (3% des hommes contre 18% des femmes). De ce fait, leur risque de diabète de type 2 et de maladies cardio-vasculaires est augmenté par rapport aux personnes de corpulence normale sans obésité abdominale.

Il est donc fortement conseillé de surveiller son tour de taille, et d'aller consulter « si notre ceinture n'est plus assez longue » .

Pour rappel, faire de l'exercice et avoir une alimentation moins grasse restent les meilleurs moyens pour éliminer la graisse abdominale.

IDF (International diabetes federation) : tour de taille supérieur à 80 cm pour les femmes et à 94 cm pour les hommes.

(1) Réalisation en partenariat : l'InVS (institut de veille sanitaire), l'Anses (agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation), les ARS (agences régionales de santé), les observatoires régionaux de santé de Guadeloupe et de Martinique et l'Insee (institut national de la statistique et des études économiques).

Sur le même sujet

Collectes de sang, le planning des jours à venir



Thèmes :
SANTÉ

Une bactérie pour lutter contre dengue et chik



Thèmes :
SANTÉ