

8 novembre 2023

## L'obésité progresse partout dans le monde

Quand ils entendent le mot « malnutrition », la plupart des gens pensent d'abord à « faim ». Ce n'est pas surprenant dans la mesure où la sous-alimentation, la faim et les famines ont fait les grands titres pendant des décennies.

### Un problème global

Mais la réalité change. Tandis qu'il y a encore des centaines de millions de personnes qui ne s'alimentent pas suffisamment pour satisfaire leurs besoins en calorie, ce qui frappe lors de ces dernières décennies, c'est le nombre croissant de personnes qui, parce qu'elles mangent trop ou ont un régime alimentaire déséquilibré, sont en situation de surpoids et, de plus en plus, obèses<sup>1</sup>, ce qui a des conséquences dramatiques sur leur santé (diabète, maladies cardio-vasculaires et cancers) et leur espérance de vie. Et cela concerne environ 2 milliards de personnes !

La sous-alimentation et l'alimentation déséquilibrée (en quantité et en qualité) entraînant le surpoids sont aujourd'hui les deux facettes majeures de la malnutrition.

Le surpoids et l'obésité sont peut-être moins spectaculaires que d'horribles famines, mais elles sont responsables de millions de morts, chaque année, et représentent un coût social considérable [\[lire\]](#).

La Figure 1 montre la distribution de l'obésité dans la population adulte mondiale selon les estimations de l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Comme on peut le constater, l'obésité est présente partout dans le monde, bien que sa fréquence soit plus élevée dans les pays riches.

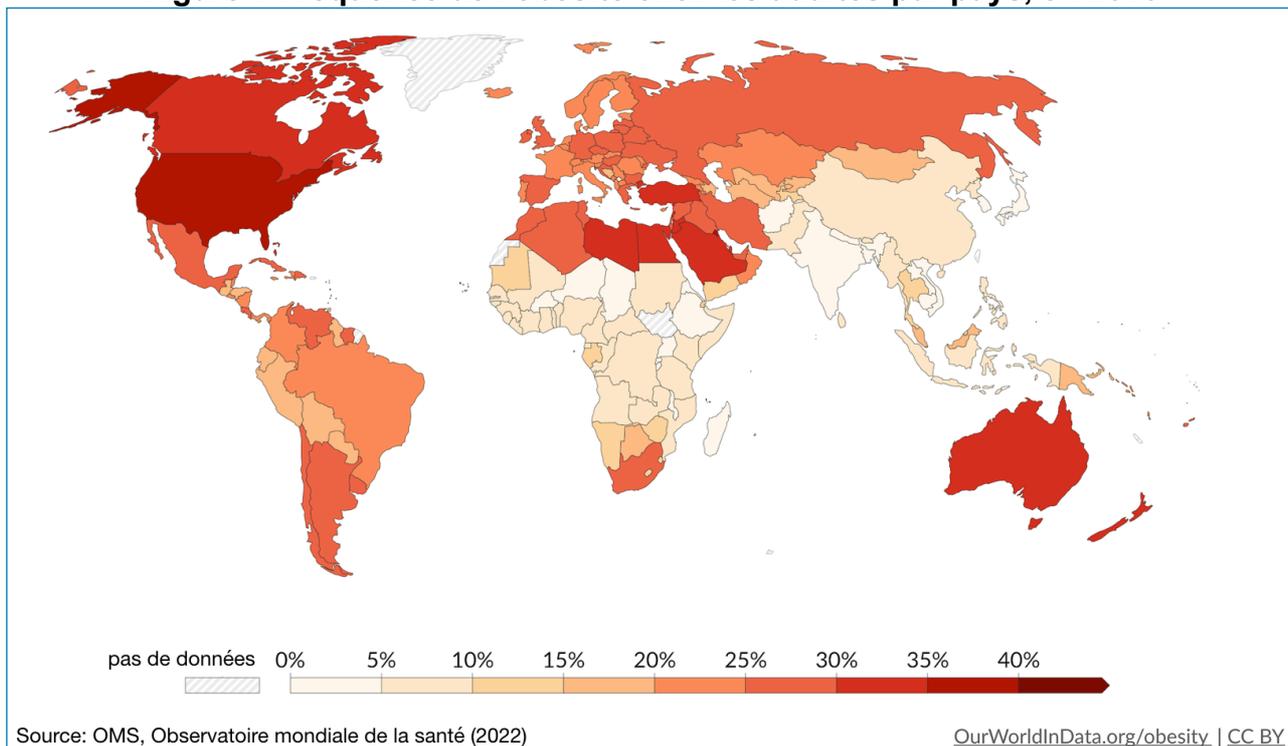
Il est clair que l'obésité est devenue un défi mondial.

En 2016, l'obésité était la plus élevée dans les îles du Pacifique (plus de 40 % de la population adulte - plus de 60 % à Nauru) et la moins présente en Afrique (aux alentours de 5 % de la population). En Asie, les taux sont bas (le plus bas étant au Vietnam, avec 2,1 %), tandis qu'en Europe, ils oscillent entre 20 % et 30 % (23,2 % pour la France). Aux États-Unis, la part de la population adulte qui était obèse était de 37,3 % [\[consulter les estimations de l'OMS pour votre pays \(en anglais\)\]](#).

---

<sup>1</sup> Le surpoids et l'obésité sont définis par la valeur de l'Indice de masse corporelle (IMC). L'IMC d'une personne est égal au poids en kilogrammes divisé par le carré de la taille en mètres. Surpoids : IMC supérieur ou égal à 25. Obésité : IMC supérieur ou égal à 30 [\[lire\]](#).

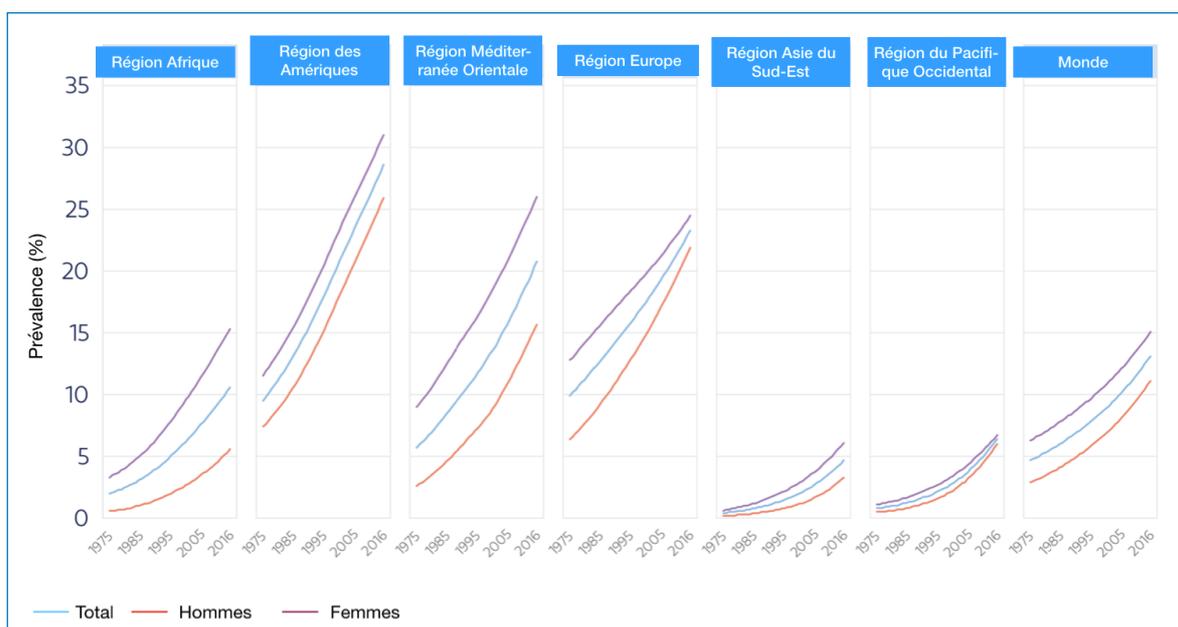
**Figure 1 Fréquence de l'obésité chez les adultes par pays, en 2016**



### L'obésité progresse dans les pays riches et dans les pays pauvres

Les graphes de la Figure 2 montrent la croissance rapide de la part de la population souffrant d'obésité, avec des différences marquées entre les Amériques, le Moyen-Orient et l'Europe, où la prévalence de l'obésité est élevée, et l'Afrique et la région Pacifique (qui comprend notamment les pays d'Asie de l'Est comme la Chine), où elle est encore faible, mais suit une pente ascendante.

**Figure 2 Prévalence de l'obésité parmi les adultes (18 ans et plus), par région de l'OMS, 1975-2016**

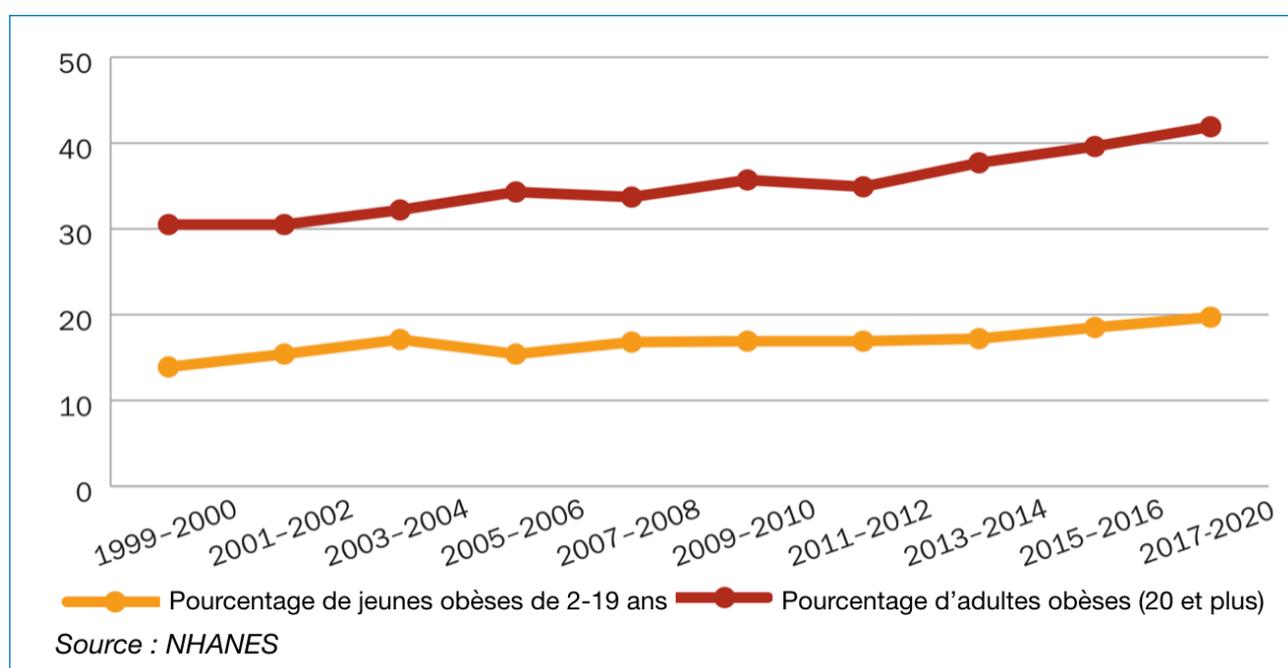


Source : OMS, 2023 (en anglais, traduction par lafaimexpliquee.org).

Partout, l'obésité augmente, ce qui constitue probablement l'évolution la plus frappante de ces deux dernières décennies dans le domaine de l'alimentation. En fait, en 2016, plus de 1,9 milliard d'adultes (de plus de 18 ans) étaient en situation de surpoids (39 % du total), dont 650 millions étaient obèses (13 % du total).

Aux États-Unis, par exemple, l'obésité adulte a atteint plus de 40 % de la population pendant la période 2017/2020, alors que l'obésité des jeunes était aux environs de 20 % et qu'elle a régulièrement augmenté entre 1999 et 2020<sup>2</sup> (Figure 3).

**Figure 3 Pourcentage des adultes et des jeunes obèses aux États-Unis (1999-2020)**



Source : [Trust for America's Health, 2023](#) (en anglais, traduction par lafaimexpliquee.org).

### Les causes de l'obésité

La pauvreté est souvent invoquée pour expliquer l'obésité. Cependant, la relation entre l'obésité et la pauvreté est nuancée et complexe. Elle dépend en particulier de la catégorie de revenu du pays considéré.

Dans les pays à revenu bas et intermédiaire, être pauvre est généralement associé à la sous-nutrition, alors que l'obésité touche plutôt les membres des classes moyennes ou supérieures de population, surtout dans les zones urbaines et pour les femmes, et qu'elle tend à s'étendre progressivement à toutes les couches de population.

<sup>2</sup> Aux États-Unis, la catégorie «adulte» comprend des personnes âgées de 20 et plus, alors que les «jeunes» sont âgés de 2 à 19 ans.

En Inde, par exemple, une étude a trouvé que le surpoids chez les femmes en âge de procréer était passé de 23 % en 2005 à 33 % en 2019-2021, et que cette augmentation était particulièrement marquée parmi les membres des tribus et des castes défavorisées, et les femmes à niveau d'éducation peu élevé [[lire en anglais](#)], tandis que la prévalence pour les femmes dans l'ensemble du pays n'était que de 4,9 % en 2016 (et 2,7 % pour les hommes), selon les estimations de l'OMS.

Une récente revue de la littérature [[lire en anglais](#)] identifie des facteurs jouant un rôle dans le développement de l'obésité. Ils comprennent notamment :

- Le niveau de revenu par personne ;
- Les inégalités ;
- La réduction de l'activité physique ;
- La présence de sucre ajouté aux aliments transformés, spécialement les boissons ;
- La présence d'huiles végétales ajoutées aux aliments transformés ;
- Le prestige attaché à la consommation de produits malsains et d'aliments bon marché tels que les boissons sucrées, les produits alimentaires industriels hautement transformés, les produits de malbouffe et les en-cas [[lire](#)] ;
- La contamination notamment par les polluants organiques persistants (POP) qui s'accumulent dans le milieu et qui semblent perturber les fonctions endocrines.

La revue souligne également la nécessité de mener davantage de recherches pour mieux comprendre les mécanismes à l'œuvre.

Dans les pays riches, être pauvre implique souvent un plus fort risque d'obésité [[lire ici p.2](#) et [ici \(en anglais\)](#)].

Aux États-Unis, par exemple, les minorités ethniques et les groupes de population avec le niveau d'éducation le plus faible et les taux de pauvreté les plus élevés sont ceux où l'on observe la plus grande partie des personnes obèses. En plus, on constate des disparités de genre, les femmes étant particulièrement concernées par l'obésité selon leur niveau de revenu et d'éducation et leur ethnie [[lire en anglais ici](#) et [ici](#)].

## **Conclusion**

L'obésité est devenue un problème mondial majeur avec des conséquences négatives considérables sur la santé et l'espérance de vie.

La pauvreté dans les pays riches, l'urbanisation et le style de vie dans les pays à revenu faible ou intermédiaire, sont les principaux moteurs de l'obésité.

Il faudra mener des recherches supplémentaires pour mieux comprendre les causes de l'obésité et concevoir des politiques effectives pour traiter cette question. Il s'agira en particulier de prendre les mesures courageuses nécessaires pour réglementer les produits alimentaires et de mettre en œuvre des programmes pour augmenter la prise de conscience du problème par la population, que ce soit par des activités scolaires ou des campagnes générales de sensibilisation.

-----  
Pour en savoir davantage

- WHO, World health statistics 2023: monitoring health for the SDGs, Sustainable Development Goals, World Health Organization, 2023 (en anglais).
- Trust for America's Health, The State of Obesity: Better Policies for a Healthier America 2023, 2023 (en anglais).
- Hove T, Hermine, Guo X., Bakker S., Herens M., Addressing overweight and obesity in LMICs in rural development and food systems: A comprehensive literature review, Wageningen Centre for Development Innovation, Wageningen University & Research. Report WCDI-23-238. Wageningen, 2023 (en anglais).
- Huang y. and Sparks P. J., Longitudinal exposure to neighborhood poverty and obesity risk in emerging adulthood, Social Science Research, Volume 111, 2023 (en anglais).
- Lee, H. Inequality as an Explanation for Obesity in the United States, Sociology Compass, Volume5, Issue3, 2011 (en anglais).

Sélection de quelques articles parus sur [lafaimexpliquee.org](http://lafaimexpliquee.org) liés à ce sujet :

- Des chiffres et des faits sur la malnutrition dans le monde, 2019.
- Opinions : Traiter la malnutrition, pas juste la sécurité alimentaire par Jomo Kwame Sundaram, Wan Manan Muda et Tan Zhai Gen, 2019.
- Opinions : Attention aux régimes alimentaires très riches en graisses ! par Wan Manan Muda et Jomo Kwame Sundaram, 2019.
- 1200 milliards chaque année, c'est le coût annuel estimé de la prise en charge de l'obésité d'ici 2025, si rien n'est fait pour s'attaquer à ce fléau, 2017.
- Opinions : Recherche édulcorée, recommandations sirupeuses par Jomo Kwame Sundaram et Tan Zhai Gen, 2017.
- Les conséquences de la crise alimentaire de 2007-2008 : le coût social et économique non comptabilisé de la résilience, 2016.