

FICHE CONSEILS

PRISE EN CHARGE DES PATIENTS OBÈSES AU COMPTOIR

En France, 17 % de la population adulte serait obèse, c'est-à-dire plus de 8 millions de personnes. Associée à de nombreuses maladies, l'obésité est un problème de santé public majeur auquel tous les professionnels de santé doivent s'intéresser. Le pharmacien d'officine est idéalement placé pour faire de la prévention.

01



Connaître les éléments clés sur l'obésité

- Selon l'OMS, le surpoids et l'obésité sont définis comme "une accumulation anormale ou excessive de graisse qui présente un risque pour la santé".
- Pour les adultes, la mesure du surpoids et de l'obésité la plus communément utilisée est l'indice de masse corporelle (IMC) qui correspond au poids en kilogrammes divisé par le carré de la taille exprimée en mètres (kg/m^2). Une personne obèse a un IMC supérieure à $30 \text{ kg}/\text{m}^2$.
- L'obésité a été associée à de nombreuses complications médicales et pathologies parmi lesquelles des problèmes pour les articulations (arthrose des genoux, des hanches), pour la respiration, (apnées du sommeil), des maladies cardiovasculaires, des cancers, un risque élevé de diabète, des épisodes dépressifs, et plus récemment à la probabilité de développer une forme grave de Covid-19...

Dans le monde,
la prévalence de
l'obésité a triplé
entre 1975 et 2016.

02



Informer pour protéger le public

- Interlocuteur et de proximité, le pharmacien d'officine a une place idéale pour rappeler au public que perdre du poids est une démarche qui doit s'intégrer dans une prise en charge médicale globale, personnalisée et à long terme. Il ne s'agit pas de prendre la décision à la légère mais bien de transformer en profondeur ses habitudes alimentaires, comportementales et d'activité physique avec éventuellement un accompagnement médical.
- Il est également important pour le pharmacien de rappeler que les régimes successifs sans accompagnement médical peuvent être délétères pour la santé et que les produits vendus en dehors des pharmacies et toutes les méthodes « miracles » promettant de perdre du poids sans effort doivent inciter à la méfiance.
- Dans ce contexte, le pharmacien pourra rappeler aux patients l'importance de signaler à un professionnel de santé toute réaction anormale suite à la prise d'un médicament destiné à perdre du poids.

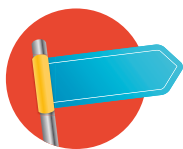
03



Donner des conseils adaptés

- Le pharmacien d'officine doit délivrer des conseils personnalisés en matière d'alimentation, adaptés à l'âge et l'état de santé de chacun. A noter que le Cespharm relaie systématiquement les campagnes nationales de prévention nutritionnelle par des campagnes d'affichage en officine.
- En ce qui concerne l'activité physique, le pharmacien pourra accompagner chaque individu dans le choix d'une activité physique adaptée à son âge, son état de santé et ses souhaits. Ces conseils passent par l'instauration d'un dialogue de confiance avec le patient.
- Dans le cadre du plan Obésité, le pharmacien d'officine peut aussi travailler à promouvoir l'allaitement maternel comme facteur de prévention de l'obésité et du surpoids.

04



Suivre et orienter les patients à risque

- Dans le cadre de son rôle de prévention, le pharmacien d'officine peut repérer les personnes en surpoids pour mieux les orienter ou les personnes à risque.
- Il convient notamment de réorienter vers une consultation médicale les personnes en surpoids ou obèses pour éviter qu'elles ne s'engagent dans des régimes délétères et qu'elles bénéficient de conseils adaptés. Repérer aussi les personnes présentant des variations de poids en « yo-yo », ou manifestant des troubles du comportement alimentaire.
- Il est particulièrement important pour le pharmacien d'identifier et accompagner les personnes ayant bénéficié d'une chirurgie bariatrique qui sont parfois « perdues » par le système de santé, car cette chirurgie nécessite un suivi médico-chirurgical à vie, afin de prévenir toute carence nutritionnelle et prendre en charge d'éventuelles complications (chirurgicales, troubles psychologiques...).

05



Quelques repères et ressources

- Pour orienter les patients vers certains outils en ligne ou applications : www.mangerbouger.fr, « La Fabrique à menus », application smartphone pour la gestion des courses...
- www.cespharm.fr : Pour commander différents guides permettant de relayer les recommandations nutritionnelles adaptées à chaque âge de la vie, avant et pendant la grossesse, ainsi que les recommandations en matière d'exercice physique.
- Site de la ligue contre l'obésité : <https://liguecontrelobesite.org/>

QUIZ

01

Combien de personnes décèdent chaque année de suites de l'obésité dans le monde ?

- A)** 2,8 millions de personnes
- B)** 4 millions de personnes
- C)** 5,3 millions de personnes

02

Combien de personnes dans le monde sont en surpoids ?

- A)** 1 milliard
- B)** 1,5 milliard
- C)** Presque 2 milliards

03

Combien d'enfants de moins de 5 ans sont en surpoids dans le monde ?

- A)** Plus de 10 millions
- B)** Plus de 25 millions
- C)** Plus de 40 millions

04

En France, quel pourcentage des personnes ayant eu une chirurgie bariatrique est « perdu » de vue ?

- A)** Moins de 10 % des patients
- B)** 30 à 50 % des patients
- C)** Plus de 50 %

05

L'obésité est caractérisée par des inégalités sociales. Dès l'âge de six ans, les enfants d'ouvriers sont

- A)** 2 fois plus touchés par l'obésité que les enfants de cadres
- B)** 4 fois plus touchés par l'obésité que les enfants de cadres
- C)** 5 fois plus touchés par l'obésité que les enfants de cadres

RÉPONSES

- 01.** Réponse A - **02.** Réponse C - **03.** Réponse C
04. Réponse B - **05.** Réponse B