

L'OBÉSITÉ CHEZ L'ADULTE

Guide de pratique clinique



L'IMC N'EST PAS UN OUTIL PRÉCIS POUR DÉPISTER LES COMPLICATIONS LIÉES À L'OBÉSITÉ

L'obésité est une maladie chronique complexe caractérisée par une accumulation anormale ou excessive de graisses corporelles qui est nuisible à la santé

Effets :

- ▼ santé
- ▼ qualité de vie
- ▼ espérance de vie

Les personnes vivant avec l'obésité font l'objet de préjugés et de stigmatisation en lien avec leur poids

→ Complications et mortalité accrues indépendamment du poids ou de l'IMC

Préjugés liés au poids Croire que les personnes vivant avec l'obésité manquent de volonté ou ne coopèrent pas

Stigmatisation Agir en fonction de croyances liées au poids

PARCOURS DU PATIENT ET GESTION DE L'OBÉSITÉ



1

DEMANDER L'AUTORISATION

« Seriez-vous d'accord pour que nous discutons de votre poids? »

Demander l'autorisation

- témoigne de la compassion et de l'empathie
- renforce le lien de confiance patient-professionnel de la santé



3

OFFRIR DES CONSEILS DE GESTION DE L'OBÉSITÉ

Thérapie nutritionnelle

- Conseils personnalisés par une diététiste agréée, axés sur des choix alimentaires santé et la thérapie nutritionnelle fondée sur des données probantes

Exercice

- De 30 à 60 minutes d'exercice d'intensité modérée à vigoureuse la plupart des jours de la semaine

2

TENIR COMPTE DU VÉCU DU PATIENT

- Objectifs qui comptent pour le patient
- Classification de l'obésité (IMC et tour de taille)
- Gravité de la maladie Système de classification de l'obésité EOSS (Edmonton Obesity Staging System)



Approche psychologique

- Thérapie cognitive favorisant un changement de comportements
- Gestion du sommeil, du temps, et du stress
- Psychothérapie selon le cas



Approche pharmacologique

- Pour favoriser la perte de poids et son maintien



Chirurgie bariatrique

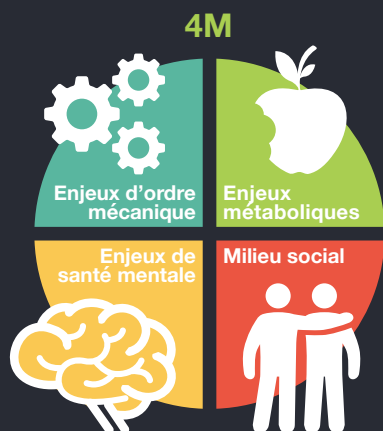
- Discussion chirurgien-patient

S'attaquer aux causes profondes du gain pondéral est la base d'une saine gestion de l'obésité

Se concentrer sur des paramètres de santé centrés sur le patient

Contre

Perte de poids seulement



4

FIXER ENSEMBLE LES OBJECTIFS

Collaborer à un plan d'action personnalisé réaliste



5

AFFRONTER LES FACTEURS CONTRIBUTIFS ET AUTRES OBSTACLES