

L'obésité n'est pas un signe extérieur de mauvaise santé

rédigé le 6 septembre 2012 par la rédaction d'Allodocteurs, mis à jour le 6 septembre 2012 / Réagissez

 Imprimer |  Envoyer par mail

Non, le surpoids n'est pas forcément synonyme de diabète, de cholestérol, d'insuffisance cardiaque ou respiratoire, et autres anomalies métaboliques. Une récente étude publiée dans l'*European Heart Journal* démontre que parmi les obèses, certains sont en bien meilleure santé que ceux dont le poids est normal.

Selon une étude menée sur 43 265 participants, entre 1979 et 2003, 46 % des participants atteints d'obésité avaient un bon métabolisme. Encore plus étonnant, leur risque de développer une maladie cardiovasculaire était identique aux sujets dont le poids est normal. Le directeur de l'étude, le Dr Francisco Ortega, de l'université de Grenade (Espagne) explique : "Ces résultats montrent que faire plus d'exercice permet d'avoir une meilleure santé, même si vous êtes un peu en surpoids".

Le phénomène du "paradoxe de l'obésité"

L'étude est confirmée par d'autres analyses, menées cette fois-ci par le Pr. Oskar Angeras, de l'université de Gothenburg, en Suède. Cette étude révèle ce que les chercheurs nomment "le paradoxe de l'obésité". Selon les résultats, le risque de développer une maladie cardiovasculaire est trois fois plus important chez les personnes qui ont un IMC de 18,5 kg/m² (en raison de certaines carences avérées en vitamines, omegas 3 et 6), comparé à ceux qui ont un IMC supérieur à 26,5 ! En fait, les personnes les plus exposées sont celles en sous-poids et ainsi que les sujets atteints d'obésité morbide (IMC supérieur à 40).

Source : "*People can be fat yet fit, research suggests*", Michelle Roberts, *BBC News*, 5 septembre 2012.

En savoir plus

Sur Allodocteurs.fr :

- "[Obésité : repérer plus tôt et mieux prendre en charge](#)", publié le 6 octobre 2011.
- "[Obésité infantile : la faute à des gènes intestinaux](#)", publié le 10 avril 2012.
- "[Surpoids, obésité, ... pas de pilule miracle pour l'ANSM](#)", publié le 18 juillet 2012.
- "[Les filles d'Ipanema sont en surpoids](#)", publié le 5 septembre 2012.

J'aime Envoyer

Mots clés

[Diabète](#) | [Cholestérol](#) | [Cardiologie](#) | [Obésité](#) | [Surpoids](#) | [Problèmes de poids](#)

Poster un commentaire

Veuillez [créer un compte](#) ou vous [connecter à votre compte](#) avant d'envoyer un commentaire.