

OBÉSITÉS

Paroles de patients

« *Dans la famille
on a de
gros os !* »



En effet des études confirment :

**La GÉNÉTIQUE détermine
jusqu'à 80% du poids
d'équilibre atteint à l'âge adulte.**



Maes HH, Neale MC, Eaves LJ. Genetic and environmental factors in relative body weight and human adiposity. Behav Genet. 1997 Jul;27(4):325-51. doi: 10.1023/a:1025635913927. PMID: 9519560.

Les causes de l'obésité résultent de
l'interaction de multiples facteurs y compris
environnementaux avec une génétique
individuelle prédisposante.

DÉPASSONS nos PRÉJUGÉS



OBÉSITÉS

Paroles de patients

« *Tout me profite !* »



En effet des études confirment :

Le STOCKAGE de masse grasse est naturellement favorisé après un régime hypocalorique.

Dulloo AG, et al. The thrifty 'catch-up fat' phenotype: its impact on insulin sensitivity during growth trajectories to obesity and metabolic syndrome. Int J Obes (Lond). 2006 Dec;30 Suppl 4:S23-35. doi: 10.1038/sj.ijo.0803516. Erratum in: Int J Obes (Lond). 2010 Jul;34(7):1230. PMID: 17133232.

Les causes de l'obésité résultent de l'interaction de multiples facteurs y compris environnementaux avec une génétique individuelle prédisposante.

DÉPASSONS nos PRÉJUGÉS



OBÉSITÉS

Paroles de patients

« *Pourtant je ne mange rien !* »



En effet des études confirment :
L'organisme trouve les moyens de
l'ÉPARGNE au long cours, malgré
des apports alimentaires modérés.



Goldsmith et al. Effects of experimental weight perturbation on skeletal muscle work efficiency, fuel utilization, and biochemistry in human subjects. Am J Physiol Regul Integr Comp Physiol. 2010 Jan;298(1):R79-88. doi: 10.1152/ajpregu.00053.2009. Epub 2009 Nov 4. PMID: 19889869; PMCID: PMC2806213.

Les causes de l'obésité résultent de
l'interaction de multiples facteurs y compris
environnementaux avec une génétique
individuelle prédisposante.

DÉPASSONS nos PRÉJUGÉS



OBÉSITÉS

Paroles de patients

« Ce sont les
hormones ! »



En effet des études confirment :
La FAIM, la SATIÉTÉ, le STOCKAGE
sous forme de masse grasse sont
régulés par le cerveau via des
mécanismes neuro-hormonaux.



Morton et all. Central nervous system control of food intake and body weight. Nature. 2006 Sep 21;443(7109):289-95. doi: 10.1038/nature05026. PMID: 16988703.

Les causes de l'obésité résultent de
l'interaction de multiples facteurs y compris
environnementaux avec une génétique
individuelle prédisposante.

DÉPASSONS nos PRÉJUGÉS



OBÉSITÉS

Paroles de patients

« *J'ai tout
essayé !* »



En effet des études confirment :

**La RESTRICTION calorique active
des mécanismes de RÉSISTANCE
à l'amaigrissement.**

Sumithran et al. Long-term persistence of hormonal adaptations to weight loss. N Engl J Med. 2011 Oct 27;365(17):1597-604. doi: 10.1056/NEJMoa1105816. PMID: 22029981.



**Les causes de l'obésité résultent de
l'interaction de multiples facteurs y compris
environnementaux avec une génétique
individuelle prédisposante.**

DÉPASSONS nos PRÉJUGÉS



OBÉSITÉS

Paroles de patients

« *Je prends 2 kgs
en regardant la
vitrine !* »



En effet des études confirment :

La **RESTRICTION** et la
FRUSTRATION favorisent la prise
de poids.



Siahpush M, Tibbits M, Shaikh RA, Singh GK, Sikora Kessler A, Huang TT. Dieting Increases the Likelihood of Subsequent Obesity and BMI Gain: Results from a Prospective Study of an Australian National Sample. Int J Behav Med. 2015 Oct;22(5):662-71. doi: 10.1007/s12529-015-9463-5.

Les causes de l'obésité résultent de
l'interaction de multiples facteurs y compris
environnementaux avec une génétique
individuelle prédisposante.

DÉPASSONS nos PRÉJUGÉS

