

Les groupes sociaux les moins favorisés davantage concernés Quatre Ligériens sur dix en surpoids ou obèses

En septembre 2019, Sandrine David et Anne Tallec (Observatoire régional de la santé) ont exploité les résultats du Baromètre de Santé publique France 2017 en extrayant les réponses des quelque 1 600 Ligériens de 18 à 75 ans qui ont participé à l'enquête. Les deux auteures se sont notamment intéressées au surpoids et à l'obésité ⁽¹⁾.

La situation pondérale est ici déterminée à partir des déclarations des répondants, et non à partir de mesures anthropométriques. Il en résulte un biais du fait d'une sous-estimation du poids et d'une surestimation de la taille. Ainsi, calculés à partir de l'indice de masse corporelle (IMC) ⁽²⁾, le surpoids et l'obésité sont considérés comme sous-estimés ; la minceur, surestimée.

Selon leur déclaration, 11 % des Ligériens sont obèses et 31 % présentent un surpoids (hors obésité). Et c'est donc considéré comme un minimum ! L'âge est un facteur déterminant : 31 % des 18-34 ans se déclarent en surpoids ou obèses ; 42 % des



Trente minutes d'activités physiques par jour

Le manque d'activité physique constitue l'un des déterminants majeurs du surpoids et de l'obésité. Selon les recommandations de Santé publique France, un adulte devrait pratiquer au moins trente minutes d'activités physiques dynamiques par jour. Ce peut être dans le cadre du travail, des déplacements ou des loisirs. Dans les Pays de la Loire, en 2017, 38 % des 18-75 ans déclarent ainsi pratiquer une activité physique, « *tous les jours ou presque* », durant au moins trente minutes d'affilée ; 29 % suivent la recommandation, mais seulement « *plusieurs fois par semaine* » ; 17 %, « *une fois par semaine* ».

La pratique régulière d'une activité physique (« *tous les jours ou presque* ») est plus fréquente chez les hommes (42 %) que chez les femmes (34 %) ; plus répandue parmi les personnes en activité professionnelle (42 %, contre 33 %) ; plus fréquente parmi les catégories socioprofessionnelles considérées les moins favorisées (45 %, contre 28 %) ; ou encore les moins diplômés (45 % si diplôme inférieur au baccalauréat, contre 25 %). Enfin, dans la région, toutes choses égales par ailleurs, la pratique régulière est moins fréquente parmi les personnes en situation de surpoids ou d'obésité.

La proportion de Ligériens déclarant pratiquer une activité physique « *tous les jours ou presque* » est passée de 33 % en 2014 à 38 % en 2017 (37 % en France). La progression s'observe aussi bien pour les femmes que pour les hommes, ainsi que pour les différentes classes d'âge.

(1) – Observatoire régional de la santé des Pays de la Loire, *Statut pondéral, activité physique, pratique sportive dans les Pays de la Loire – Résultats du Baromètre de Santé publique France 2017*, n° 1 (12 pages).

(2) – Indice de masse corporelle (IMC) = poids (kg) / taille (m²) [exemple : 72 kg / (1,75 m x 1,75 m) = ICM de 23,5]. L'obésité se caractérise par un IMC supérieur à 30 ; le surpoids implique un IMC compris entre 25 et 30.

35-54 ans ; 53 % des 55-75 ans. Le problème concerne nettement plus les hommes (49 %) que les femmes (35 %).

Le taux de personnes en surpoids (hors obésité) a augmenté entre 2005 et 2014 (de 26 % à 32 %) et s'est stabilisé entre 2014 et 2017 (respectivement 32 % et 31 %). Le taux est très proche de la moyenne nationale. Le taux régional d'obésité oscille entre 9 % en 2005 et 11 % en 2017 (la moyenne nationale étant de 13,5 %).

Si la fréquence du surpoids (hors obésité) ne s'observe pas de façon significative selon les catégories sociales, l'obésité est plus présente et elle connaît une augmenta-

tion plus marquée parmi les groupes sociaux les moins favorisés. Elle concerne 15 % des personnes avec un niveau de diplôme inférieur au baccalauréat contre 7 % de celles avec le baccalauréat ou un diplôme de niveau supérieur.

On retrouve une différence similaire en prenant le niveau de revenus.

En outre, comme au plan national, les catégories sociales les moins favorisées (ouvriers, employés, agriculteurs exploitants) apparaissent plus souvent concernées (12 %, contre 9 %).