

# Les racines de l'obésité sont profondes

Ensemble, nous pouvons créer un avenir plus sain.

Pour avoir un véritable impact sur l'obésité, nous devons travailler ensemble pour nous attaquer à ses nombreuses profondes racines dans l'ensemble de la société. Simplifier la maladie à une seule cause peut rendre son traitement encore plus difficile. Nous devons donc sensibiliser la population et améliorer l'accès aux informations appropriées.

**Travaillons ensemble pour combattre les racines de l'obésité.**



## 1 BIOLOGIE

Le corps humain a des mécanismes intégrés pour se protéger de la famine – cela peut rendre difficile le maintien de la perte de poids.

## 2 ALIMENTATION

Les aliments ultra-transformés, que l'on voit maintenant partout dans le monde, contribuent à l'augmentation rapide de l'obésité.

## 3 RISQUE GÉNÉTIQUE

Nos gènes représentent entre 40 et 70 % de la probabilité de développer une obésité.

## 4 L'ACCÈS AUX SOINS DE SANTÉ

Sans accès à des professionnels de santé qualifiés, la plupart des personnes souffrant d'obésité n'atteindront pas et ne maintiendront pas un poids sain à long terme.

## 5 ÉVÉNEMENTS DE LA VIE

La vie prénatale, le début de l'âge adulte, la grossesse, les maladies et les médicaments peuvent tous influencer la prise de poids.

## 6 MARKETING

Il existe une relation complexe entre les systèmes alimentaires et la santé, avec des évidences que la commercialisation des denrées alimentaires a un lien avec l'obésité.

## 7 SANTÉ MENTALE

Les symptômes de certains troubles mentaux et les médicaments qui y sont associés peuvent entraîner une prise de poids.

## 8 SOMMEIL

Le manque de sommeil perturbe les hormones qui peuvent affecter votre poids - tout comme un niveau de stress élevé.

## 9 STIGMA

La discrimination et la stigmatisation liées au poids peuvent entraîner des conséquences importantes pour une personne souffrant d'obésité.

