

Statut pondéral : Résultats principaux

Enquête de santé 2023-2024

Indice de masse corporelle (IMC)



Mesure anthropométrique qui représente le rapport entre le poids corporel et la taille d'une personne (kg/m^2).



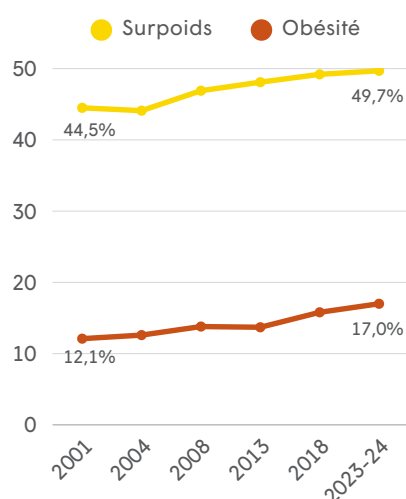
Facile à mesurer et à calculer, ce qui en fait un outil utile pour étudier le statut pondéral au niveau de la population.

L'IMC ne mesure pas la beauté d'un corps, car **chaque corps est unique** et possède sa propre beauté.

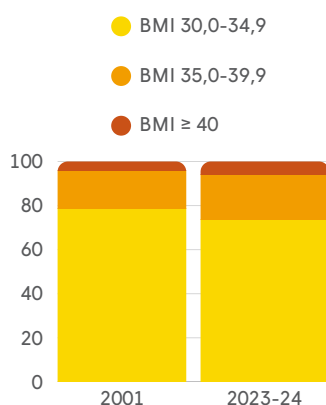


Il est toutefois connu qu'un **poids santé (IMC 18,5-24,9)** peut **réduire le risque de maladies** telles que les maladies cardiovasculaires, le diabète de type 2 et certains types de cancer.

Augmentation du pourcentage d'adultes en situation de surpoids (IMC ≥ 25) ou d'obésité (IMC ≥ 30)



Augmentation de la proportion d'adultes en situation d'obésité présentant une **obésité sévère (IMC $\geq 35,0$)**.



Groupes plus souvent en surpoids :

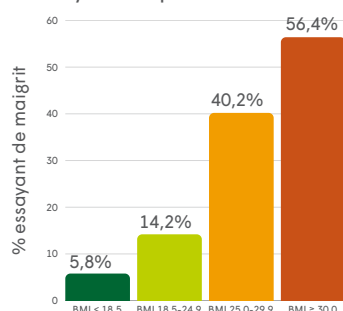
53,1 % des hommes contre 46,4 % des femmes.

61,2 % chez les 55-64 ans contre 24,3 % chez les 18-24 ans et 50,6 % chez les 75 ans et plus.

56,1 % des personnes ayant au plus un diplôme secondaire contre 43,7 % des personnes ayant un diplôme supérieur.

Conscience du poids

Les adultes en situation d'obésité (IMC ≥ 30) ou de pré-obésité (IMC 25,0-29,9) sont resp. 11 et 5 fois plus susceptibles d'essayer de perdre du poids que les adultes ayant un poids normal.



Recommandations

Un mode de vie sain profite à tout le monde :

- manger suffisamment de fruits et légumes
- limiter les aliments ultra-transformés tels que les snacks et les boissons sucrées
- pratiquer une activité physique régulière



L'accent doit passer de l'individu **aux facteurs sociaux**. C'est pourquoi il est important de :

- rendre l'alimentation saine accessible et attrayante
- instaurer une taxe sur le sucre pour inciter les producteurs à en réduire l'usage
- appliquer une TVA de 0 % sur les fruits et légumes
- limiter la promotion des aliments malsains
- garantir l'accès à des sentiers pédestres et des pistes cyclables sécurisés