



Fiche d'information

IMC et tour de taille chez les adultes en Suisse

L'obésité est due à de multiples facteurs et a fortement augmenté en Suisse depuis les années 1990. Dans cette étude, les études nationales existantes sur le surpoids et les cofacteurs ont été évaluées. Les résultats montrent que les facteurs sociodémographiques, le mode de vie et la santé sont associés à une augmentation de l'IMC et du tour de taille. Cette étude a été menée par l'Université de Zurich pour le compte de l'Office fédéral de la santé publique OFSP.

CHIFFRES CLÉS

Un IMC élevé

est lié, entre autres, à

- Genre
- Âge
- Éducation
- Taille du corps
- Région linguistique
- Déplacements
- Ville/Pays
- Nationalité
- Consommation de viande
- Boissons sucrées
- Santé
- Troubles du sommeil

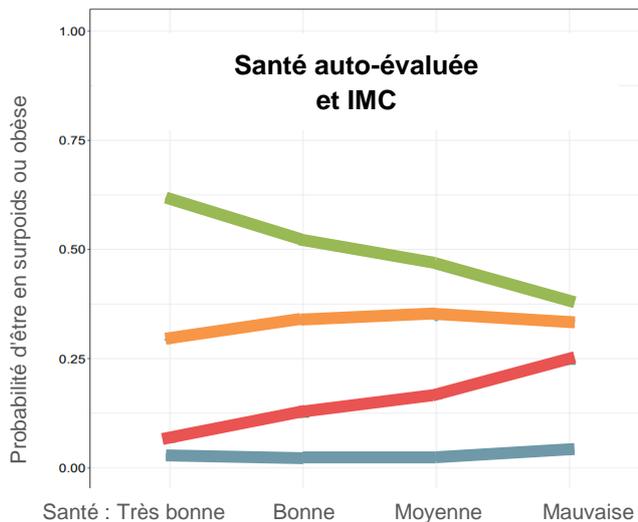
Classification de l'IMC (OMS):

- **Insuffisance pondérale :**
IMC < 18,5 kg/m²
- **Poids normal :**
IMC 18,5 - 24,9 kg/m²
- **Pré-obésité (surpoids) :**
IMC 25,0 - 29,9 kg/m²
- **Obésité :** IMC ≥ 30,0 kg/m²

MESSAGES CLÉS

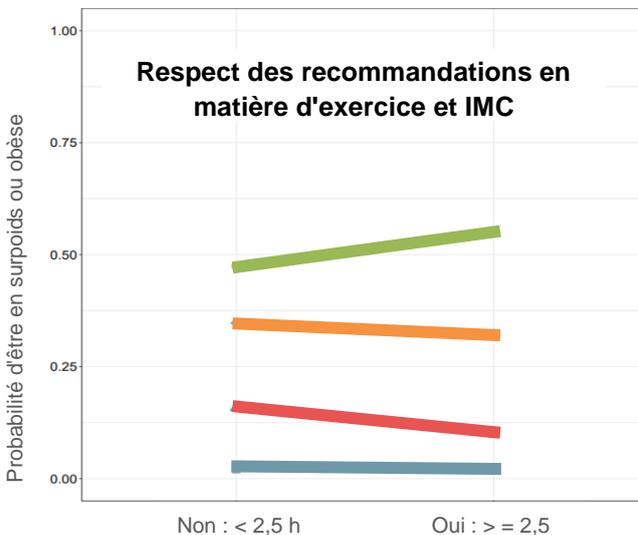
IMC et cofacteurs en Suisse

Le sexe, l'âge, l'éducation, la taille, la région linguistique et l'activité physique sont significativement associés à l'indice de masse corporelle (IMC). Si les cofacteurs, qui n'ont pas été étudiés dans toutes les études, sont également pris en compte d'autres associations significatives avec la ville/pays, la nationalité, la consommation de viande, la consommation de boissons sucrées, le respect des recommandations en matière d'exercice physique, l'état de santé auto-évalué et les troubles du sommeil.



Association statistique de la santé auto-évaluée et de l'IMC.

La probabilité d'être en surpoids ou obèse augmente pour les personnes en mauvaise santé, et la probabilité d'avoir un poids normal diminue (UZH).



Association statistique entre le respect des recommandations en matière d'activité physique et l'IMC.

La probabilité d'être en surpoids ou obèse diminue avec le respect des recommandations en matière d'exercice, et la probabilité d'avoir un poids normal augmente (UZH).



43%

ont une **surcharge pondérale**

11%

sont touchés par l'**obésité**

Classification du tour de taille
(= tour de l'abdomen) :

- **Hommes** : 94,0-101,9cm (risque accru pour la santé) ; $\geq 102,0$ cm (risque considérablement accru pour la santé).
- **Femmes** : 80,0-87,9cm (risque sanitaire accru ≥ 88 cm (risque sanitaire fortement accru).

WHtR : $>0,5$ à $\leq 0,6$ (risque sanitaire accru) ; $>0,6$ (risque sanitaire fortement accru).

30%

ont une **augmentation de risque sanitaire** et

9%

ont une **augmentation considérable risque sanitaire**

Basé sur le tour de taille

Données considérées par l'étude:

- menuCH 2014/2015
- SGB 2012/2017
- Panel de ménages suisses 2013-2017
- SILC 2017
- Panel alimentaire suisse 2010/2017
- Enquête suisse sur le sel 2010/2011

A des fins de comparaison, les données mesurées des personnes soumises au service militaire obligatoire de l'armée suisse en 2019 ont été ajoutées.

IMC et cofacteurs chez les conscrits

Les données des conscrits pour l'armée sont globalement cohérentes avec les résultats de la synthèse des données de l'enquête: L'IMC **mesuré** chez les hommes suisses âgés de 18 à 20 ans en 2019 est associé à:

- Âge
- Taille du corps
- Régions linguistiques
- Ville/Pays
- Statut professionnel socio-économique
- Indice de voisinage socio-économique
- Tension artérielle
- Performance des tests sportifs

Rapport Tour de taille-Taille (Waist-to-Height Ratio-WHtR)

L'analyse comparative entre l'IMC et le tour de taille dans les études MenuCH et Swiss Salt Survey, ainsi que parmi les conscrits, montre:

- une grande concordance entre les masses corporelles mesurées
- une valeur ajoutée du Waist-to-Height-Ratio WHtR (rapport entre le tour de taille et la hauteur du corps), qui met davantage en évidence les corrélations avec les cofacteurs.

Le surpoids et l'obésité, en particulier, font partie des facteurs de risque de maladies non transmissibles telles que les maladies cardiovasculaires, le diabète sucré de type 2, certaines formes de cancer et les troubles musculo-squelettiques. Il existe également une association avec la santé mentale et la qualité de vie. L'obésité survient lorsqu'il y a un déséquilibre entre l'énergie absorbée et l'énergie utilisée. Il est donc important d'avoir un mode de vie sain, avec une alimentation équilibrée et suffisamment d'exercice. D'autres facteurs tels que le stress, le manque de sommeil, la consommation de médicaments, l'équilibre hormonal, le microbiome et la génétique jouent également un rôle dans le développement du surpoids et de l'obésité. La graisse abdominale interne est particulièrement active sur le plan métabolique. Il déclenche des processus inflammatoires qui augmentent la pression sanguine et favorisent la résistance à l'insuline. Plus la graisse abdominale est importante, plus le risque de maladies cardiovasculaires et métaboliques est élevé.

SOURCE :

Matthes, Floris, Hartmann, Burnier, Bochud, Bühler, Reber, Stanga, Gültekin, Zwahlen, Bender, & Staub (2020) : Le poids de la Suisse. Une étude de synthèse quantitative de l'indice de masse corporelle et de la circonférence abdominale et des cofacteurs associés chez les hommes et les femmes adultes en Suisse. [\[LIEN\]](#)

CONTACT

Office fédéral de la santé publique OFSP
Division Prévention des maladies non transmissibles
Section Bases scientifiques
BAGncdGrundlagen@bag.admin.ch

DATE

Juin 2021