



Dans la présente infolettre, nous vous présenterons certains des défis et des stigmatisations auxquels font face quotidiennement les personnes aux prises avec l'obésité.

# La stigmatisation des personnes aux prises avec l'obésité

Il existe bon nombre de stéréotypes sociaux et d'idées fausses sur le poids, ce qui signifie que les gens atteints d'obésité sont souvent victimes de préjugés et de discriminations de la part d'étrangers, d'employeurs, de collègues, des médias, d'amis, de membres de la famille et même de professionnels de la santé<sup>1</sup>. Ce parti pris et cette discrimination, notamment de la part des professionnels de la santé, empêchent souvent ces personnes de se faire soigner adéquatement<sup>2,3</sup>.

## Les effets négatifs des préjugés liés au poids et de la stigmatisation de l'obésité



En raison de suppositions erronées concernant la prise de poids, la société tient souvent les personnes atteintes responsables de leur obésité<sup>4</sup>. Les *préjugés liés au poids* proviennent des opinions et des attitudes négatives liées à l'obésité et aux personnes qui sont aux prises avec cette maladie. C'est ce qui peut mener à la discrimination basée sur le poids<sup>1</sup>.



**54 %** des adultes aux prises avec l'obésité affirment faire l'objet de stigmatisation par leurs collègues et être confrontés à différents obstacles au travail, notamment des stéréotypes négatifs, des difficultés au niveau de l'embauche et des salaires de départ plus bas, aussi les opportunités sont plus limitées en ce qui a trait aux promotions et autres occasions de développement<sup>5</sup>.



**72 %** des images et **77 %** des vidéos véhiculées par les médias dressent un portrait négatif de l'obésité<sup>2</sup>.



Les enfants en âge de fréquenter l'école primaire courent **63 %** plus de risque d'être victimes d'intimidation en raison de leur poids<sup>5</sup>.



Certaines personnes atteintes d'obésité se reprochent souvent et **injustement les préjugés auxquels elles font face**, notamment la discrimination verbale, émotionnelle et physique. Elles se heurtent également à d'importants obstacles dans leur quotidien, tels que des sièges trop petits dans les autobus et les avions, des difficultés à monter les escaliers, une participation limitée aux activités physiques avec la famille et les amis, et des tensions entourant leur poids dans leurs relations interpersonnelles<sup>1,6</sup>.



La présence de tels obstacles dans leur environnement peut donner lieu à des sentiments de déception et à la conviction qu'elles ne peuvent ni changer ni améliorer leur situation<sup>6</sup>. Cependant, nous savons maintenant qu'il existe des options de traitement éprouvées pour la gestion de l'obésité.

## Témoignage d'une personne aux prises avec l'obésité

« Je me souviens très bien de la parenté qui ne se gênait pas pour m'insulter profondément en me disant « tu es vraiment gros, tu dois faire quelque chose pour ça... »; malgré tout, c'était quand même moi qui étais le plus dur envers moi-même. »

N'oubliez pas que l'obésité va au-delà de nos perceptions. L'obésité est un problème médical qui peut être causé par de multiples facteurs :



Environnement



Génétique



Physiologie



Psychologie



Niveau socio-économique

## Le fardeau de l'obésité pour les Canadiens

### Le saviez-vous?

Les défis auxquels font face les personnes recevant un diagnostic d'obésité ne se limitent pas à l'apparence physique et à la gestion des préjugés liés au poids.

En fait, l'obésité peut avoir une grande incidence sur la santé et diminuer l'espérance de vie<sup>7</sup> :



Comparativement à une femme âgée de 20 à 39 ans ayant un IMC normal, les personnes aux prises avec l'obésité peuvent perdre<sup>8</sup> :

- **5 à 6 années de vie**

Indice de masse corporelle (IMC) = poids (kg)/taille (m)<sup>2</sup>



Comparativement à un homme âgé de 20 à 39 ans ayant un IMC normal, les personnes aux prises avec l'obésité peuvent perdre<sup>8</sup> :

- **de 5 à 8,5 années de vie**

L'obésité doit être reconnue et traitée comme toute autre maladie chronique de façon à favoriser la prévention d'autres complications, telles que<sup>9</sup> :

- **60 à 120 %** de décès supplémentaires dus au diabète, à une maladie rénale ou à une maladie du foie
- **40 %** plus de décès dus à une maladie cardiaque
- **20 %** plus de décès à cause de problèmes respiratoires
- Risque accru de **55 %** de souffrir de dépression<sup>10</sup>
- Risque accru de développer au moins **13** différents types de cancer, y compris le cancer du sein et le cancer du colon<sup>11</sup>

En 2011, **on estimait que 10 648 décès prématurés** étaient survenus au Canada comme conséquence directe de l'obésité<sup>12</sup>. Non seulement l'obésité contribue à la mortalité prématurée, mais une **qualité de vie inférieure** est aussi un problème auquel les personnes en surpoids sont souvent confrontées<sup>6</sup>.



Il est important que nous reconnaissons nos propres préjugés, que nous en soyons conscients ou non, envers les personnes atteintes d'obésité. **Avez-vous déjà remarqué que votre perception d'une personne avait changé en raison de son poids?**

Nous devons travailler ensemble pour changer notre mentalité face à l'obésité de façon à éliminer le fardeau de la stigmatisation et de la discrimination liées au poids. Visons à offrir des traitements adéquats aux personnes aux prises avec l'obésité.

## Souhaitez-vous en savoir plus?

Pour obtenir des renseignements supplémentaires sur la stigmatisation liée au poids, les conséquences qu'elle peut avoir sur vous ou un proche, et la manière dont vous pouvez aider à changer les choses :



Visitez Obésité Canada



Parlez avec votre professionnel de la santé



Communiquez avec votre service des ressources humaines



**Nous voulons de vos nouvelles!**  
Envoyez-nous un courriel à l'adresse [NNCICustomerCare@novonordisk.com](mailto:NNCICustomerCare@novonordisk.com) pour nous faire part de vos idées et commentaires.

Dans la prochaine infolettre, nous explorerons la science derrière les facteurs qui mènent à l'obésité.

**Références :** 1. Obésité Canada, « Préjugés négatifs liés au poids », 2019. Accessible à l'adresse : <https://obesitycanada.ca/fr/prejuges-negatifs-relies-au-poids/>. Consulté le 18 juillet 2019. 2. Obésité Canada, « Surmonter les préjugés liés au poids – Êtes-vous prêt? », 2018. Accessible à l'adresse : <http://obesitycanada.ca/wp-content/uploads/2018/10/Overcoming-Weight-Bias-11x17-May-2018-Eng-Fr4.pdf>. Consulté le 30 juillet 2019. 3. Epstein L, et al. « A qualitative study of GPs' views of treating obesity ». *Br J Gen Pract.* 2005;55:750-754. 4. Puhl RM, et al. « Obesity Stigma: Important Considerations for Public Health ». *Am J Public Health.* 2010;100(6):1019-1028. 5. Durrer D, et al. « Weight Stigma in Health Care. What are the causes and the consequences? ». *EASO.* 2018:1-8. 6. Christiansen B, et al. « Understanding everyday life of morbidly obese adults: habits and body image ». *Int J Qualitative Stud Health Well-being.* 2012;7. 7. Prospective Studies Collaboration. « Body-mass index and cause-specific mortality in 900 000 adults: collaborative analyses of 57 prospective studies ». *Lancet.* 2009;373(9669):1083-1096. 8. Grover SA, et al. « Years of life lost and healthy life-years lost from diabetes and cardiovascular disease in overweight and obese people: a modelling study ». *Lancet Diabetes Endocrinol.* 2015;3(2):114-122. 9. Whitlock and Prospective Studies Collaboration. « Body-mass index and causespecific mortality in 900 000 adults: collaborative analyses of 57 prospective studies ». *The Lancet.* 2009;373:1083-1096. 10. Solutions for Public Health. « Obesity and mental health *National Obesity Observatory* ». 2011:1-28. 11. Société canadienne du cancer, « L'excès de poids en voie de devenir la deuxième principale cause évitable du cancer après le tabagisme », 2019. Accessible à l'adresse : <https://www.cancer.ca/fr-ca/about-us/for-media/media-releases/national/2019/compare?region=on>. Consulté le 2 août 2019. 12. Janssen I. « The public health burden of obesity in Canada ». *Can J Diabetes.* 2013;37(2):90-96.