



ACESY

ASSOCIATION CORPS ET ESPRIT SAINS YVELINES

DR. AMINE SINACER

SOMMAIRE

ACESY

HISTORIQUE

L'OBÉSITÉ

LES CAUSES

LES FACTEURS

LES RISQUES

L'OBÉSITÉ DANS LE MONDE

L'OBÉSITÉ EN EUROPE

L'ACTION DE ACESY MISE EN PLACE

ACESY, PORTEUR DE L'ACTION EN FRANCE

CONTACTS



Le mot du Président

Pourquoi créer une association dédiée à la prévention et au traitement du surpoids, de l'obésité et des troubles alimentaires?

« L'Europe va faire face à une véritable épidémie d'obésité d'ici à 2030 », avertit l'OMS.

Une hausse à surveiller de près puisque ce fléau est un facteur important de risques pour les maladies cardio-vasculaires, le diabète et certains cancers.

Les premières statistiques disponibles indiquent que la pandémie de COVID-19 a aggravé le problème de l'obésité. Ce nouveau rapport vise à souligner l'ampleur de ce problème et à stimuler les efforts consentis pour y remédier.

Les défis auxquels sont confrontées les personnes souffrant d'obésité ou de surpoids, ou de leurs troubles du comportements alimentaires, sont nombreux et complexes.

Cependant, dans notre monde obsédé par l'apparence, l'importance de l'être est parfois négligée. En plus des conséquences physiques de l'obésité, la personne en surpoids ou obèse éprouve un fort sentiment d'isolement et de préjugés, souvent bien réels.

Dans le cadre de sa mission, ACESY (Association Corps et Esprit Sain Yvelines) est une association selon la loi 1901 qui regroupe des intervenants thérapeutiques et multidisciplinaires (médecins généralistes et spécialistes, psychologues, diététiciens, paramédicaux, hypnothérapeutes, sophrologues etc...) chargés de prévenir, préserver la santé mentale et physique et prendre en charge les personnes présentant ces difficultés.



Afin de vous aider sur le chemin de la transformation et de la découverte de vos propres réponses, ACESY veut vous donner la possibilité de vous exprimer via ses conférences et via des échanges avec des professionnels.

ACESY a pour vocation d'être un lieu de réflexion et d'échanges, d'information et de formation des patients et de ses membres ainsi que la recherche scientifique.

Notre objectif est de vous aider à atteindre le bien-être et, surtout, à reconquérir votre identité tout en vous proposant des solutions appropriées à chacun qui désire s'initier à suivre un programme de perte de poids.

C'est pour cette raison que ACESY veut être la vôtre.

En devenant membre de l'Association, vous devenez un participant important dans le processus et vous renforcez votre propre démarche conformément à l'adage "**l'union fait la force**" !

Dr. Amine Sinacer,
fondateur et président de
ACESY.



Pr. Jérémie LEFEVRE

Chirurgien viscéral et digestif (Paris)



Dr. David MOSZKOWICZ

Chirurgien viscéral et digestif (Colombes)



Dr. Alain de Waele

ORL (Poissy)



Dr. Amine Abina

Médecin biologiste (Poissy)



Dr. Boualem HEDJOUJJE

Gastro-entérologue et
hépatologue (Gisors)



Historique

Les défis auxquels sont confrontées les personnes souffrant d'obésité ou de surpoids, ou de leurs troubles du comportement alimentaire, sont nombreux et complexes.

Cependant, dans notre monde focalisé sur l'apparence, l'importance de l'être est parfois négligée.

En plus des conséquences physiques de l'obésité, la personne en surpoids ou obèse éprouve un fort sentiment d'isolement et de préjugés, souvent bien réels.

Dans le cadre de sa mission, ACESY (Association Corps et Esprit Sain Yvelines) Créé en 2018 est une association selon la loi 1901 qui regroupe des intervenants thérapeutiques et multidisciplinaires (médecins généralistes et spécialistes, psychologues, diététiciens, paramédicaux, hypnothérapeutes, sophrologues etc...) chargés de prévenir, préserver la santé mentale et physique et prendre en charge les personnes présentant ces difficultés.

ACESY a pour vocation d'être un lieu de réflexion et d'échanges, d'information et de formation pour les patients, les membres ainsi que pour l'avancer de la recherche scientifique.

**“ ENSEMBLE,
RELEVONS LE DÉFI
DE L'URGENCE
SANTAIRE ”**



- **Axe n°1** : Changer la perception de l'obésité

- ☐ Faire reconnaître l'obésité comme une maladie
- ☐ Informer le plus grand nombre sur les causes de la maladie
- ☐ Lutter contre la grossophobie (discrimination et harcèlement des personnes atteintes d'obésité)
- ☐ Changer le regard porté par la collectivité sur les personnes en « excès de poids »
- ☐ Donner aux patients, ainsi qu'à leurs proches, la possibilité d'exprimer leurs sentiments,

- **Axe n°2** : Développer la prévention dès le surpoids

- ☐ Œuvrer à l'instauration d'un dépistage systématique
- ☐ Développer les actions de prévention et de dépistage
- ☐ Intégrer des objectifs de lutte contre l'obésité dans les politiques de la ville, des transports et de l'éducation nationale
- ☐ Assurer une écoute active et de recevoir des réponses à vos questions,
- ☐ Respecter votre volonté de perdre du poids, ou de le stabiliser,
- ☐ Prévenir l'obésité sévère en organisant la proximité des soins et la prise en charge des patients obèses de la région.

- **Axe n°3** : Renforcer et harmoniser la prise en charge

- ☐ Accompagner les personnes souffrant d'obésité dans leur parcours de vie
- ☐ Mettre en œuvre une prise en charge innovante et adaptée
- ☐ Assurer aux patients adultes et enfants, atteints d'obésité sévère, la prise en charge innovante et adaptée.
- ☐ Soutenir et développer le maillage associatif autour de patients
- ☐ Mettre en relation les patients avec des spécialistes (médecins spécialistes, professionnels de la santé), avec si nécessaire un suivi individuel ou en groupe, ainsi que d'une prise en charge interactive et pluridisciplinaire,
- ☐ Aider à acquérir des connaissances nutritionnelles liées aux aspects physique et psychologique, et de les intégrer à votre quotidien,
- ☐ Harmoniser la prise en charge de l'obésité de l'enfant et de l'adulte au niveau régional.
- ☐ Faciliter l'accès au soin et la prise en charge des patients obèses vivant en milieu défavorisé.

L'obésité est due à une accumulation progressive de graisse, également appelée tissu adipeux, sous la peau et entre les viscères, au fil du temps.

À court et à long terme, un excès de graisse corporelle peut entraîner divers soucis de santé.

Selon certains spécialistes, elle revient à faire vieillir le corps d'environ 20 ans au niveau cellulaire.

Grave problème de santé publique, l'obésité touche les gens de plus en plus tôt et engendre diverses conséquences qui contribuent à l'augmentation du taux de mortalité.

Les Causes

La prise de poids résultant d'une augmentation de la consommation de calories associée à une diminution de la dépense énergétique au fil du temps est appelée obésité.

Pour comprendre pourquoi l'obésité est si répandue, il est évident que les causes sont nombreuses et ne se limitent pas à l'individu et aux hypothèses préconçues telles que le manque de volonté et de détermination à perdre du poids.

Le gouvernement, la politique des villes, les écoles, l'industrie alimentaire et d'autres organisations ont tous une part de responsabilité dans la création de milieux "obésogènes".

L'expression "environnement obésogène" désigne un milieu de vie qui favorise l'obésité en donnant accès à des repas riches en matières grasses, en sel et en sucre, en encourageant

un mode de vie sédentaire et stressant et en offrant un cadre de vie peu propice au transport actif (marche, vélo).

Bien que cette atmosphère soit répandue dans de nombreux pays industrialisés, elle peut également se retrouver dans les pays en voie de développement, car la population choisit un mode de vie qui correspond au niveau de développement du pays.

Nous ne sommes pas égaux face à l'obésité, et ceux dont le patrimoine génétique facilite la prise de poids sont plus enclins à être victimes de leur environnement.



Les Facteurs

Les facteurs individuels qui entraînent un surpoids

Les habitudes alimentaires et les habitudes de consommation :

Si nous consommons quotidiennement des portions importantes d'aliments riches en graisses, en sel et en sucre, nos habitudes alimentaires peuvent contribuer à la prise de poids.

Les pressions du lieu de travail peuvent conduire parfois à prendre des repas de manière irrégulière.

Les compulsions alimentaires :

Les émotions peuvent parfois avoir un impact sur ces types de comportements.

Il en va de même si nous mangeons pour fuir l'ennui, la solitude, le stress, l'anxiété ou toute autre émotion, ou si manger devient un moyen de se récompenser.

La sédentarité est devenue un mode de vie :

L'économie s'est centrée sur les services, ce qui a entraîné une augmentation du travail bureaucratique, la crise sanitaire et le confinement a développé le télétravail. Les loisirs sédentaires (télévision, jeux vidéo, Internet, etc.) ont gagné en popularité et attirent particulièrement la jeune génération, fascinée par les technologies de pointe.



**Le stress :**

La prise de poids est fréquente pendant une période d'adaptation ou à la suite d'un événement important, comme de graves problèmes professionnels ou la perte d'un emploi, une séparation, un deuil ou un autre événement marquant de la vie.

La tendance à compenser en s'adonnant à des aliments réconfortants s'en trouve alors renforcée.

Une profonde détresse :

Les compulsions alimentaires peuvent être provoquées par un bref ennui, mais elles peuvent aussi être causées par une profonde souffrance psychologique dans certains cas.

L'héritage culturel de la famille :

L'histoire familiale a un impact sur les habitudes de vie, ainsi que sur le rapport à l'alimentation, la préparation des repas et le partage des repas.

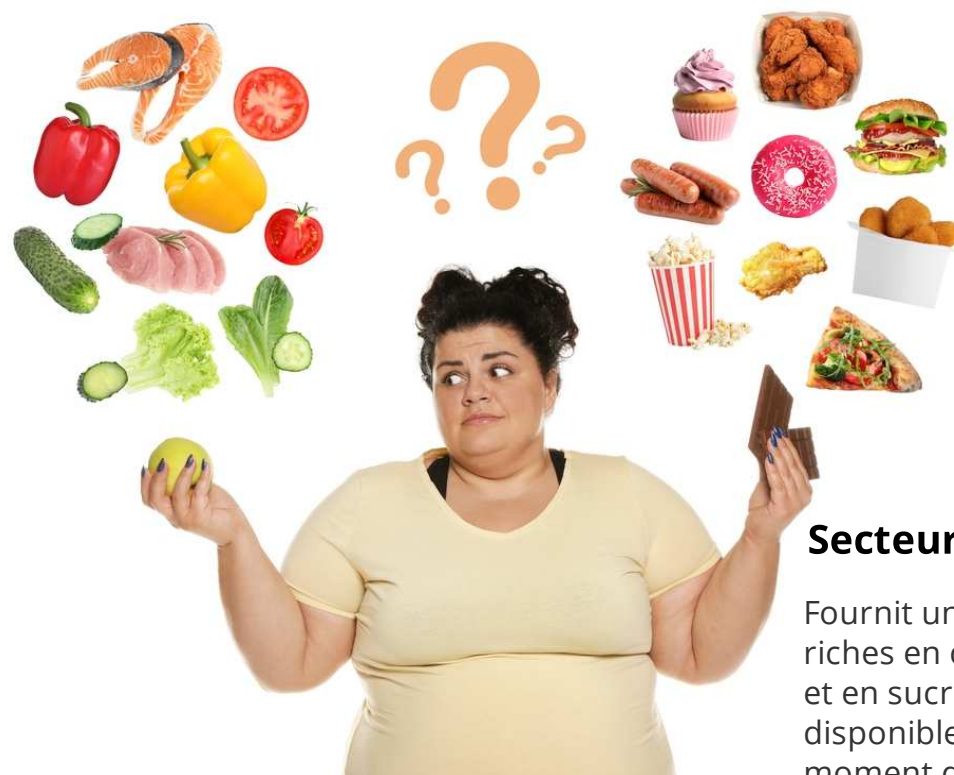
De même, l'enfance et la famille peuvent avoir un impact sur la pratique d'activités de loisirs (marche, vélo, etc.) ainsi que sur le rapport au sport.

La sensation de faim peut être intensifiée par un manque de sommeil.

Un certain nombre d'antidépresseurs, d'antipsychotiques, de corticostéroïdes font partie des médicaments qui, lorsqu'ils sont utilisés pendant une période prolongée, peuvent entraîner une prise de poids importante.

La consommation régulière d'alcool peut entraîner une prise de poids, car elle augmente la consommation de calories tout en donnant faim.





Secteur alimentaire :

Fournit une grande variété d'aliments riches en calories, en graisses, en sodium et en sucre. Ces repas sont largement disponibles, peuvent être obtenus à tout moment de la journée et sont d'un prix raisonnable.

Des études américaines ont montré que les publicités ont un impact significatif sur les préférences alimentaires des enfants.

Les publicités,

ainsi que les périodiques de mode qui mettent l'accent sur la minceur, peuvent encourager les gens à adopter des habitudes alimentaires extrêmement néfastes. Certaines jeunes filles peuvent alterner des périodes de privation de nourriture avec des périodes de suralimentation afin de compenser, ce qui peut entraîner une prise de poids à long terme.

Industries de fabrication

de produits diététiques et de produits de régime. De nombreux parents ont de plus en plus recours à des repas préparés ou à des repas au restaurant en raison de la difficulté de concilier vie professionnelle et vie familiale.

Les repas sont consommés en petits groupes plutôt qu'en famille. Par conséquent, les parents ont moins de contrôle sur ce que leurs enfants consomment, et l'enseignement d'une bonne alimentation est mis à mal.





Les fréquentations des “**Fast-Food**” sont en nette augmentation.

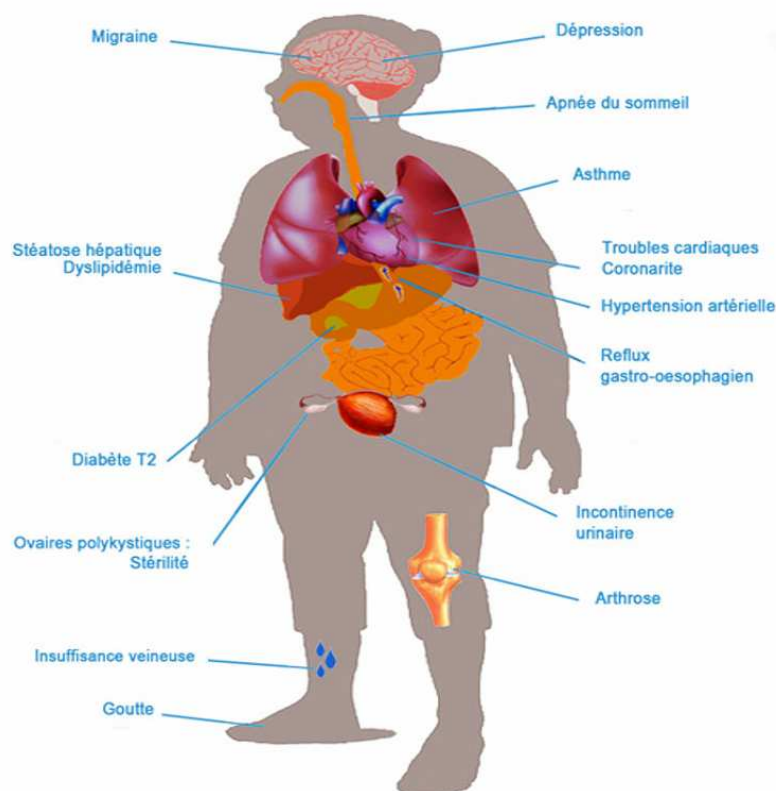
Afin d'attirer un nombre croissant de consommateurs, plusieurs entreprises alimentaires ont eu tendance à augmenter la taille des portions de leurs produits au supermarché, au détriment de la qualité du produit.

L'activité physique est de moins en moins nécessaire dans la vie quotidienne en raison de l'**automatisation du travail** et des progrès technologiques.

La marche et l'activité physique sont découragées par un aménagement urbain qui n'est pas favorable aux piétons.

La perte du sentiment **de sécurité** dans les quartiers, qui pousse les parents à ne pas autoriser leurs enfants à jouer dehors, à faire du vélo ou à se rendre à l'école à pied.





Les variables génétiques ne sont pas les seules à jouer un rôle dans ce domaine. La prise de poids peut être causée, entre autres, par des déséquilibres hormonaux ou glandulaires.

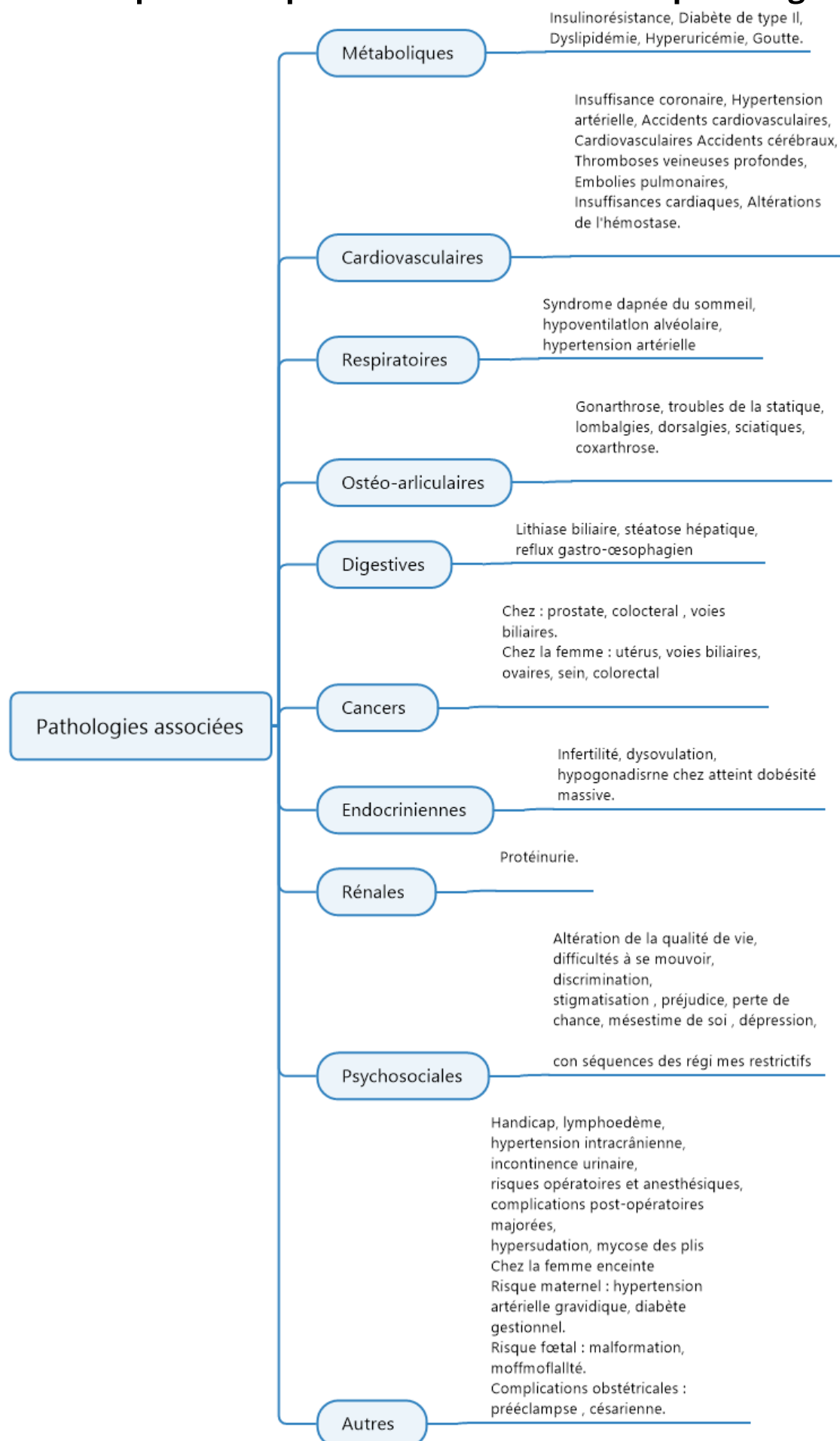
Comme indiqué précédemment, les causes environnementales et les changements de comportement sont responsables d'une part importante de cette progression de l'obésité, qui est principalement due à la suralimentation et au manque d'exercice physique.

Tous ces éléments se combinent pour créer les conditions qui conduisent au développement de troubles associés qui mettent en danger le capital santé du patient.

La liste proposée n'est pas complète, et il est également vrai que toutes les personnes en surpoids ou obèses ne seront pas touchées par tous les troubles énumérés.

Toutefois, le tableau suivant fournit des informations sur les dangers et les pathologies associés à l'obésité.

Principales complications des obésités et pathologies associées :





L'obésité dans le monde

L'OMS, l'Organisation mondiale de la santé, prévoit que d'ici 2025, environ 167 millions de personnes - adultes et enfants - seront en moins bonne santé parce qu'elles sont en surpoids ou obèses.

Plus d'un milliard de personnes dans le monde sont obèses - 650 millions d'adultes, 340 millions d'adolescents et 39 millions de jeunes. Ce chiffre est en augmentation.



L'incidence de l'obésité a triplé dans plusieurs pays depuis les années 1980 et les chiffres continuent de grimper dangereusement, notamment chez les jeunes.

La proportion de personnes obèses a augmenté au cours des 25 dernières années. Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), l'incidence de l'obésité a atteint un niveau pandémique dans le monde. L'augmentation du poids moyen est évidente dans toutes les catégories d'âge, dans tous les niveaux socio-économiques

L'obésité est l'un des principaux facteurs de risque de formes graves de Covid-19. Pourtant, deux ans après le début de l'épidémie, les statistiques cachent la prévalence de l'obésité, et les patients obèses ne sont toujours pas mieux suivis.





L'obésité en Europe

L'Europe va faire face à une véritable épidémie d'obésité d'ici à 2030, met en garde l'Organisation mondiale de la santé (OMS) dans des projections diffusées le 6 mars 2022 à l'occasion d'un congrès européen sur l'obésité à Prague.

"L'Europe va être confrontée à une crise immense", avertit l'OMS.



Obesity health problem



Body Mass Index



High blood pressure

L'obésité chez les enfants représente une véritable crise sanitaire, avec environ 20 % des enfants en surpoids, un tiers étant obèse. De plus, l'écart entre les parties occidentale et orientale de l'Europe se réduit rapidement.

la Britannique Laura Webber, une des cosignataires, n'en dresse pas moins le tableau inquiétant de la montée de l'obésité en Europe. On a besoin de manière urgente de politiques pour inverser la tendance", souligne-t-elle.



L'Action de ACESY mise en place

Le surpoids et l'obésité gagnent du terrain à un rythme inquiétant dans le monde entier.

Face à ce constat et dans le but de prendre de front ce problème majeur en matière de santé publique, Acesy a décidé d'organiser chaque année en mois de Mai des journées contre l'obésité sous le nom "L'obésité en mouvement ».

Cet évènement organise un colloque pour mettre en lumière les besoins des personnes obèses et en surpoids, et d'assurer que l'obésité soit enfin reconnue comme une maladie chronique.

Un constat alarmant :

D'après l'Organisation mondiale de la Santé, les statistiques concernant l'obésité dans toute l'Europe (pas seulement dans l'UE) sont alarmantes, atteignant des proportions épidémiques.

Ce problème a triplé en l'espace de deux décennies seulement, et cette zone compte, en 2010, 150 millions d'adultes obèses (20 % de la population) et 15 millions d'enfants et d'adolescents obèses (10 % de la population). Aujourd'hui, entre 30 % et 80 % des adultes présentent une surcharge pondérale dans la plupart des pays.

Qu'en sera-t-il dans 10 ans ? Faut-il attendre l'explosion de l'obésité mais également de toutes les pathologies associées avant d'envisager une prise en charge ?



ACESY, porteuse de l'action en France

Depuis sa création en 2018, ACESY a mis en place plusieurs actions multidisciplinaires que ce soit en présentiel ou en distanciel :



**ACESY Organise le samedi 26 Mars de 14h à 17h ,
une Conférence et des Ateliers sous le Thème:**

**Bien-être
et qualité de vie
au travail
pour
une meilleure santé mentale**

La souffrance au travail qu'en est-il ?

- .Mme F. FRANCOIS: Psychologue du travail
- .Dr A. Sinacer: Chirurgien digestif et obésité
- . Atelier1: Combattre le stress et le mal-être au travail par la sophrologie
- . Atelier2: Sensation Bien-être au Bureau- Massage Assis en Entreprise
- . Atelier3: Bien-être au travail et naturopathie (Médecine traditionnelle)

Adresse: Maison de Quartier du Clos d'Arcy 64 Rue du Clos d'Arcy, 78300 Poissy

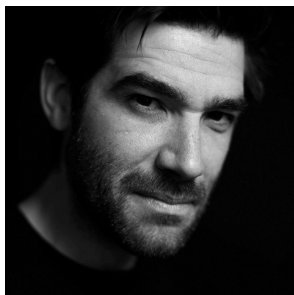
Pour vos inscriptions, veuillez nous contacter au:
SMS: 0677835495
Email: secretariat@dr-sinacer.com

ACESY (Association Corps et Esprit Saint Yvelines) organise régulièrement des formations de qualité, des conférences, des webinars et des ateliers afin d'apporter une réponse multidisciplinaire pour la prise en charge de l'obésité, et ce, aussi bien pour les particuliers que les professionnels de santé.



Pr. Mouna Hanachi-Guidoum

CHU PARIS SITE RAYMOND POINCARE
(nutrition)



Mr. Nicolas Sahuc

Diététicien, Clinique le Château à Garches



Dr. Alain de Waele

ORL, Clinique saint Louis Poissy



Mme. Ghislaine Tchamkam-Konguena

Coach Consultante Certifiée « Gestion du stress »



Dr. Mohammed Taleb

Psychiatre Directeur Médical de la Clinique
des Portes de l'Eure.



Dr. hedjoudje abdeallah

Gastro-entérologue CHU Beaujon Clichy



Dr. Sinacer Amine

Chirurgie bariatrique et digestive
président de ACESY



Dr. Hedjoudje Boualem

Gastro-entérologue

Chef de service centre hospitalier Gisors



Merci



Email: acesy.org@gmail.com

Address: la Maison des Associations
2, boulevard Robespierre
78300 Poissy

Contact: +33 677835495