

L'environnement obésogène

Les déplacements actifs sont de moins en moins nécessaires dans notre mode de vie actuel. Le temps passé devant un écran occupe une place importante dans le quotidien des jeunes. Les repas pris sur le pouce ou devant la télé, combinés au grignotage et à des choix alimentaires pratiques (repas congelés, restauration rapide, grignotines), contribuent à l'augmentation de l'obésité chez les jeunes.

Nous vivons dans un environnement qui nous prédispose à l'obésité. Cet environnement est composé du secteur de l'agroalimentaire (agriculture, transformation et distribution des aliments, recherche et développement, marketing des produits alimentaires, etc.), du secteur du cadre bâti (aménagement du territoire, organisation du transport, planification urbaine, code du bâtiment, etc.) et du secteur socioculturel (médias, publicité, mode, industrie « du corps », conciliation travail-famille-vie personnelle, etc.).

Le schéma suivant présente les principaux éléments façonnant l'environnement obésogène dans lequel tu vis.

Environnement socioculturel

- L'omniprésence de la publicité et la promotion d'images et de sensations associées au corps (l'industrie du corps) et à l'alimentation (l'industrie du plaisir et de la satisfaction).

Environnement bâti

- Une évolution technologique qui se traduit par un déclin très important et répandu de l'activité physique et de la dépense énergétique.

ENVIRONNEMENT OBÉSOGÈNE

Environnement agroalimentaire

- Le bas prix d'aliments **très énergétiques**.
- La commercialisation de **portions** plus grosses.
- L'accroissement de la consommation de repas provenant de la **restauration rapide** et d'**aliments transformés précuïsés**.
- Un **marketing alimentaire** agressif qui cible efficacement les jeunes à des moments très précis.



