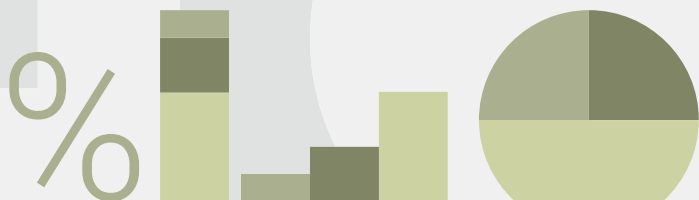


# Actualités OFS



14 Santé

Neuchâtel, septembre 2020

## Enquête suisse sur la santé 2017 Surpoids et obésité

**Près d'un tiers des personnes de 15 ans et plus sont en surpoids et 11% sont obèses. Les principaux facteurs associés à une surcharge pondérale sont le sexe, l'âge et la formation. Les représentations personnelles et sociales en matière de beauté entrent aussi en ligne de compte. L'excès de poids peut avoir des répercussions sur la santé physique, notamment sur les facteurs de risque de maladies cardiovasculaires et sur la santé psychique.**

L'obésité est une forme sévère de surpoids, qui se caractérise par un excès de graisse corporelle et qui peut entraîner des atteintes à la santé. Surpoids et obésité sont souvent déterminés à l'aide de l'indice de masse corporelle (IMC; voir l'encadré). Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), le manque d'activité physique ainsi qu'une alimentation à la fois trop riche en calories et avec trop peu de fruits et de légumes sont les facteurs déterminants dans l'apparition d'un excès pondéral et de l'obésité.

L'obésité compte parmi les principaux facteurs de risque des maladies cardiovasculaires, du diabète sucré de type 2, des troubles musculo-squelettiques ainsi que de certains types de cancer. L'espérance de vie des personnes obèses est donc plus courte que celle des personnes de poids normal. Par contre, les répercussions du surpoids sur la santé n'ont pas encore été déterminées avec certitude.

### Stabilisation de l'excès de poids dans les dernières années

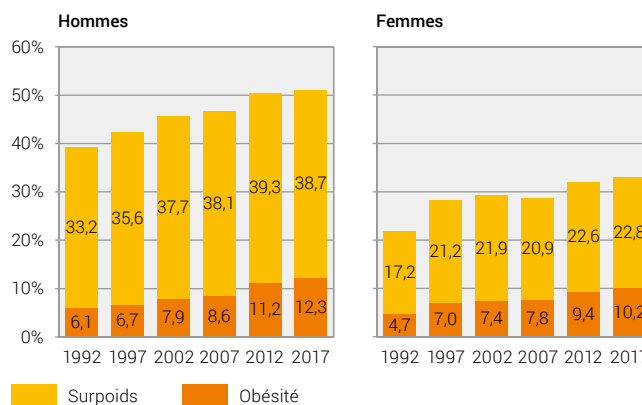
En 2017, 31% des personnes de 15 ans et plus étaient en surpoids et 11% étaient obèses. La prévalence de l'obésité a doublé ces vingt-cinq dernières années (5% en 1992 contre 11% en 2017) (G1). Cette tendance se retrouve dans tous les pays industrialisés occidentaux (OCDE, 2019). Si la Suisse affiche certes des valeurs faibles par rapport aux autres pays, ses taux de croissance figurent parmi les plus élevés.

La part des personnes avec un surpoids ou obèses a régulièrement augmenté entre 1992 et 2017, passant de 30% à 42%, avec une stabilisation depuis 2012 (G1).

### Surpoids et obésité, 1992 – 2017

Population de 15 ans et plus vivant en ménage privé

G1



Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

© OFS 2020

### Indice de masse corporelle (IMC)

L'IMC établit un rapport entre le poids d'une personne et sa taille:

$$\text{IMC} = (\text{poids en kg}) / (\text{taille en m})^2$$

L'OMS distingue chez l'adulte différentes catégories basées sur la valeur de l'IMC:

<b>insuffisance pondérale</b>	moins de 18,5 kg/m <sup>2</sup>
<b>poids normal</b>	18,5 à 24,9 kg/m <sup>2</sup>
<b>surpoids</b>	25 à 29,9 kg/m <sup>2</sup>
<b>obésité</b>	30 kg/m <sup>2</sup> et plus

D'autres définitions s'appliquent aux jeunes (de moins de 18 ans). Afin de faciliter les comparaisons internationales, on utilise dans ce cas les valeurs spécifiques selon l'âge et le sexe de Cole (2000).

L'IMC ne donne qu'une estimation indirecte de la masse adipeuse. Au niveau individuel, le résultat peut donc induire en erreur, car l'IMC ne fait pas de différence entre masse grasseuse et masse musculaire.

Dans l'Enquête suisse sur la santé (ESS), l'IMC est déterminé à partir des données déclarées par les personnes interrogées au sujet de leur taille et de leur poids. Les informations réunies de cette manière conduisent en général à une sous-estimation de la prévalence du surpoids et de l'obésité.

## Différences notables entre les sexes

Le surpoids et l'obésité n'affectent pas tous les groupes de population de la même manière. Alors qu'un homme sur deux est en surpoids ou obèse, c'est le cas d'une femme sur trois. L'écart entre les sexes n'est cependant notable que pour le surpoids (39% des hommes et 23% des femmes). L'écart est beaucoup moins grand pour l'obésité, qui correspond à un excès de poids plus important (12% des hommes et 10% des femmes).

Même lorsque l'on prend en compte simultanément l'âge, la nationalité, le niveau de formation, les habitudes alimentaires et le comportement en matière d'activité physique, les différences selon le sexe subsistent: chez les hommes, la probabilité de souffrir d'obésité est 1,3 fois plus grande que chez les femmes et celle de présenter un surpoids est 2,3 fois plus élevée.

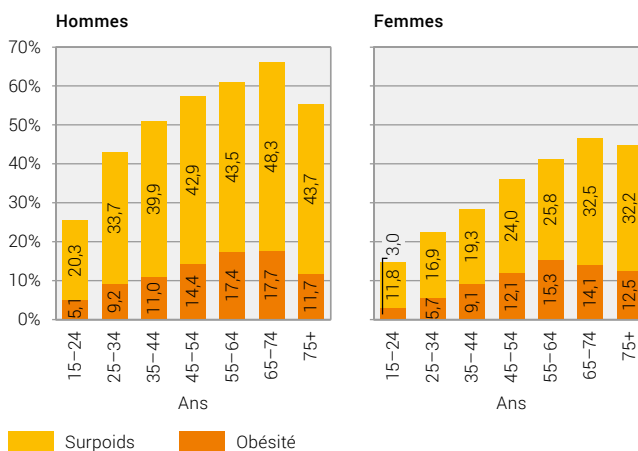
## Augmentation avec l'âge

Avec l'âge, le surpoids et l'obésité gagnent en importance (G2). La hausse est rapide chez les hommes, avec la moitié des personnes concernées à partir de 35 ans. Le taux le plus élevé est mesuré dans le groupe d'âge des 65–74 ans. Chez les femmes, la hausse est plus régulière. La plus forte proportion de femmes obèses se retrouve également chez les personnes de 65–74 ans. À partir de 65 ans, les taux de surpoids et d'obésité n'augmentent plus.

## Surpoids et obésité selon l'âge, en 2017

Population de 15 ans et plus vivant en ménage privé

G2



Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

© OFS 2020

## Davantage d'excès de poids parmi les migrants

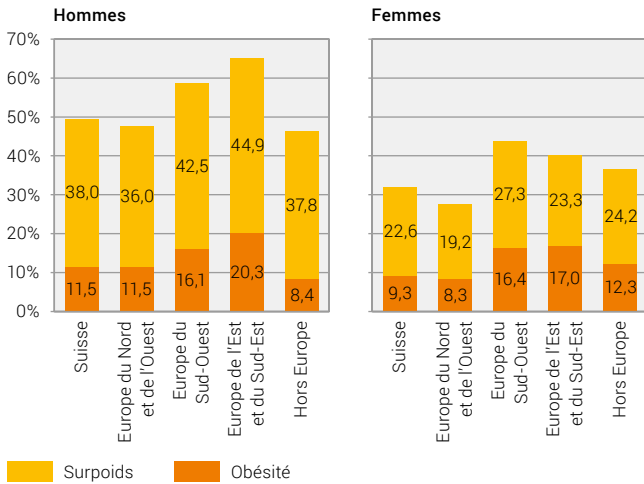
Il n'y a pas de différence notable entre les régions linguistiques dans la proportion de personnes en surpoids ou obèses. En tenant compte de l'âge, du sexe, du niveau de formation et de la nationalité, les habitants des zones rurales sont plus souvent en surpoids ou obèses que les personnes se trouvant dans des régions intermédiaires ou urbaines. Cette différence est plus perceptible chez les femmes: 36% des femmes vivant à la campagne sont concernées, contre 33% des femmes qui habitent dans des zones intermédiaires et 32% des femmes qui habitent dans les zones urbaines.

La différence selon la nationalité s'avère significative, les personnes étrangères présentant 1,3 fois plus souvent un excès pondéral que les personnes de nationalité suisse. Ce constat varie toutefois selon le pays d'origine des personnes de nationalité étrangère. Les ressortissants d'Europe du Sud-Ouest ainsi que d'Europe de l'Est et du Sud-Est sont plus souvent obèses que les Suisses (G3). Par ailleurs, les différences ne disparaissent pas d'une génération de migrants à l'autre: en tenant compte du niveau de formation, de l'âge, du sexe et de la nationalité, les personnes issues des première et deuxième générations ont 1,3 fois plus de risque de développer de l'obésité ou du surpoids que les personnes non issues de la migration.

### Surpoids et obésité selon la nationalité, en 2017

Population de 15 ans et plus vivant en ménage privé

G3



Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

© OFS 2020

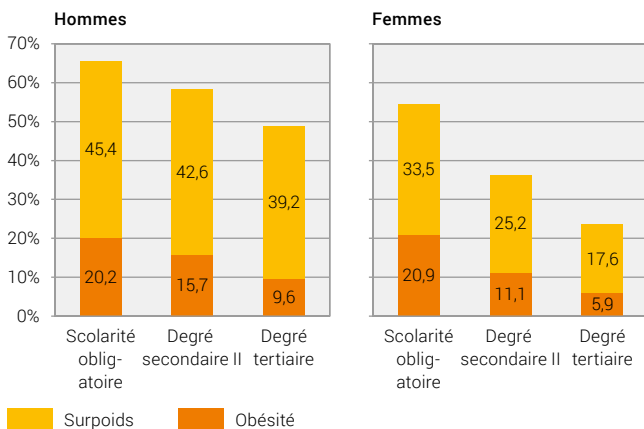
### Profonds écarts socio-économiques

Les groupes de population avec un faible niveau de formation sont plus souvent affectés par le surpoids et l'obésité (G4). Ce gradient social est plus marqué chez les femmes que chez les hommes: en tenant compte de l'âge et de la nationalité, les femmes dont le niveau de formation ne dépasse pas l'école obligatoire ont un risque 3,5 fois plus élevé d'être obèses et 1,9 fois plus élevé d'être en surpoids que les femmes ayant achevé une formation tertiaire. On observe également un gradient social chez les hommes, mais il est plus faible: un homme ayant achevé uniquement l'école obligatoire a un risque de devenir obèse ou d'être en surpoids qui est respectivement 2,1 fois et 1,2 fois plus élevé qu'un homme au bénéfice d'une formation tertiaire.

### Surpoids et obésité selon le niveau de formation, en 2017

Population de 25 ans et plus vivant en ménage privé

G4



Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

© OFS 2020

D'autres études ont mis en évidence de telles différences, que l'on retrouve également dans plusieurs pays (Sassi 2010). L'importance plus grande du gradient social chez les femmes pourrait s'expliquer par la différence entre les rôles sociaux de chaque sexe.

### Satisfaction avec son poids en augmentation

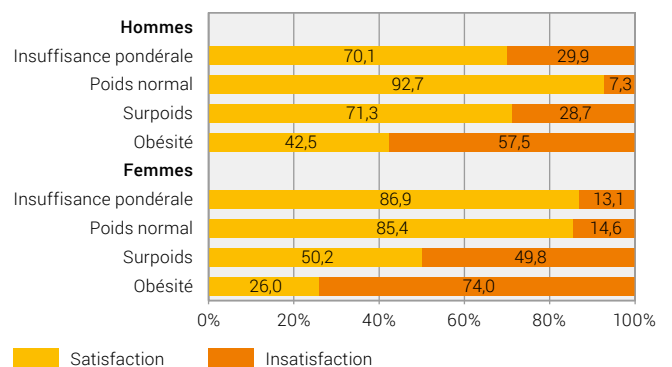
36% des personnes en surpoids et 65% des personnes obèses ne sont pas satisfaites de leur poids. Le degré de satisfaction avec son poids varie fortement selon le genre; en tenant compte de l'IMC, de l'âge, du niveau de formation et de la nationalité, les femmes sont 2,5 fois moins satisfaites de leur poids que les hommes, et sont 1,6 fois plus à vouloir modifier leur poids (G5).

La société devient plus tolérante vis-à-vis du surpoids – notamment car l'IMC augmente de manière générale, avec de plus en plus de personnes en surpoids (Kuk, 2009). En effet, la satisfaction avec son poids chez les personnes en surpoids et obèses a augmenté ces 10 dernières années de la même manière pour les femmes que pour les hommes. Parmi les personnes en surpoids, celles satisfaites de leur poids a augmenté en passant de 48% en 2007 à 64% en 2017, et parmi les personnes obèses cette proportion est passée de 27% en 2007 à 35% en 2017. Cependant, l'esthétique reste au centre des préoccupations et la pression sociale pour atteindre cet idéal persiste. Ainsi, le désir de modification de son poids demeure en général élevé et il est plus prononcé en cas d'excès de poids: il atteint 40% pour les personnes avec un poids normal, alors qu'il est à respectivement 72% et 88% pour les personnes en surpoids et obèses.

### Satisfaction avec son poids selon l'IMC, en 2017

Population de 15 ans et plus vivant en ménage privé

G5



Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

© OFS 2020

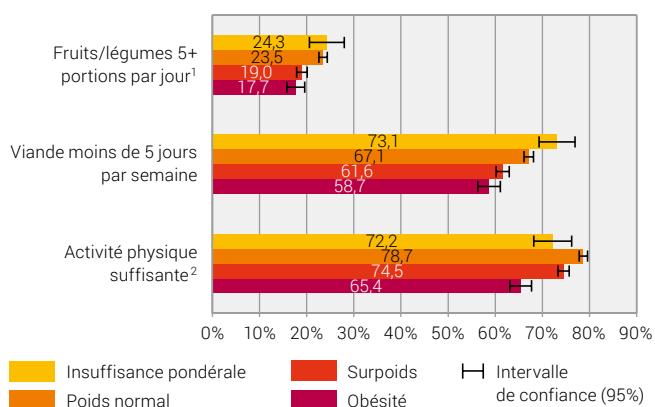
## Impact des comportements en matière de santé

Considérés séparément, les modes de vie ne présentent pas toujours de lien significatif avec l'obésité ou le surpoids. Par contre, cette association est plus nette lorsque ces comportements se conjuguent : ainsi, les personnes qui pratiquent suffisamment une activité physique ( $\geq 150$  min. d'activité modérée ou  $\geq 2$  fois une activité intense par semaine), mangent au moins 5 portions de fruits et de légumes par jour et de la viande moins de 5 jours par semaine sont nettement moins souvent en surpoids ou obèses que les personnes qui ne suivent pas les recommandations dans ces domaines (31% contre 44%) (G6). L'adoption d'un mode de vie favorable à la santé est elle-même influencée par des contraintes structurelles, sociales, organisationnelles et financières.

### Comportements de santé selon l'IMC, en 2017

Population de 15 ans et plus vivant en ménage privé

G6



<sup>1</sup> Au moins 5 jours par semaine

<sup>2</sup>  $\geq 150$  min. d'activité modérée ou  $\geq 2$  fois une activité intense par semaine

Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

© OFS 2020

## Risques accrus de maladies cardiovasculaires

Les personnes obèses souffrent plus souvent d'hypertension (39% contre 10%), d'un taux de cholestérol élevé (22% contre 9%) et de diabète (12% contre 2%) que les personnes avec un poids normal (G7).

En tenant compte de l'âge, du sexe, du niveau de formation et de la nationalité, les personnes en surpoids ont 2,0 fois et les personnes obèses 4,7 fois plus de risque de développer de l'hypertension que les personnes avec un poids normal. Elles ont également plus de risque de souffrir du diabète (respectivement 1,9 et 4,2 fois plus) et d'avoir un taux de cholestérol élevé (respectivement 1,4 et 2,0 fois plus). Les personnes obèses ont également 2,0 fois plus de risque de faire un infarctus que les personnes avec un poids normal.

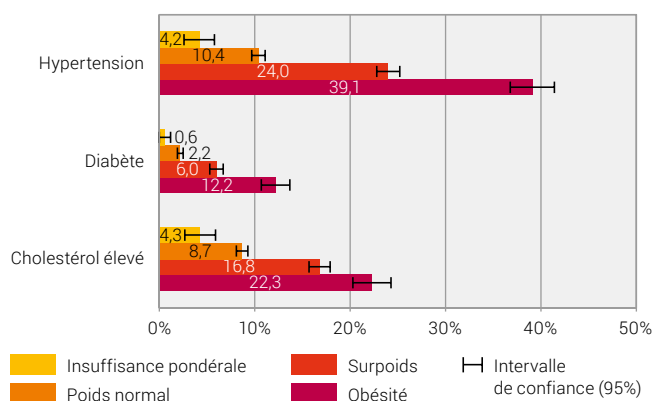
L'apparition de certaines maladies chroniques est aussi influencée par l'excès de poids : les personnes obèses ou en surpoids ont 1,6 fois plus de risque d'avoir de l'arthrose/arthritis que les autres catégories d'IMC en tenant compte de l'âge, du sexe, du niveau de formation et de la nationalité. Le risque de bronchite chronique/emphysème s'accroît également lorsqu'une personne est en surpoids ou obèse (1,3 fois plus).

Le surpoids et l'obésité sont par contre négativement liés à l'ostéoporose, mais seulement parmi les femmes. En effet, les femmes avec une insuffisance pondérale ont 3,0 fois plus de risque de développer de l'ostéoporose par rapport aux femmes qui ne sont pas en insuffisance pondérale en tenant compte de l'âge, du niveau de formation et de la nationalité.

### Hypertension, diabète et cholestérol élevé selon l'IMC, en 2017

Population de 15 ans et plus vivant en ménage privé

G7



Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

© OFS 2020

## Santé psychique: davantage de risques

Bien que le lien entre santé psychique et excès de poids soit controversé dans la littérature, les résultats montrent des liens entre l'obésité et la santé mentale. On constate que les personnes obèses souffrent davantage de dépression modérée à grave (12% contre 8%), de détresse psychologique moyenne ou élevée (19% contre 15%), d'un faible niveau de vitalité (34% contre 28%) et d'un faible soutien social (14% contre 8%) que les personnes qui ont un poids normal (G8).

L'obésité augmente le risque (1,6 fois plus) de dépression par rapport aux personnes avec un poids normal, en tenant compte de l'âge, du sexe, du niveau de formation et de la nationalité.

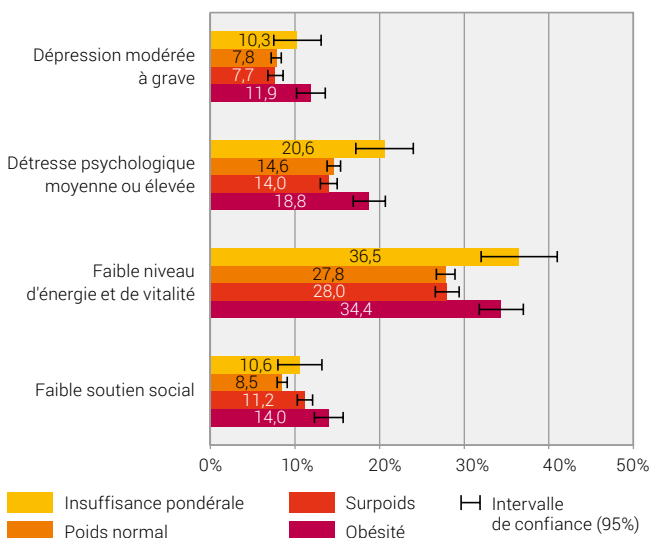
Les personnes obèses ont aussi 1,3 fois plus de risque de souffrir de détresse psychologique par rapport aux personnes avec un poids normal, et 1,3 fois plus de risque d'avoir un soutien social faible.

L'excès de poids est aussi accompagné d'un moindre niveau de vitalité et d'énergie: les personnes obèses disent 1,5 fois plus souvent avoir un faible niveau de vitalité par rapport aux personnes avec un poids normal.

### Santé psychique selon l'IMC, en 2017

Population de 15 ans et plus vivant en ménage privé

G8



Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

© OFS 2020

### Limites méthodologiques

L'enquête suisse sur la santé étant une enquête transversale, elle ne renseigne pas sur l'orientation des corrélations observées. Alors qu'il est reconnu dans le milieu scientifique que l'excès de poids augmente les risques de maladies cardiovasculaires, le sens de la relation entre troubles psychiques et excès de poids reste encore à déterminer. Une seule direction de la relation a été présentée afin de faciliter la lecture. Ainsi, il n'est pas possible de savoir si ce sont les problèmes de santé psychique qui causent du surpoids/de l'obésité ou le surpoids/l'obésité qui provoque des troubles psychiques. Pour vérifier la direction du lien, il faudrait réaliser des enquêtes répétées auprès des mêmes personnes pendant un temps plus long.

## Conclusion

L'excès de poids est provoqué par des facteurs physiques (alimentation, activité physique) et est également associé à des indicateurs psychosociaux (troubles psychiques, soutien social). D'autres facteurs sociodémographiques jouent également un rôle, comme le sexe ainsi que le statut socio-professionnel et migratoire.

Le surpoids et dans une plus large mesure l'obésité sont lourds de conséquences. En plus d'augmenter les risques de maladies cardiovasculaires et chroniques, un excès de poids fait également des dégâts au niveau psychique.

### Source des données

L'analyse se base sur les données de l'enquête suisse sur la santé (ESS). Depuis 1992, l'ESS est effectuée tous les cinq ans par l'Office fédéral de la statistique (OFS). La sixième enquête, qui fait partie du programme de relevés du recensement de la population, a eu lieu en 2017. Un total de 22 134 personnes de 15 ans et plus vivant dans des ménages privés ont été interrogées dans le cadre de cette enquête dont 11 671 femmes et 10 463 hommes.

## Bibliographie

Cole TJ et al. (2000). *Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: international survey*. British Medical Journal 320

Kuk JL et al. (2009). *Ideal weight and weight satisfaction: association with health practices*. Am J Epidemiol. 170(4):456-463.

OCDE (2019). *Surpoids et obésité chez les adultes*. Health at a Glance 2019: OECD Indicators, Éditions OCDE, Paris.

Sassi, Franco (2010). *Obesity and the economics of prevention*. OECD.



---

<b>Éditeur:</b>	Office fédéral de la statistique (OFS)
<b>Renseignements:</b>	gesundheit@bfs.admin.ch, tél. 058 463 67 00
<b>Rédaction:</b>	Marilina Galati, Martine Kaeser, Claire Semaani et Marco Storni, GESB
<b>Série:</b>	Statistique de la Suisse
<b>Domaine:</b>	14 Santé de la population
<b>Langue du texte original:</b>	français
<b>Mise en page:</b>	section DIAM, Prepress/Print
<b>Graphiques:</b>	section DIAM, Prepress/Print
<b>En ligne:</b>	<a href="http://www.statistique.ch">www.statistique.ch</a>
<b>Imprimés:</b>	<a href="http://www.statistique.ch">www.statistique.ch</a> Office fédéral de la statistique, CH-2010 Neuchâtel, <a href="mailto:order@bfs.admin.ch">order@bfs.admin.ch</a> , tél. 058 463 60 60 Impression réalisée en Suisse
<b>Copyright:</b>	OFS, Neuchâtel 2020 La reproduction est autorisée, sauf à des fins commerciales, si la source est mentionnée.
<b>Numéro OFS:</b>	1492-1700