Une étude américaine relativise la responsabilité des fast food dans la prévalence de l'obésité infantile

31 janvier 2014

Une étude, publiée en janvier 2014 dans la revue *American journal of clinical nutrition*, conclut à l'intérêt de prendre en considération la totalité du régime alimentaire quotidien des enfants et non plus seulement leur consommation de repas dans les *fast food*, qui ne seraient pas les principaux coupables de l'obésité infantile.

Les chercheurs ont utilisé pour cette étude les données d'une enquête menée entre 2007 et 2010 et axée sur la surveillance de la nutrition et de la santé publique (*US National Health and Nutrition examination survey*), sur une cohorte de 4 500 jeunes de 2 à 18 ans. La moitié de ces jeunes prend des repas dans un *fast food*. Pour 40% d'entre eux, cette prise alimentaire correspond à moins de 30% de leur apport calorique, et pour 10%, elle correspond à plus de 30% de l'apport calorique. Les auteurs de l'étude ont étudié les relations entre consommation de *fast food*, autres consommations (caractérisées comme « sobre » ou « riche en *snacking* »), et obésité.

Les résultats montrent que les enfants étaient plus susceptibles d'avoir un régime alimentaire « riche en *snacking* » (avec sodas, produits gras et salés, et peu de produits laitiers ou de fruits), lorsqu'ils étaient par ailleurs des consommateurs de *fast food*, que lorsqu'ils ne l'étaient pas. Ainsi, 40% des enfants qui consommaient des *fast food* pour plus de 30% de leur apport calorique, et qui par ailleurs avaient un régime alimentaire « riche en *snacking* », étaient obèses.

Les auteurs en concluent que ce ne sont donc pas les *fast food* pris isolément qui sont responsables des problèmes de surpoids des enfants américains, mais leur régime alimentaire d'ensemble. Le risque consisterait davantage à reproduire le régime alimentaire des *fast food* chez soi qu'à en consommer directement au restaurant.

Selon Connie Diekman (université Washington de Saint-Louis, Missouri), les conclusions de cette étude doivent inciter à une meilleure éducation nutritionnelle globale et aider les familles à choisir des aliments pour équilibrer l'alimentation au foyer.

Cette étude a été co-financée par l'institut national de la santé des États-Unis et la fondation Robert Wood Johnson, association philanthropique créée en 1936 pendant la Grande Dépression. L'objectif de cette fondation est d'améliorer la santé des américains, la réduction du taux important d'obésité chez les enfants étant une des priorités aux États-Unis.

Madeleine Lesage, Centre d'études et de prospective

Source : MedLine Plus