



## Descriptif technique

- 9 panneaux plastifiés de 80 x 120 cm avec œillets
- plastification recto verso avec perforations garnies d'œillets pour accrochage
- 1 caisse de 130 x 88 cm
- Surface nécessaire : 45 m<sup>2</sup>
- Véhicule nécessaire : véhicule de loisirs
- Temps de montage : 45 mn
- Colisage : 1 caisse de 10/12 kg

## Valeurs d'assurance

- Valeur panneau : 120 €
- Valeur caisse : 110 €
- Valeur globale à assurer : 1190 €

## Conditions de prêt

- Le Conseil général du Puy-de-Dôme prête gratuitement l'exposition sur le département.
- Durée minimum du prêt : 2 semaines.
- Priorité accordée aux établissements scolaires.
- Transport et assurance à la charge de l'établissement d'accueil.

## Renseignements et réservation

**Maison de l'Innovation**  
**Conseil général du Puy-de-Dôme**

17, place Delille  
63000 Clermont-Ferrand  
Tél. : 04 73 98 15 80  
Fax : 04 73 98 15 89  
Mél. : [mdi@cg63.fr](mailto:mdi@cg63.fr)

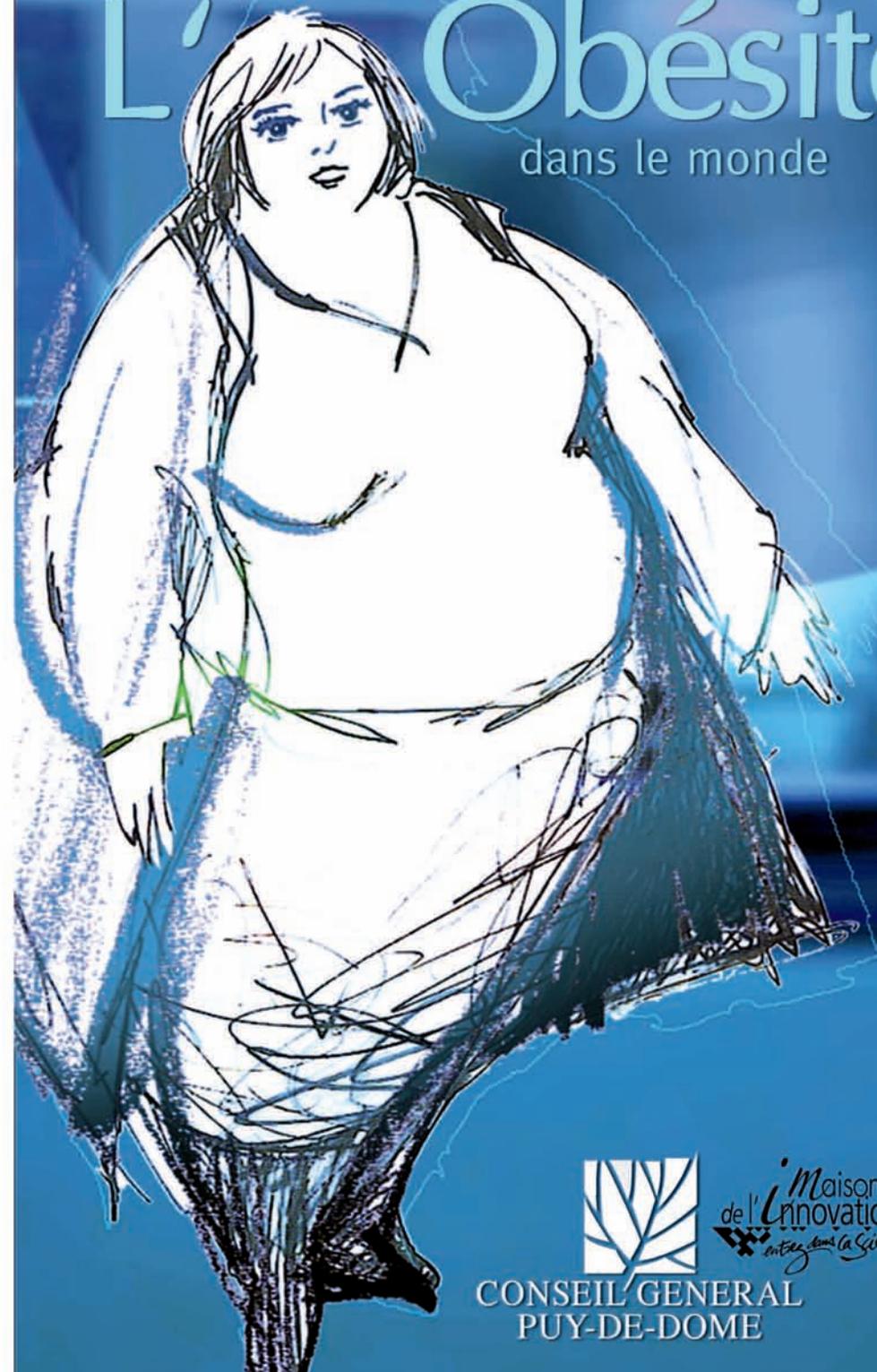
Exposition conçue  
et réalisée par Double Hélice.

**DOUBLE HÉLICE**

Conseil scientifique : Luc Pénicaud,  
directeur de Recherche CNRS Université Paul Sabatier, Toulouse.  
Illustrations : Gilles Regnery  
Peinture femme : Gustave Courbet

# L'Obésité

dans le monde



Maison  
de l'Innovation  
entre dans la Science

CONSEIL GÉNÉRAL  
PUY-DE-DÔME

Une exposition  
en 9 panneaux :

• L'obésité dans le monde  
panneau titre

• Une épidémie mondiale  
USA, Europe et même les pays  
en voie de développement

• Qu'est-ce que l'obésité ?  
Calculer son IMC (indice  
de masse corporelle)

• Comment devient-on  
obèse ?  
Sucres, graisses et manque  
d'activité physique

• Trop de kilos, moins  
de santé  
Qualité et espérance de vie  
menacées

• Mal-être, discrimination,  
exclusion  
Les milieux défavorisés  
les plus touchés

• Le rôle de l'industrie  
agro-alimentaire  
Stratégies publicitaires et enjeux  
financiers

• Lutter contre l'obésité  
Des règles de vie simples

• Informer  
Une politique de prévention

LE MONDE GROSSIT ! ET LA FRANCE N'EST PAS EN RESTE, AVEC 40 % DE LA POPULATION TROP GROSSE ET 10 % D'OBÈSES. MAIS D'OÙ VIENT CETTE "ÉPIDÉMIE" D'OBÉSITÉ ? POURQUOI LE SURPOIDS PROGRESSE-T-IL DE MANIÈRE AUSSI VERTIGINEUSE ? QUELLES SONT LES PERSONNES LES PLUS TOUCHÉES ? QUELS SONT LES RISQUES D'UNE SURCHARGE PONDÉRALE ? COMMENT ENRAYER CE FLÉAU ET FAIRE PENCHER LA BALANCE DU BON CÔTÉ ?

UNE EXPOSITION POUR FAIRE LE POINT SUR UN PHÉNOMÈNE INQUIÉTANT, APPRENDRE À CALCULER SON INDICE DE MASSE CORPORELLE (IMC), PRÉVENIR LES CONSÉQUENCES PSYCHOLOGIQUES ET SOCIALES DE L'OBÉSITÉ ET SE PENCHER SUR SES HABITUDES DE VIE.

## Une mondialisation de l'obésité

Sur toute la planète, l'obésité se répand comme une véritable épidémie, y compris dans les pays en voie de développement. Selon l'OMS, il y a aujourd'hui dans le monde 1,7 milliard de personnes en surpoids et 300 millions d'obèses (100 millions de plus qu'en 1995). Du Moyen-Orient à la Chine en passant par l'Europe, ce phénomène atteint particulièrement les Etats-Unis où 66 % des Américains sont en surpoids et 30 % obèses. Une évolution fulgurante qui se traduit en Europe par 4 fois plus d'enfants obèses qu'il y a 30 ans. Les 2/3 d'entre eux pourraient le rester à vie, avec d'autant plus de risques si la surcharge s'est installée avant 6 ans.

Trop gros, trop maigre... l'appréciation est souvent affaire de mode ou d'impression personnelle. C'est pourquoi, chez l'adulte, on mesure l'obésité par un seuil de poids défini par l'IMC ou indice de masse corporelle : le poids divisé par le carré de la taille doit être inférieur à 25 pour se situer en deçà du surpoids et à 30 pour l'obésité.

L'obésité se constitue quand le bilan énergétique est négatif, c'est à dire quand les apports caloriques sont excessifs par rapport aux dépenses énergétiques.

Cet état est fondé le plus souvent sur un mode de vie associant grignotage, alimentation déséquilibrée et manque d'activité physique. Des apports alimentaires trop riches en sucres et en graisses, une disponibilité constante de nourriture, la sédentarité, des facteurs génétiques et psychologiques... induisent des réactions physiologiques qui installent un stockage graisseux permanent.

dans le monde



# L'obésité

Le look est une chose, la santé en est une autre. L'obésité entraîne des répercussions fortes sur la santé : elle augmente les risques d'hypertension, de maladies cardiovasculaires et articulaires, de diabète et même de certains cancers.

## Une priorité de santé publique

Dans nos sociétés occidentales qui valorisent la minceur, les personnes en surpoids sont frappées d'ostracisme pour des raisons morales : elles incarnent un manque de contrôle de soi. De véritables formes de « racisme anti-gros » peuvent provoquer la perte de l'estime de soi et favoriser l'exclusion et la régression sociale.

Les enfants, les femmes, les catégories sociales les moins diplômées sont les premiers touchés par le mal-être et les discriminations.

En France, la nutrition est devenue une priorité de santé publique. Ainsi, des programmes d'information visent à améliorer l'équilibre nutritionnel des Français. Les pouvoirs publics ont commencé à s'attaquer aux stratégies publicitaires de l'agro-alimentaire et ont désormais interdit les distributeurs de confiseries et de boissons sucrées dans les collèges et lycées.

Les experts prévoient que dans moins de 5 ans, l'accroissement des dépenses de santé liées à l'obésité pourrait faire exploser le système de protection sociale et qu'en 2020 la France pourrait avoir rejoint les taux-records des Etats-Unis : 2 personnes sur 3 en surcharge pondérale et 1 sur 5 obèse. Ce problème majeur de santé publique est encore maîtrisable, mais le temps presse.

Au-delà des mesures collectives, l'information individuelle incite au respect de règles de vie évidentes comme la consommation régulière de fruits et légumes, des repas réguliers en famille ou entre amis, une pratique sportive ou tout au moins 30 mn de marche à pied par jour...

Et si les choses étaient plus simples que tous les régimes prônés par les magazines : pour que manger demeure toujours un plaisir, goûtez à tout, équilibrez vos repas, bougez-vous, fuyez la sacro-sainte télé et renoncez au grignotage ravageur !

*"L'obésité est devenue la première maladie non infectieuse de l'histoire de l'humanité"*

*"Les personnes victimes d'obésité aujourd'hui, sont celles qui auraient survécu au cours des siècles précédents"*

*"Faire du sport est une incitation à maigrir et maigrir fait faire du sport"*

