

La Journée mondiale de l'obésité, célébrée chaque année le 4 mars, est une initiative visant à sensibiliser

le public aux enjeux liés à l'obésité, une maladie chronique qui touche des millions de personnes à travers le monde. Cette journée

met en lumière les causes, les conséquences et les solutions possibles pour lutter contre cette épidémie mondiale. L'objectif est

de promouvoir des modes de vie sains et de soutenir les personnes touchées par l'obésité.

### Comprendre l'Obésité

L'obésité est définie comme un excès de graisse corporelle qui peut nuire à la santé. Elle est généralement mesurée par l'indice

de masse corporelle (IMC), qui est calculé en divisant le poids par la taille au carré. Un IMC supérieur à 30 est souvent considéré

comme un indicateur d'obésité. Les causes de l'obésité sont multiples et incluent des facteurs génétiques, des habitudes alimentaires,

un manque d'activité physique, et des influences environnementales et socio-économiques.

### Chiffres de l'Obésité

Dans le Monde :

- Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), environ 650 millions d'adultes dans le monde étaient obèses en 2016.
- 340 millions d'enfants et d'adolescents âgés de 5 à 19 ans étaient en surpoids ou obèses en 2016.
- L'obésité est en augmentation dans presque toutes les régions du monde.

En France :

- Environ 17% de la population adulte est obèse, selon l'étude ObÉpi-Roche de 2012.
- Environ 18% des enfants en France sont en surpoids, dont 4% sont obèses.

### Conséquences de l'Obésité