

UN POIDS SANTÉ

POUR DES BÉBÉS EN SANTÉ

Plusieurs futures mamans savent que l'obésité ou l'embonpoint est malsain pour leur santé, mais elles ne savent peut-être pas que cela peut également menacer la santé de leur enfant à naître. Une recherche menée par Dre Sarah D. McDonald, de l'Université McMaster, a indiqué que les femmes obèses ou souffrant d'embonpoint qui tombent enceintes courent un plus grand risque de donner naissance à un enfant prématuré.

Dre McDonald et ses collègues ont analysé les données de 84 études effectuées auprès de plus d'un million de femmes. Ces études portent sur la relation qui existe entre le poids de la mère juste avant de tomber enceinte et le risque de donner naissance à un enfant prématuré, que l'on définit comme une naissance avant 37 semaines de grossesse (la grossesse normale chez les humains dure 40 semaines), ou à un enfant de faible poids.

«L'obésité et l'embonpoint sont maintenant les conditions les plus répandues qui compliquent la grossesse dans la plupart des pays développés, incluant le Canada, et ces conditions commencent à devenir de plus en plus fréquentes dans certains pays en développement», déclare Dre McDonald. «[...] La prématurité et le faible poids à la naissance représentent les deux facteurs les plus prédictifs de décès et de maladie chez les jeunes enfants et de maladie pendant l'enfance.»

L'EMBOINPOINT AUGMENTE LE RISQUE DE NAISSANCE PRÉMATURÉE

Les femmes obèses ou souffrant d'embonpoint courent 30% plus de risques de vivre un accouchement prématuré provoqué par la médecine. Cette procédure est souvent mise en place car continuer la grossesse présenterait un danger pour la santé de la mère ou du bébé. Plus le poids de la femme est grand, plus son accouchement risque d'être provoqué avant 37 semaines. Dans le même ordre d'idées, plus ce poids est grand, plus elle risque de donner naissance à son enfant avant 32 semaines, ce qui veut dire que le bébé pourrait



«L'obésité et l'embonpoint sont maintenant les conditions les plus répandues qui compliquent la grossesse.»

être sévèrement prématuré et plus susceptible d'être malade, de souffrir d'une déficience ou même de mourir. Pour ces motifs, si les femmes peuvent perdre du poids, même si elles n'atteignent pas leur poids santé, elles pourraient donner naissance à des enfants plus en santé.

Dre McDonald a évalué des études provenant de pays développés et en développement, et les conclusions ont révélé d'étonnantes différences entre les deux types de pays. «Lorsque nous avons étudié les enfants de faible poids à la naissance dans les pays développés, nous avons constaté que les femmes n'étaient pas protégées par leur obésité ou leur surpoids contre le fait d'avoir des enfants de faible poids à la naissance», déclare McDonald. «Toutefois, dans les pays en développement, elles étaient 40% moins susceptibles de donner naissance à un enfant de faible poids.»

Nous ne pouvons pas expliquer la cause exacte de ce phénomène. Dre McDonald spécule que «dans les pays développés et en développement, être obèse ou souffrir d'embonpoint ne signifie pas la même chose. En effet, dans les pays en développement, cela peut vouloir dire que vous avez les moyens de manger tout ce dont vous avez besoin et plus encore, alors que

dans les pays développés, cela peut signifier manger des aliments vides peu coûteux, très caloriques et peu nutritifs, soit de la "malbouffe".»

NÉCESSITÉ DE FREINER L'OBÉSITÉ

Les conclusions procurent encore plus d'incitatifs pour lutter contre l'obésité sur les plans personnel et sociétal. «Actuellement, au Canada, le taux d'obésité parmi les femmes en âge de procréer atteint jusqu'à 25%, selon la région et la province», souligne Dr B. Anthony Armson, expert en obésité maternelle à l'Université Dalhousie. «L'obésité et l'embonpoint dans notre société peuvent commencer in utero. Nous devons donc intervenir à un moment donné. La grossesse représente un moment très important pour commencer à changer de comportement et de mode de vie, car les femmes enceintes sont très réceptives à l'idée d'agir au mieux pour elles-mêmes et leur bébé. Ces femmes doivent consulter un nutritionniste et elles devraient être informées du poids approprié à prendre pendant la grossesse pour une personne souffrant déjà de surpoids. Ces neuf mois offrent une occasion idéale pour essayer d'apporter certains changements.»

PAR ALISON PALKHIVALA