

L'obésité : un problème mondial qui touche aussi Cuba

LES autorités gouvernementales et sanitaires cubaines s'inquiètent de la prévalence du surpoids chez les personnes des deux sexes et de toutes les tranches d'âges

[Nuria Barbosa Leon](#) 2 mars 2017 17:03:10

LES autorités gouvernementales et sanitaires cubaines s'inquiètent de la prévalence du surpoids chez les personnes des deux sexes et de toutes les tranches d'âges. Ces dernières années, les statistiques révèlent un profil en hausse, à savoir que 18,1% de la population féminine et 11,4% de la masculine souffrent d'obésité.



Il s'agit d'un phénomène mondial. Selon les données de l'OMS, deux hommes sur cinq et cinq femmes sur dix sont en surpoids.

Theodor Friedrich, représentant de la FAO à Cuba, a salué le Programme national de l'agriculture urbaine et suburbaine mise en œuvre dans l'île, depuis les années 90 du siècle dernier.

L'obésité est considérée comme une maladie chronique caractérisée par un déséquilibre énergétique, causé principalement par un apport calorique trop élevé, ce qui se traduit par un excès de cellules de graisse. D'où la nécessité de mettre en œuvre des politiques de santé plus efficaces, car elle augmente les risques de diabète mellitus type 2, qui se développe sans symptômes au départ ; les maladies cardiovasculaires, rénales, respiratoires et articulaires, ainsi que d'autres pathologies chroniques non transmissibles, dérivées des mauvaises pratiques culinaires.

Notons également que sur le plan social l'obésité entraîne la perte de l'estime

de soi, une image corporelle négative, de la dépression, une marginalisation qui aboutit à des phénomènes d'isolement.

Le rapport Panorama de sécurité alimentaire et nutritionnelle en Amérique centrale, publié par l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO), souligne le rôle de l'État cubain dans le renforcement de la sécurité alimentaire de l'île par la mise en œuvre de politiques sociales, bien que persiste dans la culture alimentaire une consommation trop importante de graisses, de sucres et d'hydrates de carbone.

En dépit des efforts réalisés par les différents services sanitaires et sociaux, la lutte contre l'obésité au sein de la population cubaine restera un défi pour les générations futures.

Les principales batailles sont centrées vers les enfants, car le surpoids et l'obésité sont considérées comme l'une des maladies les plus frustrantes et difficiles à traiter chez les enfants en bas âge, qui présentent des taux de surpoids de 10,5% chez les garçons et 5,9 % chez les filles. Le diagnostic précoce et un suivi continu sont les principaux facteurs de succès.

Dans ce sens, les autorités sanitaires ont lancé un programme social et multisectoriel qui met l'accent sur les interventions rapides et nécessaires au sein de la famille, dans le milieu scolaire, visant la promotion de la pratique d'exercices physiques et d'une alimentation saine.

Ces stratégies ont pour objectif d'accroître la culture alimentaire de la population, grâce à la diffusion de guides éduquant à une alimentation saine et variée ; l'augmentation de la présence de fruits et légumes sur les marchés, en veillant à la réduction des prix de vente au consommateur ; l'amélioration des mécanismes de surveillance alimentaire et nutritionnelle, ainsi qu'un programme de formation professionnelle sur la nutrition destiné aux médecins.

À cet effet, Cuba met en œuvre les lignes de travail identifiées par l'Organisation panaméricaine de la santé (OPS) dans la promotion de cadres législatifs et réglementaires visant la fabrication des aliments transformés et des boissons sucrées, qui inclut l'étiquetage des aliments congelés et semi-transformés, la publicité nutritionnelle destinée aux enfants et aux



Les statistiques de ces dernières années révèlent que 18,1% des femmes cubaines et 11,1% des hommes sont obèses. **Photo:** Juventud Rebelde

adolescents et l'éducation des familles dans la presse et les médias alternatifs.

Par ailleurs, l'OPS oriente également la mise en œuvre et la diffusion des normes contenues dans les Directives diététiques concernant la prise en charge clinique pour la prévention, et du surpoids et de l'obésité chez les enfants et les adolescents, ainsi que la promotion de l'activité physique et d'une alimentation saine en milieu scolaire.

Theodor Friedrich, représentant de l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO) à Cuba, recommande d'augmenter la

production agricole et que les aliments arrivent frais à la table du consommateur, ce qui évite l'ajout de conservateurs et de produits chimiques aux conserves et produits surgelés.

Par ailleurs, il a salué le Programme d'agriculture urbaine et suburbaine mis en œuvre à Cuba depuis les années 90 du siècle dernier, qui a permis d'encourager les familles à consommer des fruits et légumes pour obtenir une alimentation plus équilibrée, saine et sûre.

À cet égard, le représentant de la FAO a souligné la nécessité de changer de style de vie au sein de la société cubaine et d'encourager la promotion des valeurs culturelles et des modes de vie autochtones. Et de conclure : « *Il faut développer une agriculture diversifiée dans tout le pays afin de produire la plupart des aliments. Cela aide les personnes à consommer des aliments nutritifs et encourage l'agriculteur à produire de façon responsable et consciente.* »