Obésité : les régimes et le sport pourraient ne pas suffire

Par ***mogirard***
Créé le ***11/11/2011 - 05:10***

Obésité : les régimes et le sport pourraient ne pas suffire

Vendredi, 11/11/2011 - 04:10 0 commentaire

0 avis :

zoom

Après avoir suivi cinquante personnes en surpoids ou obèses mises au régime pendant dix semaines, des chercheurs australiens ont trouvé qu'une fois leurs kilos perdus, le taux d'hormones (surtout celles en lien avec la sensation de faim) des participants changeait, entraînant plus d'appétit et une nouvelle prise de poids. Les cinquante adultes étudiés avaient un indice de masse corporelle (IMC) compris entre 27 et 40, pour un poids moyen de 95 kilos. Après une perte de poids initiale d'environ 13 kilos, les scientifiques de l'Université de Melbourne ont trouvé que le taux d'hormones régulatrices de l'appétit changeait, entraînant une rechute d'environ 5 kilos sur un an.

Ces nouveaux résultats mettent à mal le message, pourtant bien rôdé, voulant qu'un régime associé à du sport suffise pour garder un poids normal, et révèlent le rôle important que jouent les hormones dans le processus de régulation du poids, selon le co-auteur de l'étude, Joseph Proietto.

"Notre étude fournit des indices permettant de comprendre pourquoi les personnes obèses qui perdent du poids ont souvent tendance à en reprendre. Cette rechute est souvent physiologique, et n'est pas uniquement due au retour à d'anciennes habitudes", a-t-il expliqué dans un communiqué. On dénombre à travers le monde plus de 1,5 milliard d'adultes en surpoids et 400 millions d'obèses. En Australie, on

estime que 50 % des femmes et 60 % des hommes sont soit obèses, soit en surpoids. Pour contrecarrer l'apparition de l'obésité, le professeur Proietto suggère qu'il serait plus efficace de prendre en main le problème dès le plus jeune âge, et de cibler plus particulièrement les enfants. L'étude explique aussi que le problème de la faim suivant une perte de poids doit être traité. Cela pourrait être possible grâce à une prise de médicaments sur le long terme.

Top Santé

Noter cet article :

Recommander cet article :

-
- Tweeter
-

- **Nombre de consultations :** 336
- **Publié dans :** Médecine
- **Partager :**
  - Facebook
  - Viadeo
  - Twitter
  - Wikio

Médecine hormones obésité poids régimes sport

URL source: https://www.rtflash.fr/obesite-regimes-et-sport-pourraient-ne-pas-suffire/article