

Obésité : non, l'héritage génétique n'empêche pas de perdre du poids



Une nouvelle étude publiée dans le "British Medical Journal" démontre que le "gène de l'obésité" (appelé FTO) n'empêcherait pas de perdre du poids.

Avec Arnaud Cocaul

Atlantico : Peut-on déduire de la nouvelle étude publiée dans le *British Medical Journal* ([voir ici](#)) que l'ADN n'est pas une barrière pour perdre du poids ?

Arnaud Cocaul : Oui tout à fait. Beaucoup de patients en surpoids viennent me consulter en m'expliquant que s'ils sont gros, c'est à cause de leur héritage génétique, ce qui est faux.

Seule une part infime de la population mondiale des obèses souffre d'une maladie purement génétique (-de 5%), qui implique des traitements hormonaux, médicamenteux ou chirurgicaux.

Pour le reste, on peut tout à fait avoir un terrain génétique favorisant l'obésité mais pouvoir résister à la malnutrition, et faire de l'exercice physique.

En revanche, ces gènes de l'obésité pourront éventuellement impliquer que la personne qui les porte soit un peu plus ronde que la moyenne, et doit accepter que son poids soit plus élevé que la normale. Dans ces cas-là, rien ne sert de se lancer dans des diètes sans fin, le corps reviendra naturellement à son poids de base.

Ces nouveaux résultats impliquent-ils une modification ou une revalorisation des méthodes "classiques" pour combattre les obésités ?

Oui. **L'obésité est une maladie plurifactorielle, qui implique des réponses multiples.**

Les pouvoirs publics peuvent, par exemple, lancer des campagnes incitant à faire de l'activité physique, ou encore mettre en place des politiques de prix favorisant les fruits et les légumes.

Un suivi psychologique des personnes souffrant d'obésité est aussi très important, car être obèse aujourd'hui est encore stigmatisé, surtout en France (discrimination à l'embauche, difficultés d'intégration...)

Il faudrait aussi que l'Ordre des médecins éclaire et simplifie d'avantage les multiples offres de régime qui sont proposées aujourd'hui au grand public, car les Français ne savent plus ce qui fait réellement perdre du poids sans mettre sa santé en danger.

A l'inverse, une personne n'ayant pas de "gène de l'obésité" dans son ADN peut-elle devenir obèse ? Développera-t-elle alors un "gène de l'obésité" qu'elle pourra transmettre à ses enfants ?

Toute personne peut devenir obèse suite à une dépression, par exemple, ou encore une prescription à haute dose de cortisone ou de médicaments neuroleptiques qui décuplent l'appétit.

En effet, nous avons tous en nous une prédisposition à stocker de la graisse, car c'est comme cela que nos ancêtres ont réussi à survivre aux famines.

A partir d'un certain poids dépassé, il est impossible de revenir en arrière d'un point de vue génétique. S'il s'agit d'une femme, elle pourra alors transmettre son patrimoine génétique favorisant l'obésité à ses enfants pendant ses grossesses.