

CONCLUSIONS

Introduction :

L'endémie d'obésité est à l'heure actuelle un enjeu majeur de santé publique. Malheureusement, si son dépistage et ses possibilités thérapeutiques sont bien connus du système de santé, la mise en pratique de ces dernières s'avère être difficile et insuffisante d'un point de vue concret.

Matériel et méthodes :

L'objet de cette étude est d'évaluer l'efficacité du programme « fort en sport », qui vise à prendre en charge les patients obèses via un programme basé sur l'activité physique adaptée avec intervention diététique concomitante.

L'objectif principal est la réduction pondérale après 6 mois de programme.

Les objectifs secondaires sont l'amélioration de qualité de vie, l'augmentations des performances physiologiques, ainsi que l'amélioration des paramètres anthropométriques.

L'étude est menée selon un protocole d'inclusions ouvert et contemporain de 23 patients. L'évaluation repose sur une analyse per protocole avec une méthode de type « avant-après ».

Résultats

Concernant le critère de jugement principal, on observe une tendance encourageante mais non statistiquement significative avec une perte de 6,2 kg ($p = 0.121$) soit -2.3 kg/m^2 en terme d'IMC.

On obtient par contre des résultats statistiquement significatifs sur la diminution des tours de taille et de hanche avec respectivement -8.5 cm ($p = 0.03$) et -8.0 cm (0.003), qui sont un bon reflet de la perte de masse grasse.

L'amélioration du $\text{VO}_2 \text{ max}$ ($+ 3.6 \text{ ml/kg/mn}$ avec $p = 0.036$) et de la Pmax ($+ 30.6 \text{ W}$ avec $p = 0.031$) est elle aussi statistiquement significative, indiquant des progrès nets en terme de capacités physiologiques, paramètres très bien corrélés avec la morbi-mortalité.

Quant à la qualité de vie, on observe une tendance sur les rubriques « vie sexuelle » et « comportement alimentaire » avec une amélioration du score de 14.9 ($p = 0.115$) et 13.7 ($p = 0.115$) points respectivement. Les rubriques « impact physique » ($+ 20.4$ points, $p = 0.004$), « impact psychosocial » ($+ 26.0$ points avec $p < 0.001$) et « vécu du régime » ($+ 20.7$ points avec $p = 0.019$) montrent des améliorations statistiquement significatives, traduisant par cette augmentation de qualité de vie une bonne acceptation du protocole.

THESE SOUTENUE PAR M. François BOTTERO

Conclusion :

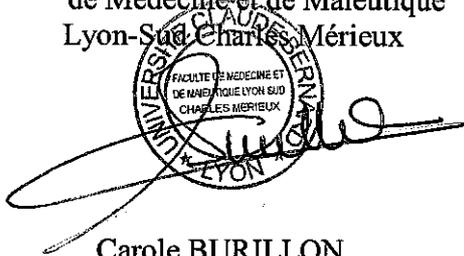
Le protocole fort en sport montre de très bons résultats en terme d'amélioration de qualité de vie, de réduction de masse grasse et d'augmentation des performances physiologiques.

Son impact sur le poids ne montre pas de résultat statistiquement significatif, (notamment du fait d'un effectif insuffisant propre aux études pilotes), mais une tendance encourageante et conforme aux recommandations de l'OMS.

Sa transposabilité en pratique semble tout à fait réalisable, et son rapport coût/bénéfice est très favorable.

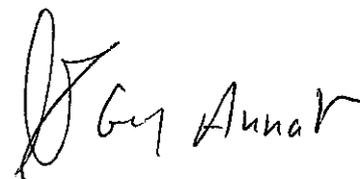
Il importe donc de poursuivre le programme, et de réaliser une étude à plus grande échelle afin d'en évaluer l'efficacité avec plus de précisions.

Vu, Le Doyen de la Faculté
de Médecine et de Maïeutique
Lyon-Sud Charles Mérieux



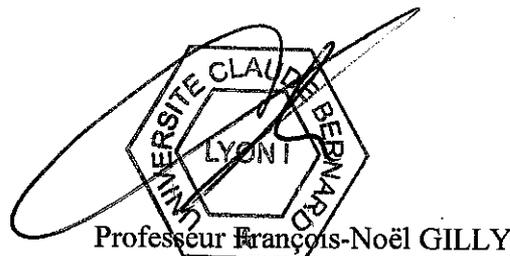
Carole BURILLON

Le Président de la Thèse
(Nom et signature)



Vu et Permis d'imprimer
Lyon, le 9/10/2014

Vu, le Président de l'Université
Le Président du Comité de Coordination
des Etudes Médicales



Professeur François-Noël GILLY