

La Maison Sport-Santé 83 lutte contre l'obésité

SPORT-SANTÉ

Dans le cadre de la journée mondiale de l'obésité, la MSS 83 propose aujourd'hui à Toulon et La Seyne des bilans de forme gratuits, sur inscription.

Un quart d'heure pour faire un premier pas vers la forme : la Maison Sport-Santé 83 (MSS 83) propose aujourd'hui des bilans de condition physique gratuits à toute personne s'étant préalablement inscrite. Ces rendez-vous sont organisés à Toulon (dans l'antenne animée par le Cdos Var) et à La Seyne-sur-Mer (dans l'antenne animée par l'Ufolep Var).

« Ce n'est pas un examen médical. Il n'y a pas d'épreuve d'effort ou d'examen compliqué », précise le Dr Jean-Marie Lamoulère. L'entretien est dirigé par un éducateur en activités physiques adaptées. « Ce "coach" fait un bilan simple



La Maison Sport-Santé 83 propose des activités physiques adaptées à tous types de publics. PHOTO ARCHIVES G.B.

pour essayer de donner un état de forme au patient avec périmètre abdominal, quelques flexions assis-debout, quelques mètres de marche », détaille le médecin coordinateur de la MSS 83.

Même s'il n'y avait nul besoin de se sentir en surpoids pour prendre rendez-vous, cette initiative prend pour prétexte la journée mondiale de

l'obésité, qui se décline jusqu'au 6 mars. « *Quand le Covid le permettra, c'est le genre d'examen gratuit que l'on souhaite proposer toute l'année. Le but est de motiver le patient à franchir la première porte qui le sépare d'un technicien, d'un éducateur en activités physiques adaptées.* »

Une maladie plurifactorielle

En 2020, on estimait à 7 millions le nombre de Français en situation d'obésité, soit plus de 15% de la population nationale. Or 45% des personnes admises en réanimation pour la Covid-19 sont atteintes de cette maladie, selon les chiffres de la Ligue contre l'obésité.

Touchant de plus en plus de jeunes et responsable de nombreuses pathologies, l'obésité « *peut toucher tout le monde, du fait de l'alimentation mais aussi de la vie moderne, des problèmes endocriniens, du stress ou de la sédentarité* », rappelle le Dr Lamoulère. Pour la combattre, rien de tel qu'un peu d'activité physique.

G.B.