

# Alimentation spontanée de l'enfant et l'adolescent obèse

- [N. Khélifi](#),
  - [S. Boumeftah](#),
  - [S. Bhour](#),
  - [I. Gaigi](#),
  - [C. Amrouche](#),
  - [A. Zammali](#),
  - [O. Berriche](#),
  - [H. Jammoussi](#),
  - [S. Blouza](#)
- Unité de recherche sur l'obésité humaine à l'Institut National de Nutrition, Tunis, Tunisie
- 

## Introduction

L'alimentation de l'enfant et l'adolescent doit assurer des apports suffisants quantitativement et qualitativement pour assurer une croissance normale et un bon état de santé. Toutefois, l'excès de ces apports couplé au mode de vie chez les jeunes obèses peut être le prélude à de nombreux problèmes de santé. L'objectif de notre travail est d'évaluer les apports spontanés en macro et micronutriments dans un groupe d'enfants et adolescents obèses.

## Matériels et méthodes

Étude rétrospective regroupant 47 enfants et adolescents obèses (6–17 ans) pris en charge à l'unité de recherche sur l'obésité humaine.

## Résultats

L'âge moyen de nos enfants était de  $11,9 \pm 3,2$  ans. 36,1 % étaient des garçons. L'Index de Masse Corporelle (IMC) moyen était de  $31,2 \pm 6,6$  kg/m<sup>2</sup>. L'apport calorique moyen était excessif à  $3\,142 \pm 866$  Kcal/j. Les glucides représentaient  $56 \pm 5,9$  % de l'Apport Énergétique Total (AET). L'apport en lipides était excessif ( $32,6 \pm 5,6$  %) au dépens des protéines ( $11,4 \pm 2$  %). Le rapport moyen entre protéines animales et végétales (PA/PV) était de  $1,05 \pm 0,6$ . En ce qui concerne les micronutriments, on a noté une carence d'apport en Calcium ( $791,1 \pm 254,6$  mg/j).

## Conclusion

L'alimentation des enfants et adolescents obèses est déséquilibrée avec des excès et des carences qui peuvent altérer la croissance de l'enfant et entraîner des effets dévastateurs à l'âge adulte. Ainsi, un dépistage précoce des erreurs diététiques s'impose et une éducation nutritionnelle des parents et de l'enfant est impérative.