

Compte rendu d'ouvrage

Référence : DURRER, Dominique & SCHUTZ, Yves (2010). *Alimentation et surpoids à l'adolescence*. Chêne-Bourg : Editions Médecine et Hygiène.

Dans le cadre d'un projet de prévention primaire de l'obésité et des troubles du comportement alimentaire chez les adolescents, les deux auteurs¹ ont été amenés à rédiger l'ouvrage décrit ci-dessous à l'intention des enseignants.

L'ouvrage comprend une première partie qui expose des **notions fondamentales** comme l'IMC et le poids corporel, la composition du corps, le bilan énergétique, les effets de l'activité (ou de l'inactivité) physique, avant d'aborder les problèmes de nutrition proprement dits, en allant des habitudes alimentaires aux troubles du comportement alimentaire. L'ouvrage n'assène pas des notions théoriques, mais les explique clairement en amenant d'emblée des pistes de réflexion et en s'efforçant de répondre aux questions sous-jacentes du lecteur.

Ce dernier aspect est développé dans les **ateliers pratiques** qui constituent la deuxième partie de l'ouvrage. Ces ateliers, au nombre de 13, reprennent les diverses notions exposées dans la partie théorique. Pour faciliter leur présentation à des élèves, le texte en est repris en format *pdf* dans un CD collé en dernière page, CD qui peut donc servir de base à la production de documents imprimés.

En annexe, on découvre les réponses à certaines des questions formulées dans les ateliers, puis quatre questionnaires indépendants. Le premier détermine le risque de prendre du poids, le deuxième est consacré au dépistage des compulsions alimentaires, alors que le troisième porte sur la boulimie et le dernier sur l'anorexie mentale.

En dehors d'un usage direct pour promouvoir la santé et prévenir l'obésité à travers une activité spécifique, l'enseignant y trouvera l'occasion d'une réflexion personnelle et matière à répondre aux questions qui surgissent à l'improviste dans la vie d'une classe. (PF)

© 2011, SENS & L'auteur

¹ Dominique Durrer est médecin généraliste FMH ; elle s'occupe du sujet traité ici dans sa pratique depuis une quinzaine d'années. Yves Schütz enseigne à l'Université de Lausanne et mène des recherches dans le domaine de la nutrition, de l'obésité et de l'activité physique. 1