



MINISTÈRE
DU DIALOGUE SOCIAL

P O L Y N E S I E F R A N Ç A I S E

SERVICE DU PERSONNEL
ET DE LA FONCTION PUBLIQUE

CONCOURS INTERNE
DE REDACTEURS DE CATEGORIE B

EPREUVE N°2
Résumé de texte

Durée : 2h00 – Coefficient 2

Mercredi 11 août 2004
De 9h00 à 11h00

SUJET

Résumer en 180 mots le texte ci-après.
Une tolérance de plus ou moins 10% sera admise : tout
dépassement dans l'un ou l'autre sens sera pénalisé.
Le candidat indiquera à la fin de son devoir le nombre de mots
utilisés.

L'OBÉSITÉ, UNE MALADIE DE L'ABONDANCE

Il y a quelques milliards d'années, quand la Terre était recouverte d'eau et d'a peu près rien d'autre, la graisse n'était pas aussi mal vue que de nos jours. Certaines molécules, que l'on n'appelait pas encore lipides, adoptèrent une disposition en double couche, formant une sorte d'enveloppe capable de séparer l'extérieur de l'intérieur : la membrane cellulaire était née, et la vie avec elle. Depuis, l'évolution a produit toutes sortes d'agencements de cellules plus ou moins sophistiquées. L'une de ses créations récentes, le top model, passe aujourd'hui pour la forme de vie humaine la plus réussie. Les magazines féminins insistent rarement sur le fait que l'anatomie de Kate Moss ou de Stella Tennant, la nouvelle égérie de Chanel, est constituée d'eau et de lipides, donc de gras. Sans cette graisse que l'on stigmatise désormais, il n'y aurait ni top models ni lectrices de magazines pour les envier.

Quand nos ancêtres couraient la savane en quête d'une pitance rare et difficile à dénicher, personne ne se souciait des mauvaises graisses et des kilos en trop. La situation est désormais inversée : nous vivons dans une civilisation d'abondance, à l'abri de la disette, selon un mode de vie de plus en plus sédentaire. L'opprobre dont sont victimes les obèses n'en est que plus injuste. On les taxe de manquer de volonte. Or leur organisme ne fait que suivre – trop scrupuleusement – un programme qui fonctionnait sous la penurie : stockez, ça servira tôt ou tard.

De toutes les maladies de la civilisation moderne, l'obésité est sans doute l'une des plus méconnues. Pourtant, dans de nombreux pays développés, elle risque de peser de plus en plus lourd sur la santé publique.

Au-delà des différences entre pays, un nombre croissant d'individus ne parviennent plus à maintenir l'équilibre entre apport alimentaire et dépense énergétique. La vie serait-elle devenue « trop facile » pour nos organismes adaptés à des conditions plus dures ? Force est de constater que la biologie ne dispose encore que de réponses très fragmentaires. Pour les spécialistes, qui viennent de tenir à Paris leur 8^e Congrès international, le simple fait que l'obésité soit désormais un thème de recherche fondamentale constitue un énorme progrès !

Quel bénéfice apportent les découvertes scientifiques de ces dernières années ? À court terme, elles ne fournissent guère aux médecins de nouveaux moyens thérapeutiques : la découverte des premiers gènes liés à l'obésité ne permettra de traiter, dans un avenir proche, que quelques cas exceptionnels. Mais elle démontre aussi que le contrôle du poids dépend d'une physiologie complexe et non pas, selon le préjugé répandu, de la seule volonte individuelle. « L'obésité est une maladie de civilisation qui touche préférentiellement les individus ayant une prédisposition héréditaire à grossir, explique Philippe Froguel. C'est-à-dire que, sauf dans une infime minime de cas, ce n'est pas une anomalie génétique

qui à elle seule provoque l'excès de poids. Schematiquement, je dirais qu'il y a au maximum 5 % d'obésités purement génétiques. Sur les 95 % restants, on peut imaginer que la moitié est due à l'environnement et aux facteurs psychologiques, et l'autre moitié à l'action de l'environnement combinée à une vulnérabilité génétique. D'après les résultats récents, il semble que les gènes importants dans le contrôle du poids ne sont pas très nombreux. Il existe probablement un petit nombre de gènes universels qui jouent un rôle crucial pour déterminer la masse corporelle. » (...)

En attendant, que faire ? Maigrir, bien sûr ! Cette préoccupation obsède bon nombre de contemporains, même lorsqu'ils n'ont pas réellement de kilos en trop. Le culte de la minceur, célèbre par la mode et les magazines, a entraîné chez beaucoup de gens une perception déformée de leur apparence physique. Le docteur Jean-Philippe Zermati, spécialiste de la nutrition et du comportement alimentaire, analyse le phénomène dans son livre *La fin des régimes*. « Une enquête réalisée en 1991 dans vingt pays d'Europe auprès de 16 500 étudiants des deux sexes a révélé que 55 % de ceux dont le poids était normal (...) se trouvaient trop gros », note Jean-Philippe Zermati. En France, selon un sondage Sofres de 1990, 68 % des adultes (77 % de femmes et 58 % d'hommes) ont essayé au moins une fois de maigrir en faisant un régime. « Ce pourcentage est très supérieur aux 25 à 30 % de personnes présentant un surpoids et aux 8 % d'obèses présents dans notre pays, observe Jean-Philippe Zermati. Ce chiffre ahurissant doit plutôt être considéré comme le reflet du taux d'insatisfaction de l'image corporelle qui sévit parmi les Français. »

Bref, de nombreuses personnes luttent contre un excès de poids imaginaire, pur produit des préjugés culturels. Et ceux qui ont vraiment des kilos à perdre s'imposent de pénibles contraintes pour un résultat souvent décevant : les régimes variés qu'on leur propose ne marchent pas ! Plus exactement, ils marchent tous pendant un premier temps, si fatigués soient-ils, parce qu'ils font manger moins. Et ils échouent à terme, parce qu'en général on ne peut pas les suivre longtemps. Les données des centres de nutrition sont formelles : 85 % des patients maigrissent pendant les premiers mois, mais cinq ans plus tard, 90 % ont repris leur poids initial, voire davantage. (...)

Peut-on dépasser ce constat fataliste ? Sans doute, si l'on accepte une fois pour toutes que réguler son poids n'est pas seulement une affaire de contrôle volontaire. La société contemporaine accorde une valeur extrême à la maîtrise de l'individu sur lui-même, et d'abord sur son corps. « Le corps devient ainsi le moyen de dire aux autres que l'on possède l'une des valeurs cardinales de la société : la volonte », écrit Jean-Philippe Zermati. La minceur des top models exprime cette morale de la volonte, en même temps qu'elle constitue un miroir déformant. Or, si un nombre croissant d'entre nous ne savent plus régler leur appétit, ce n'est pas par faiblesse mais parce qu'ils ne perçoivent plus les signaux sensoriels de la faim et de la satiété. De nombreuses expériences ont prouvé que les enfants savent spontanément ajuster leur apport alimentaire. Reprendre les sensations physiologiques de base au lieu de moraliser les kilos en trop, c'est sans doute la première condition pour s'adapter aux inconvenients paradoxaux de l'abondance moderne.