



UNIL | Université de Lausanne

Faculté de biologie
et de médecine

Ecole Doctorale

Soutenance de thèse

Monsieur Amar ARHAB

Titulaire d'un "Master" en Sciences du Mouvement et du Sport
des Universités de Genève et Lausanne

Soutiendra en vue de l'obtention du grade de

Doctorat ès sciences de la vie (PhD)

de l'Université de Lausanne

sa thèse intitulée :

**Physical activity and adiposity in preschool children
(Swiss Preschoolers' Health Study – SPLASHY)**

Directrice de thèse :

Madame la Professeure Jardena J. PUDER

Cette soutenance aura lieu le

lundi 11 décembre 2017 à 16h00

à l'Auditoire Charlotte Olivier,
Bâtiment CHUV (BH08), Rue du Bugnon 44, 1011 Lausanne.

L'entrée est publique

Prof. Niko GELDNER
Directeur de l'Ecole Doctorale

27.11.2017

Activité physique et obésité chez les enfants préscolaires

Amar Arhab (Département de médecine)

La prévalence du surpoids et de l'obésité chez les enfants a augmenté considérablement au cours des dernières années. La Suisse n'échappe pas à cette tendance. Selon les dernières données de Promotion Santé Suisse, 17% des enfants et adolescents Suisses sont en surpoids ou obèses. Parallèlement, le niveau d'activité physique (AP) des enfants a diminué et les comportements sédentaires ont augmenté. Les objectifs de ce travail sont 1) de mieux comprendre l'influence de l'AP et de la sédentarité sur le développement de l'obésité et 2) de comprendre comment l'environnement de la crèche influence le comportement et le poids des enfants d'âge préscolaire.

Cette recherche fait partie d'une enquête nationale sur la santé des enfants « Swiss Preschoolers' Health Study » (SPLASHY). Dans notre étude, la prévalence du surpoids et d'obésité est de 11%. Nous avons constaté que l'AP est positivement associée avec l'indice de masse corporelle (IMC) et le tour de taille (TT) chez les enfants de poids normal. Alors que l'AP intense est négativement associée à la graisse corporelle, mesurée avec des pinces, chez les enfants en surpoids et obèses. Ces résultats suggèrent que l'IMC et le TT sont probablement des marqueurs de masse-maigre chez les enfants préscolaires sains.

Nous avons aussi constaté que l'AP modérée-à-vigoureuse a un effet protecteur contre le développement de l'obésité. Aussi, l'activité sédentaire n'est pas associée au développement de l'obésité chez les enfants préscolaires. Finalement, l'obésité ne prédit pas l'AP ou la sédentarité.

Nous avons aussi relevé que les activités initiées par les enfants dans les crèches, rassembler les enfants de différents âges au sein du même groupe d'enfants et que la présence d'une charte pour la promotion de l'AP sont des éléments qui favorisent la participation aux AP dans la crèche et même à la maison. Aussi, la participation des parents aux projets d'AP de la crèche a un effet protecteur contre l'accumulation de graisse corporelle.

Finalement, encourager les enfants à participer à des AP au moins d'intensité modérée est probablement plus important que réduire les comportements sédentaires pour lutter contre l'obésité chez les enfants préscolaires sains.