



Mars 2026

Journée mondiale de l'obésité



■ Un enjeu de santé publique qui nous concerne tous

Le 4 mars a lieu la Journée mondiale de l'obésité. Cette date vise à sensibiliser chacun à une problématique de santé publique en constante progression : selon l'Organisation mondiale de la santé, plus d'un adulte sur huit dans le monde est aujourd'hui concerné par l'obésité. En France, près de 17 % des adultes et 10 % des enfants en souffrent. Au-delà des chiffres, il s'agit d'une maladie chronique, multifactorielle, aux conséquences multiples sur la qualité de vie, la santé et la cohésion sociale.

L'obésité accroît les risques de maladies cardiovasculaires, de diabète de type 2, de certains cancers, ainsi que de complications articulaires et respiratoires. Elle a également un impact sur la santé mentale, souvent renforcé par la stigmatisation ou l'isolement social que subissent les personnes concernées. C'est donc un sujet qui dépasse la seule sphère médicale : il implique nos modes de vie, nos environnements et nos politiques locales.

Les collectivités territoriales disposent d'un levier essentiel d'action. Par leurs choix d'aménagement, de restauration, de transport ou d'éducation, elles contribuent à créer des environnements favorables à la santé.

Voici quelques pistes d'action :

- Promouvoir l'activité physique : développement d'espaces publics accessibles, mobilités douces, équipements sportifs de proximité, actions de sensibilisation auprès des agents et des habitants.
- Agir sur l'alimentation : proposer des repas équilibrés en restauration collective, valoriser les circuits courts et les produits frais, soutenir les jardins partagés et les initiatives locales autour du "manger sain".
- Développer la prévention au travail : intégrer la promotion de la santé et des comportements favorables (équilibre alimentaire, lutte contre la sédentarité) dans les démarches de qualité de vie et des conditions de travail (QVCT).
- Renforcer l'éducation à la santé : sensibiliser les enfants et les familles via les établissements scolaires, les centres sociaux ou les services jeunesse.

Cette Journée mondiale est l'occasion de rappeler que la lutte contre l'obésité ne se joue pas seulement le 4 mars, mais au quotidien, à travers des politiques locales cohérentes, solidaires et durables. Ensemble, faisons de la prévention un pilier de notre action publique.