

Régulation de la prise alimentaire par l'activité physique : influence du sexe et de l'obésité

Financement :

70 820 euros

Durée du projet :

24 mois

L'effet anorexigène d'une activité physique d'intensité élevée a été observé chez l'adolescent obèse. Les résultats de ce travail qui étudie, en fonction du sexe, le devenir de cet effet après un programme d'activité physique de trois mois, pourraient aboutir à des recommandations de prise en charge de l'obésité des jeunes.

Lorsqu'ils ne sont pas contrôlés, les jeunes souffrant d'obésité peuvent ingérer plus de 3000 kilocalories par jour, soit environ 1000 de plus que nécessaire. Si l'activité physique est prescrite pour augmenter l'énergie quotidienne dépensée, elle peut également entraîner une diminution des apports alimentaires. Cet effet anorexigène a été observé pour une activité physique d'intensité élevée chez l'adolescent obèse, mais très peu d'études ont comparé cet effet en fonction du sexe. Certains résultats semblent indiquer que les filles compenseraient davantage la dépense d'énergie engendrée par l'activité physique que les garçons.

Le projet « RegulAP », initié par l'Université Blaise Pascal de Clermont-Ferrand, vise à étudier l'effet bénéfique de l'exercice physique sur la prise alimentaire de trente adolescents obèses, filles et garçons, ainsi que sa pérennisation, voire son amélioration, par un programme d'activité physique de trois mois sans restriction énergétique.

Deux séquences de quantification de la prise alimentaire et de la sensation de faim, au repos et après un exercice physique intense, seront menées, avant et après le programme. Celui-ci se déroulera en partie à domicile, en utilisant un logiciel d'activité physique interactif, avec une séance encadrée par semaine. L'approche clinique se veut pluridisciplinaire puisque l'impact des profils biologique, comportemental, social et nutritionnel de chaque individu, établis préalablement au programme, sera pris en considération.

Si l'effet anorexigène de l'exercice favorisant un bilan énergétique négatif s'avérait maintenu voire augmenté par le programme d'activité physique, ce projet ouvrirait des perspectives de prise en charge de l'obésité des jeunes, sans nécessité d'avoir recours à des régimes alimentaires drastiques. Cette prise en charge pourrait être différenciée en fonction du sexe, selon les résultats.

Porteur et partenaires principaux :

Projet coordonné par le Laboratoire des adaptations métaboliques à l'exercice en conditions physiologiques et pathologiques (Université Blaise Pascal, Clermont-Ferrand) en partenariat avec le Centre de recherche clinique chez l'enfant, le Service de médecine du sport et des explorations fonctionnelles du CHU de Clermont-Ferrand et la société Biomouv.