

Autorégulation, sensibilité au plaisir et capacité d'inhibition : ces facteurs interagissent-ils pour déterminer le risque d'obésité chez l'enfant ?

Financement :

50 784 euros

Durée du projet :

24 mois

Ce projet vise à préciser les déterminants psychologiques de l'obésité infantile, et en particulier l'influence des mécanismes du plaisir alimentaire. L'objectif est de construire un modèle validé et d'identifier d'éventuels facteurs de risque de surpoids chez l'enfant en lien avec le plaisir à manger, la capacité d'inhibition et les pratiques éducatives.

Les liens entre plaisir alimentaire et capacité d'autorégulation ont été étudiés chez l'adulte en surpoids et de poids normal. Les personnes en surpoids voient leur système de récompense davantage activé par l'aspect ou l'odeur d'un aliment que les personnes de poids normal. Il en découle une forte intensification de leur désir de manger cet aliment. Parallèlement, dans la mesure où ces personnes semblent éprouver plus de difficulté à ressentir la sensation de plaisir en mangeant, elles seraient poussées à manger davantage pour atteindre un niveau de plaisir satisfaisant.

Peu d'études comparables ont été menées chez l'enfant. On sait cependant que la capacité d'autorégulation est opérante de manière innée chez le nourrisson : les sensations de faim et de satiété sont finement régulées, *a priori* de telle sorte que ses apports correspondent à ses besoins. Elle tend cependant à se dégrader avec l'âge, engendrant ainsi un risque de surpoids.

Deux facteurs d'ordre psychologique pourraient contribuer à expliquer la détérioration de la capacité d'autorégulation,

qui pousse certains enfants à consommer des aliments au-delà de leurs besoins :

- 1/ une sensibilité particulière au plaisir alimentaire ;
- 2/ une mauvaise capacité à auto-inhiber leur envie de manger.

Ce projet a pour objectif d'étudier les interactions entre ces différents facteurs au sein d'une population d'enfants de 6 à 10 ans, et de proposer un modèle contribuant à expliquer le risque d'obésité/surpoids chez l'enfant dans lequel le plaisir alimentaire aurait un rôle central. Les pratiques éducatives, notamment l'influence de l'interdiction parentale sur la capacité d'inhibition, seront analysées.

Une phase par questionnaires sera d'abord réalisée auprès de 250 enfants, suivie d'une phase d'expérimentation dans un contexte contrôlé (centre de vacances) sur 60 enfants. Le modèle proposé sera par ailleurs soumis à une analyse structurale visant à tester sa validité.

Les résultats de ce projet pourraient permettre de mieux orienter les campagnes de prévention de l'obésité chez l'enfant.

Porteur et partenaires principaux :

Projet coordonné par le Laboratoire de psychologie de l'Université Paris Ouest en partenariat avec le Centre des sciences du goût et de l'alimentation CSGA et AgroParisTech.