05

Thérapie de l'obésité chez les enfants et chez les adolescents de Côte d'Ivoire par approche éducative : le coaching

Obesity therapy in children and teenagers of Côte d'Ivoire using an educational approach: coaching

Auteurs : Assi Kaudjhis KRH[1], Kouassi KF[2], Kouassi ES[1], Meless GD.[1], Anin Al[3], Tiahou GG[4]

1. Institut National de Santé Publique (INSP) d'Abidjan
2. Institut des Sciences Anthropologiques de développement (ISAD)/Université FHB Abidjan
3. Université Nangui Abrogoua/Nutrition et Sécurité Alimentaire
4. Université Alassane Ouattara (UAO)

Auteur correspondant : kouassikaudjhis@gmail.com

Résumé

Introduction
L'OMS recommande une approche éducative dans le traitement de l'obésité des enfants et adolescents. Notre objectif a été de mesurer l'impact d'un programme de coaching pour le traitement de l'obésité des enfants et adolescents.

Méthodes
Il s'agissait d'une étude épidémiologique analytique de type cohorte prospective réalisée de janvier 2022 à décembre 2024 avec des enfants et adolescents de 6 à 17 ans. Ils ont été soumis à 6 séances de coaching.

Résultats
En fin de programme, l'état nutritionnel des participants s'est amélioré d'environ 29 points et une normalisation pondérale de 5,4% chez des participants (P<0,001).

Conclusion
Le coaching a permis une meilleure gestion pondérale chez les enfants et adolescents de l'étude.

Message-clé de santé publique
Le traitement efficace de l'obésité chez les enfants et adolescents s'appuie sur une approche éducative.

Mots-clés
Obésité, Coaching, Enfants et adolescents.

Abstract

Introduction
WHO recommends an educational approach in the treatment of childhood and teenagers obesity. This study aims to measure the impact of a coaching program for the treatment of childhood and teenagers obesity.

Methods
This was a prospective cohort-type analytical epidemiological study conducted from January 2022 to December 2024 with children and teenagers aged 6 to 17 years. They underwent 6 coaching sessions.

Results
At the end of the program, the participants' nutritional status improved by approximately 29 points and a weight normalization of 5.4% among participants (P<0.001).

Conclusion
Coaching led to better weight management among the children and teenagers in the study.

Key public health message
Effective treatment of obesity in children and adolescents relies on an educational approach.

Keywords
Obesity, Coaching, Children and teenager.

Introduction

La prévalence de l'obésité a augmenté à un rythme alarmant au cours des dernières décennies notamment chez l'enfant et chez l'adolescent, devenant ainsi l'un des plus grands défis pour la santé publique [1, 2]. La proportion d'enfants de 5 à 19 ans obèses est passée de 10,3 % en 2000 à environ 18,4 % en 2016 [3]. A ce jour, la Haute Autorité Française de Santé recommande une approche éducative incluant un traitement diététique et la pratique d'activités physiques mais également un accompagnement psychologique approprié [4].

En effet, l'obésité étant une maladie chronique multifactorielle, l'approche éducative prend toute sa place dans l'accompagnement du patient en vue de l'aider à mettre en place les Modifications Thérapeutiques du Mode de Vie qui contribueront à contrôler la courbe pondérale et à prévenir la survenue de complications [5].

L'objectif de cette étude était de mesurer l'impact d'un programme d'approche éducative de type coaching dans le traitement de l'obésité des enfants et adolescents.

Méthodes

Il s'est agi d'une étude épidémiologique analytique de cohorte prospective qui a démarré le 12 octobre 2021 avec le recrutement des participants.

Après une sensibilisation communautaire et l'obtention du consentement éclairé de chaque participant et de son tuteur légal, le 3 janvier 2022 (T0) a débuté le programme de coaching avec 136 participants pour s'achever le 27 Décembre 2024 (T1) avec 112 participants. Tous les enfants et adolescents diagnostiqués obèses après une consultation au service de nutrition de l'institut national de santé publique au moins 3 mois avant le début de l'étude ont été inclus. Ils ont été intégrés à un programme de coaching à trois dimensions. Le premier portait sur l'élaboration d'un régime alimentaire individuel hypocalorique soutenue par des séances d'éducation nutritionnelle avec leurs parents pour accroître les connaissances et les compétences pour adopter une alimentation saine et équilibrée. Dans le deuxième, l'activité physique sportive motivationnelle en groupe a été évaluée avec l'outil d'accompagnement des recommandations de bonne pratique proposé par la Haute Autorité de Santé française [4]. Enfin le troisième a porté sur le volet psychologique et a consisté à des partages d'expérience et des séances de psychothérapie individuelle au besoin. La qualité de vie a été évaluée grâce au questionnaire PedsQL 4.0 [6].

Au total, 6 séances de coaching trimestrielles ont été réalisées sur la période de l'étude.

Chez les participants, l'écart de poids entre T0 et T1 a été calculé en pourcentage permettant de déterminer une perte ou un gain pondéral. Les informations collectées ont été traitées et analysées avec Microsoft Excel 2013 et le logiciel SPSS (version 23) Les variables quantitatives ont été exprimées en moyenne (+/- écart-type) et les variables qualitatives en effectifs et fréquences. La recherche des facteurs associés a été faite par le test de Fisher pour les effectifs théoriques inférieurs à 5 et de Khi 2 de Pearson pour les effectifs théoriques supérieurs à 5, au seuil de significativité de 0,05.

Résultats

Caractéristiques sociodémographiques de la population

On notait sur un total de 112 participants une prédominance féminine avec un sex ratio de 0,69. L'âge moyen était de 11,6 (± 3,08) ans avec des extrêmes allant de 6 à 17 ans. La cohorte comportait 46% d'enfants et 56% d'adolescents. Enfin 35,7% ont participé à 5-6 séances (Tableau I).

Tableau I: Caractéristiques sociodémographiques des enfants et adolescents inclus dans l'étude, 2024 (N=112)

Caractéristiques		Effectif	%
Catégorie	Enfant	52	46
	Adolescent	60	54
Sexe	Féminin	66	58,9
	Masculin	46	41,1
Niveau scolaire	Primaire	45	40,2
	Secondaire	67	59,8
Nombre de séances de coaching	1-2	35	31,2
	3-4	37	33,1
	5-6	40	35,7

Effet du programme de coaching sur l'état nutritionnel des enfants et adolescents

À la fin du programme, l'état nutritionnel des participants s'est amélioré avec une baisse de l'obésité d'environ 29 points et la normalisation pondérale est de 5,4% (P <0,001) (Tableau II).

Tableau II : Comparaison des proportions selon l'état nutritionnel initial et final des enfants et adolescents, 2024 (N=112)

	État nutritionnel initial		État nutritionnel final	
	n	%	n	%
Poids normal	0	0,0	6	5,4
Surpoids	0	0,0	29	25,9
Obésité	112	100	77	68,7
Total	112	100	112	100
p-value	<0,001			

Une perte pondérale a été observée chez plus de la moitié des participants. Cette perte était comprise entre 0 et 10% chez la majorité d'entre eux et plus perceptible chez ceux qui ont participé à au moins 5 séances, par ailleurs, elle n'était pas liée au nombre de séances de coaching suivi par les participants (p-value =0,066) (Tableau III).

Tableau III : Variation pondérale en fin de programme selon le nombre de séances effectuées par les enfants et adolescents, 2024 (N=112)

Variation pondérale	Perte de]0-10%[		Perte de [10-15%]		Aucune		Gain de]0-10%]		Total	
Nombre de séances	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1-2	8	7,1	0	0,0	0	0	27	24,1	35	31,2
3-4	17	15,2	1	0,8	2	1,8	17	15,2	37	33,0
5-6	26	23,2	7	6,4	4	3,5	3	2,7	40	35,8
Total	51	45,5	8	7,2	6	5,3	47	42,0	112	100
p-value	0,066									

Discussion

Il ressort de cette étude que plus de la moitié des enfants et des adolescents avait une observance dans le programme de suivi de l'obésité avec au moins 4 séances de participation. La proportion de sujets obèses en début de programme qui était de plus 98% a baissé d'environ 29 points avec une normalisation pondérale chez 5,4% des participants. Cette différence statistiquement significative confirme un effet positif du programme de coaching sur l'état nutritionnel des participants. Nos résultats viennent confirmer l'étude du National Weight Control Registry américain [7] dans le choix combiné de ces trois dimensions à savoir la diététique, l'activité physique et la psychologie dans la prise en charge de l'obésité.

Conclusion

Le programme de coaching combinant la diététique, la psychologie et l'activité physique a eu un effet positif sur la perte pondérale chez les enfants et adolescents.

Références

1- Inserm. Obésité : Dépistage et prévention chez l'enfant. Rapport. Paris : Les éditions Inserm, 2000, XVIII- 325 p. - (Expertise collective). - http://hdl.handle.net/10608/187

2- OMS. Obésité et surpoids https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight. Consulté en juillet 2024

3- UNICEF. La Situation des enfants dans le monde. Enfants, nourriture et nutrition : Bien grandir dans un monde en mutation. UNICEF, octobre 2019, New York. https://www.unicef.org/congo/rapports/la-situation-des-enfants-dans-le-monde-2019. Consulté en novembre 2023

4- HAS. Surpoids et obésité de l'enfant et de l'adolescent (actualisation des recommandations 2003). Argumentaire scientifique. 2011 : 219p

5- Ziegler O, Bertin E, Jouret B, et *al.* Éducation thérapeutique et parcours de soins de la personne obèse. Obésité 2014, 9(4), 302-328.

6- Varni JW, Burwinkle TM, Seid M, et *al*. The PedsQL 4.0 as a Pediatric Population Health Measure: Feasibility, Reliability, and Validity. Ambulatory Pediatrics, 2003, 3(6), 329-341.

7- Ogden CL, Caroll MD, Kit BK et *al*. Prevalence of obesity in the Unites States, 2009-2010. NCHS data brief. 2012, Jan; (82), 1-8.