

[ACCUEIL](#) | [ALIMENTATION](#) | [LE SUCRE SOUS TOUTES SES FACETTES](#)

L'amour pour lutter contre l'obésité

PUBLIÉ LE VENDREDI 18 MARS 2016 À 13 H 49 | Mis à jour le 19 mars 2016 à 5 h 14



Le jeune Mathieu avec la pédiatre Julie St-Pierre PHOTO : ICI RADIO-CANADA.CA

À l'heure où un enfant sur trois au Canada souffre d'embonpoint ou d'obésité, la pédiatre Julie St-Pierre tente une approche novatrice pour contrer cette maladie chronique dans sa clinique de l'arrondissement de Chicoutimi, à Saguenay.

Un texte d'**Éric Le Reste** ✉ à *Second Regard*

La Clinique 180 accompagne des jeunes et leur famille dans un traitement qui s'étale sur de nombreuses années, aussi longtemps que le patient en a besoin.

Nutritionnistes, infirmières et pédiatres joignent leurs efforts pour éduquer et encadrer les familles. Et ce, afin qu'elles puissent aborder des questions qui dépassent le simple fait de « manger mieux et de bouger plus » - la recette miracle souvent proposée par défaut.

Pour Julie St-Pierre, il est important de réapprendre à aimer ses enfants, à développer l'estime de soi et à se féliciter des petites victoires quotidiennes. Des étapes qui peuvent paraître simples, mais qui ont permis à de nombreuses familles de retrouver un environnement propice à la guérison.

« La première chose à faire est de déculpabiliser la famille qui est devant nous et de l'éduquer. »

— Julie St-Pierre, pédiatre

Une famille : un combat de tous les jours

Julie Morin et son conjoint Sébastien Fortier suivent les conseils de Julie St-Pierre depuis trois ans.

Au départ, la thérapie visait davantage leur fils Mathieu, 10 ans, dont les problèmes d'embonpoint avaient des répercussions inquiétantes sur sa santé. À cela se sont ajoutées l'intimidation à l'école et la perte d'estime de soi et de confiance en soi, des symptômes souvent associés à l'obésité.

« Mathieu était entouré d'autres enfants dans la cour d'école et il se faisait taper dessus. Ils étaient tous sur lui et lui faisaient mal. C'est sûr que mon cœur de mère a pris le dessus. »

— Julie Morin

Mais très vite, les problèmes de poids et le diabète de Julie Morin ont imposé un effort de groupe. La famille entière, y compris leur fils Alec de 7 ans, participe maintenant au traitement.

« Le diabète peut enlever 10 ou 15 ans de vie à Julie. On veut les voir, nos petits-enfants; elle aussi, elle veut les voir », indique Sébastien Fortier.

Le couple, qui habite dans l'arrondissement de Chicoutimi, accompagne leurs fils dans une routine nécessaire, devenue partie intégrante de la thérapie familiale : épicerie en famille, cuisine en famille et repas en famille.

Avec un taux de succès de 80 % à la Clinique 180, Julie St-Pierre pense que ce modèle devrait être offert à une plus grande échelle.

Un grand travail de sensibilisation auprès des médecins reste aussi à faire, selon elle, pour que l'obésité soit reconnue comme une maladie. Et dont la cure passe également par une redéfinition des valeurs au sein de la société, des familles et des individus qui en sont atteints.



Le reportage d'Éric Le Reste sera diffusé à *Second regard* le dimanche 20 mars, à 13 h 30, à ICI Radio-Canada Télé.

