

Clinique 180, à Chicoutimi: une initiative qui ne demande qu'à faire des petits

le 26 septembre 2014 pour [L'actualité médicale](#)



Cliquer sur l'image pour l'agrandir

Julie St-Pierre, pédiatre à Chicoutimi, est aussi une lipidologue réputée à l'échelle internationale. Une double casquette qui l'a conduite à se pencher sur la problématique du surpoids des enfants, puis à mettre sur pied, dans la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean, la première clinique au Québec consacrée à l'obésité et à la prévention des maladies cardiovasculaires.

Cette maladie, reconnue comme telle depuis seulement 2013*, touche de 15 % à 30 % des enfants au Québec, selon que l'on parle d'embonpoint ou d'obésité. « Il y a au-delà de 40 complications métaboliques, lipidiques, orthopédiques et même psychologiques reconnues qui touchent différents systèmes du corps humain et sont imperceptibles pendant de nombreuses années, mais qui sont très présentes et bien démontrées à partir du moment où les gens souffrent d'obésité », explique le médecin pour qui il était plus que temps d'entériner ce changement de paradigme.

D'autant que les dernières études montrent que même les gens qui se prétendent en très bonne santé malgré leur problème de poids ont des artères affectées et sont donc plus à risque d'accidents cardiovasculaires ou vasculaires cérébraux.

Mais, maladie ou facteur de risque, une chose est sûre, sans une approche populationnelle et sociétale,

impossible de s'y attaquer de façon efficace. « On a 30 ans d'histoire scientifique qui prouve que le régime alimentaire et l'exercice, seuls ou combinés, ne sont pas efficaces à long terme », souligne-t-elle. De fait, dès que les patients ralentissent leurs efforts, le poids remonte : « Le problème revient et, bien souvent, il est pire qu'il ne l'était à la base. »

Miser sur l'éducation aux familles

Pour apporter une réponse efficace à l'obésité, l'important n'est pas tant de « se focaliser sur le poids, mais plutôt de mettre davantage l'accent sur les saines habitudes de vie ». La Dre St-Pierre table donc sur l'éducation aux familles et sur le suivi d'une équipe multidisciplinaire.



Mélanie St-Pierre (de la firme d'ingénierie Cegertec WorleyParsons), Myriam Boucher, collaboratrice et kinésiologue (Rémix Santé), la Dre Julie St-Pierre, son fils, Pierre-Antoine Larochelle, et Sylvain Boily (de Cegertec WorleyParsons).

L'obésité est corrélée de façon très significative avec le statut socio-économique. Il faut outiller et éduquer les familles qui ne savent pas, par exemple, que donner quatre boîtes de jus (même de jus de fruits pur à 100 %) par jour à un enfant revient à lui verser dans la bouche 80 à 120 grammes de sucre.

Il faut en effet prendre le temps de leur expliquer ce qui nuit à la santé de leur enfant, et comment y remédier. En leur permettant de rencontrer une nutritionniste, une psychologue et une infirmière qui définira, entre autres, leur arbre génétique, on leur offre une meilleure compréhension de l'impact de l'alimentation sur l'obésité. « On leur fait aussi rencontrer des kinésiologues parce que les personnes les plus touchées sont celles qui sont le plus défavorisées, qui n'iront pas s'abonner à un gymnase pour faire de l'exercice. Nous devons constamment nous adapter à leur réalité quotidienne et les revoir plus souvent », dit le médecin.

Cette prise en charge serrée et le soutien qu'obtiennent les médecins des autres professionnels de la santé donnent des résultats impressionnants, avec des taux de succès de 80 % après un an de suivi et un mode de vie clairement plus sain durant les années subséquentes. Cela fait seulement trois ans et demi que la clinique est ouverte, alors, bien sûr, il faudra évaluer l'impact à plus long terme, mais pour le moment, la Dre St-Pierre préfère investir dans le salaire d'une nutritionniste.

L'approche populationnelle sur laquelle mise ce médecin a aussi un volet sociétal. Il s'agit, par exemple, d'impliquer la municipalité dans l'accès à des pistes cyclables, le milieu scolaire ou les garderies afin de sensibiliser les jeunes, sans oublier le milieu d'affaires avec lequel il est primordial de mettre en place des

partenariats. « C'est ce que nous avons commencé à faire au Saguenay-Lac-Saint-Jean. Non seulement nous avons créé une clinique qui traite des enfants atteints d'obésité ou de ses complications, mais nous sommes aussi allés chercher le milieu d'affaires pour nous aider à sensibiliser les gens à moins consommer de sucres », indique-t-elle.

C'est qu'au Québec il faut aussi compter avec la génétique qui joue en défaveur de la population en raison du taux d'hypercholestérolémie familiale élevé. Les médecins québécois doivent donc apprendre à identifier et à prendre en charge ce facteur de risque particulier qui, combiné à l'obésité, rend la population plus à risque de développer certaines complications cardiovasculaires.

Faire appel aux gens d'affaires pour financer la prévention

La Dre St-Pierre ne comprend donc pas pourquoi il y a si peu de ressources dans le réseau de la santé, étant donné l'ampleur du problème. « L'asthme et les allergies touchent 8 % de la population et il n'y a pas un centre universitaire ou un milieu médical respectable qui n'ait pas une clinique d'asthme. » La clinique 180 de Chicoutimi est en revanche la seule dans son genre. « Et je n'ai qu'une demi-journée par semaine de professionnels de santé alloués pour me soutenir dans mon rôle auprès de cette clientèle. C'est très peu et presque inacceptable », se désole-t-elle. Elle ajoute : « La prévention est l'enfant pauvre de la médecine, par conséquent, on doit trouver des façons d'obtenir du financement autrement. » Elle a ainsi mis en place, avec la collaboration du Dr Paul Poirier, cardiologue à l'Hôpital Laval de Québec, et plusieurs personnalités d'affaires, le Réseau d'action en santé cardiovasculaire, organisme qui fait appel à l'expertise d'administrateurs de grandes entreprises afin de trouver de nouvelles solutions pour répondre à la problématique de l'obésité. Ce réseau, qui permet la rencontre de spécialistes de la santé et de gens d'affaires, est destiné à trouver du financement et des ressources pour « soutenir les médecins qui voudront s'impliquer dans la prévention avec cette approche populationnelle, basée sur l'éducation ».

Pour répondre aux besoins de la région, il faudrait que la clinique 180 soit ouverte cinq jours par semaine, ce qui demanderait des centaines de milliers de dollars. Un objectif qui pourrait se concrétiser plus vite que ne le pensait la Dre Saint-Pierre. Cet été, la division régionale des clubs Kiwanis – organisme international qui s'est donné pour mission d'améliorer la santé et le bien-être des enfants – a choisi la clinique comme bénéficiaire des fonds récoltés lors de la deuxième édition de la Grande randonnée Kiwanis (voir photo). Une course qui donne de la visibilité à la clinique et a aussi permis d'amasser 18 000 \$.

* Le 18 juin 2013, à la suite d'un vote officiel de l'American Medical Association (AMA).
