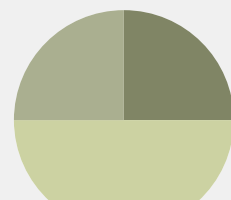


Actualités OFS



14 Santé

Neuchâtel, novembre 2024

Enquête suisse sur la santé 2022 Surpoids et obésité

En 2022, 31% des personnes de 15 ans ou plus vivant en Suisse étaient en surpoids et 12% étaient obèses. Le surpoids et l'obésité peuvent favoriser l'apparition de maladies chroniques, provoquer des troubles physiques et détériorer la qualité de vie des personnes atteintes. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) reconnaît l'obésité comme une maladie chronique complexe. Critère essentiel en la matière, le poids corporel est notamment influencé par le sexe, l'âge et le niveau de formation.

L'OMS utilise l'indice de masse corporelle (IMC) pour définir le surpoids et l'obésité (voir définition). Forme sévère de surpoids, l'obésité survient lorsque l'indice de masse corporelle équivaut à 30 ou plus.

Depuis l'an 2000, OMS reconnaît l'obésité comme étant une maladie chronique complexe. Selon l'OMS, ce sont surtout un manque d'activité physique et une alimentation trop riche en calories qui sont à l'origine du surpoids¹.

L'obésité et le surpoids comptent parmi les principaux facteurs de risque des maladies cardiovasculaires, du diabète de type 2, des maladies de l'appareil locomoteur, des maladies respiratoires chroniques, des troubles du sommeil ainsi que de certains types de cancer. L'espérance de vie des personnes obèses est donc plus courte que celle des personnes de poids normal².

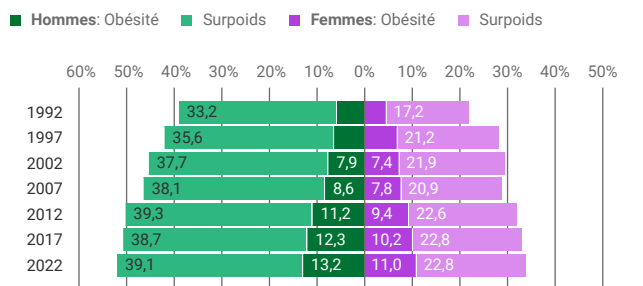
Évolution en trente ans

En 2022, 31% des personnes de 15 ans ou plus vivant en Suisse étaient en surpoids et 12% étaient obèses. La prévalence de l'obésité s'est accrue ces trente dernières années, grimpant de 5% en 1992 à 12% en 2022. Entre 1992 et 2012, la proportion de personnes en surpoids est passée de 25% à plus de 30%, mais elle est restée relativement stable depuis (G1).

Surpoids et obésité, de 1992 à 2022

G1

Population de 15 ans et plus vivant en ménage privé



État des données: 31.01.2024

Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

gr-f-14.02.05.02

© OFS 2024

Le taux d'adultes en surpoids ou obèses a augmenté dans la plupart des pays de l'OCDE depuis le début des années 2000³. Par rapport aux autres pays de l'OCDE, la Suisse présentait une faible proportion de personnes en surpoids ou obèses.

¹ OMS (2024). Principaux repères – Obésité et surpoids. www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight

² OMS (2022). WHO European Regional Obesity Report 2022

³ OCDE (2023). Panorama de la santé 2023. Les indicateurs de l'OCDE

Indice de masse corporelle (IMC)

L'indice de masse corporelle (IMC) met en rapport le poids d'une personne et sa taille:

$$\text{IMC} = (\text{poids en kg}) / (\text{taille en m})^2$$

L'OMS distingue quatre catégories d'IMC chez les adultes⁴:

| | |
|-------------------------------|---------------|
| Insuffisance pondérale | moins de 18,5 |
| Poids normal | 18,5 à 24,9 |
| Surpoids | 25 à 29,9 |
| Obésité | 30 et plus |



D'autres définitions s'appliquent aux jeunes (de moins de 18 ans). Afin de faciliter les comparaisons internationales, on utilise dans leur cas les valeurs spécifiques selon l'âge et le sexe de Cole (2000)⁵.

L'IMC ne donne qu'une estimation indirecte de la masse adipeuse. Au niveau individuel, le résultat peut donc induire en erreur, car l'IMC ne fait pas de différence entre masse grasseuse et masse musculaire.

Dans l'enquête suisse sur la santé (ESS), l'IMC est déterminé à partir des données déclarées par les personnes interrogées au sujet de leur taille et de leur poids.

Les informations sur la prévalence du surpoids et de l'obésité recueillies au moyen d'enquêtes débouchent en général sur des valeurs sous-estimées par rapport aux prévalences établies sur la base de mensurations effectives de la taille et du poids.

Nettes différences entre les sexes

Le surpoids et l'obésité n'affectent pas tous les groupes de population de la même manière. En 2022, un homme sur deux et une femme sur trois souffraient de surpoids ou d'obésité. Les hommes étaient plus souvent en surpoids que les femmes (39% contre 23%). L'obésité touchait les hommes et les femmes dans des proportions similaires (13% contre 11%).

Lorsque l'on prend en compte simultanément l'âge et le niveau de formation, de nettes différences subsistaient entre les sexes: les hommes couraient un risque d'obésité 1,4 fois plus grand que les femmes et un risque de surpoids 2,4 fois plus élevé.

Augmentation avec l'âge

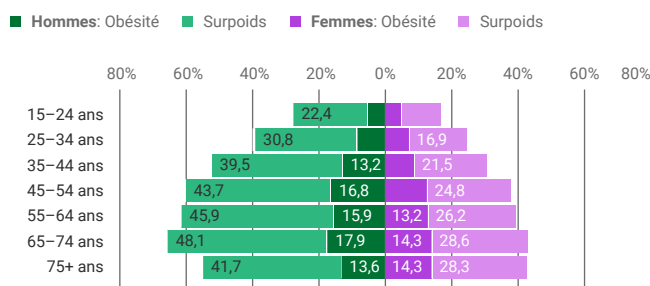
Avec l'âge, le surpoids et l'obésité gagnent en importance chez les femmes et chez les hommes.

En 2022, 17% des femmes âgées de 15 à 24 ans et 28% des hommes du même âge étaient en surpoids ou obèses (G2). Dans le groupe des 35 à 44 ans, plus de la moitié des hommes (53%) souffraient de surpoids ou d'obésité, contre 31% des femmes. Chez les 45 à 64 ans, les parts de personnes touchées par le surpoids et l'obésité augmentaient avec l'âge chez les deux sexes. C'est le groupe d'âge des 65 à 74 ans qui comprenait les proportions les plus élevées de personnes en surpoids ou obèses: 66% des hommes et 43% des femmes. À partir de 75 ans, les proportions de personnes en surpoids ou obèses diminuaient nettement chez les hommes (55%), mais restaient au même niveau que dans le groupe d'âge précédent chez les femmes (43%).

Surpoids et obésité, en 2022

G2

Population de 15 ans et plus vivant en ménage privé



État des données: 31.01.2024

Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

gr-f-14.02.05.01

© OFS 2023

Influence du niveau de formation

Les personnes sans formation postobligatoire souffraient davantage de surpoids et d'obésité en 2022 (G3).

Le gradient social s'est fait sentir davantage chez les femmes que chez les hommes: en tenant compte de l'âge, les hommes sans formation postobligatoire avaient respectivement 2,4 et 1,4 fois plus de risques d'être obèses ou en surpoids que les hommes ayant achevé une formation du degré tertiaire. Les femmes sans formation postobligatoire présentaient un risque 2,9 fois plus élevé d'être obèses et un risque 2,0 fois plus grand d'être en surpoids que les femmes titulaires d'un diplôme du degré tertiaire.

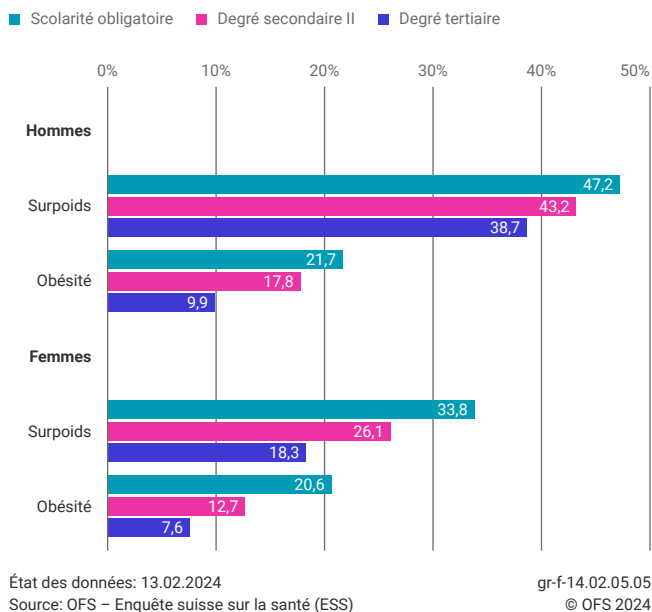
⁴ OMS (2022). WHO European Regional Obesity Report 2022

⁵ Cole T.J., Bellizzi M.C., Flegal K.M., Dietz W.H. (2000): Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: international survey

Surpoids et obésité selon le niveau de formation, en 2022

G3

Population de 25 ans et plus vivant en ménage privé



En 2022, les personnes de nationalité étrangère résidant en Suisse étaient plus souvent en surpoids ou obèses que les Suisses et les Suissesses (48% contre 41%). De même, les personnes issues de l'immigration étaient davantage touchées par le surpoids et l'obésité que les personnes non issues de l'immigration (46% contre 41%). Compte tenu du sexe, de l'âge et du niveau de formation, une formation n'allant pas au-delà de la scolarité obligatoire a représenté le facteur de risque le plus important pour souffrir de surpoids ou d'obésité, tant pour les personnes de nationalité étrangère que pour les personnes issues de l'immigration.

Régions linguistiques

En 2022, la région italophone de la Suisse comptait moins de personnes en surpoids ou obèses que la Suisse alémanique et la Suisse romande: la proportion de personnes souffrant d'obésité était plus faible en Suisse italienne (10%) qu'en Suisse alémanique (12%) et qu'en Suisse romande (12% également).

De même, les personnes en surpoids étaient légèrement moins nombreuses en Suisse italienne que dans les autres régions linguistiques: 29% en Suisse italienne contre 31% en Suisse alémanique et 30% en Suisse romande. Relevons que ces parts ne différaient pas significativement d'une région linguistique à l'autre.

Les 15 à 39 ans étaient moins nombreux à souffrir de surpoids ou d'obésité en Suisse italienne que les personnes du même âge en Suisse alémanique (26% contre 32%), cette proportion se situait à 29% en Suisse romande.

Compte tenu des spécificités de cette thématique, on suppose que les raisons à même d'expliquer la plus faible prévalence de l'obésité et du surpoids en Suisse italienne sont multiples.

Le comportement alimentaire différait par exemple selon les régions linguistiques: les personnes qui consommaient des boissons sucrées en une quantité supérieure⁶ aux recommandations ont été moins nombreuses en Suisse italienne qu'en Suisse alémanique (3% contre 8%, la Suisse romande affichant 5%). De même, les personnes habitant en Suisse italienne consommaient moins souvent des snacks sucrés ou salés⁷ que dans les autres régions linguistiques (32% contre 41% en Suisse alémanique et 40% en Suisse romande).

Santé auto-évaluée

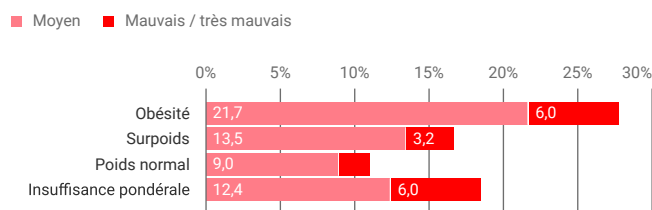
L'état de santé auto-évalué résulte de la perception qu'une personne a de sa propre santé compte tenu des maladies et des problèmes de santé auxquels elle est confrontée, ainsi que de l'appréciation de son propre bien-être général.

En 2022, les personnes obèses, mais aussi celles qui souffrent d'insuffisance pondérale, estimaient plus souvent que les personnes de poids normal que leur état de santé était mauvais ou très mauvais (6% contre 2%; G4). Les personnes souffrant d'obésité ont par ailleurs jugé plus souvent leur état de santé comme étant moyen que les personnes de poids normal (22% contre 9%).

État de santé auto-évalué selon l'IMC, en 2022

G4

Population de 15 ans et plus vivant en ménage privé



Le 100% des réponses s'obtient en ajoutant les catégories de réponses «très bon / bon».

État des données: 13.02.2024

Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

gr-f-14.02.05.06

© OFS 2024

⁶ Personnes qui consommaient deux verres ou plus de boissons sucrées par jour.

⁷ Personnes qui consommaient des snacks sucrés ou salés cinq à sept jours par semaine.

Risques accrus de maladies cardiovasculaires

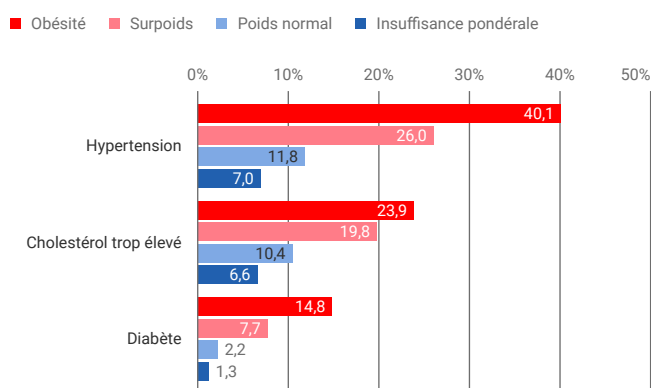
L'obésité et le surpoids comptent parmi les principaux facteurs de risque des maladies cardiovasculaires et du diabète de type 2.

En 2022, les personnes obèses souffraient plus souvent d'hypertension (40% contre 12%), d'un taux de cholestérol trop élevé (24% contre 10%) et de diabète (15% contre 2%) que les personnes de poids normal (G5).

Hypertension, taux de cholestérol trop élevé et diabète selon l'IMC, en 2022

G5

Population de 15 ans et plus vivant en ménage privé



État des données: 13.02.2024
Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

gr-f-14.02.05.07
© OFS 2024

En tenant compte de l'âge, du sexe et du niveau de formation, les personnes en surpoids avaient 2,1 fois et les personnes obèses 4,3 fois plus de risque de développer de l'hypertension que les personnes de poids normal. Le risque de diabète était également 2,7 fois plus élevé en cas de surpoids et 5,6 fois plus grand en cas d'obésité et celui de présenter un taux de cholestérol trop élevé était 1,5 fois plus grand en cas de surpoids et 1,9 fois plus grand en cas d'obésité.

Autres maladies associées potentielles

L'obésité et le surpoids peuvent favoriser l'apparition de certaines maladies chroniques.

En 2022, les personnes obèses couraient un risque 1,9 fois plus élevé que les personnes de poids normal de souffrir d'arthrose, cette observation tenant compte de l'âge, du sexe et du niveau de formation. Le risque de bronchite chronique, de BPCO⁸ ou d'emphysème s'accroissait également lorsqu'une personne était obèse (1,5 fois plus). Le risque d'être atteint d'asthme était 1,9 fois plus élevé chez les personnes obèses que chez les personnes de poids normal.

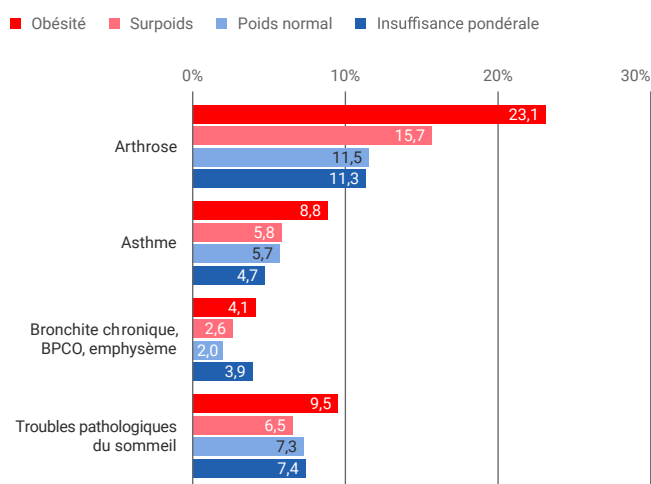
Les personnes obèses présentaient plus souvent des troubles pathologiques du sommeil que les personnes de poids normal (10% contre 7%; G6).

⁸ Bronchopneumopathie chronique obstructive

Maladies et problèmes de santé selon l'IMC, en 2022

G6

Population de 15 ans et plus vivant en ménage privé



État des données: 13.02.2024
Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

gr-f-14.02.05.08
© OFS 2024

Santé psychique

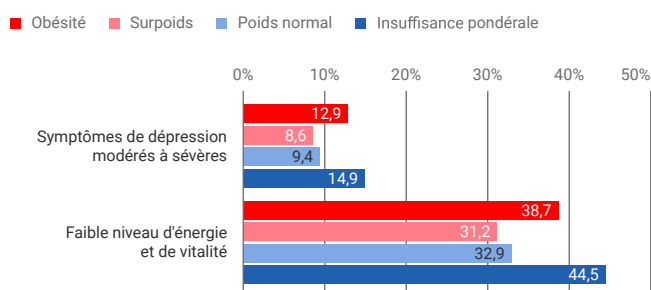
Les mécanismes biologiques et psychosociaux qui interviennent entre l'obésité et la dépression restent encore mal connus. Un consensus ressort néanmoins des études longitudinales consacrées à la population: l'obésité peut constituer à la fois un facteur de risque dans l'apparition de troubles dépressifs et une éventuelle maladie associée⁹.

Comparées aux personnes de poids normal, les personnes obèses souffraient, en 2022, plus souvent de symptômes modérés à sévères de dépression (13% contre 9%) et d'un faible niveau d'énergie et de vitalité (39% contre 33%; G7). Les personnes présentant une insuffisance pondérale étaient encore un peu plus souvent touchées par les mêmes problèmes psychiques que les personnes souffrant d'obésité.

Santé psychique selon l'IMC, en 2022

G7

Population de 15 ans et plus vivant en ménage privé



État des données: 13.02.2024
Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

gr-f-14.02.05.09
© OFS 2024

⁹ OMS (2022). WHO European Regional Obesity Report 2022

Les hommes obèses étaient un peu, mais pas significativement, plus nombreux que les hommes de poids normal à faire état d'une détresse psychologique moyenne à élevée (18% contre 15%). En cas de détresse psychologique élevée, aucune différence n'a été observée entre les femmes obèses et les femmes de poids normal (21% contre 20%).

De même, les personnes obèses ou en surpoids souffraient dans la même mesure que les personnes de poids normal de symptômes modérés à sévères de trouble d'anxiété généralisée (6%).

Limites méthodologiques

L'enquête suisse sur la santé étant une enquête transversale, elle ne renseigne pas sur l'orientation des corrélations observées.

Des études médicales montrent que l'obésité et le surpoids augmentent les risques de maladies cardiovasculaires. Quant aux autres maladies à risque mentionnées dans le présent rapport, il a également été scientifiquement prouvé qu'elles sont associées au surpoids et à l'obésité.

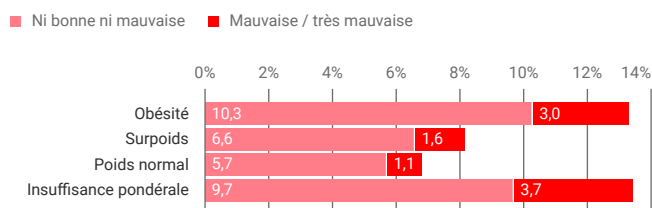
Les données de l'enquête suisse sur la santé ne permettent pas de déterminer le sens de la relation entre maladies psychiques et surpoids ou obésité. La corrélation peut être réciproque: autrement dit, l'obésité et le surpoids peuvent être à la fois la cause et la conséquence d'une maladie psychique. Voilà pourquoi nous avons renoncé à calculer les risques de maladies psychiques à partir de l'obésité et du surpoids.

Aspects psychosociaux

En 2022, les personnes souffrant d'obésité étaient plus nombreuses que les personnes de poids normal à juger leur qualité de vie mauvaise ou très mauvaise (3% contre 1%; G8). Parmi les personnes en insuffisance pondérale, 4% partageaient cet avis.

Estimation de la qualité de vie selon l'IMC, en 2022 G8

Population de 15 ans et plus vivant en ménage privé



Le 100% des réponses s'obtient en ajoutant les catégories de réponses «très bonne / bonne».

État des données: 13.02.2024
Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

gr-f-14.02.05.10
© OFS 2024

Durant la période de la vie où les gens exercent habituellement une activité professionnelle, les personnes de 15 à 64 ans souffrant d'obésité étaient plus nombreuses que les personnes de poids normal à ne recevoir qu'un faible soutien social (12% contre 7%). À partir de 65 ans, les proportions s'équilibrent entre les personnes obèses et les personnes de poids normal: à ce stade, la part de personnes se sentant faiblement soutenues sur le plan social était à peu près la même chez les personnes obèses que chez les personnes de poids normal.

De même, les personnes âgées de 15 à 64 ans souffrant d'obésité étaient plus nombreuses que les personnes de poids normal à se sentir très souvent ou assez souvent seules (9% contre 6%).

Dans le groupe des 65 ans ou plus, âge qui correspond à la retraite, les personnes obèses et celles de poids normal comprenaient des proportions équivalentes de personnes se sentant très souvent ou assez souvent seules (5%).

Activité physique

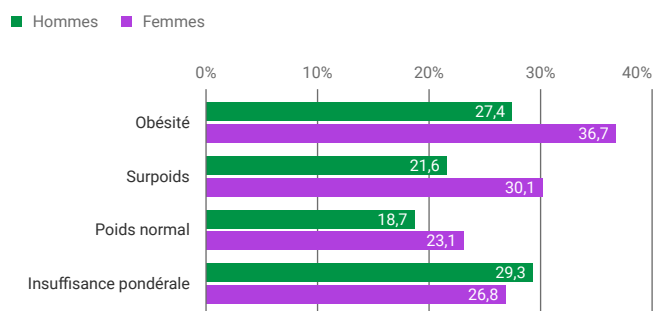
Selon les recommandations suisses en matière d'activité physique¹⁰, les adultes sont assez actifs physiquement s'ils consacrent, conformément aux recommandations de l'OMS, au moins 150 à 300 minutes par semaine à une activité physique d'intensité modérée ou au moins 75 à 150 minutes par semaine à une activité physique d'intensité élevée.

En 2022, les femmes obèses (37%) et les hommes obèses (27%) étaient plus nombreux à ne pas être assez actifs physiquement par rapport aux personnes de poids normal (23% de femmes et 19% d'hommes). Chez les personnes en surpoids, 30% des femmes et 22% des hommes ne pratiquaient pas une activité physique suffisante (G9). Contrairement à ce qui a été observé pour les femmes, aucune différence significative n'a été constatée pour les personnes insuffisamment actives physiquement entre surpoids et poids normal chez les hommes.

Activité physique selon l'IMC, en 2022

G9

Personnes insuffisamment actives physiquement.
Population de 15 ans et plus vivant en ménage privé



État des données: 13.02.2024
Source: OFS - Enquête suisse sur la santé (ESS)

gr-f-14.02.05.11
© OFS 2024

¹⁰ HEPA Suisse (2023). Recommandations en matière d'activité physique.
www.hepa.admin.ch/fr/recommandations-en-matiere-dactivite-physique

De grandes différences entre personnes obèses et celles de poids normal ont été observées chez les hommes âgés de 40 à 64 ans : 31% des obèses ne faisaient pas assez d'exercice contre 21% des hommes de poids normal.

Chez les femmes, les différences en matière d'activité physique entre personnes de poids normal et personnes obèses s'accroissent avec l'âge : dans le groupe des 65 ans ou plus, 45% des femmes obèses n'étaient pas assez actives physiquement, contre 25% de celles de poids normal.

Alimentation

Selon l'OMS, ce sont surtout un manque d'activité physique et une alimentation trop riche en calories qui sont à l'origine du surpoids. On ne peut pas considérer pour autant que le comportement alimentaire soit la seule cause d'obésité ou de surpoids. Un soutien thérapeutique spécifique au comportement alimentaire et le traitement des troubles alimentaires constituent des axes d'intervention envisageables dans les approches multimodales visant à traiter l'obésité ou le surpoids.

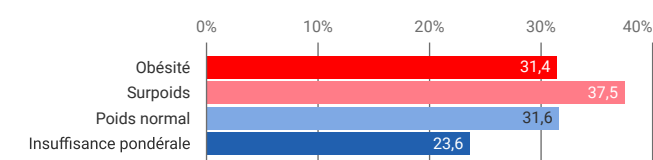
La Société suisse de nutrition (SSN) met à disposition des informations sur l'alimentation basées sur les recommandations nutritionnelles suisses émises par la Confédération¹¹. Elle recommande par exemple de consommer cinq portions de fruits et de légumes par jour. Or les personnes en surpoids ou obèses étaient moins nombreuses que les personnes de poids normal à appliquer cette recommandation (12% contre 18%).

La SSN recommande de consommer au maximum une portion (environ une poignée) de snacks sucrés ou salés ou une boisson sucrée jusqu'à 2,5 dl ou un verre standard d'une boisson alcoolique par jour. En 2022, les personnes en surpoids étaient plus nombreuses que les personnes de poids normal à ne pas respecter cette recommandation (38% contre 32%). Les personnes obèses respectaient ces recommandations dans la même mesure que les personnes de poids normal (G10).

Consommation de boissons sucrées, snacks et alcool selon l'IMC, en 2022

G10

Personnes qui consomment davantage que ce qui est recommandé.
Population de 15 ans et plus vivant en ménage privé



État des données: 13.02.2024

Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

gr-f-14.02.05.12

© OFS 2024

Source des données

Cette publication se base sur les données de l'enquête suisse sur la santé (ESS).

Celle-ci est réalisée tous les cinq ans depuis 1992 par l'Office fédéral de la statistique (OFS). S'inscrivant dans le programme de relevés du recensement de la population, l'ESS a été menée en 2022 pour la septième fois. Au total, 21 930 personnes de 15 ans ou plus vivant dans des ménages privés y ont pris part.

L'enquête consistait en un entretien téléphonique suivi d'un questionnaire écrit (en ligne ou sur papier).

L'enquête suisse sur la santé recueille des informations sur l'IMC depuis 1992.

¹¹ SSN (2024). Recommandations nutritionnelles suisses pour les adultes.
Version longue

Éditeur: Office fédéral de la statistique (OFS)
Renseignements: sgb@bfs.admin.ch, tél. +41 58 463 65 62
Rédaction: Brigitte Mueller, OFS
Série: Statistique de la Suisse
Domaine: 14 Santé
Langue du texte original: allemand
Traduction: Services linguistiques de l'OFS
Mise en page: Publishing et diffusion PUB, OFS
Graphiques: Publishing et diffusion PUB, OFS
En ligne: www.statistique.ch
Imprimés: www.statistique.ch
Office fédéral de la statistique, CH-2010 Neuchâtel,
order@bfs.admin.ch, tél. +41 58 463 60 60
Impression réalisée en Suisse
Copyright: OFS, Neuchâtel 2024
La reproduction est autorisée, sauf à des fins commerciales,
si la source est mentionnée.
Numéro OFS: 1492-2200

**Les informations publiées ici contribuent à mesurer
la réalisation des objectifs de développement durable (ODD).**



Système d'indicateurs MONET 2030

www.statistique.ch → Statistiques → Développement durable → Système d'indicateurs MONET 2030