

Communiqué de presse

Berne-Liebefeld, le 3 mai 2011

«Mon poids idéal?!»: conseils dans 527 pharmacies

Campagne de promotion de la santé de pharmaSuisse à partir du 16 mai 2011

Le surpoids et le manque d'exercice se répercutent négativement sur le bien-être et la santé de toutes les personnes, quel que soit leur âge. A partir du 16 mai 2011 et pendant au minimum un mois, plus de 500 pharmacies proposeront à la population d'analyser leur mode d'alimentation et leur niveau d'activité physique de façon rapide et pertinente. En outre, la Journée européenne contre l'obésité aura lieu le 21 mai 2011.

Notre niveau d'activité physique et nos habitudes alimentaires ont profondément changé au cours du dernier siècle: le tram et les voitures ont remplacé la marche à pied, et les plats à emporter ont remplacé la soupe quotidienne. Résultat: 37% de la population suisse et 15 à 20% des enfants et adolescents présentent une surcharge pondérale. Le surpoids et le manque d'activité physique sont la principale cause de maladies cardiovasculaires, de diabète, de problèmes articulaires et de cancers. Les douleurs apparaissent progressivement, et le bien-être général diminue petit à petit.

La campagne «Mon poids idéal?!», qui débute le 16 mai 2011 dans les pharmacies, permet aux clients d'analyser leur comportement en matière d'alimentation et d'activité physique avec le soutien d'un pharmacien. Des conseils personnalisés indiquent la façon de s'alimenter sainement et de satisfaire au besoin quotidien d'exercice. Il ne sert à rien de suivre des régimes stricts et de faire du sport jusqu'à l'épuisement: dans la majorité des cas, il suffit de s'alimenter sainement et pratiquer une activité physique pour maintenir son poids idéal! Les clients trouveront des conseils pratiques sur la meilleure façon de se motiver, ainsi qu'une liste des pharmacies participantes sur le site www.mon-poids-ideal.ch spécialement créé à cet effet.

La campagne a pour but de sensibiliser la population aux questions de l'alimentation et de l'activité physique. La pharmacie offre un accès facile aux informations de santé et occupe de ce fait une position spéciale parmi les centres de santé: un professionnel médical est disponible au moins six jours par semaine, du matin au soir, et sans rendez-vous.

La campagne a été mise sur pied par pharmaSuisse, la Société Suisse des Pharmaciens, en collaboration étroite avec un comité scientifique constitué de médecins, psychologues, médecins

du sport, diététiciens et pharmaciens d'officine. Elle est soutenue entre autres par la Société suisse de pédiatrie (SSP) et la FMH.

La campagne fera l'objet d'une étude scientifique réalisée par l'Institut de médecine du sport de l'Université de Bâle. Ceci permettra d'observer notamment les changements de motivation des participants à l'étude dans les domaines de l'alimentation et de l'activité physique, mais aussi d'évaluer la façon dont les conseils du pharmacien sont perçus. Pendant les conseils, les pharmaciens peuvent évaluer si les clients présentent d'autres facteurs de risque, puis les encourager à consulter un médecin au besoin.

«Halte au yo-yo», telle sera la devise de la Journée européenne contre l'obésité (JEO) qui se déroulera en même temps que la campagne dans les pharmacies – mais sans lien direct avec cette dernière. Le troisième samedi du mois de mai, des actions sont organisées tous les ans pour sensibiliser la population de toute l'Europe à ce facteur de risque.

Sites internet de la campagne: www.mon-poids-ideal.ch, www.il-mio-peso-ideale.ch,
www.gewicht-im-gleichgewicht.ch

Nombre de caractères: 3'528

Contact:

Karl Küenzi
Responsable Communication & Marketing
pharmaSuisse
Société Suisse des Pharmaciens
Stationsstrasse 12
3097 Berne-Liebefeld
T 031 978 58 58
M 079 570 24 94
E karl.kueenzi@pharmasuisse.org
W www.pharmaSuisse.org