



ENFANTS OBÈSES AUX ÉTATS-UNIS **L'été de mes kilos en moins**

La Presse, Montreal, Quebec

Actuel Santé, dimanche 14 mai 2006, p. ACTUEL2

Alexandre Sirois

Washington - À l'approche de l'été, plusieurs jeunes Américains s'apprêtent à quitter leur maison pour quelques semaines avec une seule chose en tête... maigrir.

Les colonies de vacances spécialisées dans la perte de poids se sont multipliées ces dernières années aux États-Unis. On constate un fort intérêt pour cette nouvelle façon de lutter contre l'embonpoint.

" Avec ce qu'on sait aujourd'hui sur le problème de l'obésité chez les jeunes, c'est normal qu'il y ait plus de camps de ce type ", explique la présidente de l'American Camp Association (ACA), Ann Sheets. " On compte maintenant un enfant obèse sur cinq aux États-Unis, soit environ 10 millions de jeunes ", ajoute-t-elle.

Selon les données de Mme Sheets, le nombre de camps conçus exclusivement pour les jeunes qui ont de l'embonpoint a doublé au cours des trois dernières années. Il est passé à 17 cet été parmi les quelque 2000 camps accrédités par l'ACA.

Ce n'est bien sûr pas encore la manne, mais il faut s'attendre à ce que ce nombre continue de grimper rapidement. La popularité de ces camps d'été explose et certains ne suffisent pas à la demande.

Fondre au camp

Allegra Abramson s'est inscrite l'été dernier à un de ces camps d'été. Ses kilos en trop la faisaient souffrir, raconte aujourd'hui cette adolescente de 16 ans, rencontrée avec sa mère dans un café de Bethesda, en banlieue de Washington.

" J'avais toujours été quelqu'un de très sociable. Mais je me rendais compte que j'étais en train de me refermer sur moi-même ", dit cette élève du secondaire aux cheveux roux et au regard vif.

L'expérience a été un succès. En l'espace de quatre semaines au camp d'été Wellspring, dans l'État de New York, Allegra a perdu 9kg. Depuis, grâce à ce qu'elle y a appris, elle a fondu de 9kg supplémentaires.

L'adolescente, qui mesure 1,67m, arrive à maintenir son poids à 77 kilos et cherche à maigrir encore un peu.

Car même si elle est vêtue d'un chandail bleu en coton ouaté du chocolatier Hershey's, elle fait très attention à sa consommation de calories et de gras. Si elle va au restaurant, pendant que ses amis dévorent des hamburgers, elle se contentera d'une salade de poulet.

Sa semaine au camp d'été a été fructueuse. D'abord parce qu'elle devait suivre un régime et noter la teneur en calories de tout ce qu'elle consommait.

Elle devait aussi s'astreindre à plusieurs séances d'exercice, suivre des cours de nutrition et de cuisine et se soumettre à une thérapie pour modifier son comportement.

Mauvaises expériences

Le camp d'été a aussi eu un effet bénéfique sur le père de l'adolescente, Howard Abramson. Il y a passé le dernier week-end avec sa fille, selon la recommandation des organisateurs. En 48 heures, il a intégré les leçons apprises par son enfant. Il a perdu, depuis, 35 kilos.

Âgé de 58 ans, il avait un sérieux problème d'embonpoint depuis des années et prenait des médicaments pour maîtriser son taux de cholestérol et sa tension artérielle. Il a aujourd'hui tourné la page sur tout ça.

Ce qui ne veut pas dire, selon Allegra et ses parents, que les camps d'été spécialisés dans la perte de poids (parfois surnommés fat camps) sont une panacée. Au contraire.

L'adolescente sait de quoi elle parle. Sa première expérience dans un camp de ce type, en 2004 en Pennsylvanie, s'est mal déroulée. Elle a perdu cinq kilos en quelques semaines... pour ensuite en reprendre 14.

" Ils nous mettaient au régime mais ne nous disaient même pas combien de calories il y avait dans ce qu'on mangeait ", dit Allegra, qui connaît beaucoup d'autres jeunes pour qui ces camps n'ont pas fonctionné.

Le président des camps Wellspring, Ryan Craig, abonde dans le même sens. Il est prêt à parier que la majorité des parents qui inscrivent leurs enfants à un camp d'été spécialisé dans la perte de poids seront déçus.

Il affirme que ses concurrents, plus traditionnels, " ne font rien pour inculquer à l'enfant des comportements essentiels s'il veut être capable de continuer à perdre du poids de retour à la maison " .

Preuve ultime, selon lui, des lacunes de ces camps: plus de 50 % des jeunes qui y vont sentent le besoin d'y retourner l'année suivante.

Illustration(s) :

Les colonies de vacances spécialisées dans la perte de poids se sont multipliées ces dernières années aux États-Unis.

Catégorie : Société et tendances

Sujet(s) uniforme(s) : Alimentation; Santé publique et condition physique

Taille : Moyen, 521 mots

© 2006 La Presse. Tous droits réservés.