FICHE DE PRISE EN CHARGE DU SURPOIDS

Le patient est pesé et mesuré
25 kg/m^2 ≤ IMC (poids/taille^2) < 30 kg/m^2
SURPOIDS

Prévoir des consultations dédiées avec un suivi programmé

BILAN INITIAL
Voir tableau Bilan initial d'un excès de poids

Interventions proposées pour atteindre l'objectif thérapeutique en fonction de l'IMC, du tour de taille et de la présence de comorbidités

Tour de taille (cm)		**Présence de comorbidités**
Bas Hommes < 94 Femmes < 80	**Élevé** Hommes ≥ 94 Femmes ≥ 80	

SURPOIDS SIMPLE : conseils généraux sur un poids de forme et le mode de vie (objectif : prévenir une prise de poids supplémentaire)

SURPOIDS AVEC TOUR DE TAILLE ÉLEVÉ : conseils diététiques et sur l'activité physique, approche psychologique (objectif : prévenir une prise de poids supplémentaire et réduire le tour de taille)

SURPOIDS AVEC COMORBIDITÉS : conseils diététiques et sur l'activité physique, approche psychologique (objectif : réduire le poids)

- Prévenir une prise de poids supplémentaire
- Ne pas inciter un patient en surpoids simple à perdre du poids
- Alerter la personne sur les risques des régimes trop restrictifs et déséquilibrés
- Réduire un tour de taille élevé
- Prendre en charge les comorbidités associées
- Éviter tout discours culpabilisant
- Avoir une approche psychologique

Voir les fiches de **conseils pour l'alimentation** et **exemples d'activités physiques**