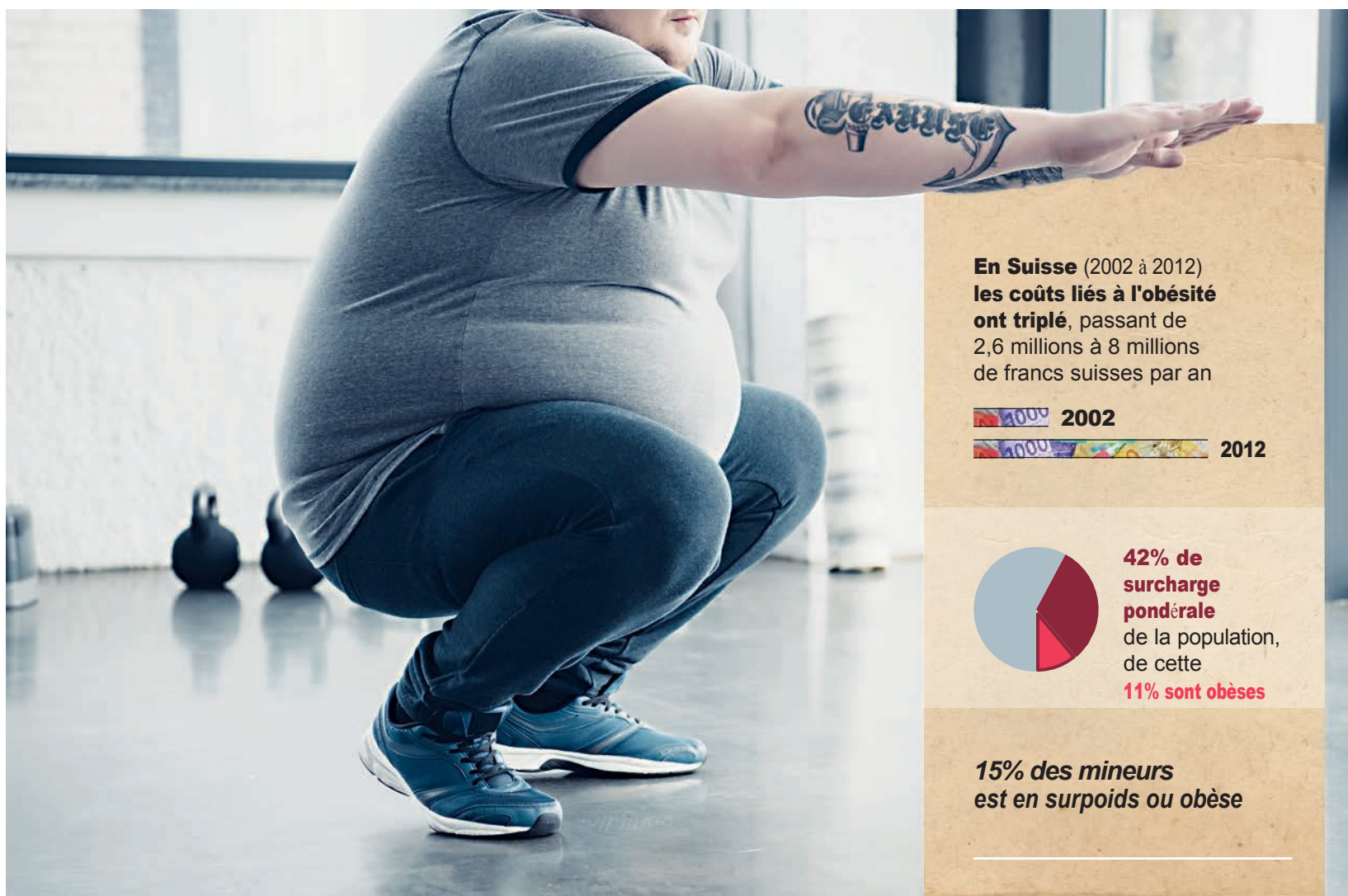
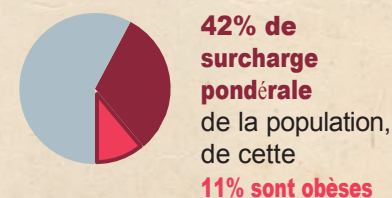
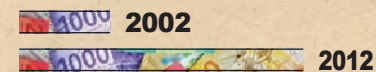


LA NOUVELLE RECHERCHE

Deux études publiées, de nouveaux investissements étrangers pour la recherche. Depuis le Tessin, l'acupuncture anti-obésité conquiert la Suisse et démystifie les fausses croyances sur le poids incontrôlable



En Suisse (2002 à 2012) les coûts liés à l'obésité ont triplé, passant de 2,6 millions à 8 millions de francs suisses par an



15% des mineurs est en surpoids ou obèse

Plus on grossit, plus on a faim. Une faim hormonale insatiable. Ce n'est qu'en retrouvant un poids sain que le déséquilibre hormonal est rétabli. INFOGRAPHIE LAREGIO/OFFICE FÉDÉRAL DE LA SANTÉ

Si vous êtes obèse... et les gymnases sont régimes alimentaires

étude randomisée, comme l'explique le Dr Fumagalli, qui a fondé le groupe Sinomedica à Locarno en 2001. Il compte aujourd'hui 8 centres en Suisse.

par Simonetta Caratti

Si vous êtes obèse, ce n'est pas de votre faute. Même si vous faites de l'exercice, rien ne changera. Même si vous suivez un régime, cela ne changera rien. C'est comme se battre contre des moulins à vent.

Diverses études ont montré que le mode de vie occidental, avec une consommation élevée de graisses et de calories, bloque la leptine, l'hormone qui stimule le métabolisme et supprime la faim. Une autre hormone, la ghréline, qui stimule la faim, prend alors le relais. En conséquence, le métabolisme ralentit. Mais ce n'est qu'une composante d'une maladie vraiment complexe, l'obésité. Une épidémie silencieuse qui dévore les continents et qui, dans dix ans, aura contaminé la moitié de la population mondiale. Un seul fait : il y a 15 ans, en 2008, le taux d'obésité mondial était de 23,9 % et touchait 1,63 milliard de personnes. Aujourd'hui, il est de 39 % et touche 3,12 milliards de personnes. Le magazine "Economic" y a consacré sa couverture, estimant le coût total du traitement des maladies liées à l'obésité à 4 000 milliards par an d'ici 2035, si la tendance actuelle n'est pas inversée. Nous mentionnons cela parce que c'est précisément au Tessin qu'une approche innovante a vu le jour pour contrer le principal défi auquel sont confrontés tant de systèmes de soins de santé. Il s'agit d'une thérapie anti-obésité qui, en combinant un régime pauvre en glucides et des séances hebdomadaires d'acupuncture, vise à réguler les hormones et à modifier le métabolisme du corps. Elle est proposée par le Dr **Massimo Fumagalli** qui, avec son équipe, a traité 11 000 patients suisses en 18 ans. En moyenne, 17,5 kilos sont perdus en 180 jours. Certains vont jusqu'à 60 kilos en un an. La première semaine, les patients perdent généralement 3 à 6 kilos, puis 1,5 à 2 kilos par semaine. Ces données ont été reprises dans deux articles récemment publiés dans deux revues scientifiques (*Frontiers in Endocrinology* et *Acupuncture in Medicine*). Ces résultats ont suscité l'intérêt d'un important investisseur belge (voir encadré) désireux de financer une nouvelle

Plus on grossit, plus on a faim
De nombreuses croyances autour de l'obésité doivent être dissipées, comme la devise "mangez moins, faites plus d'exercice et vous perdrez du poids". Ce n'est pas le cas : "Une personne obèse n'est pas à blâmer, car elle ne peut rien faire par elle-même pour gérer son poids. L'obésité est une maladie complexe, qui implique différents aspects chimiques du corps. Ce n'est pas une question de volonté, de ménopause, de régime et de sédentarité. C'est beaucoup plus que cela", explique le Dr Fumagalli.
Voyons ce qu'il en est et faisons-le de manière très simple. "Un premier aspect est hormonal. Lorsque



Si vous dépassez votre poids de forme, même de quelques kilos, vous bloquez la leptine, qui stimule le métabolisme et coupe la faim. Une autre hormone, la ghréline, qui stimule la faim, prend le relais. En conséquence, le métabolisme ralentit". En résumé : plus on grossit, plus on a faim. Une sorte de faim hormonale insatiable. Ce n'est qu'en retrouvant un poids de forme, poursuit-il, que ce déséquilibre hormonal (en termes médicaux, on parle de résistance à la leptine) se résorbe. Il donne un exemple : "Si deux amis mangent le même menu, celui qui a un poids normal ne prend pas de poids, celui qui est obèse prend un ou deux kilos. Mais les hormones n'expliquent pas tout, la situation est beaucoup plus complexe. "Les personnes obèses ont du mal à gérer leur poids car elles souffrent également d'un état inflammatoire généralisé du corps et du cerveau, ce qui augmente le risque d'infarctus, de tumeurs, d'hypertension et de dépression. Enfin, nous savons que la flore intestinale est également compromise et que l'interaction entre le cerveau et l'intestin est importante". A la lumière de ces explications, on comprend que le jogging seul n'a que peu de chances d'aider une personne obèse.

Pour le Dr Fumagalli, l'acupuncture doit entrer dans les universités

Nous évitons ainsi l'effet yo-yo

Des causes, nous passons maintenant aux solutions. "Il n'y a qu'une seule solution : revenir à un poids sain. Une fois le poids idéal atteint et maintenu, le système endocrinien se rééquilibre et l'effet yo-yo est évité", explique le médecin. Le tout est d'y arriver sans trop d'effets secondaires. Il existe des médicaments contre l'obésité, une chirurgie bariatrique plus invasive. L'acupuncture, comme le montrent des études de base, réduit la sensation de faim en rééquilibrant le métabolisme et le fonctionnement hormonal. "Nous émettons l'hypothèse que la combinaison d'un régime métabolique (non cétogène, c'est-à-dire non hyperprotéiné), d'une faible consommation et d'un apport élevé en protéines peut réduire la faim.

Quel mois de thérapie ! "Je suis satisfaite de moi et reconnaissante envers le Dr Fumagalli et son équipe. Je n'ai pas lutté et je suis heureuse de ne pas avoir eu à prendre de médicaments". Une thérapie payée par le complémentaire.

et d'acupuncture, modifie le métabolisme du patient d'anabolique à catabolique, amenant le corps à gagner de l'énergie en brûlant ses propres graisses. Une hypothèse que le médecin souhaite prouver par une nouvelle étude randomisée.

Cela fonctionne, mais il faut suivre scrupuleusement les instructions médicales : "Ce n'est qu'en restant dans le catabolisme que le corps perd du poids. Certaines personnes souffrent de constipation et d'affaiblissement des cheveux et des ongles, car elles manquent de nutriments. "Il est possible de les équilibrer en prenant du zinc et du sélénium.

Enfin, la question d'un million : mais les kilos perdus ne sont-ils vraiment pas repris ? "Grâce aux milliers de patients que nous avons traités, nous avons observé que ceux qui atteignent un poids de forme parviennent assez bien à ne pas le reprendre. Malheureusement, tout le monde n'y arrive pas, et même chez nos patients, il y a des cas de yo-yo. Pour les hommes, le poids de forme correspond à la taille moins cent, pour les femmes à la taille moins cent, moins 15 %.

TÉMOIGNAGE

50 kilos perdus en trois mois Je n'ai plus faim".

Andrea P., 61 ans, a perdu 50 kilos en trois mois. Après une blessure, son orthopédiste lui a donné le choix : perdre du poids radicalement ou subir une opération du dos. Quelque peu sceptique, le sexagénaire s'est laissé convaincre et a entamé un traitement hebdomadaire d'acupuncture contre l'obésité et la douleur, accompagné d'un régime, dans le studio Sinomedica de Lugano. "Après tant de tentatives infructueuses pour perdre du poids et réduire les douleurs dorsales, j'étais fatiguée et très récalcitrante. À Lugano, le Dr Fumagalli m'a présenté un plan avec des objectifs réalisables. Dès la première séance, je n'avais plus faim. C'était comme un tsunami. Les aliments que j'aimais ne me donnaient plus envie de manger. Pendant

plusieurs semaines, je n'ai mangé qu'un kiwi le matin et j'ai poursuivi ma journée sans le moindre effort", commente l'homme. Au bout d'un mois, Andrea P. a arrêté la pilule quotidienne contre l'hypertension, qu'il prenait depuis 10 ans. Il déclare : "En maigrissant, ma tension artérielle s'est normalisée. Au bout de trois mois, il a dû changer toute sa garde-robe : "Je suis entré dans un monde inconnu. Je me suis laissé surprendre, en suivant à la lettre les règles du régime : kiwi ou pomme avant huit heures, protéines et légumes à midi, légumes le soir, pas de sucreries, de produits laitiers ou de glucides. Il faut de la discipline, mais les résultats viennent. La douleur a également légèrement diminué. Pour Andrea, cela prendra encore un peu de temps.

LA NOUVELLE ÉTUDE

Un grand investisseur et la nouvelle recherche commence

Fondé en 2001 à Locarno par le Dr Fumagalli, le groupe Sinomedica compte aujourd'hui huit centres en Suisse (Lugano, Locarno, Chiasso, Genève, Locarno, Zurich, Bâle, Berne), où travaillent plus de 20 spécialistes. L'entreprise est arrivée à un tournant. Fin 2022, le fonds d'investissement Verinvest (société spécialisée dans les prises de participation dans des groupes mondiaux) a décidé de miser sur le groupe Sinomedica. Cela pourrait se traduire par une ouverture au marché européen. L'objectif global, explique le Dr Fumagalli, est que l'acupuncture devienne une thérapie de premier plan, non seulement comme traitement complémentaire ou alternatif, mais aussi pour entrer dans les facultés de médecine. Non seulement comme remède contre l'obésité, mais aussi pour réduire la douleur et l'anxiété. Grâce à ce nouveau financement, Sinomedica est sur le point de lancer une vaste étude randomisée et contrôlée, qui vise à fournir une démonstration clinique des résultats obtenus jusqu'à présent : "Outre la question hormonale et inflammatoire, nous estimons également que l'acupuncture favorise un changement métabolique d'un état anabolique à un état catabolique. Dans cet état, le corps produit de l'énergie à partir de ses propres graisses. C'est comme si le corps se nourrissait lui-même. Avec l'étude, nous voulons prouver cette hypothèse.

Une mission commencée à Calcutta

Les paroles du médecin sont empreintes de passion et de fierté. Avant de prendre congé, nous voulons comprendre comment tout a commencé. "Pendant ma formation médicale à Bâle, j'ai fait un stage en Inde, j'étais médecin de rue à Calcutta. C'était en 1991. Alors que je soignais des enfants, j'ai rencontré un médecin ayurvédique indien. Il obtenait des résultats impressionnants avec ses plantes. Cette expérience a conduit le médecin à s'écarter de la voie chirurgicale pour se tourner vers la médecine chinoise. Après des études universitaires approfondies à Pékin et à New York, il est revenu au Tessin, jetant un pont entre l'ancienne technique thérapeutique de l'acupuncture et les recherches plus récentes de la médecine occidentale, fondées sur des preuves.

Également pour réduire la douleur et l'anxiété

DEPOSITPHOTOS

