

POPULATION & SOCIÉTÉS

Surpoids, normes et jugements en matière de poids : comparaisons européennes

Thibaut de Saint Pol*

Le développement de l'obésité est un enjeu de santé publique dans beaucoup de pays développés. Une plus grande attention étant désormais portée à la corpulence, quel est le regard des individus sur leur poids ? Est-il le même pour les hommes et les femmes ? Change-t-il d'un pays européen à l'autre ? Après nous avoir rappelé les variations de la corpulence moyenne entre pays, Thibaut de Saint Pol analyse le rapport que les Européennes et les Européens entretiennent avec leur poids.

Les corpulences moyennes, évaluées à l'aide de l'indice de masse corporelle (encadré 1), diffèrent d'un pays d'Europe à l'autre (figures 1 et 2). Les Français et les Italiens ont les corpulences moyennes les plus faibles, alors que les Britanniques et les Grecs présentent les corpulences les plus élevées.

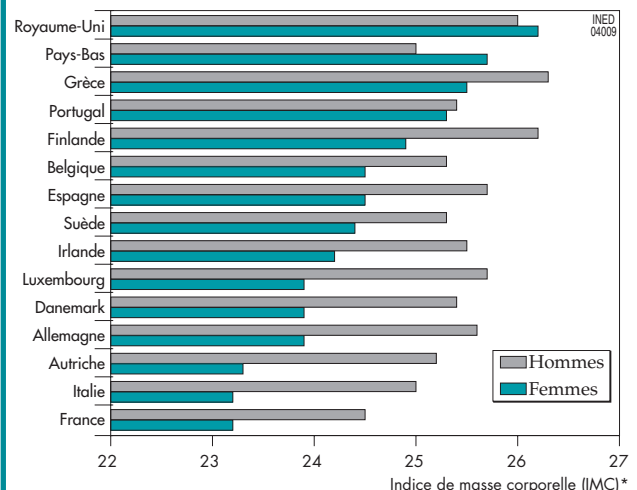
Les écarts de corpulence d'un pays à l'autre sont encore plus marqués chez les femmes. Les pays où celles-ci ont tendance à avoir une faible corpulence sont aussi ceux où la différence entre hommes et femmes est la plus élevée : c'est notamment le cas de la France. Bien que l'obésité s'y soit fortement développée depuis les années 1990 [1], la minceur y semble particulièrement prisée chez les femmes, avec des normes pondérales faibles, et une forte pression exercée sur leur corps, hypothèse que nous allons chercher à vérifier.

◆ Les femmes plus insatisfaites de leur poids que les hommes

Dans l'ensemble de l'Union européenne (1), 45 % des individus se déclarent insatisfaits de leur poids. Ils sont 40 % à le trouver trop élevé et 5 % trop faible. Les femmes sont plus fréquemment insatisfaites (51 %) que les hommes (39 %), bien qu'ils soient plus souvent en surpoids ou obèses selon les critères de l'OMS. Le motif d'insatisfaction n'est pas non plus le même : les hommes sont un peu plus nombreux que les femmes à trouver leur poids trop faible. Ils considèrent plus souvent le sous-poids comme un problème, une corpulence

importante étant valorisée chez eux en tant que signe de force. La situation est différente chez les femmes pour qui le surpoids est un problème plus important que le sous-poids. Elles sont 46 % en Europe à trouver

Figure 1 - Corpulence moyenne en Europe selon le sexe



* Définition et calcul de l'IMC : voir encadré 1.

Note : la corpulence moyenne des hommes en Europe est plus importante que celle des femmes, sauf au Royaume-Uni et aux Pays-Bas.

(T. de Saint Pol, *Population & Sociétés*, n° 455, Ined, avril 2009)

Source : Commission européenne, Eurobaromètre 59.0.

(1) Les pays pris en compte ici sont les 15 pays de l'Union européenne en 2003, pondérés par le poids de leur population respective.

* Laboratoire de sociologie quantitative (Insee) et Observatoire sociologique du changement (Sciences Po)

leur poids trop élevé, soit presque autant que celles satisfaites de leur poids (49%).

Cette plus grande insatisfaction des femmes vis-à-vis de leur poids se retrouve tout au long de la vie. C'est le cas des filles qui, à l'adolescence, ont plus que les garçons tendance à se juger en surpoids, voire très en surpoids, quand elles ne le sont pas au regard des normes de l'OMS [2]. La perception subjective d'un poids excessif s'observe également aux États-Unis, où 38% des femmes de poids « normal » pensent être en surpoids et où, à l'inverse, 33% des hommes en surpoids pensent qu'ils ont à peu près le bon poids, voire même qu'ils sont en sous-poids [3].

L'obésité, par la stigmatisation et les problèmes de santé auxquels elle est associée, entraîne beaucoup plus d'insatisfaction que le sous-poids ou le surpoids, quel que soit le sexe. Une femme obèse a 48 fois plus de risques d'être insatisfaite de son poids que de ne pas l'être, par rapport à une femme de même âge à la corpulence normale. Le rapport de risque, quoique plus faible chez les hommes, est de 32.

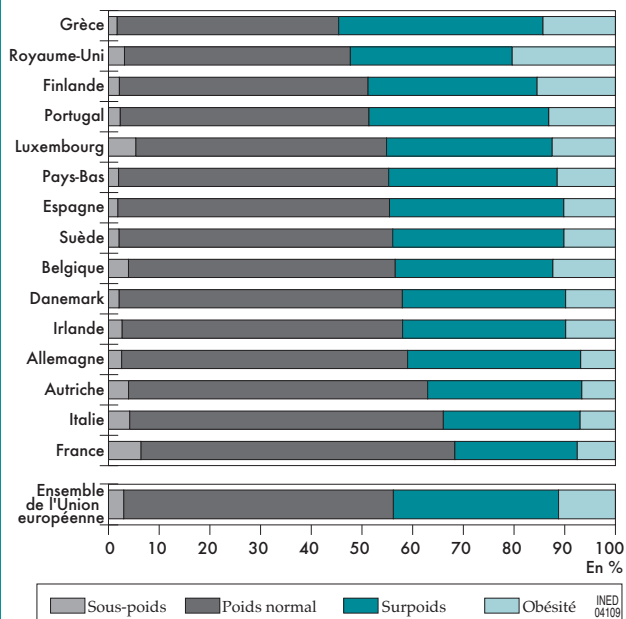
Le fait qu'un individu soit insatisfait de son poids vient du décalage entre son poids réel, du moins tel qu'il le perçoit, et le poids qu'il souhaiterait avoir. Le poids idéal est donc un élément essentiel du jugement porté sur la corpulence.

◆ Peut-on repérer le poids idéal ?

Appréhender l'idéal pondéral à l'échelle d'une société est difficile, en particulier parce que cette notion est très subjective. Il est toutefois possible de le faire apparaître au vu des courbes d'évolution de la satisfaction en fonction de l'indice de masse corporelle (IMC) (figure 3). Plus l'IMC augmente, plus la proportion d'individus trouvant leur poids trop faible décroît, et plus à l'inverse celle des personnes le trouvant trop élevé croît. Les deux courbes se croisent pour une valeur de l'IMC reflétant cet idéal, pour laquelle autant d'individus jugent leur poids trop élevé que d'individus le jugent trop faible. Cet équilibre s'établit dans l'ensemble de l'Union européenne à un IMC de 22,6 pour les hommes et de 19,8 pour les femmes. L'écart est considérable entre les corpulences idéales des hommes et des femmes. Étant donné que l'IMC moyen déclaré est de 25,5 pour les hommes et 24,5 pour les femmes, l'écart séparant l'idéal de la réalité est plus important chez les femmes que chez les hommes (4,7 points contre 2,9). Cela est cohérent avec le sentiment d'insatisfaction plus répandu chez elles, malgré une corpulence plus faible.

Les pentes des courbes autour de l'équilibre sont plus fortes chez les femmes. Leur insatisfaction augmente plus vite autour du poids idéal. Enfin, 9% des femmes s'accordent à trouver ce poids ou trop élevé ou trop faible, contre 7% des hommes. Autrement dit, 82% des femmes trouvent leur poids satisfaisant à cet équilibre, contre 86% des hommes : plus de femmes restent insatisfaites à cette valeur qui fait pourtant figure d'idéal. Mais, comme pour la corpulence moyenne, les situations diffèrent d'un pays à l'autre.

Figure 2 - Répartition de la population dans les classes de corpulence par pays (hommes et femmes confondus)



Lecture : 2% des Grecs sont en sous-poids, 44% ont un poids normal, 40% sont en surpoids et 14% sont obèses.

Note : la part d'obèses est sous-estimée dans certains pays en raison de biais de déclaration (voir encadré 1).

(T. de Saint Pol, *Population & Sociétés*, n° 455, Ined, avril 2009)

Source : Commission européenne, Eurobaromètre 59.0

◆ Le sous-poids féminin particulièrement valorisé en France

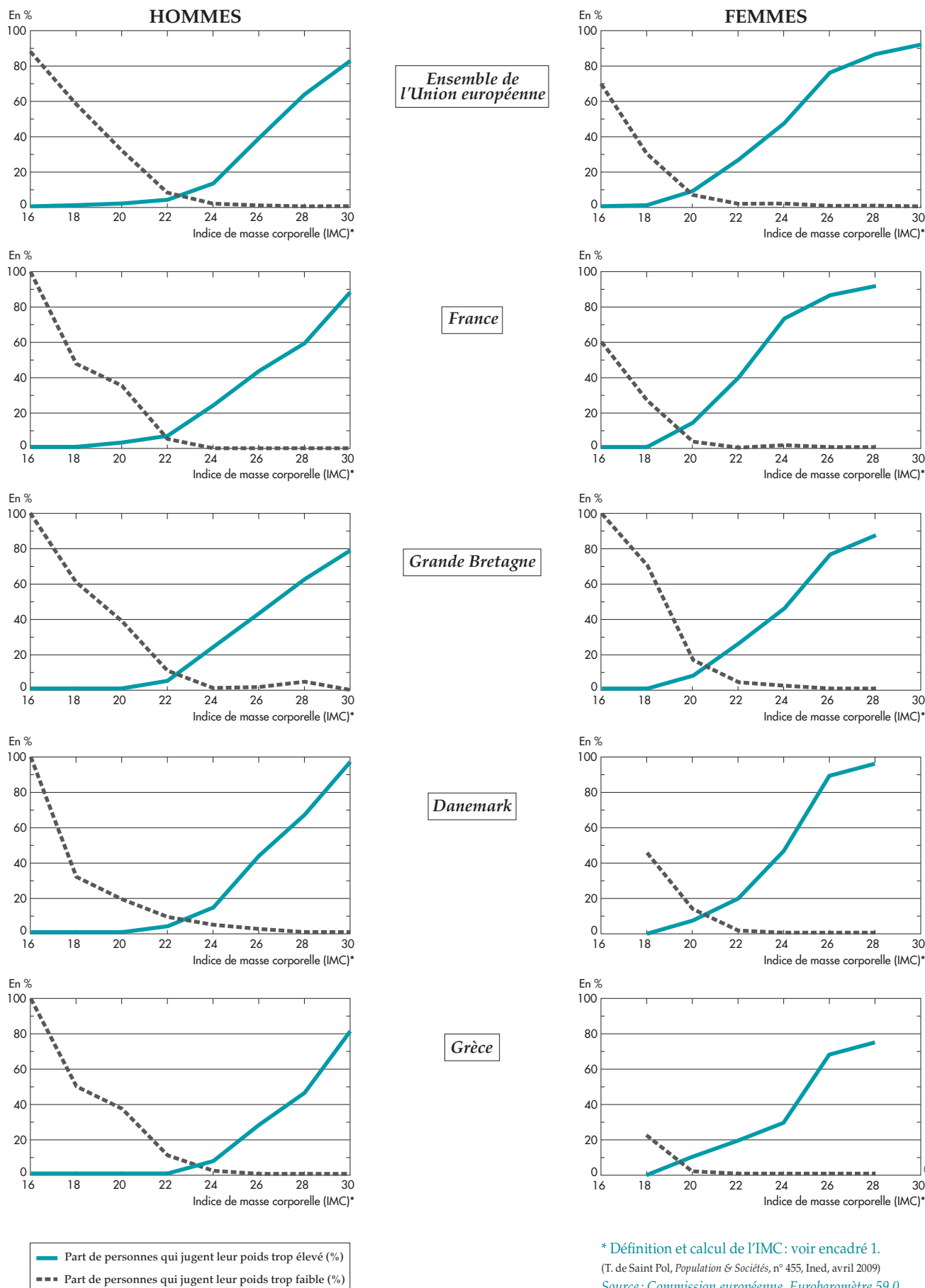
En France, les femmes jugeant leur poids trop faible sont deux fois moins nombreuses que celles effectivement en sous-poids. Au Portugal, en Espagne et au Royaume-Uni, c'est l'inverse : elles sont plus nombreuses à se juger en sous-poids qu'elles ne le sont effectivement, alors que la part de femmes en sous-poids est plus de trois fois inférieure à ce qu'elle est en France. Le sous-poids féminin est donc particulièrement valorisé dans ce dernier pays.

Le sous-poids est en revanche dévalorisé chez les hommes dans tous les pays européens, ceux jugeant leur poids insuffisant étant partout plus nombreux que ceux effectivement en sous-poids d'après les critères de l'OMS.

Mais la satisfaction pondérale ne se déduit pas du niveau moyen de la corpulence. Les Autrichiens, par exemple, se déclarent en moyenne plus satisfaits de leur poids que les Français alors que leur IMC moyen est bien supérieur. Un même niveau de corpulence est ainsi perçu différemment selon le pays : un individu qui se trouve trop gros en France, dans un environnement où la corpulence moyenne est assez faible, se satisfera du même poids dans un pays où la corpulence moyenne est plus élevée.

En France, l'IMC masculin idéal est de 22,0 (à cette corpulence, ils sont aussi nombreux à trouver leur poids excessif qu'à le trouver insuffisant, figure 3), alors qu'il est plus élevé chez les Britanniques (22,5), les Danois (22,8) et surtout les Grecs (23,4).

Figure 3 - Satisfaction pondérale en fonction de l'indice de masse corporelle (IMC)



Encadré 1

L'indice de masse corporelle (IMC)

Peser 65 kg n'a pas le même sens selon qu'on mesure 1,60 m ou 1,90 m. Pour comparer des poids, il est nécessaire de les rapporter aux tailles des individus. En pratique, le rapport entre le poids (en kg) et le carré de la taille (en mètres) est un meilleur indicateur pour les comparaisons, et il est largement utilisé sous le nom d'indicateur de masse corporelle (IMC).

Par exemple, pour calculer l'IMC d'une personne pesant 100 kg et mesurant 2 m, il faut faire le rapport entre 100 et 2×2 , soit 100/4, ce qui donne 25. Pour une personne ne pesant que 90 kg, mais mesurant 1,73 m, le calcul donne : 90 divisé par $1,73 \times 1,73$, soit 90/3, soit 30. Sa corpulence mesurée par l'IMC est plus élevée que celle de la première personne. Autre exemple, une personne pesant 60 kg mais ne mesurant que 1,41 m, a un IMC de 60 divisé par $1,41 \times 1,41$, soit 60/2, soit 30. Les deux dernières personnes, quoique de poids et de tailles différentes, ont le même IMC.

L'Organisation mondiale de la santé a défini les catégories suivantes, applicables aux individus de plus de 18 ans et de préférence de moins de 65 ans :

- IMC < 18,5 : sous-poids
- $18,5 \leq \text{IMC} < 25$: poids normal
- $25 \leq \text{IMC} < 30$: surpoids
- IMC ≥ 30 : obésité

Les classes construites par l'OMS et les seuils correspondants traduisent des niveaux de risque pour la santé associés à des valeurs de l'IMC. Ils ne constituent en aucun cas un jugement esthétique sur ces états de corpulence. Pour une analyse plus précise des limites et des problèmes posés par ces seuils, le lecteur pourra se reporter à des travaux antérieurs [4].

On notera enfin que les tailles et poids utilisés ici ne sont pas des mesures, mais des déclarations qui comportent une part d'approximation. Les répondants arrondissent les mesures et trichent parfois un peu [5]. Les femmes ont ainsi tendance en moyenne à s'enlever quelques kilogrammes et les hommes à s'en rajouter [6].

Encadré 2

L'Eurobaromètre 59.0

Les données de l'Eurobaromètre 59.0 ont été recueillies entre le 18 mars et le 30 avril 2003. Elles portent sur un échantillon de 16 300 citoyens des 15 pays membres à l'époque de l'Union européenne, âgés de 15 ans et plus et résidant dans un des États membres.

Le principe d'échantillonnage appliqué dans tous les États membres est une sélection aléatoire (probabiliste) à phases multiples : dans chaque pays, divers points de chute sont tirés avec une probabilité proportionnelle à la taille de la population (afin de couvrir la totalité du pays) et à la densité de la population. Dans chaque ménage, le répondant fait l'objet d'un tirage au sort aléatoire. Toutes les interviews sont réalisées chez les répondants en face à face.

Dans chaque pays, l'échantillon a été comparé à la population réelle, basée sur les données de population publiées par Eurostat. Pour tous les États membres, une procédure de pondération nationale a été réalisée (marginale et croisée), en tenant compte des critères de sexe, d'âge, de région (selon le découpage NUTS II) et de taille de l'agglomération. La pondération internationale (qui sert à calculer les moyennes européennes) a été construite à partir des chiffres officiels de population publiés par Eurostat ou par les instituts nationaux de statistique.

Pour les femmes, la situation est un peu différente. La valeur idéale de l'IMC se situe toujours à un niveau faible en France (19,5) comme en Grèce (19,6) alors que le poids idéal masculin est le plus élevé d'Europe dans ce dernier pays. La Grande-Bretagne (20,4) et le Danemark (20,5) montrent par contre des niveaux de poids idéal féminin plus élevés.

Il semble donc que les Français aient un idéal de corpulence plus faible que leurs voisins, signe peut-être d'une pression plus forte exercée sur le corps dans leur pays. Mais les Britanniques, qui ont l'IMC moyen le plus élevé, n'ont pas la corpulence idéale la plus forte. La prise en compte de la norme pondérale, différente pour les hommes et les femmes, apparaît donc essentielle pour comprendre la corpulence et le jugement porté sur le poids dans chacun des pays européens, dimension que les politiques publiques doivent désormais intégrer.

RÉFÉRENCES

- [1] Thibaut de SAINT POL - « Obésité et milieux sociaux en France : les inégalités augmentent », *Bulletin épidémiologique hebdomadaire*, Institut de veille sanitaire, 20, 2008, pp. 175-179, 13 mai.
- [2] Vera MIKKILA, Marjaana LAHTI-KOSKI, Pirjo PIETINEN, Suvi VIRTANEN et Matti RIMPELA - 2003, « Associates of obesity and weight dissatisfaction among Finnish adolescents », *Public Health Nutrition*, 6(1), 2003, pp. 49-59.
- [3] Virginia W. CHANG et Nicholas A. CHRISTAKIS - 2003, « Self-Perception of Weight Appropriateness in the United States », *American Journal of Preventive Medicine*, 24(4), 2003, pp. 332-339.
- [4] Thibaut de SAINT POL - « Comment mesurer la corpulence et le poids « idéal » ? Histoire, intérêts et limites de l'Indice de masse corporelle », *Notes & Documents*, 2007-01, Paris, Sciences Po - CNRS.
- [5] Virginie DAUPHINOT, Florence NAUDIN, René GUEGUEN, Marc PERRONNIN et Catherine SERMET - « Écarts entre morbidité déclarée et morbidité diagnostiquée : l'exemple de l'obésité, de l'hypertension artérielle, et de l'hypercholestérolémie », *Questions d'économie de la santé*, Irdes, 2003, 114.
- [6] Marie KUCZMARSKI, Robert KUCZMARSKI et Matthew NAJJAR - 2001, « Effects of age on validity of self-reported height, weight and body mass index : Findings from the third National Health and Nutrition Examination Survey, 1988-1994 », *Journal of the American Dietetic Association*, 101(1), 2001, pp. 28-34.

RÉSUMÉ

Si la corpulence moyenne, mesurée par l'indice de masse corporelle (IMC), est de 23,2 pour les Françaises et de 26,2 pour les femmes britanniques, le poids idéal qu'elles déclarent se situe plus bas, et correspond à l'indice 19,5 en France et 20,7 au Royaume-Uni. Le sous-poids est particulièrement valorisé chez les Françaises par rapport aux autres Européennes. Les femmes sont de façon générale en Europe moins satisfaites de leur poids que les hommes, pour qui c'est le sous-poids qui peut poser problème. En France, l'indice de masse corporelle idéal pour les hommes est de 22,0 (à cette corpulence, ils sont aussi nombreux à trouver leur poids excessif qu'à le trouver insuffisant), alors qu'il est plus élevé chez les Britanniques (22,5), les Danois (22,8) et surtout les Grecs (23,4).