

Obésité et atteinte rénale

Selon une étude publiée en octobre 2016 dans le BEH (Bulletin épidémiologique hebdomadaire) et portant sur un échantillon de 29 000 Français, plus de 56 % des hommes et 40 % des femmes souffrent de surpoids ou d'obésité. Le sujet inquiète légitimement les professionnels qui connaissent les risques cardiovasculaires engendrés par ce surpoids. Les risques rénaux sont en revanche moins connus et moins bien documentés. Ils sont pourtant bien réels !



Les personnes en surpoids (IMC supérieur à 25) présentent 2 fois plus de risques de développer une insuffisance rénale terminale (nécessitant un traitement de suppléance par dialyse ou greffe) que l'ensemble de la population. Ce risque est multiplié par 3 chez les personnes obèses (IMC supérieur à 30) et par 7 chez celles dont l'IMC est égal ou supérieur à 40 (obésité morbide).

Une prévention nécessaire

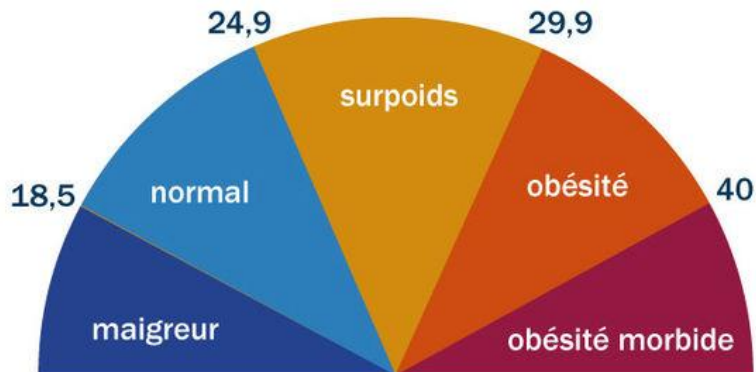
L'excès de graisse est en effet étroitement lié au développement du diabète et de l'hypertension, deux maladies chroniques responsables à elles seules de 50 à 60 % des cas d'insuffisance rénale terminale. Mais, indépendamment du diabète et de l'hypertension, l'excès de poids, et notamment de graisse au niveau du ventre, est aussi un facteur majeur de risque d'insuffisance rénale. D'où l'utilité de dépister annuellement, chez les personnes obèses, la protéinurie au travers d'une bandelette urinaire ou de doser leur créatinine par test sanguin, pour évaluer le fonctionnement de leurs reins. C'est d'ailleurs l'une des recommandations faite par la HAS – Haute Autorité de Santé – en 2012. Ce dépistage doit permettre de mettre en place le plus tôt possible des mesures préventives (traitements médicamenteux, chirurgie bariatrique, régime alimentaire, activité physique).

La Semaine nationale du Rein, du 4 au 11 mars 2017, est l'occasion pour le grand public et a fortiori pour toutes les personnes concernées par l'obésité de vérifier le bon fonctionnement de leurs reins. En cas d'anomalie, ce dépistage peut permettre une prise en charge précoce. Sur beaucoup de stands d'information et de dépistage de la FNAIR, des diététicien(ne)s seront présents pour aider les personnes à identifier leurs déséquilibres alimentaires et donner des conseils personnalisés.

Indice de Masse Corporelle (IMC)

$$\text{IMC} = \frac{\text{poids (en kilos)}}{\text{Taille x taille (en mètres)}}$$

ex : $\frac{90}{1,80 \times 1,80} = 27,7$



Un obstacle à la greffe

D'autre part, « un IMC de plus de 35 (obésité sévère et morbide) rend beaucoup plus compliquée la **transplantation**. Des problèmes d'implantation du rein, de cicatrisation ou encore d'infection de parois peuvent en effet se présenter beaucoup plus fréquemment dans ce cas ». En revanche, le surpoids ou l'obésité modérée (30 à 35) ne sont pas des critères d'exclusion à la greffe rénale.

Quelques conseils

Le traitement des maladies rénales associées à l'obésité consiste en priorité en une réduction du poids corporel. Au-delà des conseils de base (opter pour une alimentation équilibrée et davantage d'exercices physiques), **il est donc vivement conseillé aux personnes en surpoids de surveiller de près leur fonction rénale, si possible chaque année**. Pour les personnes désireuses de se faire transplanter, même si le surpoids et l'obésité modérée ne sont pas des critères d'exclusion à la greffe, les professionnels de santé recommandent que soit mise en place le plus tôt possible une prise en charge nutritionnelle pluridisciplinaire du patient afin de maximiser ses chances de succès et améliorer globalement son état de santé.

Romain Bonfillon

*Sources : « Obésité, un risque pour les reins », Le Journal de la Santé du 16/01/2017 / France 5 - Article MediPedia : « Insuffisance rénale: le poids de l'obésité ! »
Dr Boris Hansel, diabétologue et endocrinologue à l'Hôpital Bichat, Pr François Vrtovsnik, néphrologue à l'hôpital Bichat.*