

## Tristan

né le 2 mars 1989  
suivi depuis 2002 pour un surpoids.

De nature plutôt solitaire, Tristan est un garçon tout particulièrement intelligent et volontaire, ce dont témoignent ses résultats scolaires, ainsi que ses préoccupations, orientées sur l'acquisition des connaissances dans des domaines assez originaux, comme le chinois, la cuisine à base de plantes sauvages, etc. Après la Terminale, il souhaite devenir médecin. En général, il passe beaucoup de temps devant l'ordinateur, surfant sur Internet, mais pratique également beaucoup de sport.

Son père présente un poids de 86 kg pour une taille de 178 cm, sa mère 72kg pour une taille de 175cm. Ils sont agriculteurs. Leur alimentation est par conséquent assez équilibrée, mais relativement copieuse, en particulier en ce qui concerne les dîners.

Entre 2002 et 2003, il participe au programme « Equilibre », destiné à la prise en charge groupale et séquentielle des enfants et des adolescents obèses. Le résultat est relativement satisfaisant, car son IMC est passé de 27,3 à l'âge de 13 ans, au début du programme, à 27,2 à la fin, passant ainsi, à 14 ans, au-dessous de la 3<sup>ème</sup> DS, la limite entre l'obésité et le surpoids simple.

6 mois après la fin du programme, à l'âge de 14 ans et 6 mois, son IMC réaugmente à 29,6 kg/m<sup>2</sup>.

Durant les années suivantes, Tristan réussit à garder un poids restant la plupart du temps au-dessous de la 3<sup>ème</sup> déviation standard, mais au prix d'importants efforts : il mange très peu le soir, parfois juste un thé ou une soupe. Néanmoins, dès qu'il est dans un environnement favorisant les excès alimentaires, soit par sa qualité, soit par son abondance, comme c'est le cas pendant les vacances, passées dans le Sud Ouest de la France ou aux États-Unis, on constate qu'il prend facilement plusieurs kilos dans un laps de temps relativement bref. Même phénomène lorsqu'il est exposé à des événements de la vie qui l'affectent beaucoup, comme le décès de sa grand-mère.

Actuellement, son poids est de 95,4 kg pour une taille de 179,5 cm, ce qui correspond à une IMC de 29,6 kg par m<sup>2</sup>. Il est constant déjà depuis plusieurs mois.

L'absorptiométrie montre une composition corporelle normale, avec une augmentation en proportion égale de la masse grasse et de la masse maigre, associée à une augmentation de la densité minérale osseuse. Cela s'explique par la pratique intensive du sport : de la danse acrobatique, environ 6 h par semaine. Les années précédentes, il a pratiqué beaucoup de musculation

Etant donné que la composition corporelle est normale, le surpoids ne le pénalise ni sur le plan de la santé, ni sur le plan esthétique.

Le constat après plusieurs années de suivi montre que Tristan présente effectivement une tendance à prendre facilement du poids, qu'il réussit dans la durée à maîtriser grâce à des capacités intellectuelles et psychiques bien au-dessus de la moyenne.