

**Une proposition pour combattre l'obésité
par l'éducation, l'exercice physique et le soutien**

Weight Watchers

**Mémoire adressé au Comité permanent des finances
de la Chambre des communes
pour les consultations prébudgétaires**

Weight Watchers Canada. Nous aidons depuis plus de 45 ans les gens à perdre du poids dans le monde entier. Nous croyons en une approche intégrée axée sur les habitudes d'alimentation saines, des changements de comportement, un environnement de soutien et de l'exercice physique. Nous offrons un programme raisonnable pour aider les Canadiens à perdre du poids à un rythme sain, et fournissant les connaissances et l'information dont ils ont besoin pour ne pas le regagner. Nous offrons une démarche éprouvée et éclairée par l'analyse d'années d'études scientifiques, avec un régime alimentaire fondé sur le guide alimentaire du Canada et pouvant être adapté à n'importe quel mode de vie. Nos réunions communautaires et notre produit en ligne nous rendre accessibles aux Canadiens de tout le pays. Nous essayons d'offrir nos idées au gouvernement du Canada pour combattre l'obésité et pour encourager les Canadiens à adopter des habitudes alimentaires plus saines.

SYNOPSIS

La prévalence de l'obésité augmente au Canada et devient une épidémie menaçant d'éliminer l'abordabilité et la viabilité de notre précieux système universel de soins de santé à financement public.

Certes, les décideurs publics cherchent activement des stratégies pour faire face à cette épidémie croissante mais les solutions les plus puissantes résident toutes dans le changement des comportements individuels, changement le plus difficile à stimuler par une politique publique. Le gouvernement dispose de trois grandes catégories de leviers politiques pour faire face à ce défi : la fiscalité ou le subventionnement pour motiver le comportement ; la réglementation pour régir la composition des produits alimentaires ; et les programmes d'éducation et de sensibilisation du public pour changer les attitudes et les comportements avec le temps. Aucun de ces leviers n'est parfait et chacun englobe de nombreuses options.

Nous proposons aujourd'hui au gouvernement du Canada une option créative et innovatrice concernant l'utilisation de crédit d'impôt pour motiver et stimuler des changements de comportement en faveur d'une alimentation saine, d'une perte de poids durable et du maintien d'un poids sain.

RECOMMANDATION

Nous invitons le gouvernement du Canada à introduire dès le prochain exercice budgétaire le Crédit d'impôt pour adultes faisant de l'exercice physique (au lieu d'attendre 2015 comme c'était promis et maintenant prévu) et d'étendre son application pour y inclure l'éducation pour une alimentation saine et la modification de comportement comme élément-clé des efforts du gouvernement du Canada pour combattre l'obésité au Canada.

Cette proposition ne coûterait pas nécessairement cher et, selon nous, 40 millions de dollars par an suffiraient pour que des milliers de Canadiens soient incités à recevoir l'éducation et l'appui dont ils ont besoin pour atteindre leurs objectifs pondéraux et mener une vie plus saine. Les bienfaits pour le Canada sont évidents : réduction des dépenses de santé et accroissement de la productivité de millions de Canadiens.

Le problème de l'obésité au Canada

Selon les estimations, 58,6 % des Canadiens — 20,5 millions — vivent avec une surcharge pondérale malsaine. Selon une étude de 2004 — Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes —, 23 % des Canadiens de plus de 18 ans étaient obèses et 36 % en surcharge pondérale. En outre, ce problème est national puisqu'il touche chaque région du pays, et il ne cesse de s'aggraver avec une hausse des taux dans tous les groupes d'âge, année après année.

Taux d'obésité dans les provinces canadiennes, 2004

Voir le tableau du texte anglais.

« L'obésité est le premier facteur national de maladie, de décès, de perte de productivité et de coups pour nos systèmes de santé », affirme le docteur Arya M. Sharma, directeur scientifique du Canadian Obesity Network – Réseau canadien en obésité (CON-RCO). « **Un décès prématuré sur 10 parmi les Canadiens adultes de 20 à 64 ans est directement attribuable à l'excès de poids, et 60 % des adultes et 25 % des enfants sont en surpoids ou obèses. Il est clair que l'obésité a une incidence profonde sur les Canadiens, et les politiques publiques joueront un rôle clé pour renverser cette épidémie** »¹.

Parmi les populations les plus exposées à ce danger figurent les personnes gravement obèses — celles ayant un indice de masse corporelle supérieure à 35. Une enquête réalisée début 2011 par Leger Marketing et par le Réseau canadien en obésité a montré que 95 % des personnes gravement obèses veulent perdre du poids et que plus de la moitié (56 %) ont tenté de le faire entre deux et 20 fois.

Ces personnes assument un lourd fardeau financier à cause de leur état et « l'incidence de leur condition sur leur santé émotionnelle et physique leur est également très pesante ». Près de la moitié des personnes interrogées affirment que leurs relations avec leurs amis (48 %), leurs familles (46 %), leurs enfants (46 %) et leur conjoint/e ou partenaire (44 %) subissent le contrecoup de leur poids.

Toutefois, les auteurs de l'enquête ont conclu que « les Canadiens gravement obèses veulent perdre du poids, la majorité de répondants (84 %) disant que c'est avant tout pour améliorer sa santé générale. Cela n'est pas étonnant puisque 75 % disent souffrir d'une ou plusieurs affections connexes, dont une tension artérielle élevée, un taux de cholestérol élevé et le diabète, alors que près de la moitié (47 %) dit souffrir de deux affections ou plus. Parmi les autres raisons de perdre du poids, mentionnons « améliorer l'estime de soi » (51 %), « améliorer sa santé mentale/émotionnelle » (38%) et l'inspiration d'un conjoint/partenaire (28 %) et des enfants (21 %) »².

Selon certaines estimations, le fardeau de l'obésité sur l'économie canadienne était en 2001 de 4,3 milliards de dollars par an (1,6 milliard en coûts directs et 2,7 milliards en coûts indirects). En 2001, selon la Chaire de recherche sur l'obésité de l'université Laval, le coût économique conjugué de l'inactivité physique et de l'obésité représentait 4,8 % des coûts de la santé³. Il ne fait aucun doute que ces chiffres ont augmenté depuis lors et que le problème non seulement est pire aujourd'hui mais empire de jour en jour.

La solution de l'obésité

La solution de cette épidémie consiste à changer le comportement individuel des Canadiens. Autrement dit, les Canadiens doivent consommer des aliments plus sains, consommer de plus petites portions, et devenir plus actifs. Bien qu'il y ait certaines choses que le gouvernement puisse faire pour y contribuer, comme la réglementation de l'étiquetage des produits alimentaires, du sodium et des gras trans, ou mener des campagnes de sensibilisation du public, la vraie solution appartient totalement aux Canadiens eux-mêmes — mais un peu d'encouragement ne serait certainement pas inutile.

Les options dont dispose le gouvernement du Canada

¹ Extrait d'un communiqué de presse du Réseau canadien en obésité. (Nos caractères gras)

² Cité sur la page du site Web du Réseau canadien en obésité résumant les résultats de l'enquête de Leger Marketing.

³ http://obesity.ulaval.ca/obesity/generalities/mortalite_morbidite.php

Nous n'aborderons pas dans ce mémoire les détails de l'action menée par le gouvernement du Canada jusqu'à présent au sujet de la crise de l'obésité mais il est clair à nos yeux que celui-ci ne dispose en réalité que de trois leviers pour agir. Il peut utiliser la fiscalité pour inciter les Canadiens à changer de comportement, et bien des analystes ont recommandé la création d'une « taxe sur la malbouffe », ce qui entraînerait une hausse de la fiscalité, chose que le gouvernement du Canada a clairement exclue des possibilités durant ce mandat.

Un deuxième levier consisterait à renforcer la réglementation des ingrédients des produits alimentaires. Cela aurait un certain impact, et les mesures pour éliminer les gras trans et réduire le sodium sont louables mais leur portée est limitée. Tant que les Canadiens prépareront eux-mêmes leurs aliments et feront des choix malsains en matière de portions et d'ingrédients, ce n'est pas un changement de réglementation qui y changera quelque chose.

Le troisième levier serait le lancement de campagnes massives d'éducation du public pour le faire changer de comportement. La publicité et les communications auront un certain impact — les communications anti-tabagisme des dernières décennies en sont la preuve — mais celui-ci sera limité par la concurrence d'autres publicités diffusant souvent le message contraire, par exemple de la part des restaurants de malbouffe et des sociétés vendant des plats tout préparés.

A l'évidence, aucune stratégie anti-obésité soit vraiment efficace, elle devra faire appel à ces trois leviers. Avec le levier réglementaire, le gouvernement du Canada continu d'examiner les mesures susceptibles de réduire les éléments malsains des aliments tout préparés. En ce qui concerne la sensibilisation du public, un certain nombre d'initiatives sont déjà en cours, notamment le toilettage du Guide alimentaire canadien ces dernières années et les programmes faisant la promotion de l'agriculture canadienne, par exemple. Pour ce qui est de la fiscalité, le gouvernement a créé le Crédit d'impôt pour la condition physique des enfants, qui a connu un succès remarquable, et il a promis d'étendre ce programme aux adultes à partir de 2015.

Le Crédit d'impôt pour la condition physique des enfants a été très efficace pour encourager les enfants à être plus actifs, et ce succès a amené le gouvernement du Canada à conclure qu'il pourrait obtenir le même résultat avec les adultes. Nous sommes d'accord !

La pièce manquante de cette stratégie

Nous croyons que la pièce manquante de cette stratégie est l'éducation sur une alimentation saine et sur une modification des habitudes alimentaires, ainsi que des programmes de soutien pour aider les Canadiens en surpoids à faire de meilleurs choix alimentaires et à maintenir leur perte de poids. Quels sont précisément les programmes que Weight Watchers offre partout au Canada et qui ont fait la preuve d'un succès remarquable pour aider les Canadiens.

Chez Weight Watchers, nos programmes connaissent du succès parce que nous apprenons aux participants à faire des choix plus sains. Nous offrons aux gens des options pratiques et abordables pour apprendre à perdre du poids et à ne pas le regagner. Nos participants ont le choix entre aller aux réunions ou suivre un plan en ligne. Nous offrons d'autres programmes efficaces — mais la plupart coûtent plus cher — partout au Canada et les Canadiens devraient disposer de ces choix sur le marché.

Il existe malheureusement de nombreux programmes n'ayant pas fait la même preuve de leur efficacité ou employant des astuces douteuses, des stratégies non éprouvées, des pilules, des piqûres, des

aliments préconditionnés ou des régimes alimentaires qui ne sont que des modes passagers. Ces programmes produisent à l'occasion des résultats pour certains patients mais nous croyons qu'ils ne méritent pas un appui généralisé.

Notre proposition

Notre proposition comprend deux éléments fondamentaux : accélérer l'octroi du Crédit d'impôt pour l'exercice physique des adultes, et inclure une composante pour l'éducation sur une alimentation saine et sur la modification du comportement. Cela fera beaucoup pour enrayer l'épidémie d'obésité.

Nous recommandons au gouvernement du Canada d'étendre l'octroi du Crédit d'impôt pour l'exercice physique des adultes proposés et promis afin d'y inclure l'éducation sur une alimentation saine et sur la modification du comportement. Ce crédit deviendrait alors le Crédit d'impôt pour une alimentation saine et de l'exercice physique.

Le crédit d'impôt pourrait être financé de deux manières :

- en ajoutant 30 à 40 millions de dollars au coup projeté du Crédit d'impôt pour l'exercice physique des adultes (dont le coût est actuellement estimé à 275 millions de dollars par an), ou
- en permettant aux Canadiens de choisir une combinaison d'activité jusqu'à un maximum de 500 \$ de crédits d'impôt par an.

Le crédit d'impôt pourrait être un crédit remboursable couvrant la moitié du coût d'un programme, jusqu'à concurrence de 500 \$ (par exemple, si le programme coûtait 800 \$ par an, le contribuable aurait droit à un crédit d'impôt de 400 \$; si le programme coûtait 1200 \$ par an, il aurait droit à 500 \$). Le Panel d'experts qui est proposé pour fixer les critères d'admissibilité au Crédit d'impôt pour l'exercice physique des adultes seraient également chargés de fixer les critères relatifs à l'alimentation.

Nous recommandons que le Crédit d'impôt pour une alimentation saine et de l'exercice physique soit octroyé à quiconque participe à un programme répondant aux critères suivants :

- le programme est prescrit par un médecin ; ou
- le programme d'éducation sur une alimentation saine, la modification du comportement et la perte de poids :
 - i. est conforme aux recommandations du Guide alimentaire du Canada,
 - ii. a fait la preuve de son efficacité pour aider les participants à perdre du poids et à ne pas le regagner à long terme (les critères d'efficacité seraient établis par un panel d'experts) ;
 - iii. ne donne pas déjà droit au remboursement des dépenses médicales ;
 - iv. n'exige pas d'injection, de repas prêt conditionné ou de suppléments alimentaires ;
 - v. est recommandée par le panel d'experts désigné.

Nous encourageons le gouvernement du Canada à accélérer ou à avancer la mise en oeuvre progressive du Crédit d'impôt pour l'exercice physique des adultes, une fois qu'il aura été adapté pour inclure l'éducation sur l'alimentation et la modification du comportement.

À l'heure actuelle, il est prévu que le Crédit d'impôt pour l'exercice physique des adultes entre en vigueur une fois que le budget fédéral aura été équilibré. Lors de la dernière campagne électorale, on avait prévu l'équilibre du budget pour 2015-2016 mais, selon la dernière Revue financière, le ministre

des finances Flaherty prévoit que le budget sera équilibré un an plus tôt, en 2014-2015 après un « examen des dépenses » de 4 milliards de dollars.

Nous encourageons néanmoins le gouvernement du Canada à tenir compte des effets positifs sur l'économie et sur le système de santé de l'entrée en vigueur de ce crédit d'impôt — dans le cadre de sa stratégie globale sur l'obésité — durant le prochain exercice budgétaire (2012-2013). **L'épidémie d'obésité ne ralentit pas et appelle une intervention urgente.**

Si le coût d'entrée en vigueur du crédit d'impôt complet est trop élevé pour le prochain exercice budgétaire, nous recommandons au gouvernement de le mettre en oeuvre progressivement sur plusieurs années et, par exemple, d'en limiter l'application aux Canadiens ayant un IMC de plus de 35 puisqu'il s'agit là des personnes ayant le plus besoin d'une aide d'urgence et d'un incitatif financier ou perdre du poids. L'autre solution consisterait à laisser les Canadiens choisir entre le Crédit d'impôt pour l'exercice physique des adultes et le Crédit d'impôt pour une alimentation saine et de l'exercice physique, jusqu'à un maximum combiné de 500 \$ par an.

Nous croyons qu'un crédit d'impôt conforme à notre proposition motiverait encore plus les Canadiens — surtout les Canadiens obèses et en surcharge pondérale — à participer à des programmes les aidant à perdre du poids durablement. **Le bienfait supplémentaire serait que des habitudes d'alimentation saines chez les adultes se transmettraient aux membres de leurs familles, ce qui aurait une incidence à long terme sur le problème croissant d'obésité des enfants.**

Conclusion

Le Canada réalise depuis plusieurs années que l'épidémie d'obésité menace l'abordabilité même et l'accessibilité de notre cher système de santé universelle à financement public. Et cela ne fait qu'empirer.

Le gouvernement fédéral un rôle particulier est important à jouer à cet égard mais les leviers dont il dispose pour intervenir sont limités puisque le problème est foncièrement très personnel. Cela dit, l'un des leviers dont il dispose est la fiscalité pour motiver les gens à être plus actifs et à s'alimenter de manière plus saine. Le gouvernement l'a déjà reconnu en promettant d'instaurer un Crédit d'impôt pour l'exercice physique des adultes mais cela ne constitue selon nous qu'une demi-solution. L'exercice et l'activité physique doit accompagner une alimentation plus saine et l'apprentissage de stratégies pour conserver un poids sain. Notre modeste proposition y contribuera et, conjugué au reste de la stratégie sur l'obésité, l'investissement que nous proposons jouera un rôle important pour assurer au Canada une population plus saine, ce qui débouchera sur une économie plus productive et un Canada meilleur.