

MICRONUTRITION OCULAIRE: VOIR ET VIEILLIR AVEC OU SANS SUPPLÉMENT?

EDITORIAL

La micronutrition est un sujet d'actualité tant dans le domaine de la santé publique que dans celui de la santé oculaire et de la DMLA en particulier. C'est la raison pour laquelle la Société belge d'Ophtalmologie a souhaité organiser un symposium sur ce sujet en 2005. Ce n'est certes pas le premier ni le dernier qui aborde ce sujet qui reste en cours d'étude.

Nous avons cependant souhaité voir s'exprimer des points de vue à la fois complémentaires et opposés en invitant des experts ophtalmologistes comme J.M. Rakic, S.Y. Cohen, T. Desmettre et W.M. Haddad, mais aussi un pharmacologue éminent en la personne de J. Neve et un expert en nutrition humaine représenté par N. Guggenbühl.

L'ensemble des travaux présentés expose sans complaisance l'état actuel de la question. Le lecteur, en quête de certitudes scientifiques, restera cependant "sur sa faim"...

J.M. Rakic aborde le sujet en évoquant à la fois la prédisposition génétique et l'influence du mode de vie sur la DMLA. W.M. Haddad et collaborateurs nous décrivent le pigment maculaire (PM), composé essentiellement de lutéine et de zéaxanthine, comme un "verre solaire naturel", protecteur chimique lié à son activité antioxydante. Il reste cependant des facteurs essentiels à déterminer comme la relation entre le taux sérique du PM et le risque de DMLA ou la dose idéale de PM à administrer. Ils concluent que l'utilisation à but préventif ou thérapeutique du PM reste à démontrer tant les paramètres sont multiples et tant que nous ne disposerons pas de techniques simples pour en apprécier la densité en pratique clinique courante. T. Desmettre et collaborateur posent le problème des risques potentiels d'utiliser des produits à doses "supra" nutritionnelles en évoquant les études sur l'effet néfaste des carotènes chez les fumeurs et du risque des fortes doses de vitamine E. Les conclusions de ces méta-analyses se heurtent toujours à la disparité des populations étudiées et aux difficultés à déterminer des seuils précis. Ils concluent qu'en Europe, principal foyer de DMLA, près de la moitié de la population "mangerait mal" et qu'on peut se poser la question de savoir s'il faut vraiment compléter ou compenser les carences nutritionnelles. S.Y. Cohen complète ces informations en décrivant l'étude AREDS sur laquelle s'appuie l'industrie pharmaceutique.

Le risque de toxicité potentielle du bêta-carotène suggère le remplacement de ce produit par la lutéine et la zéaxanthine qui, faut-il le préciser, ne faisaient pas partie du cocktail AREDS.

Cette étude n'en demeure pas moins la première à suggérer un effet positif des antioxydants sur l'évolution de la maladie et a ouvert la voie à un large champ d'étude dans cette direction.

N. Guggenbühl évoque quant à lui une étude hollandaise suggérant un effet préventif d'un apport nutritionnel important des quatre antioxydants testés par l'étude AREDS. Il nous détaille de façon très instructive les sources naturelles en antioxydants et nous conseille de manière très didactique de varier les couleurs et les cuissons des produits que nous mangeons.

J. Neve, en tant que spécialiste du médicament, est très critique sur la situation actuelle. Il insiste sur le fait que, contrairement à la voie habituelle, l'utilisation commerciale de produits en prise chronique et à doses supranutritionnelles précède de loin les données scientifiques. Il existe par ailleurs un vide juridique concernant les fameux pigments maculaires qui sont actuellement légalement considérés comme "nuisibles à la santé". Ces PM pouvant perturber le métabolisme et la résorption d'autres micronutriments essentiels...

Il suggère, dans les cas où l'avantage d'un complément alimentaire serait démontré, de réaliser des cocktails à doses journalières raisonnables.

A l'issue de ce symposium, on ne sera pas étonné de n'avoir pas su dégager de conclusions claires et affirmatives. Tout au plus un sentiment général de la plupart des auteurs: "on ne peut reprocher au clinicien d'espérer apporter de l'aide à leurs malheureux patients à qui la voie des antioxydants a permis d'entrouvrir une lueur d'espoir. Il faut cependant éviter de prendre ses désirs pour des réalités et savoir que les études pour le démontrer resteront toujours difficiles. L'alimentation souvent carencée de la personne âgée suggère cependant un déficit chronique en antioxydants qu'un "petit cocktail" pourrait peut-être compenser?"
L'avenir nous le dira...

Vincent Paris

Modérateur