

TRIBUNE DE LYON

LES GUIDES DE TRIBUNE DE LYON

Édition 2014-2015

ÉDITÉ PAR

Rosebud SARL
9 rue de l'Arbre-Sec,
69001 Lyon.
Tél : 08 25 12 57 25.
Fax : 04 72 44 92 04.
www.tribunedelyon.fr

DIRECTEUR DE LA PUBLICATION

François Sapy

DIRECTEUR ADJOINT DE LA RÉDACTION

Olivier Vassé

RESPONSABLE D'ÉDITION

Marie Chastenot

RÉDACTION

Nathaly Mermet

MAQUETTE

Vanina Pinelli

PHOTOS

Thomas Campagne
Olivier Chassignole
Nathaly Mermet

SERVICE COMMERCIAL

Margo Chaillou
Fabienne Gaudin
Samy Schnee
Julien Vidal-Naquet

ADMINISTRATION

Valérie Bouvier
Stéphanie Liogier

Toutes les photos
de ce document
sont "droits réservés".
Numéro ISSN : 1777-9332
Numéro de commission
paritaire : 01212 C 87 506

IMPRESSION

Imprimerie Chirat
(Saint-Just-la-Pendue)
Diffusion : Ivan Thomas

Photo de couverture :
Thomas Campagne

Supplément gratuit
à *Tribune de Lyon*.
Ne peut être vendu
séparément.

© TC



MARTINE LAVILLE

Présidente du Centre Européen pour
la Nutrition & la Santé (CENS).

Professeur d'Université - Praticien
Hospitalier aux Hospices civils de Lyon.

Directrice du Centre de Recherche
en Nutrition Humaine Rhône-Alpes
(CRNH-RA).

ÉDITO

LA SANTÉ PAR LA NUTRITION

Une alimentation inadaptée à notre santé et un niveau d'activité physique insuffisant contribuent au développement du surpoids, de l'obésité et de nombreuses maladies comme le diabète, les maladies cardio-vasculaires, l'ostéoporose et même certains cancers. Les maladies de la nutrition sont fréquentes et actuellement, 15 % des Français sont obèses et 32,3 % sont en surpoids.

L'amélioration de l'état nutritionnel de la population constitue un enjeu majeur de santé publique en France, en Europe et dans le monde. A chaque situation de santé telle que la grossesse, le vieillissement ou encore le maintien de la bonne santé, il existe une nutrition adaptée. Un des défis majeurs des prochaines décennies sera donc de permettre à chacun de pouvoir accéder à une nutrition de qualité, sur un mode personnalisé et adapté à sa situation. Dans ce contexte, Lyon bénéficie d'un atout important avec la présence sur le territoire du Centre Européen pour la Nutrition & la Santé (CENS). Sa vocation est de promouvoir le développement d'une nutrition personnalisée tout au long de la vie et permettre ainsi une meilleure prise en charge des maladies chroniques. Son objectif est d'apporter des réponses aux enjeux sanitaires, sociétaux et économiques liés à la nutrition. Pour cela, CENS s'appuie notamment sur les compétences pluridisciplinaires de ses trois structures de recherche fondatrices : le laboratoire de recherche biomédicale CarMeN, le Centre de Recherche en Nutrition Humaine Rhône-Alpes (CRNH Rhône-Alpes) et le Centre de Recherche de l'Institut Paul Bocuse. Ces compétences sont complétées par celles des partenaires industriels fondateurs et des mécènes.

La dynamique amorcée par CENS ces derniers mois devrait rapidement permettre le développement de projets de recherche novateurs pour répondre aux enjeux de la nutrition et de la santé, et très bientôt, Lyon, capitale gastronomique, deviendra également incontournable dans le domaine de la santé par la nutrition.

DOSSIER SPÉCIAL

OBÉSITÉ ET DIABÈTE :

quels enjeux pour la santé et la société ?

> PAR NATHALY MERMET

Du plaisir alimentaire gourmand jusqu'au surpoids et à l'obésité, du « bien manger » aux maladies cardiovasculaires, où commence le risque ? Quels sont les enjeux pour la santé de l'individu et pour la société en termes de coûts sanitaires et économiques ?

L'obésité est avant tout une maladie du tissu adipeux pour laquelle il existe différents facteurs de prédisposition, en lien avec l'environnement. Les conséquences sont variées et nombreuses, avec potentiellement des risques cardio-vasculaire, pulmonaire, articulaire, souvent associés à un état de souffrance pouvant conduire indirectement à la dépression. Que nous apprend aujourd'hui la recherche en nutrition ? De la pipette à l'assiette, les connaissances actuelles contribuent-elles à apporter de nouvelles recommandations, éventuellement de nouvelles solutions ou prises en charge thérapeutiques ? Ou ne fait-on « que » valider scientifiquement des connaissances empiriques ou des intuitions ? Quelles révélations sont apportées par les études menées avec les grands obèses (10 % de ceux-ci

étant en très bonne santé) ou, a contrario, avec les « maigres constitutifs » ?

DIABÈTE ET OBÉSITÉ : LIÉS OU NON LIÉS ?

« Face à cette classification de l'obésité, le bilan doit être davantage poussé s'il s'agit d'obèses diabétiques et le suivi nutritionnel doit être plus approfondi pour des obésités sévères et morbides (BMI > 35) », déclare le Dr Domitille Pénét, Présidente de l'Association des endocrinologues diabétologues libéraux de Rhône-Alpes (ADELRA). Rappelant que le rôle de l'endocrinologue est de faire un bilan sur l'origine de l'obésité, les complications et pathologies associées, l'état nutritionnel et le comportement alimentaire, elle explique : « La prise en charge de patients obèses fait intervenir une équipe multidisciplinaire et



Dr Domitille Pénét, Présidente de l'ADELRA (Association des endocrinologues diabétologues libéraux de Rhône-Alpes).

certaines peuvent bénéficier dans certaines conditions de la chirurgie bariatrique (voir encadré page 32) ». Objectif premier : mettre en place un programme d'éducation thérapeutique et proposer un accompagnement nutritionnel adapté. « On a la volonté d'aider les patients mais les moyens sont insuffisants en libéral pour notre spécialité (consultations longues) et les consultations de diététiciens et psychologues ne ... »

« NOS ALIMENTS AGISSENT SUR NOTRE SANTÉ, EN L'AMÉLIORANT OU EN LA DÉGRADANT »

Dr Hubert Vidal

Zoom

QUELLE DIFFÉRENCE ENTRE SURPOIDS ET OBÉSITÉ ?

L'indice de masse corporelle (ou IMC) est un indicateur permettant d'estimer la corpulence d'une personne et d'évaluer l'état de surpoids ou d'obésité. Il se calcule en divisant la masse (en kg) par la taille (en m) au carré.

$$IMC = \frac{\text{masse}}{\text{taille}^2}$$

Soit pour un individu pesant 70 kg et mesurant 1,70 m :

$$IMC = 70 / (1,70 \times 1,70) =$$

$$70 / 2,89 = 24,22$$

Selon la classification de l'OMS

INTERPRÉTATION DE L'IMC

| IMC (kg/m ²) | Interprétation |
|--------------------------|----------------------------|
| moins de 16,5 | Dénutrition ou famine |
| 16,5 à 18,5 | Maigre |
| 18,5 à 25 | Corpulence normale |
| 25 à 30 | Surpoids |
| 30 à 35 | Obésité modérée |
| 35 à 40 | Obésité sévère |
| plus de 40 | Obésité morbide ou massive |

Les valeurs de 18 à 25 constituent des repères communément admis pour un IMC normal (donc présentant un rapport de risque acceptable, c'est-à-dire dans la norme statistique).



Entrée du Centre de réadaptation Bayard-Tonkin.

... sont pas prises en charge par le système de sécurité sociale », regrette-t-elle, ajoutant « ce qui est très positif c'est le début de la prise en charge des programmes de reprise de l'activité physique dans les centres de réadaptation pour la nutrition, comme au Centre Bayard (rattaché à la Clinique du Tonkin à Villeurbanne), et nous voyons des patients qui prennent un nouveau départ ».

MIEUX COMPRENDRE POUR MIEUX VAINCRE

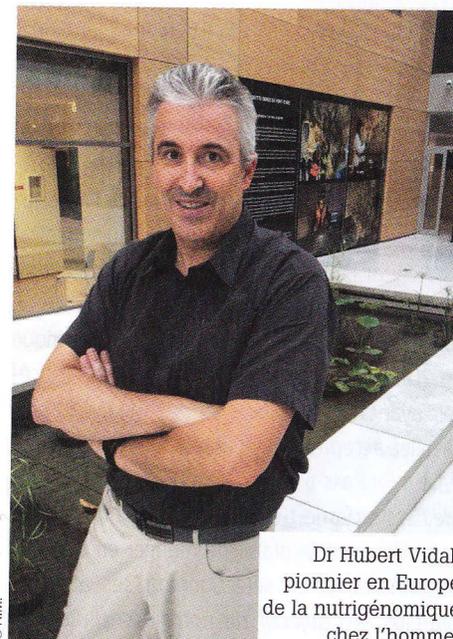
« Nos aliments agissent sur notre santé, en l'améliorant ou en la dégradant », déclare le Dr Hubert Vidal, directeur de recherche à l'Inserm, directeur du laboratoire CarMeN¹, co-fondateur de CENS² et impliqué dans la fédération hospitalo-univer-

Zoom

Parmi les cas d'obésité :

- 25 % sont diabétiques, avec une morphologie de type « androïde » (c'est-à-dire avec une obésité abdominale importante) associée à une hypertension artérielle, un problème lipidique ou un risque cardio-vasculaire majeur.
- 75% sont non diabétiques, avec une morphologie de type gynoïde, soit un excès de masse grasse important mais réparti au niveau des hanches, cuisses et bras).

sitaire DO-iT³. Pionnier en Europe de la nutriginomique chez l'homme (régulation des gènes en fonction de ce que l'on mange), il explique que la susceptibilité à devenir obèse dépend à la fois



Dr Hubert Vidal, pionnier en Europe de la nutriginomique chez l'homme.

d'une cause intrinsèque, génétique, et d'un effet environnemental lié à la nutrition, au niveau d'activité physique et de sédentarité, mais aussi aux polluants : « Au laboratoire, nous cherchons à comprendre et décrypter les mécanismes par lesquels l'organisme s'adapte à l'offre alimen-

taire. » Il s'agit alors d'intervenir sur la nutrition chez des volontaires (en augmentant l'apport de lipides ou glucides par exemple) puis de réaliser des biopsies du tissu adipeux. « Grâce au programme de recherche en nutriginomique nous pouvons démontrer comment notre alimentation régule les gènes », affirme-t-il, révélant que chez des personnes atteintes de maigreur constitutive il existe une anomalie des adipocytes (les cellules graisseuses) qui ne se différencient pas, et qu'à contrario il existe une réponse excessive chez des gens susceptibles de devenir obèses. « On observe une diminution de la capacité à fixer la dopamine chez les obèses, donc un défaut de sensibilité du système de la récompense », souligne par ailleurs le Dr Emmanuel Disse, praticien hospitalo-universitaire en endocrinologie au CHLS⁴ et chercheur au sein du laboratoire CarMeN où il travaille sur les bases biologiques de la régulation du poids.

« VIVRE SES FORMES DIFFÉREMMENT »

C'est le nom de l'association de patients créée en septembre 2014, soutenue par le CIO⁵ ...

QUELQUES REPÈRES

- ➔ La prise en charge de l'obésité est structurée dans le Plan National Obésité (PNO : Plan Sarkozy 2010-2013).
- ➔ Il existe cinq grands Centres Intégrés Obésité (CIO) en France : à Lyon, Toulouse, Lille et deux à Paris.
- ➔ **CarMeN** : le laboratoire Cardiovasculaire, Métabolisme, diabétologie et Nutrition (**CarMeN**) est un laboratoire de

recherche public travaillant sur de nombreux aspects comme le mécanisme d'action de l'insuline, l'insulino-résistance, le diabète de type 2 ou les hormones digestives impliquées dans la régulation de la prise alimentaire dans le contexte des maladies métaboliques (obésité / diabète).

➔ **CHLS** : Centre Hospitalier Lyon Sud / Service endocrinologie, diabète et nutrition.

➔ **CENS** : Le Centre Européen pour la Nutrition et la Santé est installé depuis 2012 sur le campus hospitalo-universitaire Lyon Sud Charles Mérieux et représente l'un des plus importants centres européens de recherche en nutrition.

➔ **CIO-CSO** : Centre Intégré de l'Obésité - Centre Spécialisé de l'Obésité DO-iT : Dialogue dans l'Obésité et Innovations Thérapeutiques.



© N.M.

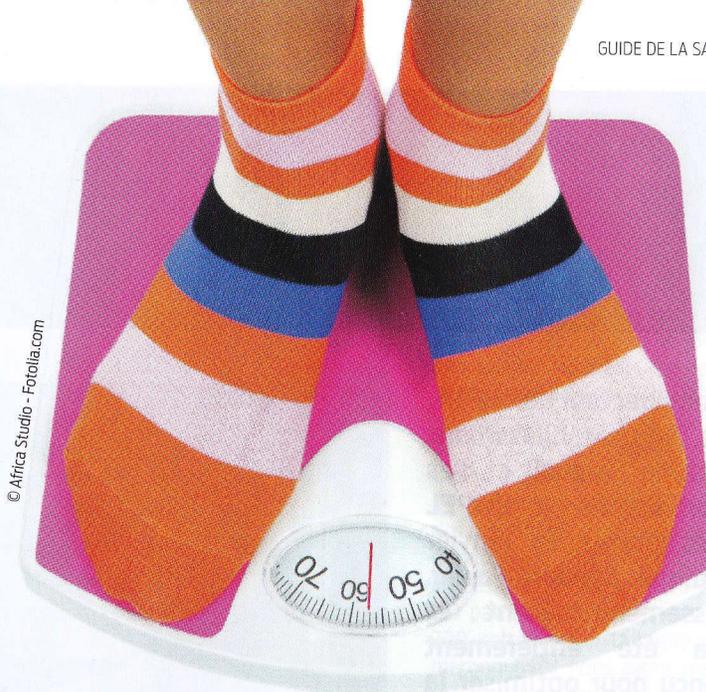
Dr Emmanuel Disse, praticien hospitalo-universitaire en endocrinologie au Centre Lyon Sud.

La chirurgie bariatrique : une chirurgie de l'obésité très encadrée

Intervention chirurgicale visant à réduire le volume de l'estomac, la chirurgie bariatrique est proposée dans des cas d'obésité bien particuliers, de type morbide et selon des critères très précis. « L'indication est un IMC supérieur à 40 ou entre 35 et 40 dans des cas d'hypertension, de diabète ou d'apnée du sommeil », rappelle le Dr Vincent Frering, chirurgien digestif à la Clinique de la Sauvegarde. Plusieurs techniques sont utilisées : l'anneau gastrique, posé à l'entrée de l'estomac et ajustable pour laisser passer une plus ou moins grande quantité d'aliments, l'intervention « by-pass » qui consiste à faire une dérivation d'une partie de l'estomac, alors directement raccordé à l'intestin, et enfin la « sleeve gastrectomy » (gastrectomie en manche) qui consiste à réduire l'estomac à un tube long et étroit par agrafage méca-

... des Hospices Civils de Lyon. « Le projet est né d'une réflexion avec le Dr Disse, face à la prise de conscience de l'importance du questionnement des personnes en situation d'obésité et concernées par une intervention chirurgicale », explique Sabine Nicolet, Présidente de l'Association. Elle-même entrée dans un parcours médical à l'Hôpital Lyon Sud, après s'être battue contre les kilos depuis son enfance et avoir testé tous les régimes, elle a bénéficié d'un anneau gastrique en 2007 à l'âge de 40 ans. Suite à une septicémie ayant nécessité le retrait de l'anneau, Sabine Nicollet accepte une intervention bariatrique de type « By Pass » en 2013. « Quelle victoire sur la vie ! », s'exclame-t-elle après avoir perdu 56 kilos et redécouvert le plaisir de manger en quantité raisonnable et en sélectionnant ses aliments préférés. « L'objectif de notre association est

nique. « Le by-pass gastrique a une efficacité impressionnante sur le diabète, indépendamment de la perte de poids », note le chirurgien. Comportant des risques et des contraintes respectives (par exemple des carences en fer, calcium et vitamines B par mal-absorption pour le by-pass gastrique, qui doivent être corrigées), ces différentes techniques sont envisagées, pour chaque cas, en concertation avec un endocrinologue, un nutritionniste et un psychiatre ou psychologue. Un suivi médical s'impose pour que le succès de l'intervention ne se transforme pas en échec à plus long terme. Organisés par le Ministère de la Santé, 32 centres spécialisés obésité en France (deux privés, dont celui de la Clinique de la Sauvegarde) ont pour mission d'organiser le maillage de la prise en charge sur le territoire.



© Africa Studio - Fotolia.com

d'établir le lien avec l'hôpital' via des patients référents, d'organiser des activités physiques adaptées, des rencontres-débats avec des professionnels de santé, des bourses aux vêtements, etc. », déclare-t-elle, rappelant que, dans la mise en place d'un parcours médical, la chirurgie bariatrique n'est pas le but mais un moyen ultime. Vouée à réunir des patients de toute la région Rhône-Alpes, l'association d'écoute et de partage vise à aider les personnes à mieux vivre leur intervention et à se sentir mieux. Aujourd'hui reconvertie en éducatrice spécialisée après 8 ans passés dans les métiers de bouche, Sabine reconnaît avoir un rapport à la nourriture totalement différent et déborde d'énergie pour partager son sentiment de renaissance et de bien-être après une expérience difficile.

1. Laboratoire Cardiovasculaire, Métabolisme, diabétologie et Nutrition.
2. Centre Européen pour la Nutrition et la Santé.
3. Dialogue dans l'Obésité et Innovations Thérapeutiques.
4. Centre Hospitalier Lyon Sud.
5. Centre Intégré de l'Obésité.

Zoom sur le réseau DIALOGS

Devenu une maladie chronique touchant 3 millions de personnes en France, le diabète de type II représente un sérieux problème de santé publique qui ne fait que s'aggraver. Face à cela, plusieurs réseaux de santé pour diabétiques de type II se sont créés en France, avec l'objectif de mieux informer les patients et de favoriser la prise en charge multidisciplinaire par les professionnels de santé. Il existe 72 réseaux Diabète en France, dont à Lyon le réseau DIALOGS (DIABète région Lyonnaise Organisation Globale des soins entre professionnels de Santé), voué à accueillir, informer et aider les patients.

En savoir + : www.dialogs.fr

INFOS AGENDA

- CENS organise ses premières Rencontres Scientifiques les 2 et 3 octobre 2014 à Lyon.
- Lyon accueillera le congrès national de la Société Française de chirurgie de l'obésité du 28 au 30 mai 2015.