

NUTRITION

Probiotiques, enfin des preuves de leur efficacité

De la gastroentérite aiguë à l'eczéma atopique en passant par l'intolérance au lactose, les probiotiques - micro-organismes stabilisés - montrent leur efficacité, essais randomisés à l'appui.

Les probiotiques étaient à l'honneur aux 2es Rencontres de l'Institut européen de physiologie nutrition (Paris, 7 et 8 décembre). Ces micro-organismes - comme la levure *Saccharomyces boulardii* et des lactobacilles - font l'objet de nombreuses études, dans la mesure où ils pourraient améliorer la balance microbienne du tube digestif et inhiber la croissance des germes pathogènes. Le Pr Philippe Marteau, gastro-entérologue (Hôpital européen Georges-Pompidou, Paris) a décidé de convaincre les sceptiques, essais randomisés en double aveugle contre placebo à l'appui : « L'effet positif de certains probiotiques, désormais stabilisés, dans le traitement de diarrhées aux antibiotiques ou encore d'intolérance au lactose, est aujourd'hui démontré avec un niveau de preuve très élevé. Leur utilisation en prévention chez les sujets à risque ou sous polyantibiothérapie ne laisse plus place au doute. Dans les entérites à Rotavirus chez l'enfant, des effets curatifs et préventifs ont été démontrés avec mise en évidence d'une corrélation entre la diminution du temps de diarrhées et la stimulation des anticorps IgA contre le Rotavirus. La possibilité d'une prévention est désormais certaine. » La prolongation de périodes de rémission par des probiotiques dans le cas de poches réfractaires après anastomose iléo-anales dans les maladies inflammatoires chroniques de l'intestin a aussi été observée. D'autres études s'attachent à démontrer leur utilité en prévention de ces rechutes. Moduler la flore pour une efficacité comparable aux antibiotiques mais avec des effets secondaires moindres semble donc du domaine du possible grâce aux probiotiques. Un essai multicentrique actuel, incluant vingt-cinq centres français, coordonné par le Groupe d'études des traitements des infections inflammatoires digestives, vient de débuter. Les bases semblent suffisamment solides pour espérer un jugement favorable à six mois.

Le rôle des agents infectieux se précise et surprotection rimerait effectivement avec prédisposition. En effet, un lactobacille de la flore commensale - *Lactobacillus rhamnosus* - responsable de l'immunité de la muqueuse digestive, administré à des foetus de femmes aux lourds antécédents de dermatite atopique, a permis de réduire de moitié le nombre d'enfants atteints par rapport au placebo. « Ces probiotiques seraient donc capables de détourner l'action des lymphocytes impliqués dans les réactions immunologiques, telles les lésions d'eczéma, voire de réorienter la réponse immunologique puisqu'un effet curatif - une réduction de l'intensité de l'eczéma - a été constaté », conclut le Pr Christine Bodemer, dermatologue (hôpital Necker, Paris).