Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Département fédéral de l'économie,
de la formation et de la recherche DEFR

Agroscope
Service médias

Communiqué de presse

Date 14.9.2015

Quel est l'effet des produits laitiers sur les inflammations?

Une équipe internationale dirigée par Agroscope a publié une étude consacrée à l'impact des produits laitiers sur les réactions inflammatoires dans le corps humain. La conclusion que l'on peut tirer de cette étude est la suivante: contrairement à des préjugés tenaces, les produits laitiers disposent d'un léger effet anti-inflammatoire, en particulier pour les personnes souffrant d'un trouble métabolique.

Les produits laitiers sont régulièrement présentés d'une manière négative au motif qu'ils favoriseraient des processus inflammatoires et ainsi des maladies chroniques non transmissibles chez l'homme. Le fossé qui sépare ces déclarations et les études scientifiques disponibles est grand. Par le passé, de nombreux travaux de recherche ont été réalisés au sujet de l'impact du lait et des produits laitiers sur le système immunitaire de l'homme et les réactions inflammatoires en particulier. Cependant, on ne disposait pas d'une conclusion critique en raison d'études disparates et de l'absence d'une méthode d'évaluation appropriée.

Evaluation critique

L'objectif de l'étude dirigée par Agroscope et publiée dans la revue scientifique «Critical Reviews in Food Science and Nutrition» était d'obtenir une vue d'ensemble des études cliniques réalisées à propos de l'impact des produits laitiers sur les réactions inflammatoires chez l'homme. Il s'agissait en l'occurrence de clarifier si les produits laitiers ont un effet anti-inflammatoire ou pro-inflammatoire.

Propriétés anti-inflammatoires

En résumé, 52 études ont mis en avant un effet anti-inflammatoire léger. En outre, il a pu être démontré que les produits laitiers avaient un effet anti-inflammatoire chez les personnes

avec un métabolisme défavorable (par exemple les personnes en surpoids) en particulier et favorisaient les inflammations chez celles qui présentent une hypersensibilité aux produits laitiers (allergie au lait).

Les chercheurs sont arrivés à ces résultats en passant en revue les banques de données internationales de littérature correspondante. Au total, ils ont trouvé 52 études et 71 résultats d'études consacrés à cette thématique. Du fait qu'il n'existe aucune méthode permettant d'évaluer des résultats provenant d'études très différentes de manière correcte, les auteur-e-s ont décidé d'attribuer un nombre de points aux différents paramètres d'inflammation. Ceci a permis de rassembler tous les résultats avec des paramètres inflammatoires et, en même temps, de considérer la qualité de l'étude. Cette méthode d'évaluation à l'aide de points attribués aux paramètres inflammatoires a montré, dans la mesure où on ne souffre pas d'une allergie au lait, un léger effet anti-inflammatoire des produits laitiers, surtout chez les personnes présentant un métabolisme perturbé.

Cette étude a été publiée dans le cadre du COST Action FA1005 INFOGEST «Improving Health Properties of Food by Sharing our Knowledge on the Digestive Process». Des informations détaillées se trouvent dans la publication d'origine intitulée «Dairy Products and Inflammation: A Review of the Clinical Evidence» en cliquant sur ce lien.

Renseignements

Dr Guy Vergères, responsable du groupe de recherche
Biologie nutritionnelle et fonctionnelle
Schwarzenburgstrasse 161, CH-3003 Berne
guy.vergeres@agroscope.admin.ch
+41 (0)58 463 81 54

Régis Nyffeler, Service médias
Corporate Communication Agroscope
Schwarzenburgstrasse 161, CH-3003 Berne
regis.nyffeler@agroscope.admin.ch
+41 (0)58 462 55 72

www.agroscope.ch