

**Forces et faiblesses de l'épidémiologie nutritionnelle
Conférence du 26 mars 2019**

Chaque jour ou presque, les résultats d'enquêtes épidémiologiques sont bruyamment commentés dans les médias, sur les blogs, et fondent parfois des décisions politiques. Des débats pas toujours sereins se développent sur le rôle supposé, possible ou avéré de certains aliments ou de certaines modalités alimentaires sur la santé.

Le FFAS a souhaité mettre l'accent sur les forces mais aussi les faiblesses inhérentes à l'épidémiologie en matière de nutrition, source parfois d'interprétations trompeuses et d'emballage médiatique inapproprié, en conviant Catherine Féart, Chargée de recherche INSERM U1219 Université de Bordeaux, à rappeler quelques-uns des biais et des difficultés spécifiques à la recherche en nutrition, susceptibles assez souvent d'en relativiser les conclusions.

L'approche épidémiologique apparaît comme indispensable à la recherche des liens entre aliments/alimentation et événements de santé de toute sorte, mais elle est rarement capable d'affirmer un lien de causalité. C'est particulièrement le cas des études d'associations (cas/témoin ou cohorte prospective). Quant aux méta-analyses qui regroupent les résultats de plusieurs études, elles n'ont de valeur que si celles-ci ont porté, avec des méthodes très proches, sur des populations similaires, ce qui n'est pas toujours le cas. Les études d'intervention sont plus performantes mais difficiles à réaliser en double insu dans le cadre d'une alimentation conventionnelle.

La nutrition et l'alimentation sont en effet des domaines très complexes où isoler l'effet propre d'un nutriment, d'un aliment ou d'un profil alimentaire au sein d'interactions multiples, pose des problèmes, sources de nombreux biais parfois difficiles à éviter :

- Biais de sélection (état nutritionnel préalable des populations testées par exemple ou variation de l'exposition dans le temps)
- Biais de confusion nécessitant des ajustements multiples sur les autres facteurs, nutritionnels ou non, susceptibles d'intervenir, dans un sens ou dans l'autre, sur l'effet recherché. Il n'est pas toujours possible de tous les identifier.
- Biais de classification lié à la difficulté de mesurer précisément l'exposition à un facteur alimentaire donné, en raison des résultats approximatifs tirés des enquêtes alimentaires et de l'imprécision des tables de composition des aliments.

L'expression des résultats est le plus souvent formulée sous la forme de l'augmentation ou de la diminution d'un risque (risque relatif) : une élévation du risque relatif, même significative, peut manquer de signification clinique si le risque absolu est lui-même faible.

Catherine Féart a illustré quelques-unes de ces difficultés en présentant les études actuelles sur les effets des régimes dits « méditerranéens » sur la prévention du vieillissement cérébral pathologique.

À l'issue de cette conférence, se dégage le constat que l'appréciation de la valeur des études d'épidémiologie nutritionnelle, l'interprétation de leurs résultats et leur diffusion médiatique requiert d'examiner en profondeur la façon dont elles ont été réalisées et ne pas se contenter d'un résumé qui parfois ne reflète pas complètement la réalité.

L'intégralité de la conférence peut être consultée sur le site internet du FFAS : <http://alimentation-sante.org/>

Service de Presse du Fonds Français pour l'Alimentation et la Santé :

Vivactis Public Relations - Houney Touré Valogne

LD : 01 46 67 63 55 – Port : 06 10 80 72 96

h.toure-valogne@vivactis-publicrelations.fr