

29.08.2013 - 09:10 Uhr

Pourquoi l'arrêt du tabac entraîne une prise de poids

Bern (ots) -

La plupart des fumeuses et des fumeurs prennent quelques kilos lorsqu'ils cessent de fumer. Cela ne s'explique non pas par un apport calorique supérieur, mais par la modification de la composition de la flore intestinale après l'arrêt du tabac. Telle est la conclusion d'une étude soutenue par le Fonds national suisse de la recherche scientifique (FNS).

Lorsque les fumeuses et les fumeurs disent adieu à la cigarette, 80 pour cent d'entre eux prennent en moyenne sept kilos. Leur poids augmente, même s'ils ingèrent la même quantité ou même moins de calories que lorsqu'ils fumaient. A quoi cette prise de poids est-elle due? A la modification de la composition de la diversité bactérienne dans les intestins, répond l'équipe de chercheurs réunie autour de Gerhard Rogler de l'Hôpital universitaire de Zurich. Comme ils l'ont publié récemment dans le magazine spécialisé «PLoS One» (*), les souches de bactéries qui prédominent également dans la flore intestinale des personnes obèses prolifèrent après l'arrêt du tabac.

Comparaison d'échantillons de selles

Gerhard Rogler et ses collègues de l'étude suisse de cohorte des maladies inflammatoires chroniques de l'intestin (Swiss IBD cohort study) ont étudié le patrimoine génétique des bactéries intestinales présent dans les matières fécales et se sont intéressés aux quatre échantillons de selles récoltés auprès de vingt personnes différentes sur une période de neuf semaines. Les sujets de l'étude étaient cinq non-fumeurs, cinq fumeurs et dix personnes ayant entamé un sevrage tabagique une semaine après le début de l'étude. Tandis que dans les excréments des fumeurs et des non-fumeurs, la diversité bactérienne a peu évolué au cours de cette période, l'arrêt du tabac a engendré de grands changements dans la composition de la flore intestinale microbienne. Les microbes des souches protéobactéries et bactéroïdètes se sont étendus au détriment des représentants des souches firmicutes et actinomycètes. Parallèlement, les sujets qui avaient arrêté de fumer ont pris en moyenne 2.2 kilos, même s'ils n'avaient en rien modifié leurs habitudes alimentaires et en matière de boisson (si ce n'est le fait qu'en moyenne, ils consommaient un peu plus d'alcool vers la fin de l'étude qu'avant l'arrêt du tabac).

Extraction plus efficace

Les résultats corroborent ceux d'études précédentes réalisées sur des souris, explique Gerhard Rogler. Il y a quelques années, des scientifiques ont transplanté des matières fécales de souris obèses dans l'intestin de souris de poids normal. Ils ont alors observé une augmentation des souches de protéobactéries et de bactéroïdètes dans la flore intestinale, ainsi qu'une prise de poids chez les souris traitées. Apparemment, la nouvelle flore intestinale était plus efficace pour extraire les calories présentes dans la nourriture. Gerhard Rogler et ses collègues présumant que le même effet se produit chez les sujets de leur étude. La flore intestinale dont la composition a évolué après l'arrêt du tabac fournit probablement plus d'énergie au corps, ce qui engendre une prise de poids chez les fumeurs récemment sevrés.

(*) L. Biedermann, J. Zeitz, J. Mwinyi, E. Sutter-Minder, A. Rehman, S. Ott, C. Steurer-Stey, A. Frei, P. Frei, M. Scharl, M. Loessner, S. Vavricka, M. Fried, S. Schreiber, M. Schuppler and G. Rogler (2013). Smoking cessation induces profound changes in the composition of the intestinal microbiota in humans. PLoS One online. doi: 10.1371/journal.pone.0059260 (Manuscript disponible auprès du FNS; e-mail: com@snf.ch)

Etude suisse de cohorte IBD

Des hôpitaux spécialisés, des médecins installés en cabinets privés et des instituts universitaires se sont associés dans le but de mieux comprendre les maladies inflammatoires chroniques intestinales (en anglais: «Inflammatory Bowel Diseases» ou IBD). Ils collectent actuellement les données médicales de près de 2000 patients qui participent à cette étude à long terme. Depuis 2005, l'étude est soutenue par le Fonds national suisse.

Le texte de ce communiqué de presse est disponible sur le site Internet du Fonds national suisse : www.fns.ch > Médias > Communiqués de presse

Contact:

Prof. Dr. Gerhard Rogler
Klinik für Gastroenterologie und Hepatologie
Universitätsspital Zürich
Rämistrasse 100
CH-8091 Zurich
Tél.: +41 (0)44 255 94 77
E-Mail: Gerhard.Rogler@usz.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100002863/100742928> abgerufen werden.