

Les intolérances alimentaires

Prof. François Spertini

Médecin-chef du service d'immunologie et allergie - CHUV

Conférence de mercredi 2 novembre 2016, Sierre, Hôtel de Ville

Voilà une curieuse maladie qu'on identifie si difficilement que beaucoup de gens s'interrogent sur sa réalité; ne serait-ce pas un effet de ces fantômes qui hantent les esprits tourmentés, ou alors un effet de mode?

Rien d'étonnant à ces interrogations: certaines intolérances alimentaires revêtent des formes si variées que ceux qui en souffrent ont de la peine à pointer le doigt sur l'origine de leur malaise. C'est particulièrement le cas de l'intolérance au gluten qui provoque indifféremment des constipations et des diarrhées, des ballonnements, de l'insomnie, des migraines, voire des rhinites persistantes, diverses maladies de la peau.

Rien à voir donc avec une allergie printanière aux bourgeons précoces, ou encore avec l'urticaire consécutive à la consommation de fraises, fragilités clairement identifiées et passagères.

L'intolérance au gluten ne peut être reconnue que par un médecin, utilisant une batterie de tests ad hoc. Cette détection intervient souvent assez tard, soit lorsque la maladie céliaque est déjà bien installée. Il s'agit d'une défaillance de l'intestin qui perd sa villosité et qui ne parvient plus à assurer son office.

La rééducation de l'intestin est assez longue. Elle postule le bannissement de tous les produits contenant du gluten (fraction protéique du grain de la plupart des céréales). Et il s'agit d'un renoncement à vie. Toute infraction à cette règle d'abstinence relancera la maladie sans le moindre doute. Il faut toutefois ajouter que le commerce propose de très nombreux produits de substitution qui occupent une place croissante dans le linéaire des supermarchés et dans les boutiques diététiques.

Tous les types d'intolérance connaissent un haut niveau de transmission génétique. Lorsque l'un des parents est porteur de cette défaillance, il y a donc une forte présomption que les enfants présentent d'emblée cette même fragilité. Dans les autres cas, il semble que les premiers symptômes de maladie céliaque apparaissent aux approches de la cinquantaine.

La proportion de malades, reconnus comme tels, avoisine 1% de la population en Suisse, avec une prévalence chez les hommes. C'est donc loin de la maladie imaginaire que certains s'obstinent à pointer du doigt.

Le professeur François Spertini s'est formé à la biologie, avant d'aborder l'immunologie dont il est l'un des grands spécialistes du pays. Après des études de base à Lausanne et Genève, il s'est spécialisé dans diverses universités américaines où il s'est ensuite adonné à la recherche fondamentale.