



UNIVERSITÉ
DE GENÈVE



Hôpitaux
Universitaires
Genève

Pendant la grossesse, difficile de ne pas manger n'importe quoi !

Selon des chercheurs genevois et britanniques, un tiers des femmes enceintes perdent le contrôle de leur alimentation, un comportement qui peut avoir des conséquences à long terme sur leur enfant.



© UNIGE

Nadia Micali, professeure au Département de psychiatrie de la Faculté de médecine de l'UNIGE et nouvelle cheffe du service de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent des HUG.

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Genève | 4 juin 2018

ATTENTION: sous embargo jusqu'au 5 juin 2018, 1h01 heure locale

Beaucoup de choses changent pendant la grossesse, y compris, bien souvent, la façon de se nourrir. Une étude menée pendant plus de 15 ans par l'Université de Genève (UNIGE), les Hôpitaux universitaires de Genève (HUG) et le University College de Londres sur plus de 11'000 femmes et leurs enfants révèle ainsi que plus d'un tiers d'entre elles ont exprimé une perte de contrôle de leur alimentation, craquant répétitivement sur de la «junk food» nutritionnellement peu intéressante. Outre quelques kilos en trop, ce comportement alimentaire peut avoir un effet à long terme sur la santé de leurs enfants, en allant jusqu'à doubler leur risque d'obésité. En cause ? Une possible perturbation in utero des mécanismes métaboliques induite par cette alimentation anarchique. Des résultats à lire dans le *American Journal of Clinical Nutrition*.

Si les conseils nutritionnels sont nombreux, les femmes enceintes savent combien il est difficile de les suivre à la lettre. Mais quelles en sont les conséquences à long terme ? Afin de mieux comprendre les troubles de l'alimentation propres à la grossesse, Nadia Micali, professeure au Département de psychiatrie de la Faculté de médecine de l'UNIGE et nouvelle cheffe du service de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent des HUG, avec ses collègues londoniens, a analysé les données d'une grande étude longitudinale incluant 11'132 femmes du Comté de Avon, au Royaume-Uni. «Cette cohorte très importante s'est révélée riche d'enseignements sur le comportement alimentaire de ces femmes au moment de leur grossesse, mais aussi sur leurs enfants, quinze ans après leur naissance. Notre étude est la première à mettre en évidence un lien direct, et à très long terme, entre des troubles apparemment bénins du comportement alimentaire durant la grossesse et la santé des enfants», souligne Nadia Micali, qui a dirigé ces travaux.

Une question de quantité, mais aussi de qualité

Les femmes ont rempli un questionnaire sur la fréquence alimentaire à 32 semaines. Le gain de poids pendant la grossesse et le poids à la naissance ont été obtenus à partir des dossiers médicaux. Sur les 36,3 % des femmes ayant rapporté avoir eu le sentiment de perdre le contrôle sur la nourriture, plus de 5% ont souffert de ce trouble de manière particulièrement aiguë. Elles ont pris en moyenne 3,5 kg de plus pendant la grossesse que les autres femmes, donnant naissance à des enfants plus lourds. Quinze ans après, leurs enfants avaient deux fois plus de risques d'être obèses ou en surpoids.

De plus, si les femmes concernées ingéraient plus de calories, et de manière désordonnée, elles consommaient aussi des aliments de

Illustration haute définition

mauvaise qualité nutritionnelle : gâteaux, snacks salés, chocolat et autre «junk food». Elles avaient par conséquent un apport plus faible en vitamines A, C, B1, B6 et en acide folique, des micronutriments indispensables au bon développement du fœtus. «Et c'est peut-être là que se situe la clé du problème», indique Nadia Micali. «Ces carences vitaminiques et cette alimentation déséquilibrée pourraient en effet avoir un impact sur la construction du métabolisme du futur bébé, le prédisposant avant sa naissance au développement de l'obésité.» Les chercheurs vont poursuivre leurs travaux afin de mieux comprendre les mécanismes biologiques à l'œuvre.

Pour une meilleure prise en charge des troubles des conduites alimentaires

Toutes les femmes enceintes peuvent être concernées, sans distinction sociale, d'âge, du nombre de grossesses ou encore de la présence de troubles des conduites alimentaires avant la grossesse. «Si la perte de contrôle sur l'alimentation pendant la grossesse est courante, ses effets délétères ne doivent pas pour autant être négligés», indique Nadia Micali, qui a mené de nombreuses recherches sur les troubles de l'alimentation chez les femmes enceintes. Elle poursuit : «En effet, un poids gestationnel important augmente non seulement le risque d'obésité chez les enfants, mais aussi chez les mères après la grossesse. Nos résultats soulignent le besoin urgent de mieux identifier les mères à risque et de mieux les soutenir, sans tomber dans une culpabilisation qui ne pourrait qu'être délétère et contre-productive.»

La professeure Micali est une spécialiste reconnue des divers troubles des conduites alimentaires. Sa récente arrivée à l'UNIGE et aux HUG renforce l'expertise genevoise dans la prise en charge de ces troubles, dont l'incidence augmente chaque année un peu plus.

contact

Nadia Micali

Professeure au Département de psychiatrie
Faculté de médecine de l'UNIGE
Cheffe du service de psychiatrie de l'enfant et
de l'adolescent des HUG

+41 22 372 89 50
Nadia.Micali@hcuge.ch

DOI: 10.1093/ajcn/nqy040

UNIVERSITÉ DE GENÈVE **Service de communication**

24 rue du Général-Dufour
CH-1211 Genève 4

Tél. +41 22 379 77 17

media@unige.ch
www.unige.ch