

Table ronde sur les enjeux de la nutrition

Guy DUCROUX, bénévole de l'association A.R.Tu.R.

Dr Bernard ESCUDIER, oncologue, Gustave Roussy – Villejuif

Dr Bruno RAYNARD, gastro-entérologue, Gustave Roussy – Villejuif

Rabia SHIH, diététicienne, CHU Saint Denis

Rabia Shih suit de nombreux patients qui sont en phase de dénutrition, qui subissent des nausées, des vomissements, qui ont une perte d'appétit ou une altération du goût.

Son rôle est d'aider ces patients sans leur imposer de régime contraignant, tout en suivant les recommandations du réseau NACRe (Réseau National Alimentation Cancer Recherche).

Ce qui est important, c'est d'enrichir et de fractionner les repas en respectant les habitudes alimentaires et le mode de vie, la culture de chacun. C'est un travail, un échange avec les patients.

Elle en rencontre certains présentant des phobies alimentaires, qui ont par exemple arrêté de manger de la viande alors qu'ils le faisaient volontiers, que c'était un plaisir pour eux.

De la même façon, il faut savoir que le régime cétogène conduit à réduire considérablement le taux de sucre absorbé, et donc la quantité de fruits autorisée quotidiennement. Sur ce point, Guy Ducroux nous informe qu'il consomme 30g de framboises le matin et un quart de pomme le midi, c'est peu mais cela permet de consommer des fruits ainsi que de respecter la quantité quotidienne de glucides du régime.

Rabia Shih nous rappelle que c'est l'excès en général qui est nocif, pas tel ou tel type d'aliment particulier, et qu'en cas de carence en protéines animales par exemple, il faut compenser par d'autres types de protéines.

En septembre dernier, un symposium sur la nutrition a été organisé à Gustave Roussy par le docteur Escudier, avec la participation de chercheurs du monde entier qui travaillent sur ce sujet.

Il y a peu de publications convaincantes, mais des patients du Dr Escudier qui ont essayé le régime cétogène ou le jeûne ont un retour positif sur ces expériences et notamment sur la tolérance des traitements, le convainquant que, même si leur efficacité n'est pas prouvée, ces régimes ne sont pas dangereux sur les patients. Une étude sera probablement mise en place prochainement afin de savoir si l'association du régime cétogène à un traitement en améliore l'efficacité et la tolérance.

Le patient doit être à l'écoute de son corps car il est capable d'avoir un ressenti sur son état global au cours du traitement. Or, celui-ci est très peu pris en compte dans l'évaluation de la toxicité.

Le Dr Bruno Raynard et son équipe n'interdisent pas le régime cétogène à leurs patients car le ressenti est positif. Il pourrait en être de même pour d'autres pratiques alimentaires à condition que les patients y trouvent un bénéfice même subjectif. C'est le ressenti qui compte et si le patient se sent bien, c'est le plus important.

Il est nécessaire pour le corps médical d'acquérir une expérience via les patients.

Guy Ducroux estime qu'en France, il n'y a pas d'études sur le régime cétogène et le jeûne alors qu'en Europe ou aux Etats-Unis, il y en a énormément sur ce sujet. Il estime que les médecins français sont trop cartésiens pour laisser le libre arbitre au patient et lui laisser faire le régime cétogène. Le Dr Escudier rebondit sur ces paroles, en rappelant le symposium sur la nutrition organisé récemment et l'étude qui sera mise en place prochainement. Il précise également que lors de l'ASCO, aucun sujet ne traite du régime cétogène et du jeûne.

Les quelques données qui sortent aujourd'hui sur ce sujet vont à l'encontre de ce qu'on savait déjà. Les cellules tumorales modifient leur métabolisme et peuvent même se nourrir de corps gras. Il faut faire des études complémentaires, dont le coût est important ; il faut également se préparer à accepter que celles-ci puissent s'avérer négatives.

Une personne a constaté des insomnies lors du régime cétogène qui se sont interrompues à l'arrêt du régime. Le docteur Raynard fait remarquer qu'un de ses patients a eu l'inverse, et a constaté, au contraire, mieux dormir après avoir commencé ce régime.

Il est question aussi d'une carence possible avec le régime cétogène. C'est possible, mais s'il y a une variété alimentaire, le risque de carence est atténué.

En conclusion, il est important de retenir que le choix d'un régime importe peu, c'est la motivation du patient qui est importante et le respect de ses choix, de ses envies, de sa culture, de son mode de vie.

Il est rappelé que l'activité physique a également un rôle important, et qu'elle évite entre autres, la perte musculaire qui peut être la conséquence d'un changement de régime alimentaire.

Compte-rendu rédigé par Sylvie Maudry, bénévole de l'association A.R.Tu.R. Ce compte-rendu est la propriété d'A.R.Tu.R. et ne peut être utilisé que pour un usage strictement privé. Toute autre utilisation est interdite sans autorisation préalable d'A.R.Tu.R.