

SOIGNER LE MICROBIOTE POUR LIMITER LES DÉGÂTS DE L'ALCOOLISME

Publié le 27 octobre 2014



Le microbiote intestinal et l'alcool entretiennent des relations troublantes. Chez certains patients alcooliques, la perturbation de cette "flore intestinale" peut accentuer l'envie de boire mais aussi les épisodes dépressifs et anxieux.

« Cette modification du [microbiote](#) semble même être associée à une forme plus sévère de dépendance à l'alcool et à un risque de rechute plus élevé après un programme de désintoxication de trois semaines », indique Sophie Leclercq, diplômée en sciences biomédicales et doctorante à [LDRI-UCL](#) (Unité de métabolisme et nutrition).

Une plus grande perméabilité intestinale

[Ses travaux](#) indiquent que tous les patients alcooliques ne présentent pas nécessairement de modification de composition et de fonction du microbiote intestinal. « Par contre, chez les personnes qui souffrent de cette altération du microbiote », précise la chercheuse, « on remarque une augmentation de la perméabilité intestinale. La paroi de l'intestin laisse alors passer davantage de toxines dans le sang. Ce qui peut conduire à des épisodes inflammatoires ».

Les travaux de la scientifique ne permettent pas de dire si cette modification du microbiote existait chez les patients avant l'intoxication ou si elle résulte de la surconsommation d'alcool.

L'axe cerveau-intestin

« Depuis peu, on sait que les bactéries intestinales peuvent « communiquer » avec le cerveau et induire des changements de comportement », rappelle aussi la chercheuse.

[Une autre étude](#) menée à l'UCL, réalisée en collaboration avec le Pr Peter Starkel (service d'hépatogastroentérologie), et publiée en début d'année suggèrent que ces changements de la fonction barrière de l'intestin peuvent agir sur le cerveau, par l'intermédiaire de changements de l'inflammation sanguine, précisément.

Dans l'étude de Sophie Leclercq, ce type de communication entre l'intestin et le cerveau se confirme. « Mais ce mécanisme liant l'intestin au cerveau n'est pas le seul », souligne la scientifique. « Actuellement, on explore aussi le rôle du nerf vague dans cette communication ».

Les probiotiques à la rescousse

« L'addiction à l'alcool est une problématique bio-psycho-sociale à l'origine multifactorielle », rappelle l'Université Catholique de Louvain. « D'un point de vue biologique, les hypothèses avancées jusqu'à présent se sont essentiellement penchées sur la possibilité d'effets directs de l'alcool sur le cerveau où il modifie l'équilibre des neurotransmetteurs ».

Les traitements pharmacologiques actuels proposés aux alcooliques visent à rééquilibrer les neurotransmetteurs cérébraux. Leur efficacité est loin d'être parfaite. Les résultats obtenus dans cette recherche ouvrent de [nouvelles pistes thérapeutiques ciblant l'intestin](#) et non plus le cerveau, dans le traitement de la dépendance à l'alcool. « Des pistes qui passent par la modification des habitudes alimentaires, notamment par la consommation de pro et de prébiotiques », conclut la scientifique.

Les Belges et l'alcool

[Un volet de l'enquête de santé réalisée en 2008 en Belgique](#) permet de chiffrer la consommation d'alcool dans le pays.



Pourcentage de la population (de 15 ans et plus) qui consomme quotidiennement de l'alcool, par sexe et par âge. Enquête de santé, Belgique, 2008

11 verres de boissons alcoolisées par semaine est la consommation moyenne du Belge.

8 % de la population présentent une surconsommation alcoolique. C'est-à-dire une consommation qui dépasse les recommandations de l'OMS, soit plus de 14 verres par semaine pour les femmes et 21 verres par semaine pour les hommes.

12 % de la population âgée de 15 ans et plus consomment quotidiennement de l'alcool. Le nombre relatif d'individus qui ont présenté une consommation problématique (tendance à la dépendance) augmente de manière constante au fil des années: 7% en 2001, 8% en 2004 et 10% en 2008.

Les indicateurs de consommation alcoolique évoqués sont tous plus typiquement masculins. Ainsi, les hommes sont plus nombreux que les femmes à boire de l'alcool (84% contre 77%), à boire tous les jours (16% contre 9%), à boire de plus grandes quantités (13 verres par semaine contre 8) ou à surconsommer (10% contre 6%).

La consommation d'alcool est plus commune en Région flamande (83% des habitants) qu'en Région wallonne.