

8 février 2015

La mode du sans gluten agace les médecins

Des personnalités du showbiz mais aussi des joueurs de tennis comme Novak Djokovic ou Jo-Wilfried Tsonga l'ont essayé ou adopté pour perdre du poids, améliorer leurs performances ou leur état de santé : la vogue grandissante du sans gluten agace médecins et patients atteints d'une «véritable» intolérance.

Le marché explose

«Il n'existe aucune explication rationnelle, ni aucun bénéfice démontré chez des gens qui ne se plaignent de rien», résume le Pr Christophe Cellier, gastro-entérologue à l'Hôpital européen Georges Pompidou (HEGP).

La situation est en revanche très différente pour les personnes qui souffrent de la maladie coliaque ou «intolérance au gluten», qui détruit l'intestin grêle en entraînant des carences et une dénutrition.

Le gluten est un mélange de protéines insolubles qui donnent du volume et de l'élasticité aux produits de boulangerie. On le trouve dans le blé, l'orge, l'avoine et le seigle, des céréales utilisées principalement dans le pain, les pâtisseries et les pâtes, mais également dans de nombreux plats préparés.

La maladie coliaque toucherait aujourd'hui entre 0,5 et 1% de la population occidentale (entre 300.000 et 600.000 personnes en France), selon les estimations les

Mais à côté de ces patients, un nombre croissant de personnes affirment aller mieux lorsqu'elles suivent un régime sans gluten.

Le nombre de personnes qui se disent sensibles au gluten, il ne cesse d'augmenter. En France, les ventes des produits sans gluten en grande surface sont en pleine croissance : +29% en 2012, +32% en 2013 et +42% en 2014, selon la société d'études de marché Iri France.

Mais la vogue du sans gluten ne facilite pas la tâche des médecins appelés à diagnostiquer la maladie coliaque, ni la vie des malades.

Pour Catherine Remilleux-Rest, la vice présidente de l'association française des intolérants au gluten (Afdiag) qui organisait un colloque sur le sujet il y a quelques jours à Marseille, la fièvre anti-gluten est en train de «banaliser» la maladie coliaque. Or il s'agit d'une affection grave obligeant à suivre un régime très contraignant à vie.

santé