



[pèse de plus en plus sur la santé](#). Tristan Nitot via Flickr CC License by CC

Connexions en Wi-Fi gratuite

Box Auto

mentions orange

Les pouvoir publics sont en alerte. «Nash», n'est pas due aux boissons alcooliques mais consommation de sucres, se répand rapide monde, dans le sillage du diabète et de l'obésité : modifier nos comportements.

Outre-Atlantique, on l'a baptisée «Nash»: *Non alcoholic steato hépatite non-alcoolique* ou, mieux cirrhose en devenir que consommation de boissons alcooliques. On pourrait aussi, de manière plus prosaïque «gras». Certains, en France, préfèrent «*stéato-hépatite métabolique*». [Vlad Ratziu](#), spécialiste d'hépatologie au groupe hospitalier Pitié-Salpêtrière, parle encore de NAFLD (*Non-alcoholic fatty liver disease*).

Beaucoup de mots pour une seule entité ; une pathologie dont l'existence inquiète les spécialistes et les responsables de santé publique. En France, un terme franco-américain lui est consacré [qui se tiendra à l'Institut Pasteur](#) le 24 juin. Il y a quelques jours une [publication lui était consacrée dans le journal](#).



À LIRE AUSSI
[Le sucre est-il une substance addictive?](#)
LIRE

Reflet de nombre de nos comportements alimentaires, le foie est un organe qui ne trompe guère. On le sait depuis longtemps avec l'alcool. C'est donc aussi vrai avec le sucre. En pratique la stéatose hépatique non alcoolique est une maladie dont le diagnostic repose sur :

- des anomalies du bilan hépatique visibles à partir d'un simple examen de sang (augmentation du taux de [transaminases](#) ou de [Gamma GT](#);

Slate.fr présente son dossier

/ Innovation

DONNONS L'IMPULSION AU PROGRÈS AVEC

edf pulse

EN SAVOIR PLUS

- des anomalies du tissu hépatique visibles à partir d'une biopsie;
- l'apparition de ces éléments chez une personne qui n'a pas d'autres maladies du foie (d'origine virale, auto-immune, génétique ou toxique) et surtout qui ne souffre pas d'une dépendance à l'alcool.

Accumulation de graisses
Chez les personnes atteintes l'analyse de la biopsie hépatique met en évidence la présence de graisses ([stéatose](#)) dans le foie accompagnée de lésions cellulaires inflammatoires (hépatite). «*Chez un malade sur trois, l'évolution se fait, à différents degrés, vers une cirrhose, ce qui favorise l'apparition d'un cancer du foie*», résumant les spécialistes du [centre hépato-biliaire Paul-Brousse \(Villejuif\)](#).



Par **Jean-Yves Nau**
Journaliste
Sa bio, ses [687 articles](#)



Chez un malade sur trois, l'évolution se fait vers une cirrhose, ce qui

favorise l'apparition d'un cancer du foie

Les spécialistes du centre Paul-Brousse

En France, un adulte sur cinq aurait un foie atteint de stéatose

La liste des catégories de boissons dont la mise à disposition est interdite sera fixée par un arrêté ministériel

Les facteurs de risque d'apparition et de développement de la stéato-hépatite non-alcoolique sont désormais bien connus : surpoids (indice de masse corporelle supérieur à 25 kg/m²), hyperglycémie à jeun (supérieure à 6,1 mmol/l), hypertriglycéridémie (supérieure à 1,7 mmol/l) ; « adiposité centrale » (tour de taille supérieur à 88 cm pour les femmes et supérieur à 102 cm pour les hommes) ; un taux sanguin bas d'HDL-cholestérol bas (inférieur à 0,5 g/l pour les femmes et inférieur à 0,4 g/l pour les hommes).

Il ne semble pas y avoir, ici, une cause unique. L'une d'entre elles est une pathologie du métabolisme appelée « résistance à l'insuline ». Elle se traduit, le plus souvent chez les personnes en surpoids, par le fait que leur organisme synthétise une grande quantité d'insuline circulante (hyper-insulinémie) pour réduire la concentration de sucre dans le sang. Ce déséquilibre peut rester silencieux pendant des années jusqu'à ce que les capacités sécrétrices du pancréas en insuline s'épuisent. Les taux sanguins d'insuline diminuent, ceux de glycémie augmentent. C'est l'apparition progressive d'un diabète de type II tandis que l'hyper-insulinémie bouleverse le métabolisme des cellules du foie en y provoquant une accumulation de graisses (stéatose).

Diabète et obésité

Sans être original, [le traitement est difficile à mettre en œuvre](#), comme celui de toutes les maladies chroniques longtemps silencieuses. Avant le stade de la cirrhose, il consiste à contrôler au mieux chacun des facteurs de risque. En pratique, cela consiste à limiter autant que faire se peut le surpoids (via les régimes et les exercices physiques) et à combattre l'insulino-résistance (via des médicaments qui améliorent la sensibilité des tissus périphériques à l'insuline). Arrivé au stade de la cirrhose, la prise en charge se complique comme c'est le cas dans les cirrhoses d'origine alcoolique. Dans les cas les plus graves, on peut arriver jusqu'à la greffe de foie.

On mesure encore mal, en France, le poids montant de cette maladie chronique. Daté de 2012, [un rapport de la «World Gastroenterology Organisation» dresse un inquiétant état des lieux](#).

«La Nash est une maladie hépatique chronique de plus en plus répandue avec une distribution mondiale et qui est étroitement liée au diabète et à l'obésité, qui ont toutes deux atteint les proportions d'une épidémie. On estime qu'il y a au moins 1,46 milliard d'adultes souffrant d'obésité dans le monde. Et environ 6 millions de personnes aux États-Unis ont montré une progression vers une Nash tandis que 600.000 souffrent d'une cirrhose liée à une Nash.

Il existe des différences culturelles et géographiques importantes dans la prévalence de l'obésité [...] Aux États-Unis, l'obésité est particulièrement épidémique dans les groupes socio-économiques peu favorisés qui se nourrissent en grande partie d'aliments riches en graisses et en calories (restauration rapide...). Le contraire se rencontre dans beaucoup de pays pauvres où la prévalence de l'obésité est plus marquée dans les populations aisées et mieux éduquées. Entre 30% et 50% des adultes américains auraient aujourd'hui un foie trop gras.»

Les fontaines de soda bientôt interdites

En France, et au vu du nombre de personnes obèses ou en surpoids, certains estiment déjà qu'un adulte sur cinq a un foie atteint de stéatose. Une épidémie directement liée à une alimentation trop riche en graisses et en fructose, hautement toxique pour les cellules hépatiques. Les habitudes médicales font que cette entité, longtemps sans symptômes, n'est pas encore perçue comme une priorité. La surveillance se fait de manière segmentée : artériosclérose, diabète, système cardio-vasculaire. Et le foie, qui peut résister longtemps aux souffrances que l'alimentation lui impose, demeure le grand oublié – du moins quand l'alcool n'est pas dans le paysage.



À LIRE AUSSI

[Les boissons sucrées augmentent le risque d'obésité? Ça dépend qui paye l'étude](#)

LIRE

S'intéresser à la Nash, c'est de fait, mettre la lumière sur une autre addiction également redoutable et nettement plus sournoise : [la dépendance au sucre](#). Il y a quelques semaines, en première lecture du projet de loi de modernisation du système de santé les députés ont adopté un amendement prohibant les « fontaines de soda » dans les espaces publics :

«La mise à disposition en libre service, payant ou non, de fontaines proposant des boissons avec ajout de sucres ou d'édulcorants de synthèse est interdite en tous lieux ouverts au public ou recevant du public.»

La liste des catégories de boissons dont la mise à disposition est interdite sera fixée par un arrêté ministériel. Ce texte doit encore être voté par le Sénat. On peut y voir le premier signe, bien timide, d'une prise de conscience, par les politiques, d'une nouvelle menace sanitaire.

Jean-Yves Nau