

## **DIETARY CHOLESTEROL: FRIEND OR FOE? CHOLESTÉROL ALIMENTAIRE : AMI OU ENNEMI ?**

### **Cholestérol : ami ou ennemi ?**

Dans l'esprit du public, comme, il faut bien le dire, dans l'esprit et la pratique de beaucoup de médecin le « cholestérol » est souvent considéré comme l'ennemi public numéro un, principal vecteur de l'athérosclérose et donc des maladies cardiovasculaires. Son dosage dans le plasma fait partie de la routine du moindre « check-up » demandé par les patients ; de multiples régimes sont proposés à ceux qui en ont « trop ».

Le GLN a souhaité pour son colloque 2014 s'intéresser à des aspects un peu moins connus du cholestérol, notamment celui que contiennent nos aliments, que le rôle de facteur de risque majeur, mais non unique, du cholestérol LDL (le « mauvais » !) pour les maladies cardiovasculaires.

On retiendra plusieurs leçons des textes qui composent ce numéro d'*OCL* :

Tout d'abord que, contrairement à une idée reçue, un apport relativement important en cholestérol au début de la vie semble protéger les adultes contre l'hypercholestérolémie et le risque de maladies cardiovasculaires, notamment par l'intermédiaire d'une programmation précoce du métabolisme du cholestérol. Les laits infantiles actuels, essentiellement à base de graisses végétales, sont bien plus pauvres en cholestérol que le lait maternel. Se trouve ainsi posée la question de leur enrichissement. Question importante, même si la réponse qu'y apporte J-C Martin est nuancée.

Autre question aux fortes implications pratiques : le cholestérol alimentaire est-il un facteur important de morbi-mortalité chez l'homme ? La revue de B. Hansel et Ph. Giral fait le point sur les difficultés qu'il y a à répondre à cette question tant les effets sur la cholestérolémie et sur les autres paramètres de l'athérogénèse chez l'homme sont variables, notamment en fonction du contexte alimentaire et des capacités d'absorption intestinale de chacun. Cependant le cholestérol alimentaire semble avoir perdu de son importance au cours du temps : en témoigne l'évolution récente des recommandations alimentaires dont certaines ne mentionnent même plus une quantité maximale à ne pas dépasser. Conséquence logique bien montrée par C. Simmoneau : il n'est plus possible en Europe de faire figurer sur les emballages des produits alimentaires la mention « sans cholestérol ».

En revanche, le blocage de l'absorption intestinale du cholestérol, surtout chez les hyperabsorbeurs semble tout à fait d'intérêt. F. Fumeron et les experts de l'Anses qui a rendu récemment un rapport sur les phytostérols et phytostanols documentent et résument les arguments pour ou contre l'usage de ces produits. Conclusion prudente qui n'est pas susceptible de remettre en question l'allégation accolée aux produits qui en contiennent, même s'il existe de nombreux non-répondeurs.

Enfin, beaucoup s'instruiront en lisant l'article que L. Bretillon et des chercheurs du CNRS et de l'Inra de Dijon consacrent au rôle capital du cholestérol dans la physiologie de la rétine et dans la physiopathologie de ses affections.

**Bernard Guy-Grand**  
Président du GLN