

UN LIEN ENTRE L'OBÉSITÉ ET L'INSÉCURITÉ

TORONTO | Les constats issus d'une nouvelle étude révèlent que le fait de se sentir en sécurité dans le quartier où l'on habite pourrait avoir une incidence sur notre poids.

Les chercheurs ont découvert que les mères de jeunes enfants étaient plus enclines à souffrir d'obésité lorsqu'elles éprouvaient de l'insécurité quant à leur sécurité.

« Nous nous sommes rendu compte que les mères qui se sentaient en sécurité dans le quartier où elles résidaient présentaient un indice de masse corporelle moins élevé et étaient moins susceptibles d'être obèses », relève le chef d'étude, la D^{re} Hillary Burdette, pédiatre à l'hôpital pour enfants de Philadelphie.

La chercheuse indique que la raison

pour laquelle être domicilié dans un quartier dangereux serait une source d'obésité résiderait dans le fait qu'on préfère généralement éviter d'y jouer dehors.

L'étude portait sur 2 400 mères d'enfants d'âge préscolaire de 20 villes états-uniennes. Le pourcentage de mères obèses passait de 37 % dans les quartiers les plus sécuri-

taires à 46 % dans les plus dangereux.

La sécurité a été mesurée à l'aide de questions sur l'exposition à des activités telles que le trafic de drogue et les gangs de rues, rapporte la spécialiste.

Un résumé de cette étude est publié dans le journal *Obesity*.

SANTÉ

PRÉVENTION DU CANCER

Produits naturels et médicaments : un mélange qui peut être dangereux

Les produits à base de plantes et d'herbes naturelles sont de plus en plus populaires auprès des consommateurs. Il est cependant important de prendre garde aux effets secondaires provoqués par ces produits, en particulier les personnes qui sont des utilisateurs réguliers de médicaments.

Un nombre toujours croissant de produits naturels sont vendus dans nos pharmacies, ou sur l'un ou l'autre des innombrables sites

internet vantant leurs supposés mérites contre une foule de symptômes ou de maladies.

Il faut cependant être très méfiant envers les prétendus effets bénéfiques de ces produits, tels que vantés par leurs fabricants.

Pas inoffensifs

Dans la grande majorité des cas, les études qui ont tenté de vérifier les effets positifs de ces

produits naturels n'arrivent tout simplement pas à confirmer ces bienfaits. Que ce soit l'effet de l'échinacée contre le rhume, l'amélioration des fonctions cérébrales par le ginkgo biloba ou encore la diminution des douleurs articulaires par la glucosamine, aucune étude n'est arrivée à observer une action thérapeutique supérieure à celle du placebo.

Il est également important de savoir que plusieurs produits naturels contiennent des molécules qui influent sur la façon dont notre corps transforme les médicaments pour les éliminer.

Des dangers

Par exemple, certains produits comme le millepertuis provoquent une augmentation de l'élimination de plusieurs médicaments, ce qui réduit leur efficacité.

Dans certains cas, ces interactions entre plantes médicinales et certains médicaments peuvent même être très dangereuses : le ginkgo biloba, par exemple, peut provoquer des hémorragies s'il est consommé avant une opération ou encore en même temps que l'aspirine, alors que la consommation de millepertuis par une femme qui utilise des contraceptifs oraux peut provoquer des hémorragies utérines.

Plusieurs exemples de ce type existent et toute personne qui prend des médicaments se doit d'être très prudente quant aux effets secondaires que peuvent provoquer ces produits naturels.

Toutes les personnes désireuses d'obtenir de l'information supplémentaire à ce sujet peuvent consulter la brochure d'Option consommateurs disponible dans plusieurs pharmacies ainsi qu'au www.option-consommateurs.org/psn-repertoire0504.html.



PHOTO D'ARCHIVES

■ Le cancer constitue un bon exemple de l'impact négatif que peuvent avoir les interactions entre les plantes médicinales et les médicaments.

Le cancer constitue un bon exemple de l'impact négatif que peuvent avoir les interactions entre les plantes médicinales et les médicaments.

Effets sur la chimiothérapie

Ces effets sont encore plus accentués par le fait que les patients atteints d'un cancer sont généralement plus enclins à essayer différentes combinaisons de remèdes et consomment souvent beaucoup plus de produits naturels que la population en général.

Par exemple, on estime que près de 60 % des patients sont des utilisateurs réguliers de ces produits, cette proportion atteignant même près de 80 % dans

certaines études. Ces observations doivent être prises au sérieux, car plusieurs produits naturels ont des effets importants sur la façon dont l'organisme transforme les médicaments de chimiothérapie et peuvent ainsi grandement réduire leur efficacité.

Les études réalisées jusqu'à présent indiquent que les personnes atteintes de cancer doivent particulièrement éviter les préparations de ginkgo biloba, d'échinacée, de ginseng (en particulier les femmes souffrant d'un cancer du sein), de kava et surtout celles à base de millepertuis, une plante qui diminue fortement l'efficacité de tous les médicaments de chimiothérapie.

Sans réglementation

L'inefficacité de plusieurs produits naturels ainsi que leur impact négatif sur l'action d'un grand nombre de médicaments couramment prescrits (Coumadin, Adalat et Cardizem, par exemple) ainsi que de chimiothérapie montrent qu'il ne faut pas prendre ces produits à la légère, surtout qu'ils sont généralement fabriqués sans réglementation ni contrôle de qualité précis.

Il faut surtout cesser de voir ces produits naturels comme des remèdes miraculeux, capables de soulager toutes les maladies : ce n'est pas parce qu'un produit est naturel qu'il est forcément bénéfique ou sans effet secondaire sur la santé.

Certains produits peuvent réduire l'efficacité des médicaments



Dr RICHARD BÉLIVEAU

Vous trouvez le contenu de cette chronique utile? Faites un don à www.richardbeliveau.org pour supporter nos recherches.

Vous trouvez le contenu de cette chronique utile? Faites un don à www.richardbeliveau.org pour supporter nos recherches.