

PR HENRI JOYEUX : « IL EST TEMPS DE SE PENCHER SUR LA QUESTION DE LA NUTRITION ! »

Le premier petit déjeuner-débat de la rentrée, organisé conjointement par la MTRL (Mutuelle pour Tous) et le Tout Lyon Affiches, accueillait un invité exceptionnel : le professeur Henri Joyeux, chirurgien oncologue et professeur des universités. Cet hôte de marque, fortement médiatisé, a axé sa conférence sur l'importance de la nutrition et de la prévention des maladies de civilisation, telles que diabète, obésité, cancers et autres maladies auto-immunes.

Entre deux passages télévisuels, le Pr Henri Joyeux a honoré le siège de la MTRL de sa présence, afin de partager sa vision de la médecine et l'importance d'une bonne nutrition dans la prévention de toute maladie dite de civilisation. « Il est vrai que les médecins prescrivent beaucoup de médicaments, parfois trop, mais il ne faut pas faire d'amalgame : on ne doit pas rejeter la chimie pour autant », a-t-il déclaré en préambule. Quoi qu'il en soit, les études prouvent que le choix d'une alimentation saine et équilibrée influe sur la bonne santé de l'être humain, et qu'il est plus que jamais temps de se poser les bonnes questions.

DE MAUVAISES HABITUDES ALIMENTAIRES DANS UN CAS DE CANCER SUR DEUX

« Entre 1970 et 1985, nous devons faire face à de véritables états de dénutrition », explique-t-il alors aux professionnels de la santé venus assister à son exposé. Un état de fait qui a introduit progressivement la nutrition artificielle, un « all in one » capable de diffuser par voie veineuse 24 nutriments au patient sous la forme d'un instantané. « Utile en oncologie lorsque l'alimentation



Le professeur Henri Joyeux prône une alimentation saine et équilibrée

est insuffisante ou impossible et chaque fois que l'état nutritionnel d'un malade est gravement atteint, il s'agit d'une amélioration notable, qui a entraîné une véritable prise de conscience : notre façon de s'alimenter semblerait bel et bien agir sur l'apparition ou non de certaines maladies, et pas seulement des cancers, mais aussi des maladies inflammatoires ». Dans pratiquement un cancer sur deux, on trouve de mauvaises habitudes alimentaires chez le patient, essentiellement de la surnutrition.

Le vaste domaine de la nutrition apparaît comme une discipline transversale, courant du pédiatre au gériatre, du stomatologue au pneumologue, du cancérologue au cardiologue... Toutes les spécialisations médicales ont une relation, si tenue soit-elle, avec le domaine de l'alimentation. D'où l'importance, pour les professionnels, de se pencher sérieusement sur la question. « Il s'agit-là d'un sujet majeur, et il

faut le faire savoir ! Le naturopathe, qui vise à équilibrer le fonctionnement de l'organisme par des moyens jugés naturels, en sait souvent plus que le médecin. Le problème, c'est que les choses sont toujours présentées de manière négative. Nous devons encore faire face à un réel problème de communication : les gens écoutent, mais ne suivent pas vraiment ce qu'on leur dit de faire, affirme Henri Joyeux. Il faut les faire rire, dédramatiser ! Ainsi ils retiendront les conseils et les appliqueront en chantant ! »

NOS CELLULES SE RÉGÈNÈRENT, C'EST UNE BONNE NOUVELLE

Il est aujourd'hui communément admis qu'il existe des profils pour chaque type de cancers. « On parle du nombre de morts mais jamais des causes des maladies, qui restent pourtant la problématique-phare, se désolé le professeur. Je crois que la prévention, nous l'apprenons au

contact du malade. Mais il ne s'agit pas de faire peur, juste de poser les bonnes questions : quels sont les éléments de prévention, quels sont les signes d'alerte ? Il faut avoir l'esprit ouvert en permanence, le grand public nous le demande. Et, d'ores et déjà, nous sommes en mesure d'affirmer que les gens doivent être attentifs à leur mode de vie ». Les chiffres sont là pour appuyer cette thèse : en Europe, jusqu'à 30 % des cas de cancer sont liés à de mauvaises habitudes alimentaires, et cette proportion atteint les 70 % pour les cancers du tractus gastro-intestinal (source : OMS bureau Europe). Etre au courant de ce que nous risquons, c'est bien, mais il ne faut pas pour autant tomber dans une prévention culpabilisante : « Il ne s'agit pas d'affoler la population, mais de faire les bons choix ». Le Pr Joyeux se veut rassurant. Dans la cancérologie depuis les années 1970, il a réalisé de nombreuses recherches visant à démontrer l'évolution des cellules et le pouvoir qu'elles ont de se régénérer. « Nos sens sont à stimuler : nous avons un organisme en mouvement permanent. Pancréas, cœur... Nos cellules se régénèrent souvent ». Son souhait ? Se diriger davantage vers les thérapies ciblées plutôt que de foncer vers la chimiothérapie, suivre l'exemple du Canada, où les traitements lourds sont deux fois moins nombreux qu'en France. Un discours optimiste sur l'évolution du médecin, qui suscite quelques interrogations dans l'assemblée. Selon Christelle Charvet, gynécologue-obstétricienne, les questions de nutrition n'intéressent pas les professionnels de santé et ne sont jamais abordées. Le problème, admet Henri Joyeux, ce sont les réunions de consensus. « En ce sens, les mutuelles ont un rôle majeur à jouer auprès du grand public, ce qui explique et justifie l'intérêt d'un tel partenariat ».

■ Charlotte Mounard