

lu pour vous

Coordination : Dr Jean Perdrix, PMU (Jean.Perdrix@hospvd.ch)

Modification des habitudes de vie et perte de poids chez le diabétique : la (relative) déception de l'étude LOOK-AHEAD

La perte de poids est recommandée chez les patients diabétiques en surpoids, afin d'améliorer le contrôle glycémique et la qualité de vie. Les études publiées à ce jour étaient le plus souvent à court terme, ne permettant pas de démontrer une diminution de la morbidité/mortalité cardiovasculaire. Afin de vérifier l'hypothèse d'un effet protecteur cardiovasculaire de la perte pondérale au long cours, les auteurs de cette étude randomisée multicentrique ont comparé une intervention intensive (restriction calorique et augmentation de l'activité physique) visant une perte de poids stable de 7%, avec une prise en charge standard basée sur une éducation thérapeutique simple, chez 5145 diabétiques de type 2, obèses. Après une observation de dix ans, et malgré une perte de poids effective significative dans le groupe intervention, l'étude a été interrompue, la chance de démontrer

une différence significative d'une issue primaire composite (décès cardiovasculaire, infarctus, AVC, hospitalisation pour angor) étant jugée futile.

Commentaire : Cette étude méthodologiquement bien conduite est donc décevante, ne démontrant pas d'effet positif de la perte pondérale sur la morbidité/mortalité cardiovasculaire, malgré une population de toute évidence très motivée et observante, ayant atteint une perte de poids significative. Quelques éléments permettent de mieux comprendre cette absence d'effet : dans le groupe contrôle, la perte pondérale était également significative, avec une différence marginale entre les deux groupes à la fin de l'observation. On peut également relever que les patients du groupe contrôle étaient très bien pris en charge pour la prévention cardiovasculaire, comme en témoigne la relative faible incidence d'événements primaires.

Reste que de nombreux effets bénéfiques de l'intervention ont tout de même été mis en évidence dans cette population, et bien qu'il s'agisse d'issues secondaires, l'amélioration du contrôle du diabète (allant parfois jusqu'à la régression), la diminution des complications liées et l'amélioration de la qualité de vie globale sont encourageantes. C'est pourquoi, il semble justifié de poursuivre l'encouragement actif aux patients diabétiques obèses à perdre du poids. La chirurgie bariatrique, qui semble permettre une perte pondérale plus significative, est peut-être une option plus efficace, comme le suggèrent les preuves publiées à ce jour. Celles-ci méritent cependant une confirmation par une étude randomisée.

**Drs Thien An Tran
et Thierry Fumeaux**

Service de médecine, Hôpital de Nyon

The Look AHEAD Research Group. Cardiovascular effects of intensive lifestyle intervention in type 2 diabetes. *N Engl J Med* 2013;369:145-54.