

■ LU POUR VOUS ■

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

■ Joie de vivre préventive

On savait la dépression associée au risque de maladies cardiovasculaires (CV). Réciproquement, il semble que la joie de vivre protège les hommes – mais pas les femmes!

Ce résultat est issu d'une étude prospective japonaise sur douze ans incluant plus de 88000 hommes et femmes de 40 à 69 ans, indemnes d'affection CV à l'inclusion. La joie de vivre a été évaluée à partir d'une simple question: «Trouvez-vous votre existence plaisante?». Trois niveaux étaient possibles: faible, intermédiaire et élevé. Les auteurs soulignent la corrélation des résultats de cette évaluation assez simpliste avec deux échelles plus sophistiquées.

Les hommes éprouvant une faible joie de vivre paient un plus lourd tribut quant

à la mortalité par AVC (RR 1,75; IC 95% 1,28-2,38), par coronaropathie (RR 1,91; IC 95% 1,30-2,81) et totale (RR 1,61; IC 95% 1,32-1,96) par rapport au niveau de joie de vivre élevé. Les risques relatifs sont ajustés pour les facteurs de risque CV habituels mais aussi pour le niveau de stress ressenti et les caractéristiques psychologiques de type A, permettant d'écarter l'influence prépondérante d'un éventuel trouble dépressif auquel ces caractéristiques seraient bien corrélées, selon des sources citées par les auteurs. Aucune association significative n'a été trouvée s'agissant de l'incidence des AVC et des coronaropathies chez l'homme et, plus surprenant, de l'ensemble des *outcomes* chez les femmes.

Commentaire: Ces découvertes suggèrent un rôle protecteur d'une attitude psychologique positive sur les maladies

cardiovasculaires chez les hommes japonais d'âge moyen. En est-il de même chez les Occidentaux? Et comment expliquer ces résultats? Au-delà de quelques pistes biologiques théoriques (voies inflammatoires et neuroendocrines), il est clair que l'on n'a aucune idée de ce qui pourrait relier la protection CV à la joie de vivre. Mais cela n'empêchera pas le médecin de prescrire à ses patients, au besoin, quelques gouttes de joie de vivre tous les matins.

Christophe Pasche

Policlinique médicale universitaire (PMU)
Lausanne

Shirai K, Iso H, Ohira T et al. Perceived level of life enjoyment and risks of cardiovascular disease incidence and mortality: The Japan public health center-based study. *Circulation* 2009;120:956-63.