



Date:

Berne, juillet 2010

« Cœliakie et alimentation en Suisse – un état des lieux »

Recommandations de la Commission fédérale de l'alimentation (COFA)

Le diagnostic

La maladie cœliaque (ou cœliakie) est une maladie qui continue d'être sous-diagnostiquée et dont les aspects cliniques sont très variables. Il faut en permanence informer les médecins appartenant à toutes les disciplines médicales sur cette maladie lors des formations postgrade et continue. Actuellement, la cœliakie est détectée facilement grâce aux symptômes classiques et au test sérologique ; elle devrait néanmoins être confirmée par une biopsie de l'intestin grêle.

Le traitement

Les personnes cœliaques doivent exclure à vie le gluten de leur alimentation. Après un diagnostic correct, elles doivent être conseillées efficacement par une diététicienne diplômée ES/HES. Cette maladie chronique est traitée à long terme par des spécialistes qui sont familiarisés dans la pratique (nombre de cas) et compétents dans la théorie (formation continue permanente). L'encadrement multiprofessionnel comprend, outre le médecin et la diététicienne, des professionnels formés en psychologie et bénéficiant de compétences sociales pour les situations particulières.

L'alimentation

Respecter à vie une alimentation sans gluten – comme il est recommandé aux personnes atteintes de cœliakie – pose des défis relativement élevés aux patients pour que leur nourriture soit suffisante en quantité et en qualité. La situation est d'autant plus difficile que seules quelques recommandations ou règles de base peuvent être appliquées. Par contre, le régime alimentaire doit s'adapter aux besoins individuels et aux intolérances. Le conseil et l'encadrement individuels par une diététicienne HS/HES compétente pour les personnes cœliaques revêt donc une importance particulière. La diététicienne soutient les personnes concernées pour mettre en place individuellement les recommandations générales et les conseille pour les questions de détail ainsi

que pour l'achat de denrées alimentaires appropriées (p. ex., interprétation des déclarations sur les emballages).

Un régime alimentaire sans gluten s'oriente, comme pour toutes les personnes adultes, sur la pyramide alimentaire de la Société suisse de nutrition (SSN). L'apport en fibres alimentaires est particulièrement important puisque la plupart des produits céréaliers ne peuvent être consommés. Il ressort de la pratique quotidienne que la quantité en hydrates de carbone dans l'alimentation des personnes cœliaques est souvent en dessous des valeurs recommandées et qu'il s'ensuit une compensation de l'apport énergétique par les graisses. La qualité des graisses consommées, en particulier la proportion d'acides gras insaturés, revêt une grande importance dans ce contexte. L'apport en oligo-éléments doit être examiné chaque année lors d'un examen médical et, en cas de signes de carence, il doit être substitué en doses thérapeutiques ou une supplémentation individuelle de l'alimentation habituelle doit être prescrite.

Autour des patients

L'Association romande de cœliakie tient un rôle important en Suisse pour le conseil des personnes cœliaques. La position des organisations de la cœliakie doit encore être renforcée et mérite la reconnaissance et le soutien par la politique de la santé.

La cœliakie est une maladie très bien étudiée dont on connaît la pathogenèse et la pathophysiologie, mais – en Suisse également – il existe des lacunes considérables dans la recherche concernant l'épidémiologie et la qualité thérapeutique. L'Office fédéral de la santé publique (OFSP) peut, conformément à son mandat d'institution chargée de la politique de la santé, donner les impulsions nécessaires et, le cas échéant, soutenir également des projets de recherche ou veiller à ce que de tels projets puissent être lancés. Il faut néanmoins respecter deux conditions : le projet doit s'inscrire dans la stratégie nationale en matière de recherche et les ressources financières doivent être à disposition.

L'industrie alimentaire, les distributeurs et la restauration doivent être sensibilisés à la cœliakie et à ses conséquences sur le quotidien des personnes concernées et familiarisés avec la mise en place correcte de l'obligation d'étiqueter et de renseigner.

Pour de plus amples informations:

Office fédéral de la santé publique, Unité de direction Protection des consommateurs, Division Sécurité alimentaire, téléphone +41 31 322 05 05,
Lebensmittelsicherheit@bag.admin.ch

« Cœliakie et alimentation en Suisse – un état des lieux » Recommandations de la Commission fédérale de l'alimentation (COFA)
Cette feuille de données est également disponible en allemand, en anglais et en italien.

Berne, juillet 2010