

Conséquences d'un changement de régime alimentaire

10 janvier 2013

Une étude du docteur Stéphanie Fulton, de la faculté de médecine de Montréal (Canada) et publiée en décembre 2012 dans l'*International journal of obesity* révèle qu'une **consommation importante d'aliments gras et sucrés peut entraîner des modifications chimiques dans le cerveau**, comparables à celle occasionnée par la consommation de certaines drogues. Il s'agit notamment de modifications relatives à la sécrétion de neurotransmetteurs tels que la **dopamine**.

Il était connu que la consommation d'aliments gras et sucrés entraînait une certaine sensation d'euphorie. L'étude révèle que, parallèlement, le changement alimentaire (passage d'une alimentation grasse et sucrée à une alimentation plus diététique) peut occasionner des signes de sevrage pouvant aller jusqu'à de la dépression.

Des expériences ont mis en évidence des anomalies comportementales chez des souris nourries pendant un temps avec un régime riche en lipides et sucres, puis avec un régime plus restrictif. Les animaux concernés offraient une résistance moindre au stress et évitaient les espaces ouverts.

L'équipe du Dr Fulton travaille sur les différentes pathologies pouvant être associées à l'obésité : diabète, troubles cardio-vasculaires et certains cancers.

Madeleine Lesage, Centre d'études et de prospective

Source : [Nature](#)