L’excès de sel néfaste pour l’évolution de la sclérose en plaques

Compte Test - 2014-09-02 10:14:00 - Vu sur pharmacie.ma

Les personnes atteintes de sclérose en plaques (SEP) devraient reduire leur consommation en sel pour éviter l'évolution de la maladie. «L'information circulait déjà parmi les centres experts et nous recommandions déjà à nos patients de réduire leur consommation de sel ou du moins de ne pas resaler leurs plats», explique le Pr Patrick Vermersch, responsable d'un tel centre au CHRU de Lille.

L'étude menée par le Pr Mauricio Farez et ses collègues de l'Institut de recherche en neurologie de Buenos Aires (Argentine) en collaboration avec le Pr Francisco Quintana, de Harvard (États-Unis), et qui vient de paraître dans le Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry, conforte cette pratique.

Pendant deux ans, ces chercheurs ont méticuleusement observé la consommation en sel de 70 malades atteints de SEP et l'ont comparé avec l'évolution de leur maladie, symptômes et IRM à l'appui.

«Nous avons montré que les patients qui consommaient une quantité modérée (2 à 4,8 g/j) ou élevée (4,8 g/j) de sel avaient une maladie plus active que ceux qui en prenaient moins de 2 g par jour», explique le Pr Farez.

Pour arriver à des mesures aussi précises, les chercheurs se basaient sur l'excrétion urinaire du sodium. En pratique, par rapport aux petits consommateurs, le risque de poussées de SEP était multiplié par trois pour une consommation modérée et par quatre au-delà de 4,8 g/j.

Pour le Pr Farez, «il est trop tôt pour émettre des recommandations officielles mais c'est certainement une bonne idée pour tous, et dans la SEP en particulier, de consommer moins de 6 g de sel par jour».