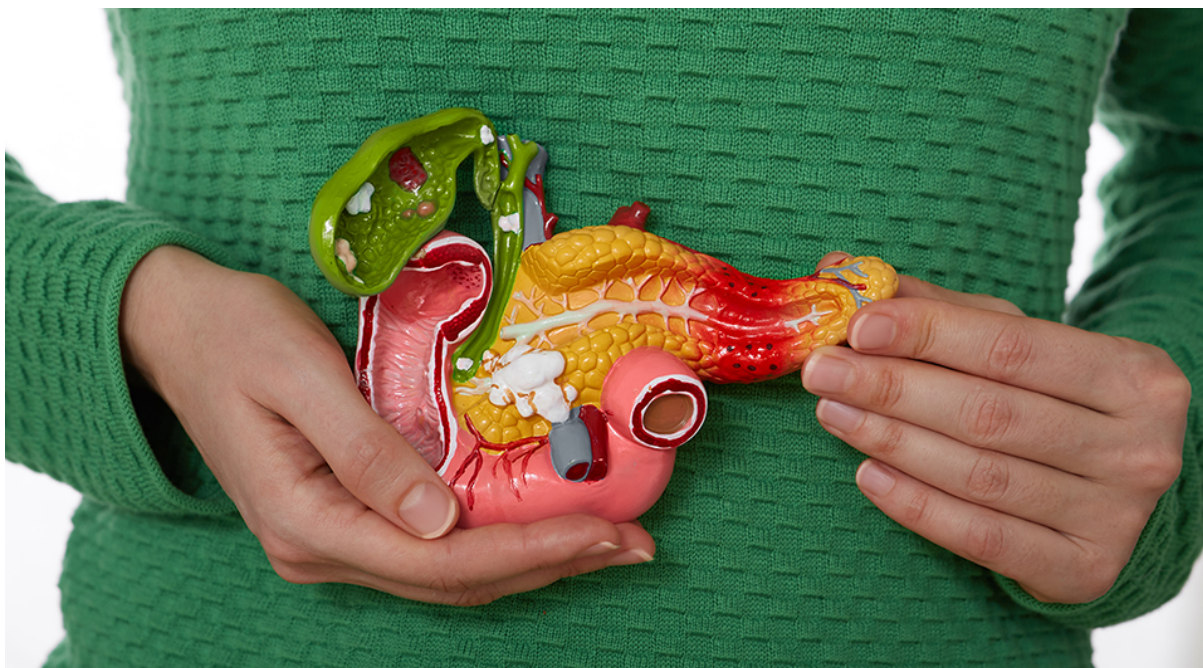


## Consommation de lait et calculs biliaires

La lithiase biliaire, également appelée cholélithiase, est l'une des maladies les plus courantes du système digestif, qui affecte fortement la qualité de vie et représente une énorme charge pour les ressources de santé. La cholélithiase est la formation de calculs dans le système biliaire, y compris dans la vésicule biliaire ou les voies biliaires, due à des taux anormalement élevés de cholestérol ou de bilirubine dans la bile. Cette maladie touche environ 10 à 20 % de la population adulte, plus de 20 % des patients développant des coliques biliaires ou des infections des voies biliaires.



Les facteurs de risque sont le sexe féminin, le manque d'activité physique, la suralimentation et le surpoids, la résistance à l'insuline, le syndrome métabolique, la stéatose hépatique non alcoolique et le diabète. Sont également associés au risque de cholélithiase différents facteurs alimentaires tels que des apports élevés en calories, en glucides et en fer hémique, une charge glycémique élevée, de faibles apports en fibres, une perte de poids rapide ou une chirurgie bariatrique. Les données disponibles relatives à l'influence de la consommation de lait et de produits laitiers sont encore limitées. Afin d'étudier plus avant les liens possibles avec la consommation de lait, des scientifiques chinois (Department of Hepatobiliary and Pancreatic Surgery, General Surgery, Center, the First Hospital of Jilin University, Changchun, Jilin, People's Republic of China) ont analysé les données de la cohorte représentative américaine NHANES (2017-2020).

Les données relatives à l'âge, au sexe, à la race et à l'indice de masse corporelle (IMC), ainsi que des informations sur l'alimentation (y compris la consommation de lait) ont été recueillies pour 14 722 adultes ( $\geq 18$  ans). La prévalence de la cholélithiase était de 15,2 % chez les femmes et de 6,5 % chez les hommes. À l'aide de modèles de régression contrôlés pour les facteurs démographiques, de style de vie et alimentaires, les scientifiques ont calculé le lien entre la consommation de lait et l'apparition de la cholélithiase.

Les résultats montraient que, par rapport à des apports faibles, une consommation fréquente de lait (une ou plusieurs fois par semaine) était associée à une réduction de 26 % du risque de cholélithiase chez la

femme (OR : 0,74 ; IC à 95 % : 0,61-0,90) et de 25 % chez l'homme (OR : 0,75 ; IC à 95 % : 0,64-0,89). En outre, chez les hommes, la consommation quotidienne de lait était associée à une réduction de 18 % du risque de cholélithiase (OR : 0,69-0,82).

Les auteurs concluent qu'une consommation adaptée de lait est corrélée à une réduction du risque de cholélithiase et que leur étude fournit une base pour des mesures diététiques contre les calculs biliaires. Des études prospectives sont toutefois nécessaires pour vérifier ces résultats.

## Bibliographie

Jia F, Ma Y, Liu Y. BMC Public Health 2023;23(1):1639.  
<https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-023-16615-6>

### Impressum

© Swissmilk 2023

Éditeur: Producteurs Suisses de Lait PSL, Swissmilk, Berne

Responsable de projet: Susann Wittenberg, BSc en écotrophologie, Swissmilk

Traduction: Trait d'Union, Berne

Photo: Shutterstock

Newsletter pour les professionnel·les de la nutrition, novembre 2023

Producteurs Suisses de Lait PSL

Swissmilk

Santé & saveur

Laubeggstrasse 68

CH-3006 Berne

[www.swissmilk.ch/nutrition](http://www.swissmilk.ch/nutrition)

**Suisse. Naturellement.**