

COMMUNIQUÉ DE PRESSE**Berne, le 25 janvier 2021**

Santé de l'intestin: nous sommes loin de tout savoir

Le symposium de Swissmilk destiné aux professionnels de la nutrition s'est tenu pour la première fois en ligne. Quelque 200 participants et participantes ont suivi cette 26^e édition, la preuve, d'une part, que le thème de la santé intestinale est actuel, d'autre part, que la formule en ligne a su convaincre. Impressionnantes, les présentations ont montré que ce jeune domaine de recherche apporte sans cesse de nouvelles connaissances sur le microbiome intestinal. Grâce à elles, il devient possible d'adapter l'alimentation individuellement pour améliorer la santé générale des personnes.

"Nous voulons convaincre par la qualité et l'aspect innovateur de notre contenu", déclare Susann Wittenberg, responsable de projet. Un objectif atteint avec la 26^e édition du symposium, qui aurait dû se tenir physiquement en octobre 2020. La situation actuelle ne l'ayant pas permis, il a fallu opter pour un webinaire. "La santé intestinale est un thème qui passionne, de sorte que nous avons pu réunir des intervenants de renom et quelque 200 professionnels de la nutrition", résume Susann Wittenberg.

Microbiome et santé

Le microbiome intestinal constitue la majeure partie du microbiome humain. Il héberge deux à trois kilos de bactéries d'un millier d'espèces différentes. À la naissance déjà et au cours des premières années de vie, la mère influence considérablement la composition du microbiome de son enfant. À l'âge adulte, l'alimentation, le mode de vie, les médicaments, les maladies et le stress, entre autres, jouent un rôle déterminant dans le développement de ce microbiome. Les relations entre celui-ci et les maladies ou l'état de santé en général suggèrent que nous ne connaissons que la partie émergée de l'iceberg. Le symposium de Swissmilk a mis en lumière certains aspects intéressants à cet égard.

Des intervenants issus de domaines variés

Dominik N. Müller, du centre Max-Delbrück de médecine moléculaire, par exemple, a expliqué les liens entre les bactéries intestinales et la santé cardiovasculaire. Barbara Walther, d'Agroscope, a présenté les systèmes microbiens des denrées alimentaires et a parlé des aliments fermentés et des produits laitiers et de leurs effets sur la santé. "On n'ignore plus l'importance du microbiote pour la santé, qui est démontrée par de nombreuses études. Les bactéries présentes dans les produits fermentés ont le potentiel d'influencer positivement le microbiome. Ces produits devraient donc faire partie intégrante d'une alimentation équilibrée", a-t-elle notamment relevé. Stephan Vavricka, du centre de gastroentérologie et d'hépatologie de Zurich, a présenté de manière très parlante la formation de la flore intestinale et la composition de celle-ci. Undine Lang, des cliniques universitaires psychiatriques de Bâle, est intervenue

sur les effets de la santé intestinale sur le psychisme. Une autre question passionnante a été abordée par Hans-Helmut Martin, de l'association allemande pour un conseil en santé indépendant UGB, à savoir les effets des fibres sur l'intestin, les os et les articulations. Enfin, Anna Maria Bramböck, du département de la santé de la Haute école spécialisée bernoise, a traité en détails de la question des probiotiques. Elle a posé le contexte, a évoqué la situation juridique et fait un état des lieux des données probantes et des recommandations.

Du sport pendant la pause

Parce que passer une journée entière devant l'écran peut être fatigant, Nadine Blum, chercheuse dans le domaine du sport et entraîneuse chez UNIK Sports à Berne, a animé quelques pauses sportives.

Rétrospectivement, cette édition aussi a été précieuse pour les participantes et les participants. Le symposium restera un élément clé dans l'agenda de Swissmilk.

Les présentations et différents documents sont disponibles (en allemand) à l'adresse: <https://www.swissmilk.ch/de/ernaehrungsfachleute/symposium/>.

Renseignements:

Susann Wittenberg, BSc en écotrophologie, Swissmilk
symposium@swissmilk.ch

Reto Burkhardt, responsable Communication PSL 079 285 51 01

3866 signes (espaces comprises)