



BIERE ET HOMOCYSTEINE

Trois nouvelles études scientifiques apportent des arguments supplémentaires en faveur des effets protecteurs d'une consommation modérée et régulière de bière dans le cadre de la prévention des risques cardio-vasculaires. Des effets spécifiques liés aux vitamines B contenues dans cette boisson, et notamment aux folates.

L'étude publiée dans le journal *Epidemiology*

Les conclusions de la première étude, publiée en juillet 2001 dans le journal *Epidemiology*, font apparaître une baisse de 45% du risque d'infarctus du myocarde chez les buveurs modérés de bière. Ces conclusions s'expliqueraient non seulement par l'action de l'éthanol sur les lipides et les facteurs hémostatiques, mais également par certains mécanismes spécifiques à la bière, comme une action oestrogénique et anti-oxydante ainsi qu'une prévention de l'élévation du taux d'homocystéine liée à l'absorption d'alcool, par la vitamine B6 contenue dans la bière.

L'originalité de cette publication repose par ailleurs sur l'étude spécifique d'une population majoritairement ou exclusivement consommatrice de bière et non plus seulement sur une population de consommateurs de boissons alcoolisées.

L'étude publiée dans le journal *International Journal of Epidemiology*

La deuxième, une étude hollandaise publiée en juin 2001 dans le journal *International Journal of Epidemiology*, établit un lien direct entre consommation modérée de bière et réduction du taux d'homocystéine sanguin, un acide aminé dont la présence en excès dans le sang est reconnue comme un facteur de risque cardiovasculaire.

L'étude a permis d'identifier une absence d'élévation du taux d'homocystéine chez les consommateurs de bière, alors que les boissons alcoolisées provoquent une augmentation de ce taux. Cette absence d'élévation s'expliquerait par la présence dans la bière de folates (vitamines B9), de riboflavines (vitamines B2) et de pyridoxines (vitamines B6), trois vitamines essentielles dans le processus de conversion enzymatique de l'homocystéine.

L'étude publiée dans le journal *European Journal of Clinical Nutrition*

La dernière étude, réalisée en Tchéquie sur une population de 292 hommes et 251 femmes et publiée dans le journal *European Journal of Clinical Nutrition*, conforte l'idée d'une action favorable des vitamines B de la bière sur le taux d'homocystéine sanguin. La consommation de bière y est en effet associée à une augmentation de la concentration de folates (vitamines B9) et de cobalamine (B12) dans le sang ainsi qu'à un taux moindre d'homocystéine sanguin.

Le protocole comporte cependant une limite : il repose sur une consommation quotidienne de 4 unités / jour, soit 4 demis de bière, ce qui est légèrement au-delà des recommandations liées à une consommation raisonnable.

Références

Epidemiology 2001 Jul;12(4):390-5

Coronary heart disease risk reduction in a predominantly beer-drinking population

Brenner H, Rothenbacher D, Bode G, Marz W, Hoffmeister A, Koenig W.

4Internal Medicine II-Cardiology, University of Ulm.

Int J Epidemiol 2001 Jun;30(3):626-7

Alcohol consumption and plasma homocysteine : What's brewing?

De Bree A, Verschuren WM, Blom HJ, Kromhout D.

National Institute of Public Health and Environment (RIVM) Department of Chronic Diseases Epidemiology (pb 101) PO Box 1, NL-3720 BA Bilthoven, The Netherlands.

European Journal of Clinical Nutrition (2001) 55, 605 609

A population study of the influence of beer consumption on folate and homocysteine concentrations

O Mayer Jr, J Simon and H Rosolova

Centre of Preventive Medicine, 2nd Department of Internal Medicine. Medical Faculty Charles University, Pilsen, Czech Republic

Abstracts et articles sur demande auprès du Centre d'Information Scientifique sur la Bière

Le Centre d'Information Scientifique sur la Bière a pour objectif de contribuer au développement de la recherche scientifique et médicale sur les effets d'une consommation modérée et régulière de bière sur la santé et à l'informations des milieux scientifiques et médicaux sur l'état de la recherche. Il réunit des experts scientifiques indépendants, issus de différentes disciplines complémentaires du monde médical et notamment de la nutrition, de la lipidologie et de la cardiologie.

**Centre d'Information Scientifique sur la Bière
6, rue Escudier – 92100 Boulogne-Billancourt
Fax : 01 48 25 47 89**