

Le vin est-il bon ou mauvais pour la santé ?

Le vin fait partie du repas gastronomique à la française reconnu au patrimoine immatériel de l'Humanité par l'Unesco en 2010. Ce produit, datant de plus de 7000 ans, est-il bon ou mauvais pour la santé ? De façon récurrente, la question des effets de la consommation de vin est posée dès lors qu'une équipe de chercheurs diffuse de nouveaux résultats. Mais en réalité de quoi parle-t-on exactement : de vin spécifiquement, d'alcool en général ?

Quels sont les effets avérés de la consommation de vin ? Que disent les études dans leur ensemble : consensus ou divergence sur les résultats ? Au-delà des effets d'annonces successifs et des méthodologies variées avec lesquelles il est parfois difficile de s'y retrouver, que peut-on dire des dernières publications scientifiques ?

❖ 869 publications scientifiques, 99 études analysées

« La consommation d'un verre de vin par jour permet de maximiser ses bénéfices et de minimiser ses désavantages sur la santé, sauf chez les femmes à risque de cancer du sein hormono-dépendant pour qui l'abstinence sera de mise. De manière consensuelle, les publications scientifiques montrent que la consommation modérée de vin a des effets bénéfiques sur la mortalité générale et dans la prévention des maladies cardio-vasculaires, du cancer colorectal et du cancer de l'œsophage. Une méta-analyse publiée en 2011 reprenant les résultats de 18 études scientifiques a par exemple démontré que le vin pouvait diminuer jusqu'à 34% le risque de mortalité cardio-vasculaire et jusqu'à 25% le risque de mortalité totale, pour des doses modérées - de 1 à 2,5 verres / jour)*» déclare **Constance Hervieu, consultante Alcimed**.

Depuis **plus de 10 ans**, Vin & Société mène avec l'appui du **cabinet Alcimed** une **étude bibliographique sur les effets du vin sur différentes pathologies chroniques** (maladies cardio-vasculaires, maladies métaboliques (diabète, obésité, syndrome métabolique...), maladies neuro-dégénératives (Alzheimer, Parkinson...), cancers, maladies osseuses, etc. Cette étude bibliographique reprend **l'ensemble des publications scientifiques sur le vin et la santé répertoriées sur PubMed**, le principal moteur de recherche de données bibliographiques de l'ensemble des domaines de spécialisation de la biologie et de la médecine**.

Le cabinet Alcimed analyse en toute indépendance l'ensemble de ces études publiées par tous les laboratoires de recherche dans le monde sur la thématique Vin et Santé. Entre fin 2011 et fin 2012, 869 publications ont été recensées dans la base Pubmed portant sur le vin, l'alcool et la santé. 99 études ont été sélectionnées à l'issue de ce premier regroupement (exclusion des études in vitro, ou ne portant pas sur les thématiques retenues, ou encore n'étudiant l'effet du vin que dans le cas d'un régime global...) **Les résumés de ces 99 études ont été lus attentivement et l'analyse a été complétée par une étude plus détaillée de 18 publications**.

4 niveaux de preuves ont été définis :

- Consensus : lorsqu'au moins 8 études montrent toutes le même effet ou qu'au moins 4 études portant sur des populations de plus de 100 000 personnes montrent des effets similaires
- Piste sérieuse : lorsqu'au moins 4 études montrent une tendance claire ou qu'au moins deux études portant sur plus de 10 000 sujets permettent de dégager une tendance claire.
- Piste émergente : lorsque 2 à 4 études montrent une tendance
- Controverse : lorsque plusieurs études montrent des résultats contradictoires.

Parmi les pistes sérieuses, les études démontrent un bénéfice de la consommation modérée de vin dans la prévention du diabète de type 2 et des maladies neuro-dégénératives ainsi que dans l'amélioration des fonctions cognitives. Concernant les cancers, les études de cette année permettent de confirmer que la consommation responsable de vin serait intéressante dans la prévention des cancers du poumon, de la thyroïde ou du rein et sans effet dans le déclenchement des cancers de la prostate et de l'estomac.

Parmi les pistes émergentes, comme les années précédentes, les études montrent que la survie après le diagnostic d'un cancer est meilleure chez les consommateurs modérés de vin. De même, les publications scientifiques montrent que le vin aurait des bénéfices dans la prévention des cancers de la vessie et du sein

non hormono-dépendant. Cependant, il semble que la consommation régulière de vin, tout comme celle d'alcool, augmente les risques de cancer du sein hormono-dépendant. Toutefois, il faut noter que cette forme de cancer qui est la plus fréquente, est fortement influencée par d'autres facteurs de risque que l'alcool tels qu'une puberté précoce, une ménopause tardive, un premier enfant tardivement, une absence d'allaitement, etc.

Deux controverses existent : l'une portant sur les effets du vin sur les cancers des VADS (voies aéro-digestives supérieures) sauf l'œsophage et sur le cancer de la peau, pathologies sur lesquelles Alcimed et Vin&Société suivront avec attention les publications scientifiques en 2013.

❖ Une filière engagée en faveur d'une consommation alliant responsabilité et plaisir

« De nouveaux modes de consommation ont émergé, on ne boit plus aujourd'hui comme hier. En toute chose il faut de la mesure, ni excès ni privation mais de l'éducation. L'ensemble de la filière vin française représentée par Vin & Société est engagée dans une démarche de responsabilité. Plutôt que l'abstinence totale, dont on sait qu'elle est à la fois illusoire et inefficace comme l'histoire nous l'a démontré, Vin & Société prône l'éducation et le bien boire, c'est-à-dire une position de raison alliant plaisir et modération » **déclare Joël Forgeau, Président de Vin & Société.**

Vin & Société, est engagée en faveur d'une consommation de plaisir et de mesure via un Manifeste « Fiers & Responsables » rappelant à la fois le poids économique et culturel du vin dans notre pays mais aussi la nécessité d'éduquer et de lutter contre les excès dans le respect de soi, et dans celui des 500 000 femmes et hommes qui travaillent dans les métiers du vin dans notre pays.

« Dans un verre de vin, il y a donc un peu de géologie, de la géographie, du travail, de la précision, du savoir-faire, de la transmission, et surtout de l'éducation et de l'histoire. Traiter le vin uniquement en boisson alcoolique c'est mépriser l'histoire, faire une « bouillie statistique » avec notre culture. Autant calculer Monet en kilos de peinture et Ravel en décibels. Le vin nous invite à exercer nos facultés sensorielles. Le découvrir dans toute sa diversité, savoir le goûter, l'apprécier et le boire, avec sa tête et ses sens, cela s'apprend et cela se partage. » Extrait du Manifeste « Fiers & Responsables »

Le Manifeste « Fiers & Responsables », lancé en mai 2011, a fait le tour des régions françaises. Il a remporté l'adhésion de nombreux élus de toutes sensibilités politiques venus le signer à l'occasion d'événements régionaux (membres du gouvernement et élus locaux). Chacun peut également s'associer à cette démarche de responsabilité en le signant à l'adresse suivante : <http://www.vinetsociete.fr/manifeste>.

En parallèle, Vin & Société mène également des actions de prévention, d'éducation et de responsabilisation par la mise à disposition d'outils d'information : notice de consommation destinée au grand public, cartes sur les repères de consommations, mise à disposition de Vinétui permettant de repartir chez soi avec une bouteille entamée au restaurant pour la partager un autre jour. Des partenariats avec la Sécurité Routière sont par ailleurs mis en œuvre en particulier lors des fêtes et salons viticoles en région : 400 000 éthylotests ont été distribués l'an dernier par Vin & Société.

❖ Une consommation en baisse : - 70% en 50 ans, vers une consommation de plaisir

Le phénomène est maintenant bien connu, la consommation de vin a chuté de 70% en 50 ans et **de 25 % en 15 ans**. Ce constat touche toutes les catégories professionnelles et toutes les tranches d'âge. Les Français ont donc modifié leurs habitudes de consommation. **Selon le baromètre Santé INPES 2010**, 17% des Français sont des consommateurs réguliers de vin (buvant tous les jours ou presque) ; 45% des Français sont des consommateurs occasionnels (buvant 1 à 2 fois par semaine ou plus rarement) ; 38 % des Français sont non consommateurs. En 20 ans, la part de consommateurs réguliers a diminué de 30%. Ces chiffres sont confortés par une **étude baromètre IFOP 2011** réalisée pour le compte de Vin & Société indiquant que 71% des Français se déclarent plus attentifs et plus vigilants quant à leur consommation d'alcool lors d'un repas.

« Nous sommes conscients des risques liés à une consommation excessive et la filière prend sa part de responsabilité au travers de Vin & Société. Quotidiennement, qualité, exigence et responsabilité guident notre action et celle des 500 000 femmes et hommes qui travaillent à l'élaboration d'un produit profondément ancré dans notre histoire, dans nos paysages et qui symbolise l'image de la France à l'étranger. Le vin n'est pas un produit comme les autres. Nous sommes pourtant interpellés par la montée d'un courant prônant l'abstinence qui nous semble excessif, inopérant et déresponsabilisant pour l'individu. Nous pensons que seule une société privilégiant l'éducation, la raison, et la responsabilité est à même de lutter contre les excès et ce, dans tous les

secteurs. L'alimentation et la boisson ne doivent pas être vues sous le seul prisme de la nutrition et de la santé, c'est à la fois aux antipodes de la culture française, source d'inquiétude pour le consommateur et inopérant en terme de santé publique » ajoute Joël Forgeau, Président de Vin & Société.

Une étude récente annonçait de 28 000 à 49 000 décès attribuables à la consommation d'alcool suivant la méthodologie employée. L'estimation des décès attribuables à l'alcool est un exercice dont les résultats sont très dépendants de la méthodologie utilisée : les estimations de décès attribuables à l'alcool doivent donc être considérées avec précaution tant qu'aucun consensus scientifique n'existe sur la méthodologie.

Dans cette dernière étude, plusieurs points peuvent être discutés : l'existence d'un délai entre la consommation d'alcool et l'apparition d'une pathologie (particulièrement les cancers, par ailleurs maladies multifactorielles), l'influence du type d'alcool, non prise en compte ici, et l'influence du mode de consommation, non prise en compte également alors que l'effet d'une consommation modérée régulière et d'une consommation type « binge drinking » sera extrêmement différent.

Une consommation de 13 g d'alcool par jour, soit 1,5 verre environ, ne serait à l'origine que de 0,4% des décès masculins et de 2% des décès féminins, tandis que des consommations excessives sont à l'origine d'une part importante des décès : 32% des décès chez l'homme pour 117 g / jour (soit 11,7 verres) et 29% des décès chez la femme pour 85 g / jour (soit 8,5 verres).

« Ne pas stigmatiser une consommation de plaisir et de mesure, lutter concrètement contre les excès dans tous les domaines, voilà le rôle de chacun et la mission de tous. Faire évoluer ce principe de précaution si étouffant vers un principe de gestion du risque beaucoup plus pragmatique, dynamique et efficace applicable à un grand nombre de secteurs et de situations est notre souhait. Une leçon de bons sens en somme» conclut Joël Forgeau Président de Vin & Société.

Paris, le 18 mars 2013

Contact Presse Vin & Société

Valérie Fuchs / 06 62 49 64 85 / vafuchs@wanadoo.fr

Contact Scientifique Alcimed

Constance Hervieu / 01 44 30 70 18 / constance.hervieu@alcimed.com

ALCIMED (www.alcimed.com) est une société de conseil et d'aide à la décision spécialisée dans les sciences de la vie (santé, biotech, agroalimentaire), la chimie, les matériaux et l'énergie ainsi que dans l'aéronautique, le spatial, la défense et les Politiques Publiques. La vocation d'ALCIMED est d'accompagner les décideurs dans leurs choix de positionnement et leurs actions de développement. Ses consultants, par un travail d'investigation auprès des meilleurs spécialistes et experts dans le monde, apportent une analyse et des réponses pragmatiques aux questions soulevées par les décideurs (responsables R&D, responsables marketing & ventes, directions générales, directeurs d'unités) et institutions publiques. ALCIMED s'appuie sur une équipe de 200 collaborateurs, répartis par secteur et capables de prendre en charge des missions extrêmement variées depuis des sujets marketing & ventes (études de marché, ciblage de nouveaux besoins, positionnement d'un nouveau produit...) jusqu'à des problématiques stratégiques (stratégie de développement, recherche & évaluation de cibles d'acquisition, organisation d'une activité, conception / évaluation / déploiement de politiques publiques...). La société dont le siège est à Paris, est présente à Lyon et à Toulouse ainsi qu'en Allemagne, en Angleterre, en Belgique, en Suisse et aux Etats-Unis.

*Source : Costanzo, S.; Di, Castelnovo A.; Donati, M. B.; Iacoviello, L.; de, Gaetano G. (2011): Wine, beer or spirit drinking in relation to fatal and non-fatal cardiovascular events: a meta-analysis. In: European journal of epidemiology, Jg. 26, H. 11, S. 833–850.

**PubMed a été développé par le National Center for Biotechnology Information (NCBI), et est hébergé par la Bibliothèque nationale de médecine américaine du National Institutes of Health. PubMed est un moteur de recherche gratuit donnant accès à la base de données bibliographique MEDLINE, qui possède plus de 18 millions de citations publiées depuis 1950 dans environ 5000 revues biomédicales distinctes (revues en biologie et en médecine). La base de données bibliographique MEDLINE est la base de données de référence pour les sciences biomédicales.