



BILAN
2007-2017

Synthèse de
l'analyse annuelle
bibliographique
des effets d'une
consommation
modérée du vin sur
la santé



VIN & SOCIÉTÉ

AU NOM DES 500 000 ACTEURS
DE LA VIGNE ET DU VIN

Sommaire

Contexte	p.3
Méthodologie de l'étude	p.4
Résultats	p.7
Synthèse	p.16

Contexte

► En 2015, un nombre réduit de causes sont responsables de plus de la moitié (54%) des 56,4 millions de décès dans le monde. Au cours des 15 dernières années, les cardiopathies ischémiques et les accidents vasculaires cérébraux ont été identifiées comme étant les deux principales causes de mortalité dans le monde, responsables de 15 millions de décès au total pour l'année 2015. Parmi les autres causes de mortalité, les bronchopneumopathies obstructives chroniques ont fait 3,2 millions de morts en 2015, tandis que les cancers pulmonaires (avec ceux de la trachée et des bronches) ont provoqué 1,7 million de décès. Le diabète a, quant à lui, tué 1,6 million de personnes en 2015, contre moins d'un million en 2000. Les morts dues à la démence ont plus que doublé entre 2000 et 2015, ce qui en fait la septième cause de mortalité dans le monde en 2015.

► Par ailleurs, ce sont plus de 3,3 millions de morts qui sont imputées à l'alcool de manière générale, chaque année dans le monde. Ces décès sont surtout liés au développement de cancers et des maladies cardio-vasculaires. S'ensuivent les cirrhoses, les accidents et les suicides dans une moindre mesure.

► Bien que la consommation de vin tend à diminuer en France, elle reste néanmoins relativement élevée par rapport à la moyenne européenne et est estimée à environ 50L par personne par an en 2014 (contre une moyenne européenne de environ 33L par personne)*. Les pouvoirs publics et les acteurs de la santé ont mis en place des politiques de prévention et de communication quant aux risques liés à la consommation de boissons alcooliques.

► Vin & Société est une structure unique en France qui représente les 500 000 acteurs de la vigne et du vin. Elle a vocation à être leader d'opinion sur la place du vin dans la société. Pour cette raison, et dans l'optique également de promouvoir une consommation responsable, Vin et Société délègue à la société Alcimed, la réalisation d'une analyse annuelle de la littérature scientifique concernant les effets du vin sur la santé humaine dans le cadre d'une consommation responsable (cf. méthodologie). Cette étude a été initiée en 2007 et est mise à jour tous les ans. En 2017, c'est donc un recul et un suivi de 10 années qui sont présentés dans cette note de synthèse.

► Cette note comprend la méthodologie de l'analyse annuelle ainsi que les principaux résultats depuis 10 ans, présentés par catégorie de pathologies.

► La vocation de cette analyse est d'identifier les publications clefs sur le sujet ainsi que les consensus et controverses existants sur un potentiel effet bénéfique, neutre ou néfaste de la consommation faible à modérée de vin sur la santé humaine.

L'analyse de ces dix dernières années a permis d'étudier 4 catégories de pathologies en particulier (maladies cardiovasculaires, cancers, maladies osseuses, maladies neurodégénératives), ainsi que la santé prénatale et la mortalité totale.

* Source: WHO (World Health Organization) : Alcohol, recorded per capita (15+) consumption (in litres of pure alcohol)

Méthodologie

► Les effets du vin sur la santé sont analysés dans cette étude dans le cadre d'une «consommation responsable» ou «consommation modérée», définie dans le Programme National Nutrition Santé 2011-2015 comme correspondant à :

- 1 jour d'abstinence par semaine
- 2 verres maximum par jour pour les femmes
- 3 verres maximum par jour pour les hommes
- 4 verres maximum en une seule occasion quel que soit le sexe*

► Cette consommation modérée s'oppose notamment aux consommations excessives, c'est-à-dire dépassant les repères du PNNS ou encore au binge drinking ou API (alcoolisation ponctuelle importante**) qui consiste à boire de manière excessive sur une courte période.

► L'étude est réalisée grâce à la sélection fine de publications scientifiques pertinentes, publiées chaque année et portant sur le vin. Cette sélection est réalisée sur la base de critères d'exclusion et de catégorisation (consensus, piste sérieuse, piste émergente ou controversée – explicités p.6) établis entre Alcimed et Vin et Société. Elle permet d'enregistrer les effets démontrés par les chercheurs sur la santé, c'est-à-dire sur le risque de développer des pathologies telles que des maladies cardio-vasculaires, des cancers etc. C'est ensuite sur la base du niveau de preuve et du nombre d'effets similaires enregistrés que peut être émise une hypothèse quant aux effets du vin sur une pathologie en particulier.

► Les publications sont obtenues grâce à une recherche avec le mot clé «wine» dans la base de données PubMed***, principale base de donnée scientifique spécialisée en biologie et en médecine. Sur toutes les publications extraites de ces recherches, Alcimed effectue un tri précis grâce à un certain nombre de critères d'exclusion.

PATHOLOGIES SÉLECTIONNÉES DEPUIS 10 ANS

- | | |
|---------------------------------------|------------------|
| ► Maladies cardio-vasculaires | ► Cancers |
| Diabète de type II | Cerveau |
| Syndrome métabolique | Colorectal |
| Obésité | Estomac |
| Adiposité abdominale | Foie |
| | Lymphome |
| ► Maladies neuro-dégénératives | Oesophage |
| Fonctions cognitives | Ovaires/utérus |
| Maladies neurologiques | Pancréas |
| | Peau |
| ► Maladies osseuses | Poumons |
| Densité osseuse | Prostate |
| Polyarthrite rhumatoïde | Reins |
| | Seins |
| ► Mortalité totale | Thyroïde |
| | VADS |
| ► Santé prénatale | Vessie |
| Disfonctionnements | |
| Leucémie myéloïde aigüe | |
| Malformations | |
| Prénatalité & SAF | |



* Programme National Nutrition Santé 2011-2015 (p51); http://www.mangerbouger.fr/pro/IMG/pdf/pnns_2011-2015-2.pdf
Unité d'alcool selon l'INPES pour une bière à 5°, un vin à 12°, du champagne à 12° et un alcool fort (type whisky) à 40°

** Alcoolisation ponctuelle importante (API), correspondant au fait d'avoir bu six verres ou plus en une même occasion, au cours des douze derniers mois: au moins une fois / mensuelle / hebdomadaire.

*** PubMed est un moteur de recherche gratuit donnant accès à la base de données bibliographique MEDLINE, rassemblant des citations et des résumés d'articles de recherche biomédicale (<http://inpes.santepubliquefrance.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1632.pdf>)

Critères d'exclusion

- Etudes in-vitro ou sur animaux
- Etudes portant sur le resvératrol ou les polyphénols au global, sauf s'il y a un focus sur le vin ou s'il s'agit d'une méta-analyse sur l'alcool
- Etudes sur un régime global sans effet du vin seul étudié (par exemple le régime méditerranéen)
- Population jugée non représentative (déjà atteinte de maladie, population avec un métabolisme particulier, etc.)
- Etudes ne portant que sur un type ou une catégorie de vin (par exemple le sauvignon, etc.)
- Etudes sans effets dose étudiés
- Etudes dans lesquelles les effets démontrés ne sont pas significatifs statistiquement
- Etudes sponsorisées par des instituts ou organisations liés à la filière viticole

D'autres recherches sont menées en parallèle à celle du vin, pour les vins mousseux (champagne) et pour les autres boissons alcooliques :

- Recherche sur le champagne : aucune publication sérieuse permettant l'obtention de premières pistes n'a été identifiée depuis 10 ans.
- Recherche sur les autres boissons alcooliques : les résultats de cette recherche sont mis en perspective par rapport aux effets du vin, à la fin de ce document.

► Depuis 2007, 632 publications ont été répertoriées et sélectionnées pour leur étude des effets du vin sur l'une des pathologies citées précédemment.

Ci-dessous est représenté le nombre de publications sélectionnées par année depuis la mise en place de cette analyse annuelle.

2007-2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017
210	100	99	70	45	34	45	29

► Sur l'année 2017, 1156 publications ayant un lien avec le vin ont été publiées dans PubMed. Après révision des critères d'exclusion et tri de ces publications, 29 seulement ont été ajoutées à l'analyse annuelle. La grande différence entre le nombre d'articles publiés dans PubMed et le faible nombre sélectionné s'explique en majeure partie par :

- De nombreuses études portées sur des populations malades ou non représentatives ;
- De nombreuses études sans analyse des effets doses ou sans significativité ou encore sans résultats portés sur la consommation modérée ;
- De nombreuses études de biologie, microbiologie, etc, liées à la composition du vin et autres sciences sur le produit.

► L'analyse des publications sélectionnées consiste à comprendre, sur une pathologie donnée, l'effet associé à une consommation de vin modérée chez les populations étudiées. Cet effet est enregistré comme

- bénéfique,
- neutre ou
- néfaste

par Alcimed selon les résultats de l'étude. C'est la somme des effets démontrés chaque année depuis 2007 qui constitue une base de données actualisée et qui permet de statuer sur l'effet d'une consommation modérée sur des pathologies sélectionnées.

► Un niveau de preuve est associé à ces effets, afin de comprendre le niveau de démonstration et d'acceptation dans le monde scientifique. Une fois les publications sélectionnées et analysées, et face au manque de standardisation de l'ensemble des publications retenues, une classification en quatre niveaux de preuves est ainsi effectuée afin de faciliter la lecture des résultats :

- *Consensus* : Lorsque 8 études ou plus montrent une tendance claire (ou 4 études ou plus sur une population totalisant plus de 100 000 sujets).
- *Piste sérieuse* : Lorsque 4 à 7 études ou plus montrent une tendance claire (ou 2 études ou plus sur une population totalisant plus de 10 000 sujets).
- *Piste émergente* : Lorsque 2 à 4 études montrent une tendance claire
- *Controverse* : Lorsque plusieurs publications n'indiquent pas le même effet. Le statut de controverse, sur parti pris d'Alcimed, est appliqué lorsque la somme des publications à effets contradictoires est supérieure ou égale à 50% du nombre de publications indiquant l'effet majoritaire. A titre d'exemple, si 16 publications ont indiqué «pas d'effet» du vin sur la pathologie X, 6 publications ont indiqué un effet bénéfique du vin sur X et 2 autres ont indiqué un effet néfaste, alors il y a controverse à tendance neutre.



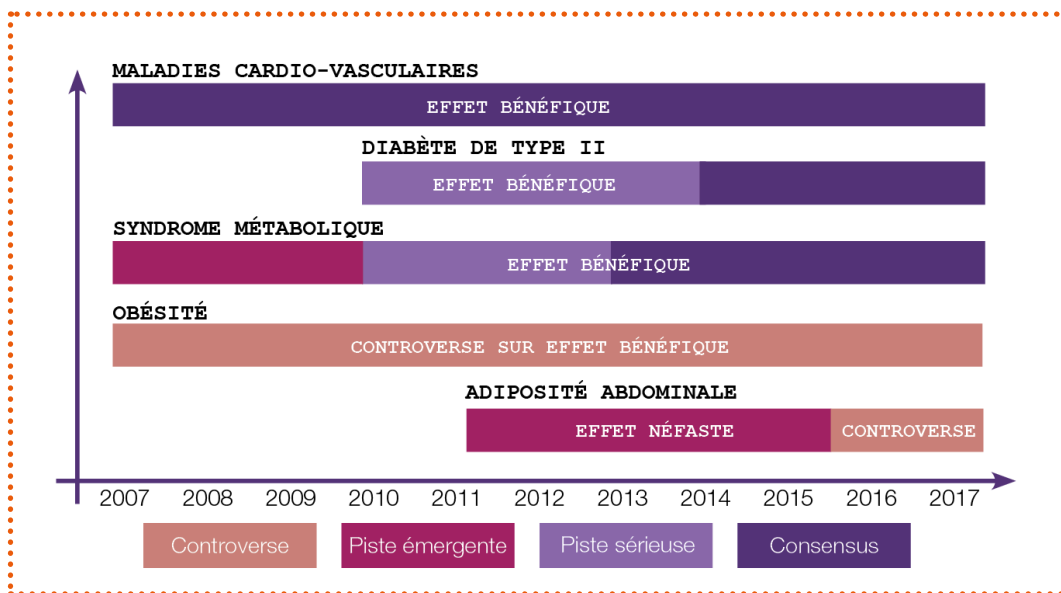
LIMITES

- Pour les recherches liées au mot clé «alcool», (études se penchant sur l'alcool en général sans distinction particulière des différents types d'alcools), seules les méta-analyses sont étudiées.
- Les méta-analyses étudiées (pour le vin comme pour l'alcool en général) pourraient utiliser des études déjà répertoriées ou rejetées par Alcimed précédemment.
- Études uniquement observationnelles, pouvant être jugées avec un niveau de preuve moins fort que les études cliniques interventionnelles classiques (mais qui ne sont pas appropriées pour l'étude de l'alcool en général).
- Qualité hétérogène de toutes les publications (malgré des critères d'exclusion qui permettent de limiter aux études les plus pertinentes).
- Recherche uniquement dans la base de données PubMed.
- Parmi les études, possibilité de financements variés pouvant provenir d'organisations ou individus plus ou moins en désaccord avec les effets bénéfiques présumés du vin.
- Groupes de pathologies hétérogènes en termes de précision.

Résultats

► Les résultats de l'analyse des publications depuis dix ans sont présentés et organisés par type de pathologies. Les pathologies liées à la santé prénatale ne sont pas présentées dans cette note de synthèse, car il est admis que la consommation d'alcool pendant la grossesse est associée à des risques spécifiques (le risque majeur étant le syndrome d'alcoolisation fœtale). Les autorités sanitaires et Vin & Société recommandent « zéro alcool » pendant la grossesse.

► Les résultats reprennent les conclusions pour chaque pathologie (effet bénéfique, neutre ou néfaste et le niveau de preuves associé). De plus, il a été choisi de représenter l'évolution des effets et du niveau de preuve depuis 2007 (illustration ci-dessous). Le graphique en barre représente la présence de publications, et la couleur le niveau de preuve (lié au nombre de publications). Il est parfois possible que pour une pathologie, il n'y ait pas eu de publication recensée et/ou sélectionnée en 2007 et que la première sélection se soit faite en 2010 ou encore plus tard. Dans ces cas, le graphique indique le moment d'apparition dans la sélection.





► Les maladies cardio-vasculaires représentent la première cause de mortalité mondiale. Le French Paradox, né dans les années 1990, est le constat que les Français ont moins de risque de décéder d'une maladie cardio-vasculaire que les Américains, malgré des facteurs de risque tout aussi importants (tabac, cholestérol, régime alimentaire). Cette différence serait liée à la consommation modérée et régulière de vin, et en particulier de vin rouge. Le vin, au même titre que les autres boissons alcooliques, est composé d'éthanol qui aurait des bienfaits sur différentes maladies cardio-vasculaires, mais aussi des polyphénols, dont le resvératrol, qui renforceraient cet effet bénéfique.

► Il y a aujourd'hui un consensus, confirmé en 2017, indiquant que la consommation modérée de vin aurait un effet bénéfique dans la prévention des maladies cardio-vasculaires, du diabète de type 2 et du syndrome métabolique. Cependant, l'obésité et l'adiposité abdominale font l'objet de controverses. En effet, les quelques publications dédiées à ces pathologies peuvent montrer des effets bénéfiques de la consommation modérée de vin, alors que d'autres présentent des effets neutres voire néfastes.

MISE À JOUR 2017

► MALADIES CARDIO-VASCULAIRES

BÉNÉFIQUE

Consensus

► DIABÈTE DE TYPE II

BÉNÉFIQUE

Consensus

► SYNDROME MÉTABOLIQUE

BÉNÉFIQUE

Consensus

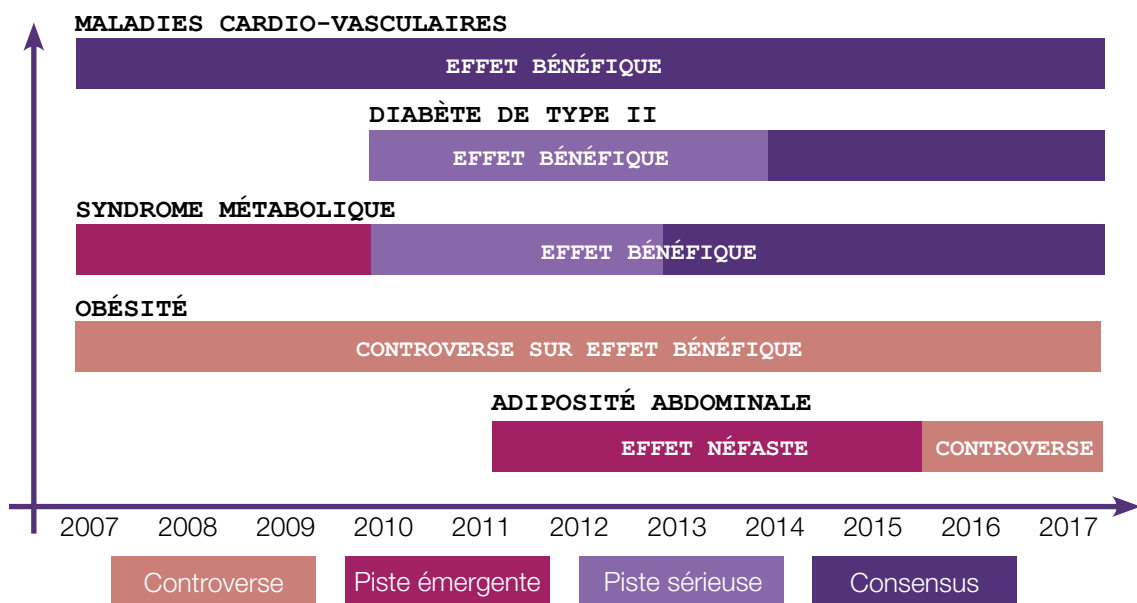
► OBÉSITÉ

Controverse

► ADIPOSITÉ ABDOMINALE

Controverse

► Ci-dessous est représentée l'évolution des effets enregistrés et du niveau de preuve associé pour chacune des sous-pathologies depuis 2007.



Evolution des effets d'une consommation modérée de vin sur les maladies cardiovasculaires et le métabolisme



Le French Paradox

C'est en 1992 que le professeur Serge Renaud, ancien directeur de recherche à l'Inserm, formule pour la première fois la notion de « French Paradox » en démontrant que la mortalité cardiovasculaire est relativement plus faible en France que chez ses voisins, comme les britanniques par exemple, alors que « *le régime alimentaire contient beaucoup trop de graisses saturées (viandes rouges et charcuterie) et que les concentrations sanguines en cholestérol sont similaires à celles que l'on trouve aux USA ou en Angleterre.* ».

Il a été démontré que la cause de ce « paradoxe » était en lien avec la consommation de vin, typiquement française, et notamment les polyphénols, composés spécifiques au vin. Les chercheurs décrivent une « courbe en J » avec une consommation modérée de vin qui serait associée à une baisse du risque cardiovasculaire et un risque accru dans le cas de consommations supérieures. L'étude italienne de référence dans le domaine de la cardiologie (Di Castelnuovo et al, 2006) montre en effet, sur les données épidémiologiques de plus d'un million d'individus et un suivi de plus de dix ans, qu'une consommation de vin d'un ou deux verres par jour pour les femmes et de deux à quatre verres pour les hommes était associée à une mortalité totale plus faible.

Si la notion de « French Paradox » a été discutée et remise en cause au sein de la communauté scientifique, par exemple avec l'étude MONICA, qui reliait davantage la diminution des risques cardiovasculaires au régime alimentaire plutôt qu'à la consommation de vin, de nombreuses études épidémiologiques corroborent au fil des années l'existence et la robustesse de cette « courbe en J ».

Les résultats d'une étude du National Center for Health Statistics of the Centers for Disease Control and Prevention (NHIS), publiés en 2017, évoquent à nouveau la « courbe en J » et démontrent « une réduction de la mortalité cardiovasculaire de 26% » chez les faibles consommateurs d'alcool (<4 verres/semaine) et « de 29% chez les modérés » (entre 4 et 14 verres par semaine pour les hommes et 4 et 8 verres pour les femmes).

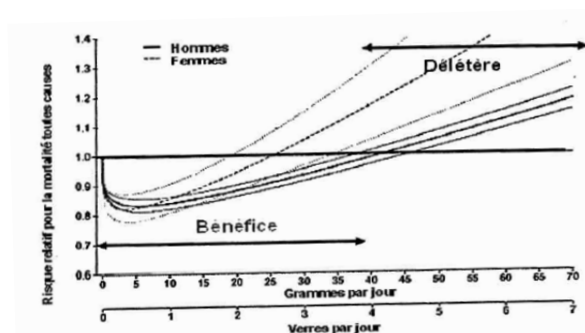


Figure 1 : courbe en J d'après les travaux de Di Castelnuovo en 2006.

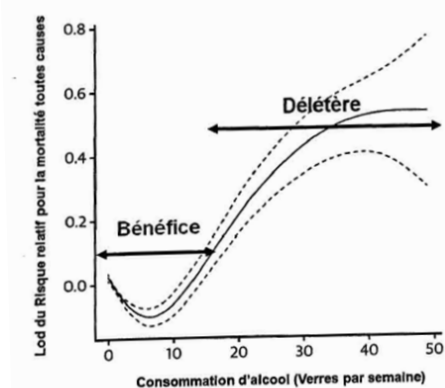


Figure 2 : courbe en J d'après les travaux de Xi du NHIS publiés en 2017.



► Certains experts montrent que l'alcool est responsable de plus de 700 000 nouveaux cas de cancers chaque année dans le monde et de 365 000 décès par cancer (notamment œsophage, colon-rectum, gorge, foie et sein). Pourtant, la recherche autour des effets du vin (et non de l'alcool en général), dans le cadre d'une consommation modérée, sur l'incidence de cancers montre des résultats différents selon les types de cancers.

► En effet, les cancers du sein, des voies aérodigestives supérieures (VADS, équivalent au cancer de la gorge) et de la peau, sont les plus controversés pour un effet néfaste du vin dans la littérature scientifique à date. Parmi les cancers controversés, on retrouve également les cancers de l'œsophage, des ovaires et utérus, des poumons, de la prostate, de la thyroïde, de la vessie et le lymphome qui tendraient davantage vers un effet bénéfique ou neutre pour le dernier.

► Le vin consommé avec modération aurait un effet neutre sur quatre autres cancers : deux études montrent un effet neutre sur le cancer du foie, et trois études le montrent sur le cancer du cerveau (pistes émergentes) ; six études montrent un effet neutre pour chacun des cancers de l'estomac et du pancréas (pistes sérieuses).

► Enfin, deux cancers se distinguent par l'effet bénéfique qu'aurait le vin sur leur incidence. En effet, il existe un consensus dans la littérature scientifique sur l'effet positif d'une consommation modérée de vin sur la survenue du cancer colorectal - contrairement à l'effet néfaste démontré de l'alcool en général sur ce même cancer. D'autre part, il existe également une piste sérieuse sur l'effet bénéfique du vin sur l'apparition du cancer des reins.

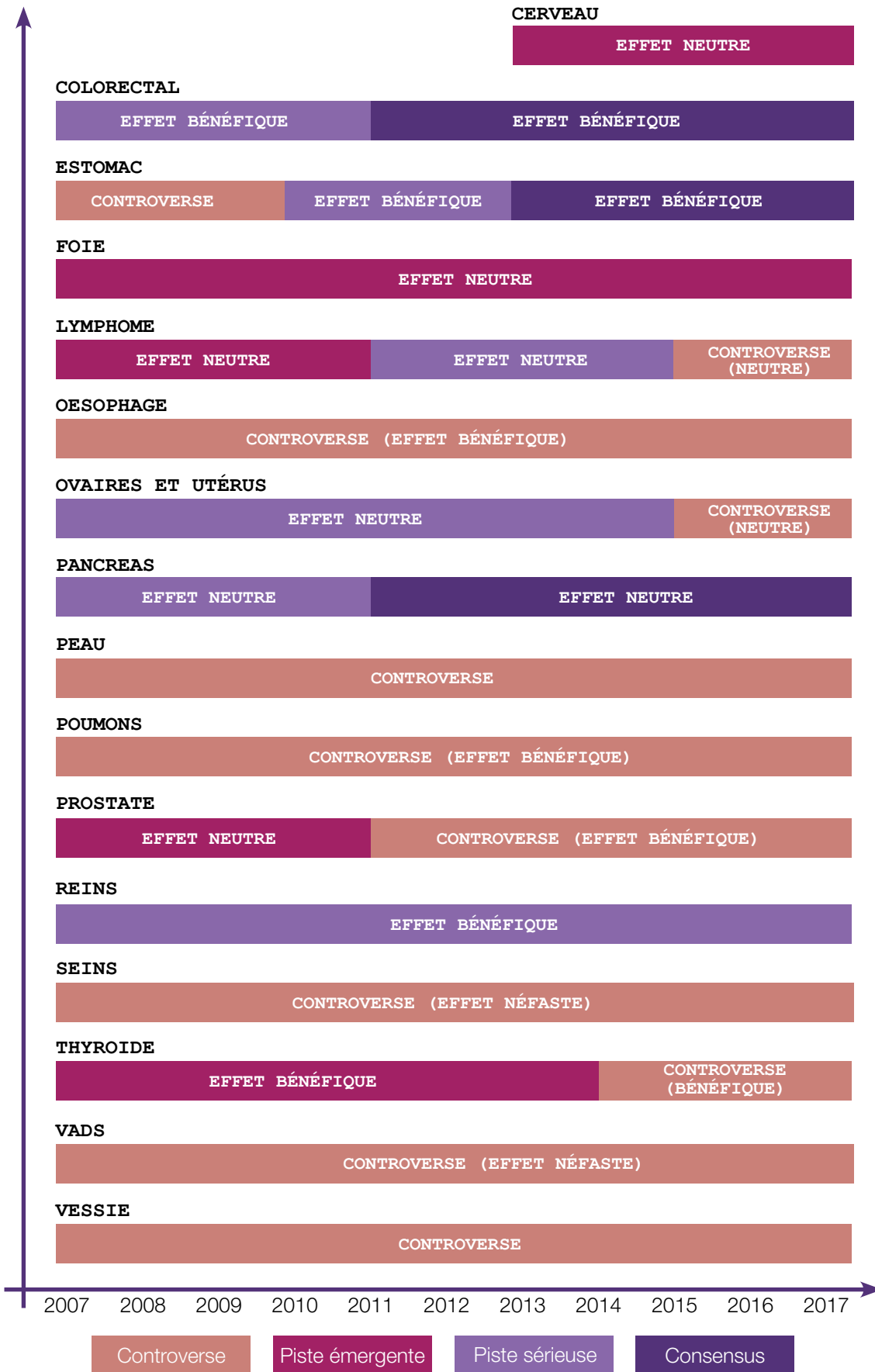
► En conclusion, la consommation faible à modérée de vin a des effets très variés sur l'incidence de différents cancers. Pour autant sur ces 10 dernières années d'analyse, les effets du vin consommé modérément restent moins néfastes globalement sur l'incidence de cancers que les effets de l'alcool en général.

MISE À JOUR 2017

► CERVEAU	NEUTRE	Piste émergente
► COLORECTAL	BÉNÉFIQUE	Consensus
► ESTOMAC	NEUTRE	Piste sérieuse
► FOIE	NEUTRE	Piste émergente
► LYMPHOME	Controverse	
► OESOPHAGE	Controverse	
► OVAIRES ET UTÉRUS	Controverse	
► PANCRÉAS	NEUTRE	Consensus
► PEAU	Controverse	
► POUMONS	Controverse	
► PROSTATE	Controverse	
► REINS	BÉNÉFIQUE	Piste sérieuse
► SEINS	Controverse	
► THYROÏDE	Controverse	
► VADS	Controverse	
► VESSIE	Controverse	



CANCERS



Evolution des effets d'une consommation modérée de vin sur les différents types de cancers



MISE À JOUR 2017

▶ FONCTIONS COGNITIVES

BÉNÉFIQUE

Piste sérieuse

▶ MALADIES NEUROLOGIQUES

BÉNÉFIQUE

Consensus

▶ Les fonctions cognitives sont les capacités du cerveau qui permettent notamment de communiquer, de percevoir l'environnement, de se concentrer, de se souvenir d'un événement ou d'accumuler des connaissances.

▶ Il est établi que la consommation chronique et excessive d'alcool accélère le processus dégénératif du vieillissement cérébral et augmente le risque de développer une démence. Ce processus dégénératif entraîne des troubles des fonctions cognitives comme la perte de mémoire, l'humeur changeante, la désorientation dans le temps et dans l'espace, l'instabilité, la démence, etc.

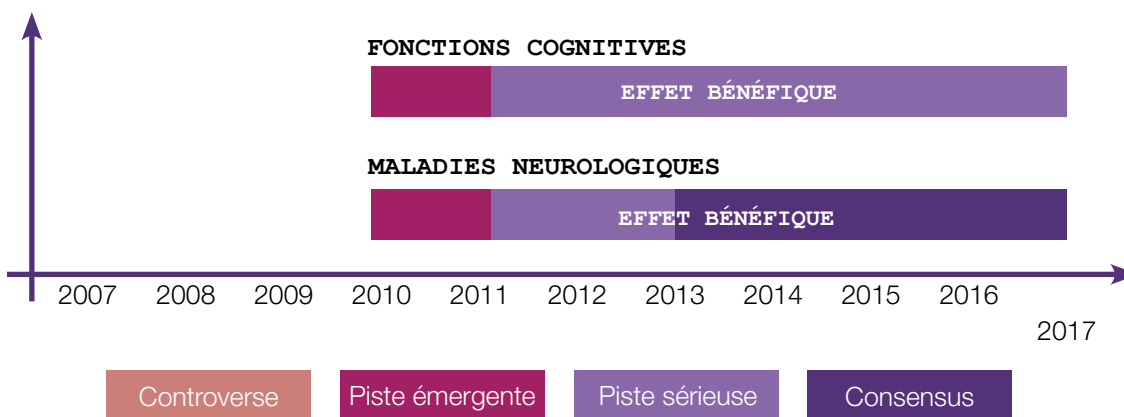
▶ Dans le cadre d'une consommation faible à modérée, le vin n'aurait pas d'effet néfaste, voire même aurait un effet bénéfique sur l'incidence des troubles des fonctions cognitives grâce à ses propriétés anti-oxydantes et anti-inflammatoires. En d'autres termes, plusieurs études montrent actuellement que les buveurs ayant une consommation faible à modérée de vin auraient moins de chances de développer des troubles des fonctions cognitives que les non-consommateurs.

▶ Les maladies neurologiques sont nombreuses et comprennent par exemple la maladie d'Alzheimer, la maladie de Parkinson, la sclérose en plaques, les accidents vasculaires cérébraux, la chorée de Huntington, l'épilepsie, les neuropathies et myopathies, etc. En France, ce sont plus d'un million de personnes touchées par les seules maladies d'Alzheimer et Parkinson.

▶ L'alcool lors de consommation aiguë ou d'alcoolisme chronique, perturbe la fluidité membranaire et la neurotransmission et occasionne diverses complications neurologiques qui peuvent endommager le système nerveux central ou périphérique.

▶ Par ailleurs, certains facteurs de risque des maladies neuro-dégénératives, tels que le diabète, les troubles lipidiques et l'hypertension artérielle, seraient directement impactés par la consommation de vin (comme démontré pour les maladies cardiovasculaires). De ce fait, de plus en plus d'études s'intéressent aux effets du vin sur les maladies neuro-dégénératives.

▶ Contrairement au consensus sur l'effet néfaste de l'alcool consommé excessivement sur les maladies neurologiques, une consommation faible à modérée de vin pourrait avoir un effet bénéfique sur l'incidence de ces mêmes maladies. Il est donc important de bien différencier les types de consommation, faible à modérée et excessive ainsi que les types d'alcool consommés.



Evolution des effets d'une consommation modérée de vin sur les maladies neuro-dégénératives



SANTÉ OSSEUSE

MISE À JOUR 2017

► **DENSITÉ OSSEUSE**

BÉNÉFIQUE

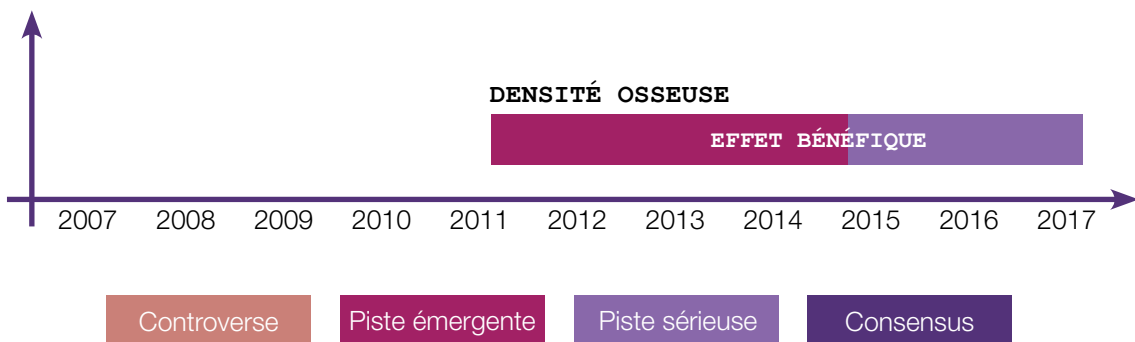
Piste sérieuse

► L'ostéoporose est la maladie des os la plus courante. Elle concerne environ 30 % des femmes et 10 % des hommes, généralement de plus de 60 ans et en particulier dans le monde occidental. Il s'agit d'une diminution d'épaisseur au niveau de l'os et de l'architecture de celui-ci. Parmi les autres pathologies osseuses se trouvent l'ostéomalacie, plus rare, le cancer des os et la maladie de Paget (dystrophie osseuse entraînant des déformations et douleurs notamment très fortes).

► Une consommation excessive d'alcool peut fragiliser les os et notamment les processus de cicatrisation dans le cadre de la santé osseuse.

► En revanche, une consommation faible à modérée de vin aurait un effet bénéfique sur la densité osseuse, un élément clé de la santé osseuse, notamment l'ostéoporose. Les chercheurs ont pour le moment seulement émis l'hypothèse que cet effet bénéfique pourrait être lié aux polyphénols du vin. Il reste cependant des travaux à réaliser pour mieux comprendre les mécanismes et s'accorder sur les effets des différents alcools car selon les différentes études, la bière pourrait aussi avoir un effet bénéfique.

► *Nota Bene : La polyarthrite rhumatoïde est également suivie dans ce travail, mais une seule publication a été sélectionnée jusqu'à présent ce qui ne permet pas encore d'avoir une vision claire sur cette pathologie.*



Evolution des effets d'une consommation modérée de vin sur la santé osseuse

MORTALITÉ TOTALE



MISE À JOUR 2017

► MORTALITÉ TOTALE

BÉNÉFIQUE

Piste sérieuse

► Le taux de décès prématurés est légèrement inférieur en France par rapport à la moyenne européenne pour les moins de 65 ans. Sur les 567 078 décès enregistrés pour l'année 2013, 20% sont recensés pour cette classe d'âge en 2013. Parmi ces décès prématurés, 30% sont considérés comme évitables car liés à des comportements individuels à risque comme le tabagisme, la consommation nocive d'alcool ou la conduite dangereuse. Ainsi, les cancers des voies aérodigestives supérieures, de l'œsophage, du poumon, les psychoses alcooliques, les cirrhoses, les accidents de la circulation, les chutes accidentelles, les suicides ou encore le VIH sont considérés comme des causes de décès évitables.

► L'alcool a été identifié comme étant la deuxième cause de mortalité évitable en France derrière le tabagisme, qui représente à lui seul près d'un décès prématuré sur cinq, soit environ 17%. Ainsi, plus de 18 000 décès survenus avant l'âge de 65 ans, majoritairement observés pour les hommes, ont été associés à trois grandes causes de mortalité liées à l'alcool en 2013 : la cirrhose du foie, la psychose alcoolique et l'alcoolisme ainsi que les cancers des voies aérodigestives supérieures. Ces trois grandes causes totalisent 8,7% des décès prématurés avant l'âge de 65 ans.

► Selon les résultats observés depuis 10 ans, la consommation modérée de vin serait plus bénéfique que l'abstinence du point de vue de la mortalité totale. En effet, sur les 9 études sérieuses retenues depuis 10 ans, 7 indiquent qu'une consommation faible à modérée de vin serait associée à une incidence de mortalité totale plus faible que celle associée à l'abstinence tandis que les deux autres n'identifient pas d'effets.

► Cependant, on constate aussi que la plus faible mortalité cardiovasculaire qui lui est par exemple attribuée est observée essentiellement dans le sud de la France et dans d'autres pays méditerranéens ; or, le vin y est en concurrence avec les composants de la cuisine traditionnelle de ces régions, qui pourraient également être à l'origine du bénéfice santé. De nombreuses incertitudes subsistent donc sur les effets possiblement bénéfiques du vin sur la mortalité, et les résultats doivent donc être interprétés avec prudence.

Source : Institut de veille sanitaire, 2017



Evolution des effets d'une consommation modérée de vin sur la mortalité totale

Mise en perspectives des résultats sur le vin et l'alcool

► Les effets d'une consommation modérée d'alcool sur la santé ont également été analysés dans le cadre de cette étude. La recherche des publications cibles a été réalisée sur la base du mot clé «alcohol», mais restreinte aux méta-analyses afin de limiter le nombre de résultats. La sélection des études pertinentes a ensuite été mise en œuvre selon les critères d'exclusion précédemment explicités pour le vin, de même pour la catégorisation (consensus, piste sérieuse, piste émergente ou controversée).

Sur l'année 2017, 35 méta-analyses sur l'alcool ont été publiées dans Pubmed et seulement 4 ont été retenues dans le cadre de la présente analyse. Comme pour le vin, le faible nombre de publications retenues s'explique entre autre par un échantillonnage non représentatif, des résultats non significatifs ou ne portant pas sur des effets dose ou une consommation modérée ainsi que des sujets d'études plus éloignés autour de l'alcool (composition, process etc.).

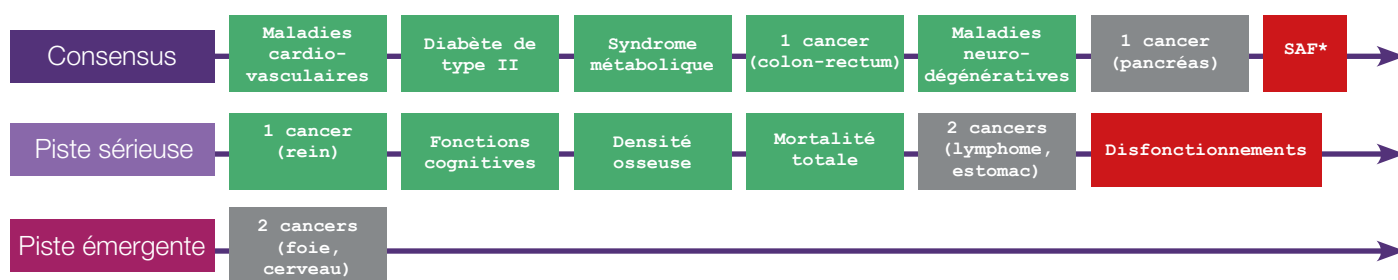
De manière générale, en dehors des pathologies non controversées et du cas particulier des femmes enceintes, la consommation modérée de vin semble présenter des effets bénéfiques ou neutres. En revanche, la consommation modérée d'alcool semble avoir davantage d'effets néfastes sur la santé que celle du vin et est également plus controversée.

► En effet, la consommation modérée de vin aurait des effets bénéfiques sur les maladies cardiovasculaires, pouvant s'expliquer par le «French Paradox», le syndrome métabolique, le cancer colorectal et la mortalité totale, alors que ces pathologies restent controversées dans le cas de l'alcool. A l'inverse, la consommation d'alcool occasionnerait plus d'effets néfastes sur la santé notamment sur le cancer des voies aérodigestives supérieures, le cancer du foie et l'adiposité abdominale.

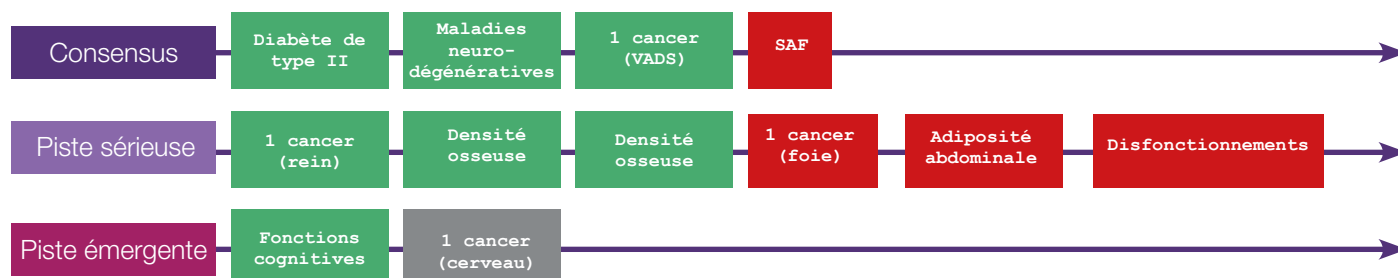
Certains résultats restent néanmoins similaires comme l'effet bénéfique d'une consommation modérée de vin ou d'alcool sur le diabète de type 2, les maladies dégénératives, le cancer du rein, la densité osseuse ainsi que les fonctions cognitives. Un effet néfaste est évidemment identifié pour le vin et l'alcool dans le cas des femmes enceintes.

Les résultats présentés restent cependant à nuancer, dans la mesure où un grand nombre de pathologies sont encore controversées à ce jour, respectivement la moitié des pathologies étudiées pour le vin et environ 3 pathologies sur 5 pour l'alcool.

Synthèse des effets d'une consommation modérée de vin sur la santé



Synthèse des effets d'une consommation modérée d'alcool sur la santé



* SAF : Syndrome d'alcoolisation foetale

Synthèse

► Globalement, les résultats de cette analyse scientifique sont à prendre avec prudence du fait de l'existence de certaines limites. Il n'en reste pas moins intéressant de constater que seule la consommation faible à modérée de vin aurait des effets bénéfiques sur l'incidence de certaines pathologies. Ce travail analytique permet également de constater que moins d'effets néfastes associés à la consommation faible à modérée de vin sont recensés par rapport à la consommation d'autres boissons alcooliques.

► Un consensus sur les effets bénéfiques d'une consommation faible à modérée de vin est établi

pour les maladies cardio-vasculaires, le diabète de type II, le syndrome métabolique, le cancer colorectal et les maladies neuro-dégénératives. Par ailleurs, des pistes sérieuses existent sur le cancer du rein, les fonctions cognitives, la densité osseuse mais aussi la mortalité totale et méritent une attention particulière également.

► En revanche, de nombreuses pathologies restent aujourd'hui controversées sur la nature des effets de la consommation faible à modérée de vin. Ces pathologies restent donc à surveiller de près dans la littérature scientifique (nombreux cancers, obésité, adiposité abdominale, etc.).

