

Akkermansia muciniphila

Un nouvel espoir dans le traitement de l'obésité et du syndrome métabolique.

Akkermansia muciniphila est une bactérie naturellement présente en abondance (3 à 5 %) dans le microbiote intestinal de l'homme, mais aussi dans celui de nombreuses espèces animales. Elle a été mise en évidence pour la première fois en 2004, par une équipe de chercheurs de l'Université de Wageningen (Pays-Bas). Peu après, l'équipe de recherche du professeur Cani de l'UCLouvain a découvert son potentiel bénéfique pour la santé. Cette bactérie, qui vit dans le mucus intestinal et s'en nourrit, participe directement à l'intégrité de la muqueuse intestinale, essentielle pour lutter contre l'inflammation.

Elle est aussi impliquée dans la production d'acides gras à courte chaîne et joue un rôle majeur, notamment dans la prévention de l'obésité, du syndrome métabolique et des troubles cardiovasculaires.

Les expérimentations, d'abord menées sur des souris obèses, ont ensuite été étendues à l'homme, chez qui on a pu observer les mêmes bienfaits pour la santé, en l'absence de tout effet indésirable : après 3 mois de prise d'un complément alimentaire à base d'Akkermansia, les volontaires humains en surpoids ou obèses ont vu s'améliorer de nombreux paramètres métaboliques, sans avoir, par ailleurs, modifié leur alimentation ou leur mode de vie :

- diminution de la résistance à l'insuline et de l'insulinémie ;
- diminution du cholestérol total ;
- diminution de l'inflammation du foie ;
- perte de poids, diminution du tour de taille et de hanches.

Les recherches ont mis en évidence un meilleur contrôle du stockage des graisses, du métabolisme du glucose et de la dépense énergétique. Étant donné la prévalence croissante du surpoids et de l'obésité dans le monde (elle a triplé en 40 ans !), cette découverte a un potentiel très prometteur !

En Belgique, l'enquête de santé 2018 (Sciensano) a révélé que la moitié des adultes sont en surpoids (IMC ≥ 25), dont 16 % sont obèses (IMC ≥ 30). Parmi les jeunes de 2 à 17 ans, 20 % sont en surpoids et 6 % sont obèses.

En 2017, les chercheurs ont découvert que la bactérie pasteurisée était encore plus efficace que la bactérie vivante. Les effets bénéfiques d'Akkermansia seraient, en effet, grandement



liés à l'une de ses protéines de surface, « amuc_1100 », dont l'efficacité serait potentialisée par la pasteurisation. Or la bactérie pasteurisée est stable, se conserve longtemps et est facile à administrer à l'homme, ce qui rend son potentiel d'utilisation pour le marché humain encore plus aisé.

L'EFSA (Autorité européenne de sécurité des aliments) vient de donner son feu vert pour la commercialisation d'Akkermansia sous sa forme pasteurisée et lyophilisée.

Un nouveau complément alimentaire sous forme de gélules ou comprimés, développé et commercialisé par la société belge A-Mansia Biotech (co-spin-off de l'Université de Wageningen et de l'UCLouvain) devrait être disponible sur le marché dans le courant de 2022. La Belgique sera sans doute l'un des premiers pays à en bénéficier !

C'est la première fois qu'une bactérie bénéfique de nouvelle génération est approuvée par l'EFSA. C'est une étape importante qui ouvre la voie à un nouveau type de compléments alimentaires basés sur les découvertes récentes sur le microbiome humain et son importance cruciale pour la santé.

Aux personnes qui verraient dans Akkermansia une solution miraculeuse, faut-il préciser qu'aucun complément alimentaire présent ou à venir ne pourra jamais se substituer à une nutrition raisonnée et adaptée aux besoins du corps humain ?

¹ IMC ou indice de masse corporelle : indice pondéral calculé en divisant le poids d'une personne (kg) par le carré de sa taille (m²).

Sources :

- H. Plovier & P. Cani, Akkermansia muciniphila, une bactérie pour lutter contre le syndrome métabolique, *Med Sci (Paris)*, Vol. 33, Nr 4, Avril 17
- uclouvain.be/fr/sciencetoday/actualites/akkermansia-toutes-voies-dehors.html



Héléne Wacquier

Nutrithérapeute
Co-Fondatrice de l'UDNF
www.living-nutrition.be
0486 / 61 87 71