



La médecine fonctionnelle conseille de prendre une protéine au repas du matin : saumon, poulet, œuf, protéines végétales...

SHUTTERSTOCK

“C’est une médecine qui vise davantage à prendre soin de soi qu’à se soigner”

Pour le D^r Danielle Moens, médecin généraliste et responsable de la cellule Nutrition de la Société scientifique de médecine générale (SSMG), la médecine fonctionnelle et nutritionnelle peut être définie comme étant avant tout une médecine préventive, même si elle peut aussi s’avérer curative. “Une médecine de qualité se doit d’anticiper – dans la mesure du possible – la maladie. Ces deux volets de la médecine ne doivent pas s’affronter, mais se superposer, s’intégrer dans un projet de prise en charge globale. Il est clairement établi que la plupart des pathologies dégénératives que nous connaissons (diabète, obésité, certaines pathologies inflammatoires, neurologiques, psychosomatiques...) sont étroitement liées à des déséquilibres nutritionnels et les carences qui en découlent.”

Préserver la santé par tous les moyens

À savoir quelle est la place de cette médecine nutritionnelle et fonctionnelle, préventive au sein de la médecine “conventionnelle”, elle peut se résumer de la façon suivante, pour le D^r Moens: “Il y a une belle différence entre se soigner et prendre soin de soi. La médecine traditionnelle soigne alors que la médecine nutritionnelle et fonctionnelle agit en amont. Elle vise à ‘prendre soin de soi’, avant que la pathologie ne se manifeste. C’est en tout cas de cette façon que j’envisage personnellement la médecine fonctionnelle et nutritionnelle dans notre activité de généraliste.”

Quant à savoir quel est l’intérêt de la médecine fonctionnelle et nutritionnelle dans sa pratique médicale, la généraliste répond sans ambages: “Notre rôle de médecin ne se limite plus actuellement à soigner les pathologies existantes. Il nous faut préserver la santé de nos patients avec tous les moyens mis à notre disposition, à condition de garder l’esprit scientifique et critique indispensable dans notre métier, et donc se référer à des études robustes.” La médecine fonctionnelle et nutrition-

nelle pourrait-elle représenter un quelconque danger? “Les dangers sont dans les dérives mercantiles, l’appropriation de cette forme de médecine par des non-médecins et le manque de formation sérieuse.” Un autre aspect qui fait débat est celui de l’hormonologie. “C’est le volet le plus sensible et le plus discuté, explique le D^r Moens. Il arrive en effet que des doses importantes d’hormones ou assimilés soient prescrites. Je ne cautionne pas ces pratiques dans l’état actuel des connaissances, même s’il faut reconnaître que l’ajustement du statut hormonal à tous les âges de la vie permet une meilleure qualité de vie et une meilleure santé. Dans ce domaine d’action, il faut être extrêmement vigilant, s’orienter vers des praticiens bien formés dans ce domaine, assurant un suivi régulier, tout en mettant en garde contre d’éventuels effets secondaires, qui peuvent être graves si le traitement hormonal prescrit ne tient pas compte de l’ensemble des antécédents personnels, génétiques du patient.”



D^r Danielle Moens
Médecin généraliste

decine fonctionnelle et nutritionnelle. “Les bilans ne sont pas pris en charge par les mutuelles et certains compléments alimentaires ont un coût élevé. Ces derniers aspects ont rendu moins crédible la médecine fonctionnelle, sujette à de violentes critiques.” Pour autant, la responsable de la cellule nutrition de la SSMG est convaincue que la médecine fonctionnelle et nutritionnelle a un bel avenir. “Comme tout outil à notre disposition, il faut pouvoir s’en servir à bon escient. Tenant compte des besoins réels de son patient, de ses attentes, tout en s’appuyant sur des bases scientifiques sérieuses. Le sujet est vaste et passionnant, il n’est qu’à ses débuts. Comme toute nouvelle discipline médicale, il lui faudra encore un peu de temps pour acquérir ses lettres de noblesse.”

L. D.

EN BREF

Biodiversité

Amazonie, mammifères marins... L’UICN adopte différentes motions

L’Union internationale pour la conservation de la nature a adopté des motions sur différents sujets, dont la protection de 80 % de la forêt amazonienne ou encore la protection des mammifères marins, alors que l’assemblée de ses membres se termine vendredi. Ces motions, sans être contraignantes, donneront le cap et le niveau d’ambition de l’organisation forte de 1400 membres (États, agences gouvernementales, ONG, entreprises...). (Belga)

Environnement

Chièvres: pas de PFAS

À la suite de l’analyse de l’Institut scientifique de service public wallon près de la base de militaire de Chièvres, la ministre de l’Environnement Céline Tellier a indiqué qu’il n’y avait nulle part dans l’eau courante présence problématique de PFAS. Ces substances per- et polyfluoroalkylées font l’actualité depuis que leur pollution a été mise au jour en Flandre. De ce côté, un nouveau rapport indique que les voies d’absorption des PFAS dans les points chauds, principalement autour de l’usine 3M incriminée, sont surtout l’alimentation, moins l’inhalation. (Belga)

Immunothérapie

Nouvelle méthode pour prédire les chances de survie

Une nouvelle méthode de recherche permet désormais aux médecins de prédire avec davantage de précisions la manière dont un patient atteint de cancer réagira au traitement par immunothérapie et quelles sont ses chances de survie. Les chercheurs anversoïis à l’origine de cette nouvelle tactique ont utilisé le séquençage de l’ADN, une technique permettant de lire le code ADN. Un tel procédé fournit des résultats plus stables que les méthodes actuelles, qui sont basées sur des protéines moins robustes et des ARN. (Belga)