

**EDITO**

L'intérêt des oméga-3 sur le plan cardiovasculaire a été montré par de nombreux travaux durant ces 20 dernières années. *Le Canard*<sup>1</sup> fait état du litige larvé entre JM Bourre, l'un des pionniers de cette découverte à l'INSERM, et le très médiatique D Servan-Schreiber, son vigoureux promoteur actuel. Leurs livres sont des best-sellers<sup>2</sup>. La société que D. Servan-Schreiber a créée en 2003 pour fabriquer et commercialiser des gélules d'oméga-3 engrange des bénéfices confortables. « *Chaque mois, les français avalent deux millions de gélules* ». Le journaliste précise : 22 € les 60. « *La graisse de poisson rebaptisée oméga-3 suscite les appétits* »...

**TROIS OMEGAS ET UN COUP FIN**

*Les titres du Canard Enchaîné ont l'avantage du calembour facile... L'hebdomadaire satyrique exploite cette fois la « guéguerre » à propos des acides gras oméga 3 : aliment ou médicament ?*

**Les bienfaits des oméga-3 sur le système cardiovasculaire.** Ils ont été confirmés en juillet 2003 par un rapport de l'Agence Française de Sécurité Sanitaire des Aliments (AFSSA)<sup>3</sup>. Selon l'agence, l'apport en acide gras oméga-3 de la population française est globalement insuffisant, autant en population générale que chez les patients à risque cardiovasculaire élevé. De nombreux aliments en contiennent « naturellement » : il s'agirait simplement de rééquilibrer leur consommation courante. En résumé, comme le souligne *le Canard*, « *il suffit largement d'assaisonner ses salades à l'huile de colza et de manger du poisson au moins deux fois par semaine* ».

**Médicament ou aliment ?** Faut-il seulement consommer des aliments naturellement riches en oméga 3, « enrichir » la teneur en oméga-3 de certains aliments, au risque de les « dénaturer » (un lait « enrichi en oméga 3 » devient légalement une « boisson lactée »), ou compléter l'alimentation avec un apport « médicamenteux » ? La réponse relève du simple bon sens pour la majorité de la population française, dont le risque cardiovasculaire est faible. Au delà naît une polémique entre industrie agro-alimentaire et industrie pharmaceutique : tête de gondole dans les hypermarchés, ou produit conseil en parapharmacie ? *Le Canard* accuse nos deux confrères d'utiliser et d'entretenir la polémique chacun pour son profit personnel.

**... et le Canard cancanne sur « les docteurs : chacun fait son gras ».** L'un et l'autre vendent leur propre « vérité »<sup>2</sup>. Pour l'un, c'est le dosage calibré (rassurant ?) d'un apport médicamenteux, pour l'autre l'usage raisonné d'une alimentation diversifiée. L'un et l'autre ont des conflits d'intérêts évidents. Le premier, fort de son aura médiatique, s'est engagé dans une démarche industrielle de production et de vente en parapharmacie. Le second est régulièrement « missionné » par l'industrie agro-alimentaire. Ce ne sont pas les conditions idéales pour la crédibilité de la vérité scientifique.

JP VALLEE

<sup>1</sup> Anonyme. Trois omégas et un couffin. *Le Canard Enchaîné* 2004 ; 4381 : 5.

<sup>2</sup> Servan-Schreiber D. Guérir. Paris ; Robert Laffont : 2004. Bourre JM. Ma vérité sur les oméga-3. Paris ; Odile Jacob : 2004.

<sup>3</sup> AFSSA. Acides gras de la famille des oméga-3 et système cardiovasculaire : intérêt nutritionnel et allégations. Disponible sur <http://www.afssa.fr/ftp/basedoc/rapportomega3.pdf>



261 rue de Paris  
93556  
Montreuil Cedex  
Tél 01 43 63 80 00

**Le journal f@xé de l'Unaformec**

**[www.unaformec.org](http://www.unaformec.org)**

La FMC au fil de l'actualité

**Prochain numéro : Oméga-3 et système cardiovasculaire**