

Augmentation de l'index oméga-3 dans les érythrocytes par supplémentation en oméga-3 avec l'huile de poisson NORSAN Omega-3 Total



Contexte :

Les acides gras oméga-3 EPA et DHA possèdent des propriétés anti-inflammatoires et sont essentiels, entre autres, pour le développement et le fonctionnement d'organes centraux, tels que le cerveau et les yeux. Un faible index oméga-3 est un indicateur important du développement des maladies cardiovasculaires.^{1,2} Une publication scientifique d'Albert et al. conclut que l'on peut s'attendre à une diminution du risque de mort cardiaque subite pouvant atteindre 90 % avec un index oméga-3 élevé (supérieur à 8 %), comparé à un index oméga-3 faible (inférieur à 4 %).³

Les effets positifs sur la santé sont toutefois mis en doute dans certaines études scientifiques. Et ce n'est pas surprenant car plusieurs facteurs sont déterminants pour l'absorption des acides gras oméga-3. Parmi eux on note, entre autres, le bon dosage, la structure chimique des acides gras oméga-3 (naturels, synthétiques), l'absorption réelle par l'organisme et la qualité de l'huile de poisson consommée. La confusion vient surtout du fait qu'une supplémentation en oméga-3 n'a pas nécessairement l'effet souhaité sur l'index oméga-3.

L'étude d'observation de NORSAN a permis de prouver scientifiquement que la consommation de NORSAN Omega-3 Total permettait de modifier l'index oméga-3.

Méthode :

Des patientes et patients de plus de 18 ans, ont été informés par leur médecin traitant de la possibilité de participer à cette étude d'observation. Une analyse des acides gras constituait la condition

préalable à la participation. Ont été exclus les patients ayant pris un complément oméga-3 au cours des 3 derniers mois. La durée de l'étude d'observation a été fixée à 4 mois (tolérance : 3,5 à 5 mois). Pendant cette période, ils ont consommé quotidiennement 8 ml de NORSAN Oméga-3 Total, soit une dose de 2 g d'oméga-3. Au bout de 4 mois, une nouvelle analyse des acides gras a été effectuée et l'index oméga-3 (HS Omega-3 Index®) vérifié. Les analyses des acides gras effectuées au début et à la fin de l'étude d'observation ont permis d'exploiter statistiquement les résultats.

Résultat :

L'index oméga-3 a augmenté en moyenne de 61 %, passant d'un index oméga-3 de 5,2 % à un index oméga-3 de 8,4 %. Pour 20 des 33 personnes testées, l'index oméga-3 se situait dans la zone optimale supérieure à 8 % après la fin de l'observation. Seuls 6 patients ne présentaient aucune ou uniquement une légère augmentation de l'index oméga-3. Cela s'explique sans doute par une mauvaise observance du traitement pendant la période d'observation.

Remarque :

Il faut attendre et évaluer d'autres résultats pour obtenir un chiffre représentatif. Cette étude constitue une évaluation intermédiaire (date : 30 avril 2020).

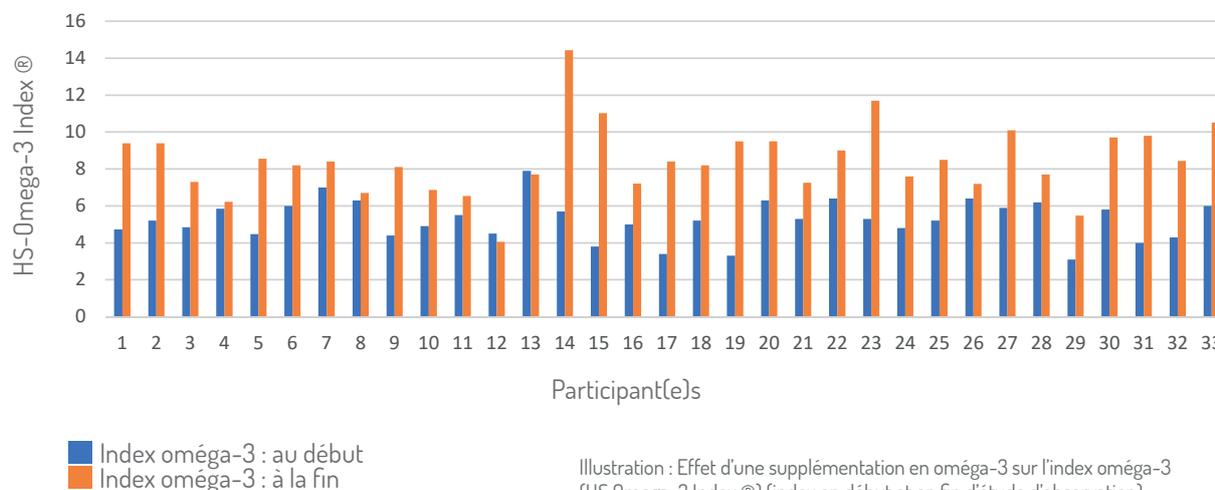


Illustration : Effet d'une supplémentation en oméga-3 sur l'index oméga-3 (HS Omega-3 Index®) (index en début et en fin d'étude d'observation)

¹ Clemens von Schacky. Omega-3 fatty acids in cardiovascular disease; Prostaglandins, Leukotrienes and Essential Fatty Acids 92 (2015); 41-47.

² William S. Harris. Omega-3 fatty acids and cardiovascular disease: A case for omega-3 index as a new risk factor; Pharmacological Research 55 (2007); 217-223.

³ Albert CM, Campos H, Stampfer MJ, Ridker PM, Manson JE, Willett WC, et al. Blood levels of long-chain n-3 fatty acids and the risk of sudden death. N Engl J Med (2002); 346: 1113-8.



Ne pas distribuer aux patients !

