

Académie nationale de pharmacie
séance thématique du 27 janvier 2010

**Flavonoïdes alimentaires et santé humaine
particulièrement dans le domaine cardiovasculaire**

Académie nationale de pharmacie
séance thématique du 27 janvier 2010

**Pourquoi s'intéresser aujourd'hui aux effets
sur la santé des flavonoïdes alimentaires ?**

Pourquoi s'intéresser aujourd'hui aux effets des flavonoïdes alimentaires sur la santé ?

- Plusieurs centaines de flavonoïdes sont contenus dans les aliments et boissons, principalement les légumes et fruits, parfois en quantités considérables.
- Par leurs propriétés antioxydantes, les flavonoïdes sont réputés protéger contre les effets délétères du « stress oxydant » impliqué dans des maladies chroniques associées au vieillissement.
- Avec le vieillissement de la population et l'augmentation continue des dépenses de santé, un intérêt grandissant se manifeste pour préconiser des régimes alimentaires, ou des adjuvants, susceptibles de renforcer les défenses de l'organisme.
- Les espoirs placés dans les régimes alimentaires riches (ou enrichis) en flavonoïdes sont-ils légitimes?

Le « french paradox »

- **Renaud et de Lorgeril, The Lancet, 1992 :**

« the mortality from coronary heart disease is much lower in France than in other industrialised countries...despite intakes of saturated fat and concentrations of saturated cholesterol that are similar ».

« Other risk factors, such as blood pressure, body-mass index and cigarette smoking are no lower in France than in other industrialised countries ».

« The French paradox for coronary heart disease may be due to high consumption of wine ».

- **Les composés phénoliques, particulièrement les flavonoïdes sont, avec l'alcool les principaux composés contenus dans le vin.**

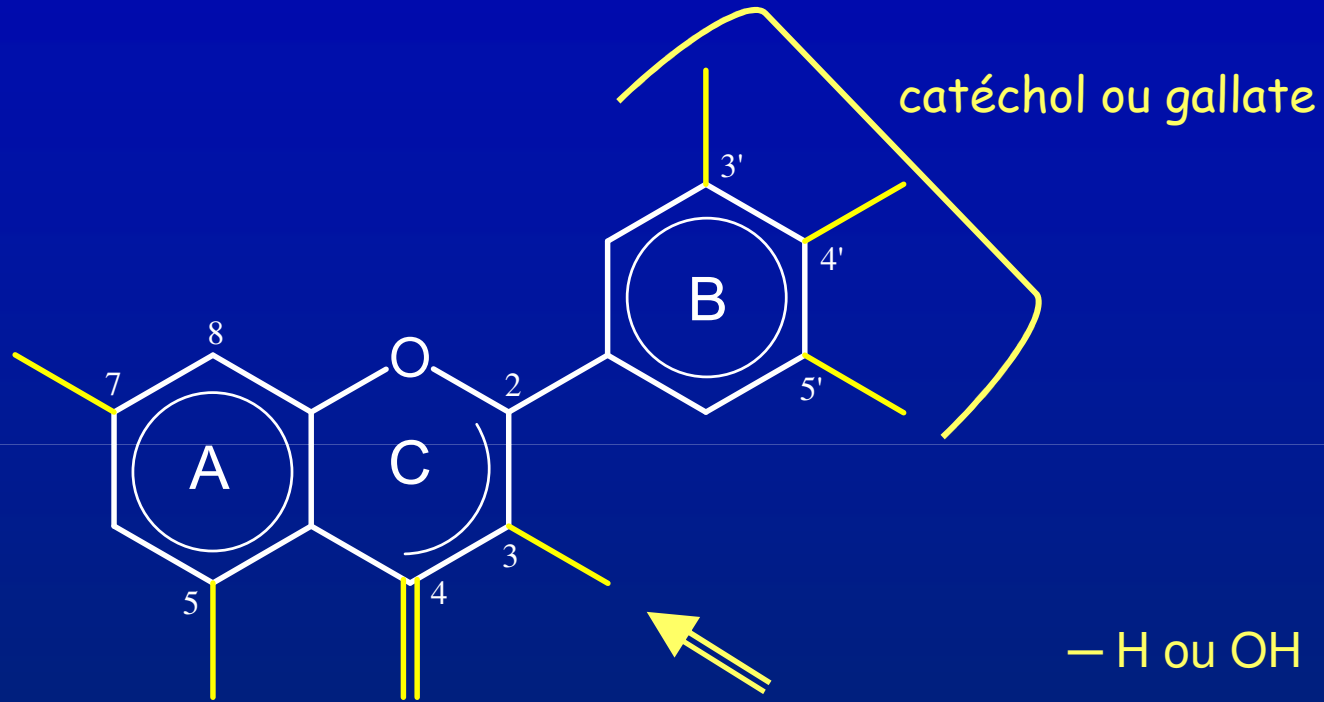
Le vin n'est pas la seule source importante de flavonoïdes.

Les flavonoïdes sont abondants dans de nombreux fruits et légumes, dont le raisin, les fruits rouges, le thé, le cacao et le soja, notamment.

Principales maladies contre lesquelles un effet protecteur des flavonoïdes est suggéré est suspecté

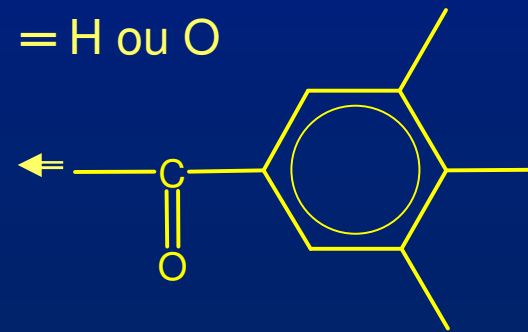
- **Maladies cardiovasculaires**, associées ou non à des troubles métaboliques (obésité, syndrome métabolique, résistance à l'insuline), diabète de type 2,
- **Maladies neurodégénératives** (Alzheimer, Parkinson),
- **Cancers**,
- **Asthme**, bronchite chronique obstructive
- **Ostéoporose**.

Structure des flavonoïdes - Positions clés des substituants



— H ou OH

= H ou O



Questions:

- Contre quelles maladies et dans quelle mesure les flavonoïdes alimentaires exercent-ils des effets protecteurs?
- Quels sont les aliments et les composés responsables de ces effets?
- Quels sont leur biodisponibilité et leur devenir dans l'organisme?
- Quels sont leurs mécanismes d'action?
- Quelles perspectives aujourd'hui