

Le diabète de type 2 sera-t-il bientôt guéri grâce à ce régime alimentaire ?

Le diabète de type 2 n'est pas incurable, preuve en est une fois de plus avec ce nouvel essai clinique. Les résultats de l'étude réalisée au Royaume-Uni sous la direction du professeur Roy Taylor de l'Université de Newcastle, et du professeur Michael Lean de l'Université de Glasgow, ont été publiés le 5 décembre dans la revue The Lancet.

Un essai clinique mené sur près de 300 personnes a révélé qu'un programme intensif de gestion du poids permettait de se remettre du diabète de type 2. Ce fut du moins le cas pour 86 % des patients ayant perdu 15 kilogrammes ou plus. «?Ces résultats sont très excitants?», explique Roy Taylor avant d'ajouter : «?Ils pourraient révolutionner la façon dont le diabète de type 2 est traité?».

Les chercheurs ont ici réparti leurs expériences dans 49 centres de soins britanniques au sein desquels ils ont enrôlé 298 adultes diabétiques âgés de 20 à 65 ans et en obésité sévère, dont la moitié a été placée sous un régime très restrictif. L'autre moitié servait donc de groupe témoin. Les 149 personnes placées dans le programme de gestion du poids ont dû se limiter à un régime alimentaire hypocalorique constitué uniquement de boissons et de soupes, limitant leur consommation à 825-853 calories par jour pendant une période de trois à cinq mois. Après cela, les aliments ont été réintroduits lentement dans leur alimentation pendant deux à huit semaines. L'autre moitié des volontaires servait de groupe contrôle, bénéficiant des conseils de diététique et d'hygiène habituels. Tous ont ensuite été accompagnés pendant une année.

Près de 90 % de ceux qui ont perdu 15 kilos ou plus ont inversé avec succès leur diabète de type 2. Plus de la moitié (57 %) de ceux qui ont perdu entre 10 et 15 kilos ont également inversé leur situation. Pour ceux qui perdaient moins de poids – entre 5 et 10 kilogrammes – le renversement fonctionnait encore pour plus d'un tiers (34 %) des participants. Le taux de rémission pour le groupe témoin n'était que de 4 % – les participants de cet échantillon ayant perdu seulement 1 kilo.

Ainsi, l'étude confirme bien que la perte de poids permet d'améliorer le diabète de type 2 – et même d'obtenir sa rémission dans certains cas. S'il est suivi à vie, ce régime alimentaire permettrait donc d'obtenir une glycémie normale sans avoir recours à des médicaments. Il est intéressant de noter que la grande majorité des participants étaient blancs et britanniques : nous devons donc faire preuve de prudence quant à la teneur de ces résultats pour le reste du monde.

<http://sciencepost.fr/2018/05/le-diabete-de-type-2-sera-t-il-bientot-gueri-grace-a-ce-regime-alimentaire/>