



## Edito

Cette année encore aura été dominée par la Covid 19 et ses variants les plus « attachants », le delta Anglais qui visiblement n'a pas subi le Brexit et, tout récemment, l'omicron sud africain. D'où l'intérêt de vacciner le plus grand nombre afin de bloquer la circulation et les mutations du virus. Qui n'a pas songé pendant le long confinement de l'hiver 2021, à s'accorder de petites compensations culinaires ? Patatras, l'article de Ronan Thibault joint à cette 20ème lettre vient nous rappeler que l'abus alimentaire, lorsqu'il devient addictif, est un véritable fléau qui mérite l'attention des chercheurs et justifie le soutien de la Fondation Planiol. Faut-il y voir une nouvelle douche écossaise à l'approche des fêtes ? Certes pas, la tempérance, le bon sens et l'optimisme sont toujours des valeurs qui ont cours. J'y pensais, il y a quelques jours en regardant un remarquable reportage sur les effets du Tango chez des sujets atteints de Parkinson. Comme par miracle leur équilibre et leurs mouvements semblaient totalement restaurés pendant la danse ! Eh bien, puisque la tradition festive rejoint la thérapeutique, dansons maintenant ! Je vous souhaite à tous un excellent Noël et une bonne année 2022. Ne manquez pas de faire circuler largement cette publication et de recommander notre site ([www.fondation-planiol.fr](http://www.fondation-planiol.fr)). Pour paraphraser W. Allen, vous y trouverez tout ce que vous n'avez jamais osé demander ... ou presque !

**Claude CHARUEL**

Président

de la Fondation T. et R. Planiol  
et des amis de la Fondation

[www.fondation-planiol.fr](http://www.fondation-planiol.fr)

## QUELLES THERAPEUTIQUES POUR L'ADDICTION ALIMENTAIRE ?

Notre environnement alimentaire a beaucoup évolué ces dernières années et comporte des aliments de plus en plus gras, sucrés et/ou salés qui sont en partie responsables de la flambée épidémique de l'obésité.

L'information de récompense délivrée par l'ingestion de ces aliments emprunte la même voie neurobiologique que d'autres substances ou comportements addictifs comme l'alcool, les drogues et les jeux d'argent. Ainsi, lorsqu'ils sont consommés en grande quantité et de manière chronique, ils peuvent déréguler le comportement alimentaire et induire une addiction à l'alimentation.

L'addiction alimentaire est caractérisée par l'impossibilité de contrôler sa consommation alimentaire tout en ayant conscience de ses méfaits sur la santé, que ces méfaits soient physiques (prise de poids) et/ou psychiques (culpabilité et angoisses).

Environ 10 % des sujets ayant un indice de masse corporelle (IMC) normal (<25) seraient atteints d'addiction alimentaire. Cette proportion double pour les sujets souffrant de surpoids ou d'obésité atteignant jusqu'à 40 % pour les patients souffrant d'obésité plus sévère (IMC ≥ 35). Il est donc primordial de dépister et prendre en charge précocement l'addiction alimentaire afin de :

- prévenir, chez les sujets ayant un IMC normal, le développement d'un surpoids/obésité.
- optimiser et personnaliser la prise en charge de patients déjà en surpoids ou obèses.

La prise en charge d'une addiction en général est souvent longue et compliquée et les traitements actuellement proposés ont une efficacité faible à modérée. Dans le domaine de l'addiction alimentaire, peu de stratégies thérapeutiques ont été évaluées. Trois types de prise en charge ont été identifiées : médicamenteuse, psychothérapeutique et chirurgicale, ces stratégies étant parfois combinées.

## C'est le moment de renouveler votre cotisation à l'association des amis de la Fondation.

Rendez-vous sur notre plateforme :

[www.association.fondation-planiol.fr](http://www.association.fondation-planiol.fr)

Ou libellez votre chèque de 50 €

« aux amis de la Fondation T. et R. Planiol »  
et adressez-le à

Elisabeth Chaslus-Dancla,  
12 rue du Président Kennedy,  
37540 Saint Cyr sur Loire.



**Madame Thérèse PLANIOL**

Née à Paris (18e)  
le 25 décembre 1914.  
Décédée à Varennes (Indre-et-Loire)  
le 8 janvier 2014.

Parmi les stratégies médicamenteuses, deux thérapeutiques ont montré une efficacité légère:

- La naltrexone en association au bupropion : ces traitements sont habituellement utilisés dans l'addiction à l'alcool ou au tabac ;
- Le pexacerfont : un traitement utilisé contre les symptômes de l'anxiété.

Chez les sujets en surpoids ou obèses, les bénéfices de la prise en charge psychothérapeutique de l'addiction alimentaire sont en cours d'évaluation. En attendant les résultats de l'étude clinique, la prise en charge psychothérapeutique doit s'intégrer dans la prise en charge multidisciplinaire dont l'objectif est la modification thérapeutique du mode de vie, préconisée en première intention. Elle pourrait avoir un effet positif sur les symptômes d'addiction alimentaire.

Enfin, chez les patients ayant bénéficié d'une prise en charge psychologique et nutritionnelle préopératoire, la chirurgie de l'obésité (bypass gastrique en Y, sleeve gastrectomie) peut réduire l'intensité de l'addiction alimentaire jusqu'à 12 mois post opératoire. Il reste à déterminer si l'addiction alimentaire peut récidiver à distance de la chirurgie de l'obésité.

La recherche de nouvelles thérapeutiques contre l'addiction alimentaire est plus que jamais nécessaire. Grâce au soutien de la fondation PLANIOL, nous allons pouvoir tester de nouvelles thérapeutiques innovantes non invasives dites « neuromodulatrices », telles que le neurofeedback. Leur objectif est de moduler l'activité cérébrale des patients afin de leur permettre de mieux contrôler leur comportement alimentaire, donc de diminuer l'intensité de leur addiction alimentaire ou d'obtenir sa rémission complète.

### **Auteurs :**

**Marie-Océane Guittière**, interne en psychiatrie,  
**Ronan Thibault**, PUPH nutrition,  
service Endocrinologie-Diabétologie-Nutrition, CHU Rennes,  
Institut Nutrition Métabolisme Cancer (NuMeCan),  
INSERM, INRAE, Univ Rennes.

### **La remise des Prix Thérèse Planiol aux jeunes chercheurs a été faite en distanciel pendant la Semaine du Cerveau (15-21 mars 2021) :**

- **Prix 2019 au Dr. Loïc CARMENT**, [Institut de Psychiatrie et Neurosciences de Paris](#), Université Paris Descartes. La Semaine du Cerveau 2020 n'avait pu se tenir à Tours pour cause de pandémie. C'est donc avec un peu de retard que la remise du prix a été faite en 2021.
- **Prix 2020 au Dr. Federica CACCIAMANI**, [Institut du Cerveau \(ICM\)](#), équipe ARAMIS, Hôpital de la Pitié-Salpêtrière à Paris.
- **Prix 2020 au Dr. Christelle GLANGETAS**, [Institut des maladies Neurodégénératives](#), équipe « Dopamine et assemblées neuronales », UMR CNRS 5293, Université de Bordeaux. Les trois lauréats ont présenté en visioconférence leurs travaux. Le [club Inner Wheel de Tours](#) s'est associé à ces prix qui récompensent des chercheurs prometteurs.

**Le professeur Léandre Pourcelot a reçu les insignes de Commandeur de l'Ordre National du Mérite en septembre 2021.** Toutes les plus vives félicitations de la part de nos amis lecteurs.

**En octobre 2021, des Amis de la Fondation** ont nettoyé la salle du programmateur, construit par René Planiol, dans une dépendance du château de St Senoch.

**Durant l'année 2021, les chercheurs ayant été soutenus par la Fondation** en 2017 et 2018, nous ont donné de leurs nouvelles :

- Dr Gabriel Robert, (Projet ACTIDEP, 2017)
- Dr Taryn Ariadna Castro-Cuesta (Aide à la mobilité 2018)
- Dr Klara Kovarski (Prix Jeune Chercheur 2018)
- Dr Thomas Wirth (Aide à la mobilité 2018)
- Dr Nicolas Chatron (Aide à la mobilité 2017).

Voir sur le site, les articles consacrés à ces retours d'information.

**Notre amie et peintre Flaure Luce nous a quittés en septembre 2021.**

Elle nous avait offert un tableau « La rencontre de deux cerveaux amoureux » vendu aux enchères lors d'un très beau concert organisé par le Zonta Club de Chinon en faveur de la glycogénose.

# Un froid mortel

Les arbres sont nus, sans parure,  
Leurs branches semblent des bras morts  
Qui raidissent sous la gelure  
De l'hiver et du froid qui mord.

Je suis seul sur ma mobylette,  
En route pour mon rendez-vous  
Avec celle qui sous la couette  
Se morfond entre chien et loup.

La route vers le haut du col  
Sillonne dans les grands sapins,  
La neige crisse sur le sol,  
Et le froid engourdit mes mains.

Pourquoi donc tout devient soudain  
Idéal, presque merveilleux ?  
Je n'ai plus froid, je ne sens rien  
Je suis gai et enfin heureux.

« Attention petit montagnard !  
Ton cerveau s'est trop refroidi.  
Tu vas perdre ton beau regard,  
La folie est tout près d'ici.

Car c'est le grand mal des froidures  
Qui fait s'enfuir toutes les peurs,  
Il rend fou même les plus durs,  
Et lisse toutes les douleurs.

Ralentis, et arrête-toi,  
Remets ton bonnet sur ta tête  
Bouge beaucoup, réchauffe-toi,  
Mourir ici serait trop bête. »

Quand je repars lentement,  
J'ai retrouvé mes sensations.  
Gelé, engourdi, mais vivant  
J'arrive enfin dans ta maison.

**Léandre Pourcelot**

- **La prochaine réunion** des amis de la Fondation se tiendra  
mercredi 12 Janvier 2022 à 9h30 au Manoir de la Tour à Saint Cyr sur Loire.



## Fondation Planiol

### Noël 2021 - BULLETIN DE DON

Oui, je fais un don de

50€

100€

À votre convenance .....€

75% de  
réduction  
d'impôt  
\*



Choisissez le don par internet  
[www.fondation-planiol.fr](http://www.fondation-planiol.fr)

► Sécurisé ► Rapide ► Simple

Je règle par chèque bancaire  
à l'ordre de **Fondation Planiol**

À envoyer à

**Fondation Planiol**

Chez Léandre Pourcelot

Taffoneau

51 rue de la Joubardière

37250 Veigné

Je recevrai un reçu fiscal

\* Vous pouvez déduire 75 % de votre don à hauteur de 537 € par an. Au delà, votre don est déductible à hauteur de 66 % dans la limite de 20 % de votre revenu net imposable.