

## Nutrition

### Fruits et légumes : quelle stratégie pour en consommer plus ?



© BJÖRN LINDBERG/AFP

Impossible d'avoir échappé au fameux « Manger 5 fruits et légumes par jour ». Ce message de prévention résonne comme un slogan dans les médias français depuis 2001, dans le cadre du Programme national nutrition santé. Par ailleurs, beaucoup de pays recommandent aujourd'hui la consommation d'au moins 400 g de fruits et légumes par jour, afin de

lutter contre les nouveaux fléaux de notre époque : obésité, maladies cardiovasculaires, diabète, cancer... Pour augmenter la consommation de leurs concitoyens, des stratégies différentes ont été choisies selon les pays. Certains, comme la France ont privilégié l'information du public, d'autres ont opté pour des mesures économiques (baisse de la TVA, distribution de bons de consommation). Une étude menée par Jean Dallongeville (✉) de l'Institut Pasteur de Lille a comparé l'efficacité de ces stratégies. Les résultats montrent que, quelle que soit la

politique de prévention mise en place, l'impact sur la consommation de fruits et légumes et, en conséquence, sur les bénéfices de santé, reste modeste. Par ailleurs, la stratégie de l'information apparaît logiquement plus rentable que celle des mesures économiques, mais permettrait au final de sauver moins de vies. En France, la campagne d'information aurait permis une augmentation de la consommation de fruits et légumes de 25 g/jour/personne. Y.C.

✉ J. Dallongeville : unité 744 Inserm/ Université Lille 2

📄 Dallongeville J, et al. *Eur J Public Health* 2011 ; 21 : 69-73

[www.manger-bouger.fr](http://www.manger-bouger.fr)

## Maladies infectieuses

### Alerte aux punaises de lit

Depuis quelques années, ces insectes brunâtres de quelques millimètres font un retour en force dans nos régions et pullulent dans les grandes métropoles comme Paris. Vivant le jour dans les matelas et les boiseries, ils sortent la nuit pour se nourrir du sang des humains ou des animaux domestiques. Leurs piqûres provoquent démangeaisons et boutons disgracieux, mais ces petites bestioles sont également soupçonnées de véhiculer certains agents infectieux. Une étude menée par Pascal Delaunay (✉), spécialiste de parasitologie et de mycologie au CHU de Nice, a relevé la présence, chez ces insectes, de 45 pathogènes. Parmi eux, quelques-uns sont apparus comme de sérieux candidats à une transmission à l'homme : la bactérie responsable de la fièvre Q, des bactéries *Wolbachia*, des champignons *Aspergillus*, le parasite de la maladie de Chagas, le virus de l'hépatite C et celui du VIH. Néanmoins,



© VOLKER STEBER/S.P.L./COSMOS

le rôle des punaises en tant que vecteur de ces maladies n'a pas pu être démontré définitivement. Des études complémentaires sont donc nécessaires, mais les chercheurs niçois soulignent d'ores et déjà la nécessité de mettre en place des campagnes d'éradication et de développer un test sérologique permettant d'identifier rapidement leurs piqûres, une chose très difficile à réaliser actuellement. Y.C.

✉ P. Delaunay : unité 895 Inserm/Université de Nice Sophia Antipolis

📄 Delaunay P, et al. *Clin Infect Dis* 2011 ; 52 : 200-10.

## Santé mentale

### L'insatisfaction des doctor-shoppers



© VALINCO/SIPA

Le *doctor-shopping* consiste à aller consulter plusieurs médecins pour la même demande, afin de recueillir différents diagnostics ou, encore, d'obtenir frauduleusement plusieurs fois les mêmes prescriptions. Malgré la réforme de 2005 sur le parcours de soins coordonnés, cette pratique subsiste et représente un fardeau pour les ressources de santé. Les raisons du *doctor-shopping* sont peu connues, comme ses liens avec d'éventuels troubles mentaux ou leur reconnaissance par les professionnels de santé. Joanna Norton (✉) de l'hôpital de la Colombière a conduit une étude auprès de 1 079 patients consultant chez 46 médecins généralistes de la région montpelliéraine. Les analyses ont montré que ceux qui présentaient un trouble mental commun (dépression, anxiété, phobies) étaient plus adeptes du *doctor-shopping*. Pourquoi ? Parce qu'ils étaient insatisfaits des soins prodigués précédemment, en raison, notamment, de la non-considération de leur trouble. Pour ces malades, cette pratique se révèle donc être un moyen d'accéder à la reconnaissance de leur maladie et au traitement approprié. De là à autoriser ces patients à changer de médecin comme bon leur semble... Y.C.

✉ J. Norton : unité 1061 Inserm/Université Montpellier 1

📄 Norton J, et al. *J Affect Disord*, janvier 2011 : doi : 10.1016/j.jad.2010.12.009