



## Santé publique

JFN2016/1086

### Les profils de consommation protéique animale et végétale sont fortement associés à la mortalité cardiovasculaire : une analyse des données d'une large cohorte adventiste.

Marion Tharrey<sup>1</sup>, François Mariotti<sup>1</sup>, Andrew Mashchak<sup>2</sup>, Pierre Barbillon<sup>3</sup>, Maude Delattre<sup>3</sup>, Gary Fraser<sup>2</sup>

<sup>1</sup>UMR Physiologie de la Nutrition et du Comportement Alimentaire, AgroParisTech, INRA, Université Paris-Saclay, Paris, France, <sup>2</sup>Adventist Health Study, Loma Linda University, School of Public Health, Loma Linda, États-unis, <sup>3</sup>UMR Mathématiques et Informatique appliquées, AgroParisTech, INRA, Université Paris-Saclay, Paris, France

**Discipline :** Epidémiologie

**Présentation préférée :** Indifférent

**Introduction et but de l'étude :** L'association entre protéines végétales, protéines animales et maladies cardiovasculaires fait débat. Les données actuelles suggèrent un effet protecteur des protéines végétales, mais il est difficile d'isoler le rôle spécifique des protéines. En effet, les sources protéiques animales et végétales sont diverses et apportent en quantités variables un large panel d'autres nutriments qui pourraient également agir favorablement ou défavorablement sur la santé cardiovasculaire. Cette étude a pour but d'évaluer les relations entre protéines et mortalité cardiovasculaire, tout en considérant la diversité des sources protéiques mais aussi le régime alimentaire dans sa globalité.

**Matériel et méthodes :** A partir des données de l'étude de cohorte *Adventist Health Study 2*, 81 337 participants exempts de maladies cardiovasculaires ont été retenus pour l'analyse. Les apports en différents types de protéines animales et végétales ont été estimés. Des profils de consommation en protéines - caractérisés par la contribution relative des groupes protéiques à l'apport total en protéines - ont été identifiés au moyen d'une analyse factorielle exploratoire. Le lien entre les profils protéiques et la mortalité cardiovasculaire a été évalué par des modèles à risques proportionnels de Cox.

**Résultats et Analyse statistique :** La mortalité cardiovasculaire n'était pas associée à la consommation totale de protéines animales et végétales après ajustement mutuel et ajustement par les facteurs de confusion potentiels. En revanche, les cinq profils protéiques types extraits par analyse factorielle ont révélés des associations contrastées et fortes avec la mortalité cardiovasculaire. Après ajustement pour les facteurs de confusion potentiels, le profil protéique caractérisé par de forts apports en protéines provenant de la viande ('Viande') était positivement associé à la mortalité cardiovasculaire ( $HR_{Q5vsQ1}$  1.61, 98.75% CI, 1.12–2.32; P-trend <0.001) tandis que le profil 'Noix & Graines' était protecteur ( $HR_{Q5vsQ1}$  0.60, 98.75% CI, 0.42–0.86; P-trend <0.001). Aucune relation significative n'a été relevée pour les trois autres profils, 'Céréales', 'Produits Transformés' et 'Légumineuses, Fruits & Légumes'. Des résultats très similaires ont été obtenus après ajustement supplémentaire pour le type de régime végétarien ou pour divers nutriments potentiellement impliqués dans la santé cardiovasculaire.

**Conclusion :** Cette étude dévoile des relations contrastées des protéines sur la mortalité cardiovasculaire. Ces effets diffèrent selon les familles d'aliments vecteurs de ces protéines, et ne peuvent vraisemblablement pas être attribués au type de régime ou à d'autres nutriments associés aux protéines. Orienter ses choix alimentaires en termes de profil de source protéique semble pertinent pour l'amélioration de la qualité des régimes. En particulier, il est préférable de se tourner vers des régimes pauvres en viande, avec une contribution plus importante des protéines végétales provenant des noix et graines.

**Conflits d'intérêts:** Aucun conflit à déclarer