

COLLOQUE 2018

**Le microbiote intestinal et son hôte :
entente ou mésentente ?**

Le microbiote intestinal et son hôte : entente ou mésentente ?

Le mot des Professeur François Bricaire (Paris)
et Docteur Béatrice Guardiola (Paris)
co-Présidents du Colloque.

Plus bactériens qu'humains (90% vs 10%) nous devons tous composer avec un organe de 1 à 2 kg abrité dans notre intestin, notre microbiote, dont nous ne sommes peut-être que l'enveloppe.

Hérité de notre mère à la naissance, composé de plus de 100 000 milliards de cellules (soit 100 fois plus que les cellules humaines, bactéries et micro-organismes), la composition et les caractéristiques phénotypiques de notre microbiote sont uniques pour chacun d'entre nous comme le montre le séquençage de son ADN.

Ainsi, notre microbiote (flore intestinale) est-il un organe déterminant, jouant un rôle fondamental dans notre vie, notre personnalité et notre comportement, notre santé.

Entre le microbiote et l'humain, entre lui et moi, son hôte, une harmonie subtile et fragile (symbiose) s'est établie. Pourtant elle peut se rompre à tout instant, c'est la dysbiose, car cette cohabitation n'est pas toujours facile.

Ce sont principalement les aliments que nous ingérons, ou certains médicaments qui le plus souvent créeront la discorde dans notre écosystème. En favorisant ou éliminant la présence de certaines bactéries plutôt que d'autres, ils viennent rompre l'équilibre naturel au sein du microbiote, créé par la répartition harmonieuse des bactéries dans notre intestin.

ALORS, ENTENTE ?

Oui, quand mon microbiote protège ma paroi intestinale, stimule mes défenses, développe mon système immunitaire, synthétise les vitamines et les bons acides gras, ceux à courte chaîne qui me protégeront du syndrome métabolique et du diabète de type 2, et bien d'autres activités encore ! Entre lui et moi c'est la symbiose.

OU MÉSENTENTE ?

Oui aussi ! Lorsque mon alimentation est déséquilibrée et/ou inadaptée, lorsqu'enfant, on m'administre des antibiotiques, lorsque je souffre de colopathies ou de maladies inflammatoires chroniques intestinales ou hépatiques, de maladies cardiométaboliques, de résistance à l'insuline, quand mon microbiote vient contrarier les effets des médicaments que je dois prendre, ou bien encore joue sur mon humeur. Entre lui et moi, c'est la mésentente.

QUELS MÉCANISMES CONDUISENT À LA DYSBIOSE ?

Un déséquilibre de la composition du microbiote, la présence prépondérante de certaines bactéries qui vont orienter le métabolisme ou la synthèse de facteurs tels que des neurotransmetteurs ou responsables d'insulinorésistance, la translocation bactérienne (c'est-à-dire le passage des bactéries au travers de la paroi intestinale) et leur diffusion dans l'organisme, sont des mécanismes évoqués parmi d'autres.

STRATÉGIES DE RETOUR À LA SYMBIOSE

Il existe des stratégies pour qu'entre lui et moi, un retour à l'entente intervienne. Par exemple, une alimentation adaptée et la transplantation fécale dans certaines colopathies graves, viennent réensemencer l'intestin et restaurer l'écosystème. L'administration d'un probiotique remplacera les bactéries absentes et recolonisera notre intestin. L'administration de prébiotiques rétablira la possibilité de synthèse d'acides gras à chaîne courte et la sensibilité à l'insuline, par exemple. D'autres stratégies sont envisageables.

C'est cette relation complexe entre l'hôte (moi) et mon « microbiote », qui oscille entre l'entente et la mésentente, que les spécialistes réunis aujourd'hui aideront à disséquer, à analyser et à mieux comprendre.

