

**Communiqué de presse**  
*Pour diffusion immédiate*

**Le CHUM entreprend la plus importante étude clinique  
jamais réalisée dans le traitement de la dépression  
avec des oméga-3**

**Montréal, le 11 janvier 2006** – La direction du Centre hospitalier de l'Université de Montréal (CHUM) est heureuse d'annoncer une étude multicentrique sur la dépression et son traitement avec des oméga-3. Il s'agit de la plus importante étude jamais entreprise sur les traitements alternatifs de la dépression qui atteint chaque année un million de Canadiens dont 250 000 Québécois.

Cette étude multicentrique sera dirigée par le D<sup>r</sup> François Lespérance, chef du Département de psychiatrie du CHUM, et sera faite en collaboration avec des chercheurs de l'Université McGill, de l'Université Laval à Québec, de la Queen's University à Kingston et de centres affiliés au Réseau universitaire intégré de santé (RUIS) de l'Université de Montréal; l'étude bénéficie d'une subvention sans restriction de la société européenne isodisnatura.

Il s'agit d'une étude randomisée à double insu à laquelle participeront 508 hommes ou femmes atteints d'une dépression sévère, qui devront prendre trois capsules par jour d'OM3, un supplément d'huile de poisson hautement concentré en acide eicosapentanoïque, l'AEP, ou trois capsules identiques d'un placebo fait d'huile de tournesol, faible en oméga-3, sur une période de huit semaines.

« Cette étude permettra d'établir de manière définitive si les oméga-3 sont efficaces pour traiter la dépression majeure, autant chez les patients prenant déjà des antidépresseurs que ceux qui ne les tolèrent pas ou qui refusent d'en prendre malgré les recommandations de leur médecin », déclare le D<sup>r</sup> François Lespérance.

« Les avantages potentiels de cette recherche sont considérables pour les patients et pour l'ensemble du système de santé, selon le D<sup>r</sup> David Servan-Schreiber, président du comité scientifique d'isodisnatura et auteur du livre *Guérir*. Les patients atteints de dépression demandent souvent des solutions de remplacement aux traitements antidépresseurs conventionnels. Les données scientifiques disponibles nous portent à croire que les oméga-3 représentent une possibilité sérieuse qui mérite une étude de grande envergure. »

« L'accompagnement de la recherche de haut niveau est un engagement majeur pour une PME telle qu'isodisnatura. C'est essentiel pour faire progresser la reconnaissance des produits de santé naturelle comme solution de santé crédible. Ces produits manquent malheureusement souvent de financement pour des études d'une telle ampleur car ils ne sont pas protégés par des brevets. Nous sommes donc heureux et fiers de participer à cette importante étude et de collaborer avec une institution crédible comme le CHUM », explique quant à lui le président d'isodisnatura, M. Simon Ferniot.

La dépression est un des problèmes de santé les plus fréquents. Chaque année, environ une femme sur cinq au Canada reçoit une prescription pour un antidépresseur. La dépression est souvent une condition chronique, qui a des impacts négatifs sur le travail, sur la famille et sur la santé physique. Il est prévu que la dépression, actuellement au quatrième rang, deviendra, en 2020, la deuxième cause de morbidité et de mortalité dans le monde. La dépression est plus souvent une cause d'invalidité au travail que le diabète, la douleur chronique ou la maladie coronarienne. Il a été bien démontré que la dépression complique l'évolution de la plupart des maladies physiques comme l'infarctus du myocarde et semble même prédisposer au développement précoce de maladies physiques. Finalement, la dépression augmente considérablement le risque de suicide, une tragédie humaine en plus d'être la principale cause de décès chez les adolescents et les jeunes adultes.

Pourtant, et malgré des progrès importants en neurosciences aux cours des vingt dernières années, la dépression est une maladie difficile à traiter. Par exemple, et même dans les meilleures conditions, seulement 50 % des patients ont une réponse satisfaisante à un antidépresseur. Le taux d'abandon est aussi très élevé : au moins 50 % des patients arrêtent leur traitement dans les six premiers mois, ce qui augmente considérablement le risque de rechute et de chronicité. Et ce, sans compter tous ceux qui refusent les traitements recommandés ou qui évitent de consulter un médecin ou un professionnel à cause de la crainte d'être stigmatisés ou par crainte des effets secondaires. Face à ces problèmes des traitements conventionnels, il n'est donc pas surprenant que 25 % des patients en dépression majeure utilisent des traitements dits alternatifs, en dehors du système de santé. Malheureusement, beaucoup de ces traitements n'ont pas été évalués adéquatement.

Il est donc urgent et essentiel de développer et d'évaluer des traitements qui non seulement seront efficaces mais aussi bien tolérés et facilement acceptés.

Les oméga-3, comme les oméga-6, sont des acides gras polyinsaturés essentiels, c'est-à-dire que le corps ne peut les synthétiser. Comme les vitamines, nous devons les retrouver dans notre diète. Toutefois, un équilibre entre la quantité d'oméga-3 et d'oméga-6 est souhaitable pour la santé. Or, la diète nord-américaine est particulièrement pauvre en oméga-3 et trop riche en oméga-6, déséquilibre qui aurait favorisé le développement de plusieurs problèmes de santé dont les maladies cardiovasculaires, les maladies inflammatoires et les troubles mentaux.

Des recherches épidémiologiques et neurobiologiques suggèrent qu'une déficience relative en acides gras polyinsaturés de type oméga-3 prédisposerait à des troubles mentaux dont la dépression. Des études ont démontré que la prévalence de la dépression majeure, la dépression bipolaire, la dépression post-partum, les tentatives suicidaires et les comportements hostiles et violents sont associés à une diète faible en oméga-3 ou à une baisse d'oméga-3 dans le sang. Ces associations épidémiologiques sont de plus soutenues par des études animales qui démontrent qu'une restriction en oméga-3 a un impact sur la neurotransmission des structures dans le cerveau importantes dans la régulation des émotions et des comportements. Finalement, plusieurs études cliniques suggèrent que des suppléments d'oméga-3 avec de fortes concentrations d'AEP ont un impact favorable sur les symptômes dépressifs chez les patients n'ayant pas répondu à un traitement initial par antidépresseurs.

Toutefois, ces études sur la dépression n'ont pas convaincu l'ensemble de la communauté scientifique. La recherche nécessaire pour changer les recommandations des comités d'experts est la même que pour les traitements par les médicaments antidépresseurs. Une étude de grande envergure comme celle-ci est donc nécessaire pour déterminer si des suppléments

d'oméga-3 de haute qualité très concentrés en AEP comme OM3 profitent à l'ensemble des patients souffrant de dépression majeure.

*Le Centre hospitalier de l'Université de Montréal (CHUM) offre des services spécialisés et ultraspécialisés à une clientèle régionale et suprarégionale. Il offre également, pour sa zone de desserte plus immédiate, des soins et des services hospitaliers généraux et spécialisés. L'ensemble de ces services contribue à l'enseignement, à la recherche, à l'évaluation des technologies et des modes d'intervention en santé qui sont offerts dans une perspective de réseaux intégrés. Le CHUM contribue également à la promotion de la santé en continuité avec les services de première ligne. L'Hôtel-Dieu, l'Hôpital Notre-Dame et l'Hôpital Saint-Luc forment le CHUM et ses quelque 10 000 employés, 900 médecins, 330 chercheurs, 5000 étudiants et stagiaires, ainsi que 800 bénévoles accueillent plus d'un demi-million de patients par année.*  
[www.chumontreal.qc.ca](http://www.chumontreal.qc.ca)

- 30 -

Pour information :

Pour le CHUM :  
Lise Provost, B.Sc., M. Éd.  
Conseillère principale aux communications externes  
Tél. : (514) 890-8000, poste 15380

Pour isodisnatura :  
Frédéric Tremblay  
(514) 393-1180, poste 318