



Café et obésité

Etude

Velickovic K et al., Caffeine exposure induces browning features in adipose tissue in vitro and in vivo. Scientific report 2019, 9 : 9104.

Résumé

Le café stimule la graisse brune. Arme efficace contre le diabète de type 2 et l'obésité ?

Le tissu adipeux brun, graisse brune, produit en outre la chaleur corporelle en brûlant des calories par opposition à la graisse blanche qui stocke les lipides en excès. La graisse brune métabolise également des macronutriments comme les glucides et les graisses.

La consommation de caféine est associée à une perte de poids corporel et à une augmentation des dépenses énergétiques.

Cette étude examine *in vitro et in vivo*, les effets de la caféine sur la thermogénèse du tissu brun adipeux. Les premiers essais sont réalisés sur des cellules souches pour voir si la caféine pouvait stimuler la graisse brune. Puis les recherches se poursuivent sur l'homme avec une technique non-invasive d'imagerie thermique pour repérer les réserves de graisse brune dans l'organisme, qui permet d'évaluer sa capacité à produire de la chaleur.

Après l'absorption d'une tasse de café, l'imagerie montre la production de chaleur par le tissu adipeux brun. Il reste maintenant à vérifier si la caféine est bien l'ingrédient dans le café qui agit comme un stimulant ou si d'autres composants aident à activer la graisse brune.

La caféine est déjà connue comme un activateur de la lipolyse et utilisée dans de nombreux procédés pharmaceutiques pour réduire l'adiposité.