



Curcumin, pipérine et santé du foie

Etude

Panahi Y et al., Curcuminoids plus piperine improve nonalcoholic fatty liver disease : a clinical trial. Journal of Cellular Biochemistry, 2019 ; 120(6).

Résumé

La consommation de curcuminoïdes associés à de la pipérine diminue la sévérité de la stéatose (accumulation de lipides) hépatique non alcoolique.

La NASH (non alcoolique steatose hépatique) est parmi une maladie chronique inflammatoire et fibrosante du foie fréquente en Occident et en constante progression et présente un risque faible mais certain d'évolution fibreuse vers la cirrhose et le carcinome hépatique. Elle est souvent associée à l'existence d'un risque métabolique général lié à une résistance à l'insuline et à la leptine.

Des modifications du style de vie et, plus spécifiquement, des modifications alimentaires sont généralement recommandées pour prévenir le risque de cette maladie et en atténuer la sévérité lors de son déclenchement mais elles restent insuffisantes à inverser la maladie.

La NASH se traduit par une accumulation de graisse dans les hépatocytes, qui se combine avec un stress oxydant et d'autres lésions inflammatoires hépatiques.

Le curcuma est utilisé depuis de longues années par les médecines traditionnelles, notamment en Inde, pour traiter toute une variété d'indispositions incluant problèmes gastro-intestinaux, inflammation, maux de tête, infections et rhumes. Le curcuma contient plus d'une douzaine de composés phénoliques curcuminoïdes, puissants antioxydants aux propriétés anti-inflammatoires et hépatoprotectrices.

Les curcuminoïdes ont une faible biodisponibilité. La pipérine, un extrait de poivre noir renforce cette biodisponibilité.

Soixante-dix personnes avec une NASH diagnostiquée par ultrasons participent à cet un essai randomisé contrôlé. Pendant douze semaines, ils reçoivent 500 mg de curcuminoïdes + 5 mg de pipérine ou un placebo.

La sévérité de la maladie et le fonctionnement du foie sont évalués au début et à la fin de l'étude. Les résultats indiquent que la supplémentation en curcuminoïdes associé à de la pipérine diminue l'hématocrite, le taux de sédimentation des érythrocytes, les concentrations sériques des enzymes hépatiques, le cholestérol, le LDL-cholestérol, le fer et l'hémoglobine. Elle a également diminué la sévérité de la maladie.