IX - BIOLOGIE NUTRITIONNELLE ET DE TERRAIN

La **biologie nutritionnelle** est une démarche alternative, en lien avec la nutrithérapie et les médecines naturelles, dont le but est d'objectiver des déficiences ou des dysfonctionnements du métabolisme, afin d'ajuster un accompagnement nutritionnel. Certains dosages diagnostiquant des carences font partie de l'arsenal médical. Ces examens qui appartiennent déjà au secteur conventionnel sont cependant minoritaires dans l'offre abondante des bilans biologiques de terrain, qui s'est développée en marge du consensus médical, et intervient dans un cadre non conventionnel.

La biologie médicale au service de la médecine, a toujours suivi ses orientations. Ainsi, elle s'est peu intéressée à la nutrition, en dehors des carences avérées. Le dosage du fer et de certaines vitamines (notamment B12 et D) sont ainsi pratiquées depuis longtemps.

Au début des années 2000, la nutrition a pris une autre dimension dans le domaine de la santé. L'impact de multiples déficiences, ou déséquilibres, révélés par les bénéfices obtenus par des changements alimentaires ou des complémentations, a favorisé le développement d'analyses dont l'objectif est de déterminer un statut nutritionnel, afin d'orienter une démarche optimale de nutrithérapie.

Ces bilans, au-delà d'un intérêt certain, ont trois vraies limites, souvent oubliées, qui donnent aux résultats une valeur plus ou moins subjective.

1) La première limite est la complexité du modèle biologique. Cette complexité a deux conséquences : d'une part les valeurs optimales de santé (les « normales » ou valeurs de références) ne sont pas les mêmes pour tous et peuvent parfois s'échelonner sur une zone assez large. D'autre part, la concentration en certains nutriments dans le sang n'est pas la même que dans les cellules, et les deux n'évoluent pas forcément de manière proportionnelle. Ainsi, une valeur normale dans le sang n'exclut pas une déficience. Le cas du magnésium est démonstratif pour cela. On peut imaginer qu'une valeur basse dans le sang n'est pas toujours corrélée à un manque généralisé dans l'organisme.

2) La seconde limite, qui amplifie la première, est liée à l'histoire de ces examens, développés dans un cadre non conventionnel. Dans ce contexte, ils n'ont pas été confrontés aux nombreuses étapes de validation sur la qualité analytique, la détermination de normes, et les éléments d'interprétation. Une telle situation favorise des raisonnements simplistes qui affirment, sur la base d'un chiffre, des conclusions qui ne sont que des suppositions.

3) Le marché des bilans de biologie nutritionnelle se développe dans un contexte de libéralisme économique, dans lesquels les industriels créent à la fois les tests, leur interprétation, et fournissent toute l'information sur leur intérêt. Les différents kits qui mesurent un même paramètre ne sont généralement pas comparés entre eux, ni standardisés. Chaque fabricant essaye de prouver que son produit est le meilleur, en espérant que la sélection le retiendra.

La plupart de ces examens d'ailleurs n'entrent pas dans la nomenclature des actes de biologie médicale qui permet le remboursement par les assurances maladie. Cela contribue à les réserver à la clientèle qui les moyens de se les financer, et à les placer hors de tout contrôle des comités d'expertise médicale, ainsi que des autorités sanitaires.

La biologie nutritionnelle a cependant un avenir certain, car elle apporte une dimension de prévention, par amélioration du terrain biologique, que la médecine a toujours négligé.

La question est de savoir si cet avenir s'inscrira dans le domaine commercial, en s'appuyant sur son succès grandissant, ou dans le domaine universitaire, s'il venait à s'y intéresser vraiment pour faire de vraies évaluations, ce qui n'est pas le cas en 2020.

Le panorama des propositions existantes, présenté ici, est assorti de commentaires destinés à aider le jugement sur l'utilité et la pertinence de chacune d'elles.