

### **Consignes MEM2 :**

*L'oral en lui-même dure 10 minutes : 5 minutes de synthèses et 5 minutes où il faudra répondre à une ou plusieurs **questions ouvertes** (le but sera de développer au maximum ses réponses et d'approfondir son argumentation).*

*Vous avez **10 minutes pour vous préparer**, durant cette préparation vous devez :*

- *Faire une synthèse globale du texte (Lui donner un titre, source, de quoi ça parle, ...)*
- *Extraire 3 mots (ou groupe de mots) clefs du texte (Mots qui pour vous sont les plus importants du texte)*
- *Justifier ces mots clefs (pourquoi avoir choisi ces mots, quels sont leur importance dans le texte ?)*
- *Répondez à la question : Selon les auteurs, à quel(s) risque(s) sont exposés les enfants de femmes enceintes observant un régime alimentaire végétan ? Êtes -vous d'accord avec les propositions des auteurs quant au suivi des femmes enceintes véganes ?*

*S'il vous reste du temps, identifiez les problématiques du texte, trouvez des solutions à ces problématiques, écrivez ce que vous pensez du texte, ...*

*Cela pourra toujours être utile pour répondre par la suite aux questions du jury et vous permettra d'approfondir votre analyse de texte !*

## **SUJET-3-3**

Journal international de Médecine - Dr Jean-Marc Retbi 503 mots

L'impact d'un régime végétarien sur les issues de la grossesse est controversé. Ainsi, certaines études ont rapporté une augmentation du taux des accouchements prématurés et des retards de croissance intra-utérins, alors que d'autres n'ont pas abouti aux mêmes conclusions. Ces discordances pourraient être dues à l'absence de distinction entre les femmes enceintes « véganes », qui ne consomment aucun produit d'origine animale, et les femmes « lacto-ovo-végétariennes » [LOV], qui consomment des produits laitiers et des oeufs. Dans une étude observationnelle prospective monocentrique, les issues de grossesse de 60 femmes véganes ont été comparées à celles de 64 femmes LOV, 37 femmes mangeant en plus des poissons et 112 femmes omnivores. Les femmes étaient âgées de 18 ans au moins et enceintes de singletons. Elles avaient observé le même régime alimentaire durant le trimestre précédant la conception et toute la grossesse. Avec 1 985 kilocalories et 60 grammes de protéines par jour, en moyenne, les femmes véganes avaient un apport énergétique plus élevé que les femmes des 3 autres groupes et un apport protéique moins important que les femmes omnivores. D'après une étude antérieure, leurs taux de ferritine et de vitamine B12 étaient similaires à ceux des femmes LOV et omnivores. Les femmes véganes étaient plus minces que les femmes des autres groupes (IMC pré-grossesse : 21 ,4 en moyenne), et elles ont pris moins de poids pendant la grossesse que les femmes omnivores (11,6 versus 14,3 kg). Il n'a pas été trouvé de différences significatives entre les quatre groupes de femmes concernant les taux d'accouchements prématurés et les fréquences d'hémorragies du postpartum.

Davantage de nouveau-nés de petit poids pour l'âge gestationnel

En revanche, bien qu'ils soient dans les limites de la normale pour la population locale, les poids de naissance moyens des nouveau-nés des 4 groupes sont significativement différents ( $p = 0,02$  après ajustement par l'âge et l'IMC des mères). Le poids de naissance moyen des enfants de mère végane est inférieur à celui des enfants de mère LOV ( $3\,015 \pm 420$  g vs  $3\,285 \pm 482$  g,  $p < 0,001$ ), et à celui des enfants de mère omnivore ( $3\,015 \pm 420$  g vs  $3\,328 \pm 495$  g,  $p < 0,001$ ).

Cela est vraisemblablement dû à un taux plus important de nouveau-nés de petit poids pour l'âge gestationnel (« $1^{\text{er}}$  percentile) sous régime végan (11,7 %) que sous les autres types de régime ( $p = 0,02$ ). Un régime végan est associé à un risque significativement accru de retard de croissance intra-utérin seulement par comparaison avec un régime omnivore (Risque Relatif : 5,9 ; Intervalle de Confiance de 95 % : 1,2-21,8).

Au total, un régime alimentaire végan, même bien équilibré, comporte un risque accru de petit poids de naissance pour l'âge gestationnel.

Les auteurs pensent que les résultats de leur étude doivent servir à encourager les femmes enceintes véganes à maintenir un régime équilibré et à se soumettre à un suivi régulier de leur grossesse (prise de poids, estimation du poids fœtal, consultation nutritionnelle) plutôt qu'à les inciter à abandonner leur régime.