

(RR_{T3} vs T1 = 2,11 [1,15–3,85], $p=0,02$), mais pas dans le groupe supplémenté en antioxydants ($p=0,8$; P-interaction = 0,1).

Conclusion Ces résultats suggèrent qu'une alimentation pro-inflammatoire pourrait être associée à une augmentation de la mortalité et que les antioxydants pourraient contrecarrer certains des effets pro-inflammatoires de l'alimentation.

Déclaration de liens d'intérêts Les auteurs LG, MD, FM, LN, PLM, SH, PGn CJ, EKG et MT déclarent ne pas avoir de liens d'intérêts ; NS et MW : employés de Connecting Health Innovations LLC (CHI), entreprise planifiant la création d'une licence pour le DII afin de développer des applications pour ordinateurs et téléphones destinées à conseiller des patients ou à mettre en place des interventions en pratique clinique ; JH : actionnaire de Connecting Health Innovations LLC (CHI).

<http://dx.doi.org/10.1016/j.nupar.2016.10.079>

P341

Les apports en protéines végétales et la diversité alimentaire des régimes sont associés à la qualité de l'alimentation de façon indépendante et additive

M. Egnell*, C.M. Bianchi, J.-F. Huneau, F. Mariotti

UMR 914, physiologie de la nutrition et du comportement alimentaire, Inra/AgroParisTech, Paris, France

* Auteur correspondant.

Adresse e-mail : manon.egnell@agroparistech.fr (M. Egnell)

Introduction et but de l'étude Les protéines végétales ont globalement un meilleur profil éco-environnemental que les protéines d'origine animale. La consommation de protéines végétales, qui est positivement associée aux apports en de nombreux nutriments importants, a été identifiée comme un marqueur fort et robuste d'un régime alimentaire sain. On sait, par ailleurs, qu'une diversité alimentaire importante est positivement associée à l'adéquation nutritionnelle du régime alimentaire. Cependant, le lien entre diversité alimentaire et la nature (végétale ou animale) de l'apport protéique n'est pas connu. L'objectif de cette étude était de déterminer si la relation entre l'apport protéique végétal et l'adéquation nutritionnelle pourrait s'expliquer, du moins partiellement, par l'association avec la diversité alimentaire.

Matériel et méthodes Nous avons évalué les apports en protéines animales et végétales de 1 330 adultes ayant participé à l'Enquête nationale nutrition santé. L'adéquation nutritionnelle de leurs régimes a été déterminée en utilisant le score de PANDiet, indice de qualité de l'alimentation basé sur une approche probabiliste. La diversité alimentaire a été évaluée par un score se fondant sur nombre de sous-groupes consommés dans chaque groupe alimentaire. Les associations entre les différentes variables ont été évaluées à l'aide de modèles linéaires multivariés avec ajustement pour les potentiels facteurs de confusion.

Résultats et analyse statistique Comme attendu, les apports protéiques végétaux, mais pas animaux, sont associés à l'adéquation nutritionnelle. Il existe également une association positive entre la diversité alimentaire et l'adéquation nutritionnelle, et entre la diversité alimentaire et les apports protéiques végétaux, mais pas animaux ou totaux. La relation entre diversité alimentaire et apports protéiques végétaux est plus forte chez les femmes ($\beta = 0,14$) que chez les hommes ($\beta = 0,07$). Dans un modèle complet ajusté sur les facteurs de confusion potentiels (apport énergétique total, densité énergétique du régime, sexe, revenu du foyer, catégorie socioprofessionnelle, niveau d'instruction, région de résidence et statut tabagique), l'adéquation nutritionnelle est positivement associée à la diversité alimentaire ($\beta = 0,13$) et aux apports protéiques végétaux ($\beta = 0,27$) et animaux ($\beta = 0,05$).

Conclusion Chez les adultes français, la consommation de protéines végétales est positivement associée à l'adéquation nutritionnelle et cette relation n'est pas expliquée par la plus forte diversité alimentaire associée aux régimes riches en protéines végétales.

Déclaration de liens d'intérêts Les auteurs déclarent ne pas avoir de liens d'intérêts.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.nupar.2016.10.080>

P342

Adéquation aux recommandations nutritionnelles : un facteur protecteur vis-à-vis des symptômes dépressifs chroniques ou récurrents dans la cohorte française SU.VI.MAX

C. Collin¹, K. Assmann^{1,*}, V. Andreeva¹, C. Lemogne^{2,3,4}, S. Hercberg^{1,5}, P. Galan¹, E. Kesse-Guyot¹

¹ Équipe de recherche en épidémiologie nutritionnelle (Éren), UMR U1153 Inserm/U1125 Inra/Cnam/université Paris 13, centre de recherche en épidémiologie et statistiques Sorbonne Paris Cité, Bobigny, France

² Service de psychiatrie de l'adulte et du sujet âgé, AP-HP, hôpitaux universitaires Paris Ouest, France

³ Faculté de médecine, université Paris Descartes, Sorbonne Paris Cité, France

⁴ Inserm, U894, centre psychiatrie et neurosciences, Paris, France

⁵ Département de santé publique, hôpital Avicenne, 93017 Bobigny, France

* Auteur correspondant.

Adresse e-mail : caroline.collin@agroparistech.fr (C. Collin)

Introduction et but de l'étude Plusieurs études ont suggéré une association inverse entre qualité nutritionnelle du régime alimentaire et risques de dépression, qui est une cause majeure d'incapacité dans le monde. Nous avons étudié l'effet d'une meilleure adéquation aux recommandations nutritionnelles françaises, mesurée par le Programme national nutrition santé-Guideline Score (PNNS-GS), vis-à-vis des symptômes dépressifs chroniques ou récurrents (SDR).

Matériel et méthodes Cette relation a été investiguée au sein de la cohorte Supplémentation en vitamines et minéraux antioxydants (SU.VI.MAX) sur les participants ayant les données alimentaires nécessaires au calcul du PNNS-GS à leur entrée dans la cohorte (1994–1996), ainsi que les données sur la Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale (CES-D) à l'entrée et à la fin de SU.VI.MAX (2007–2009) ($n = 3328$). Le PNNS-GS comprend 12 composantes alimentaires et 1 composante activité physique, et un PNNS-GS élevé signifie une bonne adéquation aux recommandations nutritionnelles. Les SDR ont été définis par une CES-D ≥ 16 à l'entrée et à la fin de l'étude. Les *odds ratios* (OR) et leurs intervalles de confiance (IC) à 95 % ont été estimés pour les différents quartiles (Q) du PNNS-GS et du mPNNS-GS (*modified* Programme National Nutrition Santé-Guideline Score, sans composante activité physique), et en utilisant les scores en continu (OR pour chaque point de score en plus), par des modèles de régression logistique. Les mêmes modèles ont été testés sur des scores PNNS-GS modifiés en retirant séquentiellement chacune des 13 composantes du score, afin d'investiguer si certaines composantes étaient responsables de l'effet observé.

Résultats et analyse statistique Dans notre étude, 10,1 % des participants ($n = 335$) avaient des SDR, avec une prévalence plus forte chez les femmes. Après ajustement sur les différents facteurs de confusion potentiels, une relation inverse a été établie entre le PNNS-GS et les SDR, avec une tendance linéaire : OR Q4 vs Q1 = 0,42 (IC à 95 % : 0,29, 0,60 ; P de tendance < 0,0001) ; OR par point supplémentaire de score = 0,86 (IC à 95 % : 0,80, 0,92 ; $p < 0,0001$). La même relation a été observée entre le mPNNS-GS et les SDR. L'analyse des 13 scores modifiés a révélé que la relation inverse entre scores PNNS-GS et SDR était toujours significative quelle que soit la composante manquante, avec des ORs par point supplémentaire de score tous significativement < 1 ($p < 0,01$).

Conclusion Dans cette étude prospective, une meilleure adéquation aux recommandations nutritionnelles françaises était associée à un plus faible taux de SDR, et cette relation était due à la qualité globale de l'alimentation plus qu'à certaines catégories d'aliments, ou à l'activité physique. Cela suggère que ces recommandations sont pertinentes non seulement dans le but d'éviter les maladies chroniques liées à la nutrition, mais également en considérant le bien-être physique et mental en général. Cependant, d'autres études prospectives sont à effectuer afin d'établir la causalité de cette relation, qui est fortement bidirectionnelle.

Déclaration de liens d'intérêts Les auteurs CC, KA, VA, SH, PG et EKG déclarent ne pas avoir de liens d'intérêts ; CL : honoraires pour sa participation au conseil de Lundbeck et pour son intervention à des symposiums organisés par Astra Zeneca, Daiichi-Sankyo, Lundbeck et Servier.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.nupar.2016.10.081>

