

Lamprini Risos, cardiologue préventive à l'hôpital Erasme

Catherine Devillers, médecin nutritionniste et rédactrice scientifique au Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique à titre privé

Bruxelles, le 12 septembre 2019

## **COMMUNIQUE DE PRESSE**

---

### **Plus de 100 scientifiques belges et étrangers contestent l'avis de l'Académie Royale de Médecine de Belgique sur les dangers du végétalisme**

Un collectif de professionnels de la santé et de docteurs en sciences s'est constitué après la publication de l'avis alarmiste de l'Académie Royale de Médecine de Belgique (ARMB) sur le végétalisme. Leurs conclusions sont unanimes : l'avis est infondé et relève d'une désinformation. Ils estiment au contraire qu'une alimentation végétalienne bien planifiée et variée est bénéfique pour la santé à tous les stades de la vie.

Le 16 mai dernier, la presse relayait l'avis de l'ARMB\* proscrivant l'alimentation végétalienne pour les enfants, les adolescents, les femmes enceintes et allaitantes, laissant aux autres catégories de personnes la responsabilité de ce mode alimentaire et de ses conséquences.

Des médecins belges se sont rassemblés pour répondre à l'ARMB. Ils ont analysé une par une les études dont celle-ci s'était inspirée dans deux rapports successifs à charge contre le végétalisme. Leur constat : les sources citées par l'académie, parfois hors sujet, contredisent ses propres conclusions. Parmi plus de 40 références, seules deux sources allemandes, plus réservées, incitent à la prudence et au suivi régulier des patients végétaliens. En revanche, les autres sources citées par l'ARMB concluent qu'une alimentation végétalienne bien planifiée et équilibrée est bénéfique pour la santé à tous les stades de la vie.

Dans le cadre d'une revue de littérature extensive, ces médecins ont encore ajouté près de 40 références négligées par l'ARMB. L'ensemble des conclusions adressées à l'académie sont détaillées dans un **rapport de 13 pages, fort de 83 sources**, qui a rapidement suscité l'adhésion de soutiens internationaux : il a été signé par plus de 100 professionnels de la santé et docteurs en sciences issus de 13 pays différents. **Le rapport complet est à consulter ici : [www.reponseARMB.com](http://www.reponseARMB.com)**

Ce collectif regrette en outre l'absence d'éducation et de connaissances du corps médical sur les questions de nutrition, plus particulièrement de nutrition végétale. En témoignent une étude américaine\*\* qui souligne d'importantes lacunes en matière d'éducation nutritionnelle des cardiologues et une autre menée par l'université de Milan\*\*\* auprès d'un vaste échantillon de professionnels de la santé.

Les porte-paroles du collectif, Dr Lamprini Risos et Dr Catherine Devillers, précisent : « Nous avons créé ce collectif pour rétablir une vérité scientifique alors qu'aucune structure végétalienne n'existait en Belgique. En fait, l'ARMB rejette en bloc les positions officielles d'associations scientifiques internationales faisant office d'autorité dans le domaine de la nutrition. Or, en médecine, nous nous basons sur les recommandations de sociétés savantes qui elles-mêmes s'appuient sur une littérature de haute qualité épidémiologique. Le premier rapport de l'ARMB ne citait que 13 références. Ce n'est qu'après avoir reçu des critiques de sociétés scientifiques internationales qu'elle a publié une clarification alourdie d'une trentaine de références supplémentaires, mais en tirant toujours des conclusions contraires à celles de ses sources. Nous avons démonté point par point ses erreurs d'interprétation et y avons encore ajouté une quarantaine de références pour étoffer notre rapport d'une littérature abondante. Par ailleurs, l'académie nie l'excellente santé de milliers d'enfants végétaliens pour ne se focaliser que sur des cas isolés de négligence infantile, mis sur le compte du végétalisme. »

Conscients de l'obligation éthique de respecter les droits humains fondamentaux tels que l'autonomie des patients et de ne pas imposer une pratique médicale paternaliste, les 115 scientifiques invitent l'ARMB à revoir sa position, à promouvoir les formations en nutrition végétale auprès des professionnels de la santé et à s'inquiéter de la santé des enfants dont le régime omnivore induit une augmentation constante des maladies chroniques non transmissibles, première cause de mortalité dans le monde.

N.B. L'ARMB dépend de la Fédération Wallonie Bruxelles. Sa sœur jumelle néerlandophone, la Koninklijke Academie voor Geneeskunde van België, n'a pas remis d'avis conjoint sur les effets du végétalisme sur la santé.

\* Consulter ici le 1<sup>er</sup> rapport de l'ARMB de juin 2018 (publié en mai 2019) et sa « Mise au point » de juin 2019 : <http://www.armb.be/index.php?id=931>

\*\* Devries S, Agatston A, Aggarwal M, *et al.* A Deficiency of Nutrition Education and Practice in Cardiology. *Am J Med.* 2017 Nov;130(11):1298-1305. doi: 10.1016/j.amjmed.2017.04.043. Epub 2017 May 25.

\*\*\* Bettinelli ME, Bezze E, Morasca L, *et al.* Knowledge of Health Professionals Regarding Vegetarian Diets from Pregnancy to Adolescence: An Observational Study. *Nutrients* 2019, 11(5), 1149; <https://doi.org/10.3390/nu11051149>