

# La consommation de poisson s'accompagne d'une diminution de l'incidence de la fibrillation auriculaire

La fibrillation auriculaire est un trouble du rythme très fréquent. L'âge figure au nombre de ses principaux facteurs de risque, tout comme les valvulopathies, les affections coronariennes, l'hypertension artérielle et l'hypertrophie auriculaire. Cette arythmie est associée à une morbi-mortalité importante. Peu de données sont disponibles en ce qui concerne l'influence des facteurs nutritionnels sur l'incidence de la fibrillation auriculaire. Cependant, selon certaines études, la consommation de poisson serait capable de diminuer le risque d'arythmies ventriculaires sévères. Il a également été montré que les acides gras polyinsaturés de la famille des oméga-3 possédaient des propriétés anti-arythmiques. C'est donc en toute logique qu'une équipe d'investigateurs a recherché les effets bénéfiques éventuels de la consommation de poissons sur les troubles du rythme supra-ventriculaires.

Il s'agit d'une étude prospective basée sur une cohorte de 4815 sujets âgés de 65 à 100 ans à l'inclusion. Lors du recrutement, les participants ont subi un examen médical incluant un ECG, une échographie cardiaque bidimensionnelle, des tests respiratoires fonctionnels, des examens de laboratoire standards et ont répondu à un questionnaire sur leurs facteurs de risque et leur histoire médicale. Leurs habitudes alimentaires ont été également évaluées et leur consommation de poisson plus particulièrement détaillée. Les participants ont ensuite passé un examen annuel comprenant un ECG 12 dérivations. L'incidence de la fibrillation auriculaire a été évaluée sur la base des tracés ECG annuels et des informations obtenues à l'occasion des hospitalisations des participants.

Au cours des 12 années de suivi, 980 cas de fibrillation auriculaire ont été répertoriés. Chez les participants qui

consommaient du thon ou du poisson grillé ou cuit au four au moins 5 fois/semaine, l'incidence de la fibrillation auriculaire était de 19/1000 personne-années comparée à 33/1000 personne-années chez ceux qui en consommaient moins d'une fois par mois. En revanche, chez ceux qui consommaient du poisson frit ou des *fish burgers* au moins une fois par semaine, l'incidence de la fibrillation auriculaire était de 27/1000 personne-années et elle était de 22/1000 personnes-années chez ceux qui en prenaient moins d'une fois par mois. Après ajustement sur les différents facteurs de confusion, la diminution du risque de fibrillation allait de 19% (*hazard ratio*=0,81; IC à 95%=0,65-1,03) à 30% (*hazard ratio*=0,70; IC à 95%=0,53-0,93) pour une consommation de thon ou de poisson grillé ou cuit au four qui passait de 1 à 3 fois/mois à au moins 5 fois/semaine, comparée à moins d'une fois/mois. La même analyse a montré qu'en revanche, la consommation de poisson frit ou de *fish burgers* ne diminuait pas le risque de fibrillation. Des antécédents d'infarctus du myocarde ou d'insuffisance cardiaque congestive ne modifiaient pas de manière notable ces résultats. Il faut par ailleurs mentionner que la consommation de thon ou de poisson grillé ou cuit au four était corrélée à la concentration plasmatique d'acides gras de type oméga-3, ce qui n'était pas le cas chez les consommateurs de poisson frit ou de *fish burger*.

Chez le sujet âgé, la consommation régulière de poisson, à condition qu'il ne soit pas frit, semble donc associée à une diminution du risque de fibrillation auriculaire. Cet effet pourrait être attribué à la teneur en acides gras polyinsaturés de type oméga-3 de certains poissons, composés pour lesquels des propriétés hémodynamiques, anti-arythmiques et anti-inflammatoires ont par ailleurs été démontrées.

T. Cudennec  
Hôpital Sainte Péline, Paris

Type de poisson consommé	Fréquence de consommation				Valeur de <i>P</i>
	< 1 fois/mois	1 à 3 fois/mois	1 à 4 fois/semaine	≥ 5 fois/semaine	
Thon/ poissons grillés ou cuits au four, n <sup>b</sup> de sujets	513	1128	2244	930	
Hazard ratio (IC à 95%)	1,0 (référence)	0,81 (0,65-1,03)	0,72 (0,57-0,90)	0,70 (0,53-0,93)	0,007
Poisson frit/ <i>fish burger</i> , n <sup>b</sup> de sujets	2309	1566	940		
Hazard ratio (IC à 95%)	1,0 (référence)	0,96 (0,82-1,13)	1,17 (0,96-1,43)		0,23



Mozaffarian D, Psaty BM, Rimm EB, Lemaitre RN, Burke GL, Lyles MF, Lefkowitz D, Siscovick DS. **Fish intake and risk of incident atrial fibrillation.** *Circulation.* 2004; **110**: 368-373