

Étude transversale du lien entre anxiété générale et apports en macronutriments chez les adultes dans la cohorte française NutriNet-Santé

Junko Kose¹, Léopold K. Fezeu¹, Mathilde Touvier¹, Sandrine Péneau¹, Serge Hercberg^{1,2}, Pilar Galan¹, Valentina A. Andreeva¹

Contact
j.kose@eren.smbh.univ-paris13.fr

¹ Équipe de Recherche en Épidémiologie Nutritionnelle (EREN), Université Sorbonne Paris Nord, INSERM U1153/INRAE U1125/ CNAM, Centre de Recherche en Épidémiologie et Statistiques (CRESS) – Université de Paris, Bobigny, France

² Département de Santé Publique, AP-HP Hôpital Avicenne, Bobigny, France

INTRODUCTION

- ❖ Les troubles anxieux sont les troubles mentaux les plus répandus au niveau mondial¹.
- ❖ Les résultats disponibles sont peu nombreux et suggèrent que l'anxiété est liée aux apports en macronutriments et cette association varie en fonction du sexe^{2,3}.
- ❖ Il n'existe pas d'étude épidémiologique à grande échelle sur ce sujet.

Objectif

Principal : évaluer l'association entre l'anxiété générale et les apports en macronutriments dans un échantillon issu de la population générale.
Secondaire : évaluer si l'association varie en fonction du sexe.

MÉTHODES

Population d'étude

20 231 participants de la cohorte NutriNet-Santé.

Anxiété générale

Questionnaire de Spielberger (T-STAI : 20 – 80 points, score élevé = anxiété élevée) passé entre 2013 et 2016.

Apports en macronutriments

Valeurs moyennes journalières à partir de ≥3 enregistrements de 24-h, ajustées sur l'énergie.

Analyses

Tests d'interaction par sexe.

Régressions linéaires ajustées sur l'âge, l'IMC, le diplôme, le statut matrimonial, la CSP, le statut tabagique, l'activité physique, les apports en alcool et le nombre d'enregistrements de 24-h.

RÉSULTATS (2)

Table 1. Régression linéaire de l'association entre le score de T-STAI d'anxiété et les apports en macronutriments (N = 20 231)

	Hommes N= 5 198		Femmes N= 15 033	
	β	<i>p</i>	β	<i>p</i>
Glucides totaux	-0,010	0,84	0,044	0,03
Glucides complexes	0,034	0,44	0,047	0,01
Glucides simples	-0,043	0,28	-0,004	0,82
Protéine	-0,038	0,07	-0,011	0,26
Lipide	0,024	0,25	-0,012	0,16
AGM	0,010	0,36	-0,008	0,11
AGP	0,004	0,52	0,000	0,86
AGS	0,010	0,43	-0,001	0,80
% énergie provenant des glucides	-0,001	0,89	0,011	0,02
% énergie provenant des protéines	-0,007	0,05	-0,001	0,55
% énergie provenant des lipides	0,009	0,24	-0,009	<0,05

B : coefficient de béta non-standardisé



RÉSULTATS (1)

- Age moyen = 53,7 ans; 74,3 % de femmes.
- Les scores de T-STAI plus élevés chez les femmes que chez les hommes (39,0 vs 34,8; $p < 0.01$).

CONCLUSION

L'anxiété générale a une association modeste avec les apports en macronutriments et cette association varie en fonction du sexe.

REFERENCE

¹Remes O et al. Brain and Behavior. 2016; 6:e00497. ²Dubé L et al. Physiol Behav. 2005 Nov 15;86(4):559–67. ³Mestre ZL et al. Psychosom Med. 2016 May;78(4):454–64.