

## « Et si nous envisagions le soleil en prévention de la sclérose en plaques ? »

*L'Institut Français Soleil & Santé révèle qu'un déficit en ultraviolets (UVB) pourrait être associé à une plus forte fréquence de cette maladie neurologique auto-immune chronique.*

La sclérose en plaques (SEP) est une maladie multifactorielle du système nerveux central qui touche 80 000 personnes en France et plus de 2 millions à travers le monde (source : Inserm). Chaque année, plus de 2 000 nouveaux cas sont référencés sur le territoire.

Le mercredi 30 mai, est organisée la journée mondiale de la SEP qui tend à faire connaître cette maladie encore méconnue du grand public et qui constitue la première cause de handicap sévère non traumatique chez les trentenaires.

L'IFSS souhaite s'associer à cette campagne d'information publique pour souligner et démontrer 3 facteurs majeurs de risque de la sclérose en plaques :

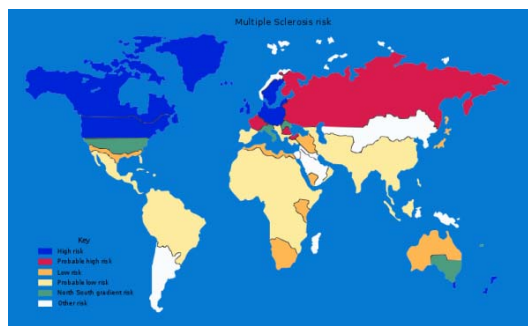
- La latitude,
- L'exposition au soleil,
- La vitamine D.

### Corrélation entre latitude et prévalence de la maladie

L'IFSS s'appuie sur deux récentes études pour démontrer le lien entre latitude géographique, et par conséquent le degré d'ensoleillement, et le risque de sclérose en plaques. La première, réalisée par des experts de l'University Department of Clinical Neurology d'Oxford, illustre, à l'échelle mondiale, que la prévalence de la maladie est minimale au niveau de l'équateur et qu'elle augmente avec la latitude <sup>(1)</sup>.

La seconde révèle un fort gradient entre les régions du nord-est et les régions du sud et de l'ouest <sup>(2)</sup>. La prévalence de la maladie s'avère deux fois plus importante dans les régions du nord-est (environ de 100 par 100 000 habitants) en comparaison des régions du sud et de l'ouest où le ratio se situe autour de 50.

« Il existe en effet un fort gradient nord/sud dans le développement de cette maladie neurologique, évoluant par poussées. L'Ecosse et les pays scandinaves sont, par exemple, des pays où la prévalence de la sclérose en plaque est très élevée », commente le Professeur Jean-Claude Souberbielle, biologiste et consultant pour l'Institut Français Soleil & Santé.



(source : Internet)

## Rôle joué par l'exposition au soleil

De multiples études s'accordent sur le fait que le risque de sclérose en plaques est significativement diminué chez les sujets qui passent une part importante de leur vie en extérieur, pendant leur jeunesse <sup>(3)</sup>. L'une d'elles, menée en Tasmanie, a évalué les effets d'une exposition au soleil élevée (en moyenne 2 à 3 heures par jour, en été, les week-ends et pendant les vacances) sur des sujets âgés de 6 à 15 ans. Les résultats obtenus montrent, qu'associé à une exposition au soleil accrue, le risque de sclérose en plaques est diminué de 31 % <sup>(4)</sup>.

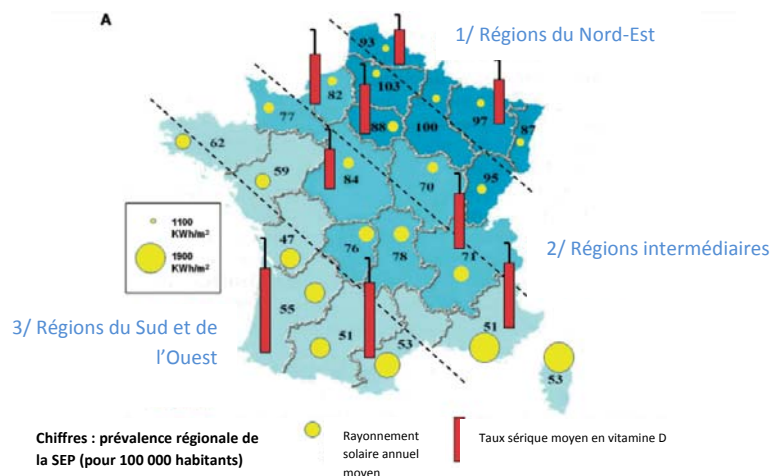
L'IFSS ajoute que des résultats préliminaires, basés sur une méta-analyse de 52 études de différents pays du monde, démontrent une importante corrélation entre la prévalence de la SEP et la quantité annuelle d'UVB reçue <sup>(5)</sup>. L'Australian National University a récemment mené une étude auprès de 216 Australiens présentant les premiers symptômes de la maladie et de 400 personnes saines. Ils ont découvert que les personnes atteintes avaient été, depuis leur naissance, moins exposées aux rayons ultra-violet <sup>(6)</sup>.

## Action préventive de la vitamine D

« La plupart des patients atteints de sclérose en plaques présentent, dès les premiers stades de la maladie, une insuffisance en vitamine D. En tant qu'agent immuno-modulateur, elle influence de manière significative la régulation des lymphocytes T, dont le rôle est aujourd'hui établi dans le déclenchement et le développement de la SEP », précise le Professeur Souberbielle dans les publications récentes qu'il consacre à ce sujet <sup>(3,8)</sup>.

En 2011, deux spécialistes français, Charles Pierrot-Deseilligny (neurologue) et Jean-Claude Souberbielle (biologiste) ont mis en avant les liens existants entre la sclérose en plaques, les UVB et la vitamine D en France.

Prévalence de la sclérose en plaques chez une population adulte dans différentes régions de France <sup>(3)</sup>



Pour illustrer le lien entre vitamine D solaire et SEP, l'IFSS s'appuie également sur le croisement de la prévalence de la maladie avec les taux vitaminiques relevés chez une population adulte dans 9 régions de France. Cette étude démontre que les personnes présentant des taux élevés en vitamine D ont un risque significativement diminué de sclérose en plaques <sup>(2,7)</sup>.

L'importance de l'exposition solaire dans la prévention de la sclérose en plaques est, par conséquent, démontrée, de même que le rôle joué par le rayonnement UV dans la synthèse de la vitamine D. L'IFSS précise que les facteurs de risque de la SEP sont multiples

(génétiques, environnementaux, viraux, etc.) et ne peuvent être réduits à la seule hypovitaminose D <sup>(8)</sup>.

[Pour visualiser, l'interview du Professeur Souberbielle, cliquez ICI.](#)

### A propos de l'IFSS

L'IFSS est une association rassemblant des professionnels de santé, notamment des experts de la vitamine D, des dermatologues, des médecins et des spécialistes des UV impliqués dans l'information et la prévention des rayonnements UV. L'Institut a pour vocation de contribuer à la recherche et à l'enseignement des relations entre le soleil, les UV et la santé publique. Il entend ainsi sensibiliser le grand public, les pouvoirs publics, les professionnels de santé, les médias et les professionnels du secteur aux enjeux sur la santé du rayonnement ultraviolet. Pour en savoir plus : <http://www.ifss.fr/>

### Contacts presse

3d Communication

Bénédicte Couturier / Caroline Pierron

Tel. : 01 46 05 87 87

[bcouturier@3dcommunication.fr](mailto:bcouturier@3dcommunication.fr) / [cpierron@3dcommunication.fr](mailto:cpierron@3dcommunication.fr)

### Références

1. Handel AE, Giovannoni G, Ebers GC, Ramagopalan SV. Environmental factors and their timing in adult-onset multiple sclerosis. *Nat Rev Neurol* 2010; 6: 156–66.
2. Vukusic S, Van Bokstael V, Gosselin S, Confavreux C. Regional variations of multiple sclerosis prevalence in French farmers. *J Neurol Neurosurg Psychiatry* 2007; 78: 707–9.
3. Pierrot-Deseilligny C, Souberbielle JC. Is hypovitaminosis D one of the environmental risk factors for multiple sclerosis? *Brain* 2010;133:1869-88.
4. Van der Mei IAF, Ponsonby AL, Dwyer T, Blizzard L, Simmons R, Taylor BV, et al. Past exposure to sun, skin phenotype, and risk of multiple sclerosis: case-control study. *BMJ* 2003; 327: 1–6.
5. Sloka S, Silva C, Pryse-Phillips J, Wang L, Metz S, Patten S, et al. Environmental risks for multiple sclerosis: quantitative analyses and biological mechanisms. *Mult Scler* 2009; 15(Suppl 2): S158.
6. Lucas RM, Ponsonby AL, Dear K, Valery PC, Pender MP, Taylor BV, Kilpatrick TJ, Dwyer T, Coulthard A, Chapman C, van der Mei I, Williams D, McMichael AJ. Sun exposure and vitamin D are independent risk factors for CNS demyelination. National Centre for Epidemiology and Population Health, The Australian National University, Canberra 0200, Australia.
7. Chapuy MC, Preziosi P, Maamer M, Arnaud S, Galan P, Hercberg S, et al. Prevalence of vitamin D insufficiency in an adult normal population. *Osteoporosis Int* 1996; 7: 439–43.
8. Pierrot-Deseilligny C, Souberbielle JC. Widespread vitamin D insufficiency: A new challenge for primary prevention, with particular reference to multiple sclerosis. *Press Med* 2011. doi: 10.1016/j.lpm.2011.01.003.