

La pilule Alli

Le 6 mai 2009, la pilule

Alli, présentée comme le premier médicament pour perdre du poids, est arrivée dans les pharmacies françaises en vente libre (pas besoin d'ordonnance). Il s'agit d'une version de Xenical (Orlistat) deux fois moins dosée, une molécule déjà connue et délivrée sur ordonnance depuis 1998.

Cette pilule a donc pour

rôle est de bloquer l'assimilation d'environ 25% des graisses contenues dans un repas, lesquelles sont ensuite éliminées par le tube digestif.

Lorsque vous consommez

un aliment, vous ingérez des lipides (matières grasses), des protéines et des glucides. Lors d'un repas la molécule Orlistat (contenue dans les pilules Alli) se fixe aux lipides empêchant alors leur assimilation au niveau du tube digestif.

Orlistat n'agit pas sur

les graisses déjà stockées dans l'organisme. Il ne faut donc pas prendre Alli dans l'espoir de diminuer ses réserves en matières grasses. Alli n'agit que sur les graisses contenues dans vos prises alimentaires. Ceci dit, il est indispensable de mettre en parallèle un régime amoindri en graisses pour observer de meilleurs résultats en matière de perte de poids. Prendre la pilule Alli ne suffit pas et les résultats seront moins bons si vous ne suivez pas un régime pauvre en graisses donc riche en fruits et en légumes. N'hésitez pas à consulter votre diététicien nutritionniste pour plus d'informations.

Un effet secondaire plutôt

dérangeant a été démontré, il s'agit de l'apparition de diarrhées souvent sévères. Ceci s'explique par le fait que les graisses n'étant pas assimilées se retrouvent presque telles quelles dans l'ampoule rectale endroit du corps où se logent les fèces. Ainsi les selles deviennent plus grasses et plus liquides ce

qui engendre des diarrhées. Pensez donc à boire un peu plus pour réhydrater votre corps, car lors de diarrhées sévères l'organisme perd beaucoup d'eau.

Un autre effet

secondaire serait possible suite à la prise de ce médicament : il s'agirait d'une augmentation du risque d'avoir un cancer du sein pendant la durée de la prise d'Orlistat.

Une baisse de

l'efficacité des pilules contraceptives pourrait être observée durant le traitement Alli, mais rien n'est encore complètement démontré.

Lorsque vous arrêtez le

traitement, si vous ne suivez pas parfaitement un régime alimentaire adapté, vous reprendrez probablement du poids. Il faut alors limiter ces apports en matières grasses et probablement consulter un diététicien nutritionniste pour reprendre de bonnes habitudes alimentaires qui vous aideront à manger équilibré et à diversifier votre alimentation.

Soyez

prudent avec la pilule Alli car elle n'est pas indiquée pour toutes les personnes, il faut l'avis de votre médecin avant de commencer un traitement. L'afssaps (l'agence française de sécurité sanitaire des produits de santé) a lancé un appel à la prudence, relayé par la ministre de la santé, Roselyne Bachelot, qui s'est déclarée prête à défendre les pharmaciens qui pourraient faire l'objet de poursuites pour avoir refusé de vendre des pilules Alli à des personnes n'en ayant manifestement pas besoin. L'ordre des pharmaciens a en effet accepté d'appliquer des règles strictes de vente : la personne qui souhaite acheter Alli devra non seulement être majeure mais présenter un indice de masse corporel supérieur à 28. Exemple : une femme d'1m65, devra peser plus de 75-80 kg.

Ce médicament, vendue

par les officines, ne s'adresse cependant qu'aux personnes obèses : il ne doit être, en aucun cas, utilisé par des personnes de poids moyen pour perdre quelques kilos. Avant toute décision, parlez-en à votre médecin !

mai 2009