

Aucune théorie ou étude scientifique n'ont réellement démontré de cause spécifique à l'autisme infantile et aux autres troubles envahissants du développement. Cette absence d'explication rationnelle laisse les parents complètement désemparés. D'où l'apparition d'associations, de mouvances et de sites Internet autour d'écrits et de publications souvent sans fondements scientifiques, les chercheurs et les médecins laissant le champ libre à des initiatives spontanées ou à la prise en charge thérapeutique de ces enfants par les parents eux-mêmes.

L'origine de l'engouement pour les régimes excluant le gluten et la caséine vient d'une théorie selon laquelle les enfants autistes présentent une perméabilité intestinale augmentée responsable d'une absorption anormale de peptides alimentaires. Ces peptides insuffisamment dégradés seraient essentiellement représentés par des peptides opioïdes produisant des effets psychogènes délétères et retrouvés en excès dans les urines.

Une méta-analyse de la littérature montre qu'une seule étude répond aux critères requis : malheureusement, l'effectif est trop faible (20 enfants) pour conclure à un effet bénéfique du régime. Toutes les autres données en faveur de ces pratiques ne sont que des témoignages spontanés de parents ayant noté une amélioration du comportement de leur enfant.

Le régime sans gluten est un régime contraignant, coûteux et difficile à réaliser. Combiné avec un régime sans caséine (sans produits laitiers), il conduit à une alimentation extrêmement restrictive qui peut, à long terme, entraîner des carences, en particulier en calcium. De plus, ces régimes favorisent peu la diversité et le plaisir de manger alors que pour les enfants autistes, souvent très attachés à la nourriture, les repas sont une source de plaisir.

RÉGIMES POUR LES ENFANTS AUTISTES : CONDAMNER, CAUTIONNER OU ACCOMPAGNER ?

Même s'il est certain qu'aucune étude n'a validé l'effet bénéfique de ces régimes, le médecin doit rester à l'écoute des familles, sans susciter, en aucun cas, d'espoirs inconsidérés. Si la ferme décision de mettre en place un régime a été prise par les parents, il les accompagnera, en justifiant ses réserves. Le suivi médical et nutritionnel permettra d'appliquer le régime sans excès, afin d'éviter toute carence nutritionnelle et tout retentissement sur la croissance.

Par ailleurs, il convient d'œuvrer, sans préjugés et sans ostracisme, au développement d'études contrôlées sur la perméabilité intestinale, la peptidurie urinaire et l'effet de ces régimes sur le comportement des enfants souffrant de troubles envahissants du comportement.

Pr Jean-Pierre OLIVES
Hôpital des Enfants, Toulouse.