



Marseille, le 24 octobre 2018

## Une supplémentation en Vitamine D contre le syndrome dépressif

**Une nouvelle étude des centres experts en schizophrénie a montré qu'un déficit en Vitamine D est associé à une dépression et de l'anxiété chez les patients avec schizophrénie, explique le Dr Guillaume Fond, psychiatre à l'AP-HM, enseignant-chercheur au CEReSS de la faculté de la Timone et membre de la Fondation FondaMental, auteur du livre « Je fais de ma vie un grand projet » (Flammarion).**

L'automne a commencé, ce qui entraîne une diminution de notre exposition au soleil. Conséquence sur le plan biologique : une baisse de la vitamine D synthétisée par la peau. Les chercheurs ont découvert ces dernières années de nouvelles propriétés de cette hormone, dont on pensait autrefois que son rôle se limitait au métabolisme osseux.

L'étude nationale menée entre 2015 et 2017 sur 140 sujets a montré que 21% des patients qui ont consulté dans les centres experts schizophrénie présentaient une carence sévère en Vitamine D et souffraient de niveaux de dépression et d'anxiété élevés. Une association avec le syndrome métabolique, qui est un trouble général du métabolisme, a également été détectée par le Dr Guillaume Fond et l'équipe de chercheurs. Les patients qui avaient reçu une supplémentation en Vitamine D ne présentaient pas de carence. Mieux, leurs taux de dépression, d'anxiété et de syndrome métabolique étaient plus bas que les patients non supplémentés.

En regard du coût de cette supplémentation et du rapport bénéfices/risques, les auteurs proposent que toute personne souffrant de schizophrénie et/ou de dépression reçoive une supplémentation en Vitamine D, ne serait-ce que pendant les trois mois d'hiver, période durant laquelle les taux sont au plus bas.

### Contact Dr Guillaume FOND

Service d'information Médicale AP-HM (Pr Laurent BOYER) Responsable coordination inter-réseau Centre Expert Schizophrénie et Dépression Résistante Marseille Univ, Faculté de Médecine - Secteur Timone, EA 3279 : CEReSS - Centre d'Etude et de Recherche sur les Services de Santé et la Qualité de vie, 27 Boulevard Jean Moulin, 13005 Marseille, France

@guillaumefond

[guillaume.fond@ap-hm.fr](mailto:guillaume.fond@ap-hm.fr)