

## Bibliomer

Veille bibliographique et réglementaire à l'intention des acteurs de la filière produits de la mer

Bibliomer n° : **62 – Mars 2012**

Thème : **3 – Qualité**    Sous-thème : **3 – 2 Nutrition**

Notice n° : **2012-5972**

### **Des apports journaliers de morue ou de saumon durant 2 semaines diminuent les triglycérides sanguins de sujets en bonne santé (ratio 18:1n-9/18:0)**

*Daily intake of cod or salmon for 2 weeks decreases the 18:1n-9/18:0 ratio and serum triacylglycerols in healthy subjects*

**Telle-Hansen V.H., Larsen L.N., Hostmark A.T., Molin M., Dahl L., Almendingen K. and Ulven\* S.M.**

Department of Health, Nutrition and Management, Faculty of Health Sciences, Oslo and Akershus University, College of Applied Sciences, Postbox 4, St. Olavsplass, 0130 Oslo, Norway ; E-mail : StineMarie.Ulven@hioa.no

*Lipids*, 2012, 47 (2), p. 151-160 - Doi : 10.1007/s11745-011-3637-y - *Texte en Anglais*

**✉ à commander à** l'auteur, l'éditeur ou à l'INIST

### **● Référence bibliographique enrichie**

Trente hommes et femmes, de 20 à 40 ans, ont consommé 150 g de morue, de saumon ou de pommes de terre pendant 15 jours.

A la fin de l'expérience, le groupe « morue » avait des teneurs sanguines en DHA plus importante et en triglycérides plus faible. Pour le groupe « saumon », les mêmes observations étaient constatées avec, en plus, des concentrations en EPA plus élevées et un ratio acide oléique (C18:1 n-9) sur acide stéarique (C18:0) diminué.

La consommation de poisson gras comme de poisson maigre sur une courte période permettrait donc d'augmenter les concentrations sanguines en oméga 3 et de diminuer celle en triglycérides. Cette réduction serait due à une diminution du ratio acide oléique/stéarique lié à l'activité de l'enzyme hépatique SCD1 (Stéaroyl-CoA Désaturase I) impliquée dans la synthèse des acides gras mono-insaturés et des triglycérides.