



## Aucun élément probant selon lequel la pilule et le patch contraceptif entraînent une prise de poids

- *La conviction selon laquelle la pilule et le patch contraceptifs entraînent une prise de poids considérable chez les femmes ne s'appuie sur aucun élément probant.*
- *Les consultations-conseil permettent de réduire les perceptions erronées concernant la prise de poids et diminuer le nombre de femmes qui cessent d'utiliser ces contraceptifs efficaces.*

### Dossier

Selon de nombreuses femmes et de nombreux cliniciens, l'utilisation de contraceptifs combinés, d'ordinaire des pilules ou des patchs qui contiennent œstrogène ou progestine, entraînerait une prise de poids. Ces préoccupations empêcheraient certaines femmes de prendre ces contraceptifs combinés ou les amèneraient éventuellement à cesser leur prise de façon précoce. Ces femmes choisiraient alors des méthodes moins efficaces ou tout simplement aucune méthode.

Jusqu'en 2003, aucune étude de la littérature scientifique n'avait été réalisée quant au rapport entre les contraceptifs combinés et la prise de poids. Une étude Cochrane a rectifié cette situation grâce à une analyse exhaustive des publications de langue anglaise sur ce sujet. Cette étude de 2003 vient d'être mise à jour par les auteurs<sup>1</sup>. Cette étude possède un point fort : elle se limite aux études sur échantillon aléatoire et contrôlé, la norme d'excellence des études réduisant le potentiel de partialité.

### Le poids des éléments probants

L'étude Cochrane, publiée dans *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2006, numéro 1, comprend deux études supplémentaires en outre des études publiées à l'origine par les scientifiques de Family Health International (FHI). L'étude actualisée passe en revue 44 essais de contraceptifs hormonaux contenant des informations sur les fluctuations de poids des femmes participant aux essais. La plupart des femmes étaient utilisatrices de contraceptifs.

Trois des essais ont comparé les fluctuations de poids des femmes utilisatrices soit de contraceptifs oraux ou de patchs cutanés, aux fluctuations de poids des femmes prenant des placebos. Aucun des trois essais contrôlés par placebo n'a démontré une association entre ces contraceptifs et la prise de poids.

Les autres essais ont comparé des fluctuations de poids entre les femmes prenant différents régimes de contraceptifs combinés. Bien que certaines femmes aient été grasses ou maigres, les différences d'ensemble entre les groupes sont restées minimales, la plus grande différence de fluctuation de poids entre les groupes s'est restreinte à deux kilos cinq environ.

Si les œstrogènes provoquent une prise de poids, comme certaines l'affirment, alors les femmes qui prennent des contraceptifs plus dosés en œstrogènes devraient normalement prendre du poids. Selon l'étude, il n'existe aucun élément probant à cet effet. Toutefois, les études n'ont peut-être pas été conçues pour détecter de petites fluctuations de poids correspondant à différentes doses.

La plupart des essais n'ont pas suivi des méthodes précises pour mesurer le poids de chaque femme. De fait, seul un essai a indiqué « prise de poids » comme étant une issue principale. La mesure de poids peut être altérée par des pese-personnes mal calibrés, le poids des vêtements que porte une femme et le moment de

la journée à une femme est pesée. Ces facteurs peuvent atténuer les différences entre les groupes et occulter ainsi les changements mineurs que produisent les traitements.

En outre, certains essais inclus dans l'étude Cochrane ne fournissent pas d'information sur les fluctuations de poids des femmes qui n'ont pas été jusqu'au bout de l'étude. Ces études auraient été plus instructives si les fluctuations de poids avaient été indiquées pour toutes les participantes, qu'elles aient été jusqu'au bout de l'essai ou pas.

L'étude Cochrane n'écarte pas totalement la possibilité que l'utilisation de contraceptifs combinés soit associée à des fluctuations mineures de poids. Plusieurs facteurs compliquent la distinction d'une association potentielle. Tout d'abord, il est difficile de comparer les résultats de différents régimes contraceptifs oraux. En outre, les femmes grossissent avec l'âge qu'elles prennent ou pas des contraceptifs. Il conviendrait qu'une étude, bien conçue, comprenne un groupe sous placebo non hormonal pour permettre de tenir compte d'autres facteurs, par exemple une prise de poids au fil du temps.

### **Considérations relevant des programmes**

Il conviendrait que les prestataires soient informés que les éléments probants n'appuient pas une association de cause à effet entre l'utilisation de contraceptifs combinés et la prise de poids. Il conviendrait que les prestataires abordent la question des répercussions des habitudes alimentaires et d'un mode de vie sédentaire sur le poids. Il conviendrait également d'aborder avec les adolescentes la prise de poids naturelle associée à la croissance et au développement. Des consultations-conseil appropriées permettraient de réduire les conceptions erronées concernant la prise de poids et faire régresser le nombre de femmes qui cesse d'utiliser ces contraceptifs efficaces.

---

1 Gallo MF, Lopez LM, Grimes DA, Schulz KF, Helmerhorst FM. Combination contraceptives: effects on weight. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2006, Issue 1. Art. No.: CD003987. DOI: 10.1002/14651858.CD003987.pub2. L'étude est parue en 2003. Sa mise à jour de 2005 a été publiée en 2006.

La Cochrane Collaboration est une organisation internationale pour la promotion et la prestation d'informations actualisées sur les effets des pratiques de santé. Des études systématiques des essais cliniques sont publiées par voie électronique dans la Cochrane Library. Pour tout renseignement complémentaire sur la Cochrane Collaboration et la Cochrane Library, cf. <http://www.cochrane.org/index.htm>.

**Pour un complément d'information consultez :** [www.maqweb.org](http://www.maqweb.org)

**Dernière révision :** 25/05/07

Produit en association avec l'initiative « Optimiser l'accès et la qualité »  
Conçu et réalisé par : The INFO Project de Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health/Center for Communication Programs.  
Publié avec l'appui de l'Agence des États-Unis pour le développement international (USAID), Global, GH/PRH/PEC, au titre de la subvention n° GPH-A-00-02-00003-00.

