

Les
proanthocyanidines
de canneberge
préviennent-elles les
infections urinaires
récurrentes?

CRANDOR™
TotalPAC



Pourquoi les produits à base de
canneberge suscitent-ils de l'intérêt pour
la prévention des infections urinaires (IU) ?

Figure 1.

Jusqu'à 1 femme sur 10 peut souffrir
d'infections urinaires récurrentes¹⁻⁵.



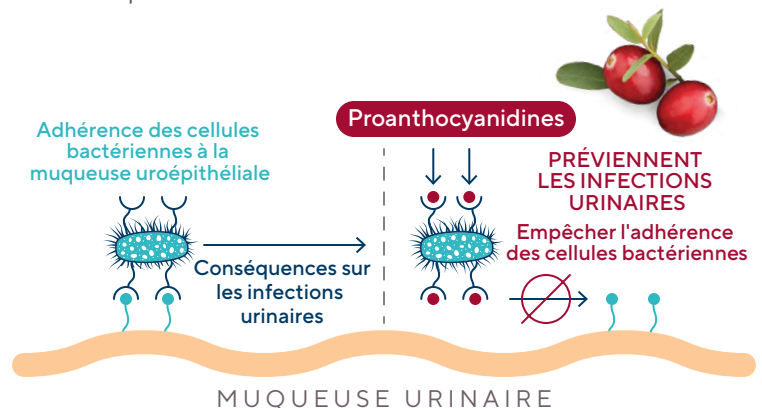
● Aucune infection urinaire ● Infection urinaire au cours de la vie
● Infections urinaires multiples ● Épisodes multiples et récurrents d'infections urinaires

- La prévalence des infections urinaires au cours de la vie est estimée à environ 60 % chez les femmes, dont environ un tiers ont plus d'un épisode et jusqu'à la moitié de celles qui ont plusieurs épisodes souffrent d'infections urinaires récurrentes (Figure 1)¹⁻⁵.
- La prévalence élevée des infections urinaires signifie qu'elles représentent un fardeau important pour le système de santé, représentant jusqu'à 1 % de toutes les consultations ambulatoires⁶.
- Si la prophylaxie antibiotique à faible dose est efficace pour prévenir les infections urinaires récurrentes, le problème croissant de la résistance aux antibiotiques a suscité un intérêt accru pour des moyens de prévention alternatifs, tels que les produits à base de canneberge (*Vaccinium macrocarpon*)⁵.

Quel est le mécanisme proposé pour
les produits destinés à la prévention
des infections des voies urinaires (IVU) ?

Figure 2.

On pense que les PAC de la canneberge agissent
en empêchant l'adhérence bactérienne à l'urothélium^{5,7}.



D'après : Jangid H, et al. Front Nutr 2025;12:1502720.

Les composés actifs de la canneberge seraient les proanthocyanidines (PAC), qui ont démontré leur capacité à empêcher l'adhérence des bactéries à la muqueuse uroépithéliale, une étape clé dans la pathogenèse des infections urinaires (Figure 2)^{5,7}.

Que disent les preuves scientifiques sur les canneberges et la prévention des infections?

Une revue systématique Cochrane a identifié 50 études portant sur les produits à base de canneberge pour la prévention des infections urinaires, dont 19 études évaluant le jus ou le concentré de canneberge et 29 évaluant les comprimés, les gélules ou la poudre de canneberge⁸.

- Ces études ont montré que les produits à base de canneberge étaient généralement efficaces pour réduire le risque d'infection urinaire, y compris chez les femmes souffrant d'infections urinaires récurrentes, les poudres/comprimés de canneberge démontrant également une efficacité significative dans cette population (tableau 1). La réduction globale du risque dans l'ensemble des études et des populations était de 30 %⁸.
- Aucune différence dans le rapport de risque d'infection urinaire symptomatique confirmée par culture n'a été observée dans les études comparant les produits à base de canneberge aux antibiotiques prophylactiques⁸.
- Les estimations de la dose de PAC administrée étaient disponibles pour moins de la moitié des études incluses dans les méta-analyses, et seules trois études ont examiné l'efficacité en fonction des quantités de PAC⁹.

Tableau 1.
Résumé des résultats des méta-analyses sur les produits à base de canneberge pour la prévention des infections urinaires⁸

Produit	Tout produit à base de canneberge		Jus ou sirop de canneberge		Comprimés ou poudre de canneberge		Tout produit à base de canneberge	
Comparateur	Placebo ou agent témoin						Antibiotique	
Population	Tous	Femmes souffrant d'infection urinaire récurrente	Tous	Femmes souffrant d'infection urinaire récurrente	Tous	Femmes souffrant d'infection urinaire récurrente	Tous	Femmes souffrant d'infection urinaire récurrente
Nombre d'ECR	28	8	13	6	16	3	2	1
Nombre de participants	6211	1555	2831	1322	3473	333	385	199
Rapport de risque d'infection urinaire symptomatique confirmée par culture (IC à 95 %)	0,7	0,74	0,78	0,84	0,65	0,45	1,03	1,02
	(0,58-0,884)	(0,55-0,99)	(0,62-0,97)	(0,63-1,10)	(0,49-0,84)	(0,28-0,72)	(0,80-1,33)	(0,76-1,37)

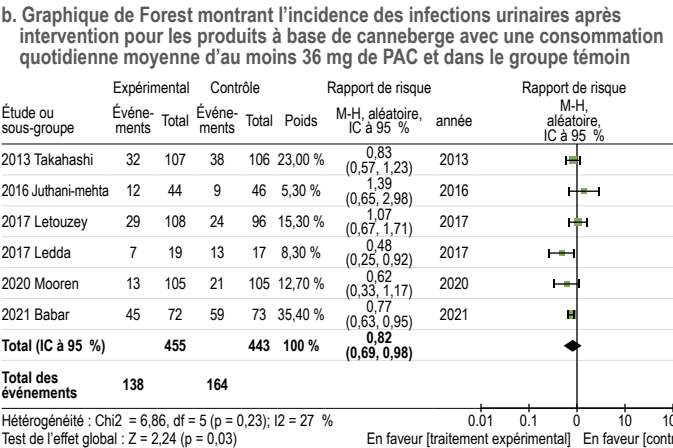
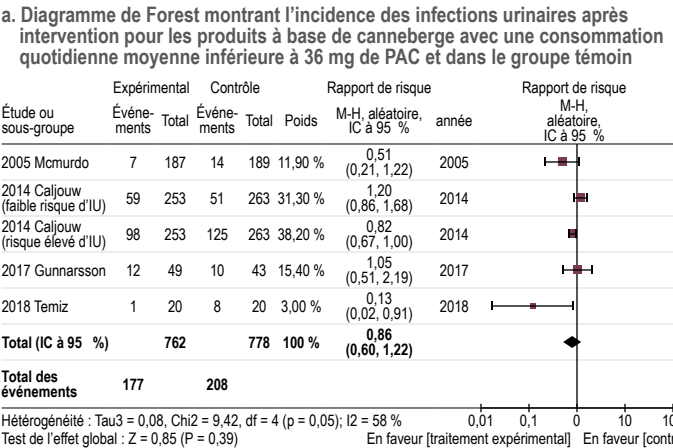
IC: intervalle de confiance; ECR: essai contrôlé randomisé; IU : infection urinaire.

Quelle dose de PAC est nécessaire pour prévenir les infections urinaires récurrentes?

- Une méta-analyse récente a conclu qu'une consommation quotidienne ≥ 36 mg de PAC de canneberge réduisait significativement le risque d'infections urinaires (rapport de risque 0,92, IC à 95 % 0,60-0,98), tandis que des doses < 36 mg n'avaient pas d'effet significatif (figure 3)⁹.

Figure 3.

Diagrammes de Forest représentant l'incidence des infections urinaires avec une consommation quotidienne moyenne inférieure à 36 mg et supérieure ou égale à 36 mg de PAC de canneberge⁹



Que pouvons-nous en conclure?

- Les produits à base de canneberge sont recommandés par les lignes directrices de l'American Urological Association (AUA), de l'Association d'urologie canadienne (AUC) et de la Society of Urodynamics, Female Pelvic Medicine & Urogenital Reconstruction (SUFU) comme alternative aux antibiotiques pour la prophylaxie des infections urinaires récurrentes non compliquées chez les femmes^{5,10}.
- Des méta-analyses ont montré que les produits à base de canneberge peuvent prévenir les infections urinaires récurrentes chez les femmes à risque, bien qu'il semble y avoir des variations considérables entre les études en termes d'efficacité des produits^{8,9}.
- Certaines de ces variations peuvent être dues aux différences de quantité ou de concentration de PAC dans les différents produits utilisés. Une méta-analyse récente a en effet montré qu'une dose quotidienne de PAC devait être ≥ 36 mg pour avoir un effet significatif sur la prévention des infections urinaires récurrentes⁹.
- Une sélection rigoureuse d'un produit à base de canneberge contenant des quantités validées de PAC devrait permettre d'optimiser les résultats préventifs chez les femmes souffrant d'infections urinaires récurrentes.
- Crand'Or™ TotalPAC est une poudre de canneberge biologique haut de gamme à spectre complet qui garantit une teneur minimale de 7,2 % en PAC solubles et insolubles¹¹. Une capsule de 500 mg de Crand'Or™ TotalPAC apporte les 36 mg de PAC de canneberge nécessaires pour prévenir les infections urinaires récurrentes¹¹.

Références :

- Wagenlehner F, et al. Social and economic burden of recurrent urinary tract infections and quality of life: a patient web-based study (GESPRIT). *Expert Rev Pharmacoecon Outcomes Res* 2018; 18:107-117.
- Foxman B. Urinary tract infection syndromes: occurrence, recurrence, bacteriology, risk factors, and disease burden. *Infect Dis Clin North Am* 2014; 28:1-13.
- Geerlings SE. Clinical presentations and epidemiology of urinary tract infections. *Microbiol Spectr* 2016; 4.
- Gupta K, Trautner BW. Diagnosis and management of recurrent urinary tract infections in nonpregnant women. *BMJ* 2013; 346:f3140.
- Anger J, et al. Recurrent uncomplicated urinary tract infections in women: AUA/CUA/SUFU guideline. 2019; 202:282-289.
- Schappert SM, Rechtsteiner EA. Ambulatory medical care utilization estimates for 2007. *Vital Health Stat* 2011; 169:1-38.
- Jangid H, et al. Cranberry-derived bioactives for the prevention and treatment of urinary tract infections: antimicrobial mechanisms and global research trends in nutraceutical applications. *Front Nutr* 2025; 12:1502720.
- Williams G, et al. Cranberries for preventing urinary tract infections. *Cochrane Database Syst Rev* 2023; 4:CD001321.
- Xiong Z, et al. Preventive effect of cranberries with high dose of proanthocyanidins on urinary tract infections: a meta-analysis and systematic review. *Front Nutr* 2024; 11: 1422121.
- Anger JT, et al. Updates to recurrent uncomplicated urinary tract infections in women: AUA/CUA/SUFU guideline. *J Urol* 2022; 208:536-541.
- Nutraceuticals Fruit d'Or. Le pouvoir des PAC solubles et insolubles pour les formules de santé féminine. Disponible à l'adresse : <https://nutra.fruitdor.ca/sales-tools/whitepapers/the-power-of-soluble-and-insoluble-pac>. Consulté le 13 mai 2025.