

Recherche UCLouvain

Un puff d'ocytocine et hop, je me sens mieux ? Faux !
EN BREF :

- Les **sprays nasaux à l'ocytocine** sont vendus comme des remèdes miracles pour **améliorer les rapports sociaux** (réduction du stress, confiance en soi)
- **Remède miracle ? Pas si vite !** Des chercheur·ses UCLouvain démontrent qu'il est impossible à ce jour d'identifier des effets probants. **Pourquoi ?** Car très peu d'effets sont répliqués et que les rares tentatives de réplification sont décevantes
- **L'objectif** des scientifiques ? Susciter une **recherche** sur le sujet, de **meilleure qualité**

CONTACT(S) PRESSE :

Adrien Mierop, chercheur post-doctorant à l'Institut de recherche en sciences psychologiques de l'UCLouvain, **010 47 30 18**

Olivier Corneille, professeur à l'Institut de recherche en sciences psychologiques de l'UCLouvain, **0494 33 10 06**

Moïra Mikolajczak, professeure à l'Institut de recherche en sciences psychologiques de l'UCLouvain, **0485 69 72 27**

Les **sprays nasaux à l'ocytocine** ? Les campagnes marketing les vendent comme des remèdes miracles pour **améliorer les rapports sociaux** : réduction du stress et de l'anxiété, contacts avec autrui facilités, meilleure confiance en soi. La liste est longue. Mais ces effets sont-ils **réels** ? Des scientifiques UCLouvain se sont posés la question. La réponse ? Elle est extrêmement réservée : « *Parmi la masse d'effets publiés, il est impossible de déterminer aujourd'hui avec confiance si des effets réels existent. Le scénario le plus probable est qu'il n'y aurait que 12 % des effets suggérés qui soient vérifiés. La vaste majorité des effets significatifs publiés seraient des faux positifs* », explique Adrien Mierop, chercheur post-doctorant à l'UCLouvain.

Pourquoi une telle étude ? Les scientifiques UCLouvain se sont étonnés de la faible réplification des résultats. « *Un nombre impressionnant d'effets sont testés, et certains s'avèrent significatifs. Mais il semble que les chercheurs aillent un peu à la pêche. Les effets passent rarement une 2^e batterie de tests. Et lorsque c'est le cas, ces tentatives de réplification échouent largement* », précise Olivier Corneille, professeur à l'UCLouvain.

« **L'administration d'ocytocine par voie nasale n'a probablement aucun effet chez l'humain et sur les rapports sociaux**, signale Moïra Mikolajczak, chercheuse à l'UCLouvain. **Et, s'ils existent, ces effets varient très probablement en fonction de l'individu et du contexte** ». Ils pourraient donc être différents selon que l'on soit jeune ou plus âgé, confronté à une situation stressante ou plus calme. Il est cependant impossible de déterminer aujourd'hui quels sont ces facteurs individuels et contextuels. **Acheter un puff à l'ocytocine ne servirait donc à rien.**

Pour arriver à un tel bilan, les scientifiques UCLouvain ont réalisé une **analyse des publications scientifiques** sur la prise d'ocytocine par voie intranasale. Plusieurs conclusions ressortent :

- **80 à 100 %** des **études** menées sont en **sous-puissance** : le nombre de personnes observées est trop faible pour en dégager des résultats fiables ;
- **91 %** des articles rapportent **au moins un effet significatif**. Mais parmi ces effets suggérés, seuls 12 % seraient réellement vérifiés ;
- **0 %** des recherches rendent leurs **données publiques**, soit **peu ou pas de transparence**.

« **Des millions d'€ financent la recherche sur l'ocytocine intranasale**, informe Adrien Mierop. **Or cette recherche ne semble pas très valide. Cet argent pourrait servir à mener des recherches avec un impact plus important sur la santé ou la vie sociale.** » Sans parler du temps investi et des développements industriels.

En conclusion, soit il faut arrêter d'investir dans la recherche sur l'ocytocine intranasale, soit, et c'est la solution favorisée par les scientifiques de l'UCLouvain, « **il faut forcer la recherche dans le domaine à être de meilleure qualité. Comment ? Grâce à de nouvelles pratiques de recherche, plus solides et transparentes** », indique Olivier Corneille. La piste est ouverte.