Actualités à propos de la recherche sur la maladie de Huntington. Expliqué simplement. Écrit par des scientifiques. Pour la communauté mondiale HD.

Un mode de vie actif influence öes symptômes de la MH

Encore plus de raisons de rester actif: un mode de vie passif entraine une diminution de l´age d´apparition de la MH

Par Deepti Babu le 26 juillet 2011
Edité par Dr Ed Wild; Traduit par Nicolas Casadei
Initialement publié le 10 janvier 2011

Nous savons tous que l'exercice et un mode de vie actif est sain, que l´on soit ou non une personne qui risque de développé la MH. Une nouvelle étude révèle que l´activité chez les personnes porteuses de la mutation du gène codant pou la MH, en particulier pendant l'adolescence, pourrait être un facteur décisif sur l´âge d'apparition des symptômes de la MH.

Gène, environnement et activité

Les symptômes de la MH se développent habituellement entre 30 et 40 ans, en fonction généralement de la longueur de l'expansion de répétitions CAG dans le gène responsable de la MH. Plus la longueur de cette expansion est longue, plus les symptômes tendent à se développer tôt, même si l´arrivée des symptômes varie selon les personnes. Il est prouvé maintenant que 40% de cette variation est due à d'autres facteurs génétiques, et 60% à des influences inconnues, probablement due au mode de vie des patients ou de son environnement - ce que les scientifiques appellent les facteurs environnementaux.

Nous savons maintenant que l'éducation, les loisirs et l'activité physique sont des facteurs environnementaux qui influencent l´évolution de différents troubles neurologiques (tel que la maladie d'Alzheimer ou la

maladie de Parkinson). Dans des études animales utilisant notamment des souris imitant la MH, les chercheurs ont montré que si l´on “enrichi l'environnement” - en proposant aux animaux un environnement plus intéressant - l'apparition et la progression de la maladie sont retardées.

Un mode de vie passif avec peu d´activité physique peut entrainer une apparition précoce des symptômes de la MH

Est-ce que ce principe est applicable pour les humains? C´est ce qu´un groupe de chercheurs Australien et Nouvelle-Zélandais a cherché à savoir.

Ce groupe a recruté 154 volontaires avec des symptômes de la MH, puis a analysé la taille des répétitions de CAG. Chacun de ces volontaires a rempli un questionnaire concernant l´évolution de leurs activités et de leurs loisirs au fil de leur vie. Ces activités ont ensuite été divisées en différentes catégories: physique (comme marcher, courir ou jardiner), intellectuelle (comme la lecture, le dessin ou les jeux de société) et passive (comme écouter de la musique, regarder la télévision ou parler au téléphone).

Les participants ont également subit un interrogatoire, le plus souvent accompagné d´ un membre de sa famille. Et le chercheur ayant effectué tous les interrogatoires ne connaissait pas la taille des répétitions de CAG des patients.

Quels résultats?

Cette étude a confirmé un point déjà connu, plus grandes longueurs de répétitions CAG est grande et plus l'âge d'apparition des symptômes de la MH est faible. Ce facteur est à lui seul responsable d'environ la moitié de la variation de l'âge d'apparition des symptômes.

Mais de nouvelles informations ont pu être recueillit: par exemple l'âge d'apparition des symptômes est plus faible chez les volontaires qui ont le plus d´ activités passives. Mais il ne semble pas déterminant que ces activité soit des loisirs ou non. Il est aussi intéressant de noter que les activités intellectuelles et physiques n'ont montré aucun impact significatif sur l'âge d'apparition des symptômes de la MH. Il semble donc que le niveau de passivité soit aussi un bon prédicateur de l´âge d´apparition des symptômes.

« L'âge d'apparition des symptômes est plus faible chez les volontaires qui ont le plus d´ activités passives. »

Les chercheurs se sont aussi demandé si l´âge auquel les patients ont commencé les activités physiques a une influence sur l'âge d'apparition des symptômes. Et cette étude montre que chez les patients qui ont commencé à avoir des habitudes passives dès l´adolescence, l´apparition des symptômes était nettement plus faible que chez les autres. En d'autres termes, l'activité durant l'adolescence est potentiellement déterminante concernant l'âge d'apparition des symptômes de la MH.

Puis les chercheurs se sont demandé si la longueur des répétitions de CAG pouvait être directement liée à son niveau de passivité. Et aussi surprenant que cela puisse l´être, ces facteurs sont liés. En d'autres termes, il est possible que la longueur de CAG puisse pousser les personnes à agir de manière plus passive, influençant alors l´âge de développement des symptômes.

Que faut-il en conclure?

Les comportements passifs pourraient effectivement être un symptôme subtil de la MH. Et dans les familles où un parent a eu une apparition précoce des symptômes de la MH, l'environnement familial pourrait encourager à un comportement passif des autres membres de la famille.

Mais globalement les chercheurs ont calculé que la passivité, et non pas l´activité, cause une différence d´âge d´apparition des premiers symptômes (d'environ 4,6 ans maximum en cas de style de vie actif). De plus, son principal effet se déroule lors de l´adolescence. Des études comme PREDICT-HD ont montré des résultats similaires chez les jeunes à risque pour la MH qui n'ont pas de symptômes évidents.

L´étude est elle potentiellement biaisée?

Oui. En effet le nombre de participants est assez faible, et le classement de l´activité entre physiques, intellectuelles, ou passives dépend du jugement du chercheur. De plus, il est possible qu´un mode de vie passif pourrait juste exacerber les premiers symptômes. Car en effet les personnes qui ont un mode de vie actif, malgré des symptômes similaires, remarque moins leurs symptômes.

Un mode vie actif et de l´exercice, deux précautions pour les personnes à risque

Pour conclure

Être actif physiquement et mentalement est un mode de vie plutôt sain, et particulièrement pour les personnes qui risquent de développer la MH, car cela pourrait affecter l'apparition des symptômes. Ce facteur est d´autant

plus important que les habitudes de vie sont appliquées tôt. Il est maintenant nécessaire de continuer ces études sur l´influence de l´exercice et de l'activité afin d´en comprendre les mécanismes.

Les auteurs ne déclarent aucun conflit d´intérêt Pour plus d'informations sur notre politique d'information voir notre FAQ ...

© HDBuzz 2011-2015. Le contenu de HDBuzz est libre d´être partagé, sous la licence Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported License. HDBuzz n'est pas une source de conseils médicaux. Pour plus d'informations, visitez le site web site_address hdbuzz.net
Cré le 30 septembre 2015 — Téléchargé à partir de http://fr.hdbuzz.net/009