



**COMMUNIQUÉ
PUBLICATION IMMÉDIATE**

**MALADIE D'ALZHEIMER
MARCHER POUR AVOIR UN CERVEAU EN MEILLEURE SANTÉ**

Sherbrooke 23 février 2017 - C'est bien connu, la pratique d'activité physique est bénéfique pour tous et à tous les âges. Stephen Cunnane, professeur-chercheur à la Faculté de médecine de l'Université de Sherbrooke et au Centre de recherche sur le vieillissement (CDRV), et son équipe ont découvert que la pratique d'activité physique est aussi bénéfique chez les personnes souffrant d'Alzheimer puisque cela permettrait à leur cerveau de mieux fonctionner.

« Très grand consommateur d'énergie, le cerveau utilise principalement le glucose de notre alimentation comme carburant. Lorsqu'une personne souffre de la maladie d'Alzheimer, le cerveau est moins bien capable d'utiliser le glucose, ce qui entraîne une carence en énergie et engendre les troubles de mémoire », explique Stephen Cunnane. La solution à ce problème énergétique? L'apport d'un autre carburant au cerveau, les cétones, qui pourrait compenser ce déficit en glucose.

La marche aide à stimuler les cétones

L'équipe de Stephen Cunnane a découvert que la marche peut stimuler la production de cétones qui sont en fait un dérivé des gras alimentaires ou corporels. Une étude a d'ailleurs été réalisée chez une dizaine de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer à un stade léger. Elles devaient suivre un programme de marche supervisé de 15 à 40 minutes à raison de trois fois par semaine, pendant trois mois. « Nous avons découvert que la pratique régulière de la marche permettait d'augmenter l'énergie utilisée au cerveau et semblait même améliorer le score à certains tests cognitifs, dont celui sur la vitesse de traitement de l'information », affirme Stephen Cunnane.

Ces résultats prometteurs ont été publiés récemment par Christian-Alexandre Castellano, membre de l'équipe de Stephen Cunnane, dans la revue *Journal of Alzheimer's disease*. Cet article est le fruit de plusieurs années de recherche et l'aboutissement d'une étroite collaboration entre plusieurs médecins et chercheurs du CDRV ainsi que Dre Nancy Paquet et Dr Éric Turcotte, tous deux nucléistes à l'Hôpital Fleurimont du CIUSSS de l'Estrie – CHUS et professeurs-chercheurs à la Faculté de médecine de l'Université de Sherbrooke et au Centre de recherche du CHUS.

-30-

Pour information et entrevues :

Mélissa Letendre Lapointe
Conseillère en communication
CIUSSS de l'Estrie – CHUS
819 780-2220, poste 45259
mletendrelapointe.csss-iugs@ssss.gouv.qc.ca