

Paris, le 12 novembre 2009

Information presse

Marcher lentement prédit le risque de décès cardiovasculaire

Dans le cadre d'une étude épidémiologique sur les personnes âgées de plus de 65 ans recrutées dans le centre de Dijon de l'étude des Trois Cités, les résultats d'une étude menée par Alexis Elbaz, chercheur d'une unité mixte Inserm/Université Pierre et Marie Curie UMRS_708 « Neuroépidémiologie », sont publiés online dans le *BMJ (British Medical Journal)*. Sur une période d'observation qui a duré cinq ans, les chercheurs ont montré que les personnes marchant le plus lentement avaient une augmentation du risque de décès, en particulier d'origine cardiovasculaire.

L'étude des Trois Cités (3C), qui se déroule à Bordeaux, Dijon et Montpellier, a pour but d'étudier la relation entre pathologie vasculaire et démence grâce au suivi d'une cohorte de plusieurs milliers de personnes âgées de plus de 65 ans. Outre l'étude des maladies cérébrales majeures (maladie d'Alzheimer et accidents vasculaires cérébraux) elle permet également d'aborder d'autres questions de santé publique en rapport avec le vieillissement (alimentation, consommation médicamenteuse, dépression, handicap et incapacités, etc.). Le recueil initial de données a eu lieu entre 1999 et 2000 puis les participants ont été revus à différentes reprises, avec détection systématique des cas de démence et des événements cardiovasculaires.

Dans le cadre de cette grande cohorte, une équipe de l'unité mixte Inserm-Université Pierre et Marie Curie UMRS_708 « Neuroépidémiologie » dirigée par Christophe Tzourio, a étudié la vitesse de marche en relation avec la mortalité. De précédentes recherches avaient suggéré qu'une vitesse lente de marche était associée à une plus grande mortalité mais sans que les causes spécifiques de décès n'aient été étudiées. Les chercheurs de l'U708 ont confirmé qu'il y avait une relation entre vitesse lente de marche et mortalité, et ont montré qu'il s'agissait d'une augmentation de la mortalité cardiovasculaire.

Les chercheurs ont basé leurs investigations sur des données collectées chez plus de 3200 personnes âgées de 65 à 85 ans recrutées dans le centre Dijonnais de l'étude 3C et ne présentant, à l'entrée dans l'étude, aucun problème de santé pouvant influencer la vitesse de marche (maladies rhumatologiques, interventions chirurgicales, maladies neurologiques ou cardiaques, etc.).

La vitesse de marche de ces personnes a été mesurée sur une distance de 6 mètres à l'aide de cellules photoélectriques. Les chercheurs ont ensuite étudié la mortalité dans la cohorte et ses principales causes lors du suivi qui a duré 5 ans. Le risque de décès a ensuite été calculé suivant trois groupes définis en fonction de la vitesse de marche: les lents, les moyens et les rapides.

L'étude révèle que les sujets marchant le plus lentement ont un risque de décès, quelle que soit la cause, augmenté de 44% par rapport aux autres participants marchant plus vite. Cette

augmentation est principalement due à un risque de décès d'origine cardiovasculaire multiplié par trois. Ces résultats sont observés chez les hommes comme chez les femmes, quel que soit l'âge, et indépendamment du profil cardiovasculaire.

Ces résultats n'étant pas expliqués par le niveau et l'intensité de l'activité physique habituelle des participants, les auteurs suggèrent que l'exposition chronique à des facteurs de risque vasculaire (hypertension, diabète, etc.), responsable de l'augmentation du risque de mortalité cardiovasculaire, serait également impliquée dans la diminution des performances motrices, probablement par le biais de leurs conséquences cérébrales.

Fait important, l'augmentation de la mortalité cardiovasculaire chez les personnes plus lentes ne commençait à être perceptible qu'au bout de 2 ans et demi de suivi sur les courbes de survie de Kaplan-Meier. Pour Alexis Elbaz et ses collègues « *La vitesse de marche serait donc un prédicteur de la mortalité cardiovasculaire à moyen terme. En pratique clinique quotidienne, ces résultats permettent d'envisager l'inclusion d'un test simple et rapide à mettre en œuvre, la mesure de la vitesse de marche, parmi les examens permettant d'évaluer l'état de santé, en particulier moteur et cardiovasculaire, des personnes âgées.* »

Pour en savoir plus

- **Source :**

“Slow walking speed and cardiovascular death in well functioning older adults : prospective cohort study”

Julien Dumurgier 1,2,3, Alexis Elbaz 1,2, Pierre Ducimetière 4,5, Béatrice Tavernier 6, Annick Alperovitch 1,2, Christophe Tzourio 1,2.

1INSERM, U708, F-75013, Paris, France

2UPMC Univ Paris 06, F-75005, Paris, France

3CMRR Paris Nord-IDF, GH Lariboisière – Fernand Widal, F-75010, Paris, France

4INSERM, U780, Villejuif, France

5Université Paris-Sud, France

6CHU de Dijon, Department of Geriatrics, F-21000, Dijon, France

| *British Medical Journal, online November 11th 2009*

http://www.bmj.com/cgi/content/abstract/339/nov10_2/b4460

- **Contact chercheur :**

Alexis Elbaz

Unité mixte Inserm/UPMC 708 Neuroépidémiologie

Tél : 01 42 16 25 66

alexis.elbaz@upmc.fr

- **Contact Presse :**

Amélie Lorec

Tél : 01 44 23 60 73

presse@inserm.fr