



Paris, le 6 janvier 2012

Information presse

Le déclin cognitif apparaît dès 45 ans

Il est clairement établi qu'il existe une association inverse entre l'âge et les performances cognitives, mais l'âge auquel le déclin cognitif commence est controversé. Jusqu'à présent, il était généralement admis qu'il n'y avait pas de déclin avant 60 ans. Dans une étude publiée dans le *British Medical Journal*, une équipe de recherche de l'Inserm dirigée par Archana Singh-Manoux (Unité Inserm 1018 « Centre de recherche en épidémiologie et santé des populations »), montre que notre mémoire, notre capacité à raisonner et à comprendre commencent à décliner dès l'âge de 45 ans. Cette étude issue de la cohorte Whitehall II a été menée sur plus de 7000 personnes pendant 10 ans.

L'augmentation de l'espérance de vie implique des changements fondamentaux dans la composition des populations avec une augmentation importante du nombre de personnes âgées. Ces changements auront probablement une influence profonde sur la vie des individus et la société en général. Il est clairement établi qu'il existe une association inverse entre l'âge et les performances cognitives, mais l'âge auquel le déclin cognitif commence est controversé. Des études récentes avaient conclu qu'il y avait peu d'arguments en faveur du déclin cognitif avant l'âge de 60 ans.

Toutefois, des études cliniques montrent une corrélation entre la présence de plaques amyloïdes dans le cerveau et la sévérité du déclin cognitif. Or, ces plaques amyloïdes semblent exister dans le cerveau de jeunes adultes.

L'évaluation de l'effet de l'âge sur le déclin cognitif grâce à des données recouvrant plusieurs années sont rares. C'est précisément l'objet de l'étude menée par les chercheurs de l'Inserm et d'*University College London*.

Dans le cadre de l'étude de cohorte Whitehall II, les données médicales de 5 198 hommes et 2 192 femmes âgés de 45 à 70 ans au début de l'étude et suivis pendant 10 ans ont été extraites. Les fonctions cognitives des participants ont été évaluées 3 fois au cours de ces 10 années. Des tests individuels ont permis d'évaluer la mémoire, le vocabulaire, le raisonnement et la fluence verbale.

Les résultats montrent que les performances cognitives (sauf pour les tests de vocabulaire) déclinent avec l'âge et ce d'autant plus rapidement que les gens sont âgés. Le déclin est significatif dans chaque tranche d'âge.

Par exemple, au cours de la période de l'étude, le déclin des scores du raisonnement était de 3.6 % pour les hommes âgés de 45 et 49 ans et de 9.6 % chez ceux âgés de 65 à 70 ans. Les chiffres correspondants pour les femmes étaient respectivement de 3.6 % et 7.4 %.

Les auteurs soulignent que la preuve de ce déclin cognitif avant l'âge de 60 ans a des conséquences importantes.

« Déterminer l'âge auquel le déclin cognitif commence est important parce que des interventions comportementales ou pharmacologiques conçues pour changer les trajectoires de vieillissement cognitifs sont probablement plus efficaces s'ils elles sont appliquées dès le début du déclin. » souligne Archana Singh-Manoux.

« Alors que l'espérance de vie continue à augmenter, comprendre le déclin cognitif lié à l'âge est l'un des défis du 21ème siècle » ajoute-t-elle.

Sources

Timing of onset of cognitive decline: results from Whitehall II prospective cohort study

Archana Singh-Manoux research director 1 2 3, Mika Kivimaki professor of social epidemiology 2, M Maria Glymour assistant professor 4, Alexis Elbaz research director 5 6, Claudine Berr research director 7 8, Klaus P Ebmeier professor of old age psychiatry 9, Jane E Ferrie senior research fellow 10, Aline Dugravot statistician 1

1 Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale (INSERM), U1018, Centre for Research in Epidemiology and Population Health, Hôpital Paul Brousse, 94807 Villejuif Cedex, France;

2 Department of Epidemiology and Public Health, University College London, London, UK;

3 Centre de Gérontologie, Hôpital Ste Péline, AP-HP, France;

4 Department of Society, Human Development, and Health, Harvard School of Public Health, Boston, MA, USA;

5 Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale (INSERM), U708, F-75013, Paris, France;

6 UPMC Univ Paris 06,

UMR_S 708, F-75005, Paris;

7 Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale (INSERM) U1061 Université Montpellier 1, Montpellier, France;

8 CMRR Languedoc-Roussillon, CHU Montpellier;

9 Oxford University Department of Psychiatry, Warneford Hospital, Oxford, UK;

10 University of Bristol, Bristol, UK

[BMJ janvier 2012](#)

Contact chercheur

Archana Singh Manoux

Unité Inserm 1018 "Centre de recherche en épidémiologie et santé des populations"

Hôpital Paul Brousse, Bâtiment 15/16

16 avenue Paul Vaillant Couturier

94807 Villejuif cedex, France

Tel: 01 77 74 74 10

Email : Archana.Singh-Manoux@inserm.fr

Contact presse

presse@inserm.fr