

Avertissement: Notes prises au vol, erreurs possibles, prudence.

Mardi 6 décembre 2011

Hôpital cantonal de Genève

Flash: Marcher pour préserver l'esprit

Dr D. Zekry

Les 2 papiers c'est dans Arch. of Int. Med. En juillet 2011.

Il s'agit de voir si ça fait du bien au cerveau de faire de l'exercice.

Le 1^{er} s'appuyant sur une cohorte de femmes atteintes de maladies cardiovasculaires parvient à montrer que de marcher 30 min. par jour retarde de 5-7 ans le déclin cognitif.

La 2e montre aussi que plus l'activité et la dépense totale d'énergie est soutenue moins le déficit cognitif apparait...

La Course de l'Escalade serait elle aussi efficace que les inhibiteurs de la cholinestérase...???

Dans ce cas là, c'est à Jean Louis Bottani qu'il faut remettre le prix pour les milliers de démences retardées...



Compte-rendu du Dr Eric Bierens de Haan

ericbdh@bluewin.ch

transmis par le laboratoire MGD

colloque@labomgd.ch