

<https://www.amessi.org/longevite-jusqu-ou-peut-aller-l-accroissement-de-notre-longevite>



# Longévité, jusqu'où peut aller l'accroissement de notre longévité ?

- IMMORTALITE BIOLOGIQUE



Date de mise en ligne : mercredi 14 septembre 2011

---

Copyright © AMESSI.Org® Alternatives Médecines Évolutives Santé et

Sciences Innovantes ® - Tous droits réservés

---

**Le dernier rapport de l'INED nous apprend qu'en 2004, l'espérance de vie d'un enfant à la naissance a pour la première fois dépassé 80 ans en France (80,2 ans). Les femmes vivent toujours plus longtemps que les hommes, mais la vie moyenne progresse pour les deux sexes : 83,8 ans pour les femmes (contre 82,9 ans en 2003) et 76,7 ans pour les hommes (contre 75,9 ans en 2003). En 2003, l'espérance de vie « avait stagné en raison de la mortalité exceptionnelle de la canicule », qui avait fait près de 15.000 morts.**

## Sommaire

- [Jusqu'où peut aller l'accroissement de notre longévité ?](#)

# Jusqu'où peut aller l'accroissement de notre longévité ?

« Mais si l'on compare avec 2002, l'espérance de vie a progressé de dix mois en deux ans. C'est nettement plus que la tendance des cinquante dernières années : trois mois par an, soit six mois en deux ans », précise l'Ined. Cette progression est une tendance de fond depuis deux siècles et demi, interrompue par les guerres napoléoniennes, et les conflits de 1870, 1914-18 et 1939-45. Aujourd'hui, alors que la mortalité infantile a atteint des niveaux très bas (3,9 pour mille en 2004), l'espérance de vie « ne progresse qu'en raison des succès rencontrés dans la lutte contre la mortalité adulte », souligne l'Ined.

En 2004, l'espérance de vie d'une femme de 60 ans est ainsi de 26,5 ans, soit 7,7 ans de plus qu'en 1954. Un homme de 60 ans peut encore espérer vivre 21,5 années, soit six de plus qu'en 1954. Ce sont les succès dans la lutte contre les maladies cardio-vasculaires et les cancers, principales causes de mortalité, « qui ont fait reculer la mortalité des adultes et des personnes âgées à partir des années 1970 », commente l'Ined. « La mortalité par cancer, qui avait augmenté, régresse maintenant grâce aux diagnostics plus précoces et au recul des comportements à risques comme le tabagisme et l'alcoolisme », est-il précisé.

Faut-il pour autant déduire de ces derniers chiffres de l'Ined sur l'espérance de vie que cet accroissement historique de la longévité humaine ne peut que se poursuivre ? Cela est loin d'être certain car nous sommes en train de découvrir que notre durée de vie ne dépend pas seulement des progrès de la médecine mais aussi de notre hygiène de vie globale. A cet égard, l'étude publiée le 17 mars dernier dans le NEJM mérite d'être méditée. Elle nous révèle que l'explosion de l'obésité, surtout chez les jeunes, pourrait réduire l'espérance de vie aux États-Unis, inversant deux siècles de progrès ininterrompus.

L'obésité et l'excès de poids, qui frappent déjà les deux tiers des Américains, accroît les risques, notamment de maladies cardiaques, de cancer et de diabète, ont souligné ces chercheurs. Les auteurs de cette étude ont calculé que l'obésité réduit déjà l'espérance de vie de quatre à neuf mois approximativement aux États-Unis. Selon eux, elle serait ainsi comprise dans une fourchette de 76,7 ans à 77,2 ans en moyenne, contre une espérance de vie moyenne de 77,6 ans enregistrée en 2003.

## Longévité, jusqu'où peut aller l'accroissement de notre longévité ?

---

Mais la France pourrait bien connaître dans quelques années une situation aussi dramatique qu'aux États-Unis en matière d'obésité.

Alors que 36,7 % des personnes de plus de 15 ans étaient en surpoids en 1997, elles étaient 41,6 % en 2003... Dans le même temps, la proportion des obèses passait de 8,2 % à 11,3 % ! Si cette progression se poursuit au même rythme, la France pourrait compter 20 % d'obèses en 2020. On sait, par ailleurs, que le risque vasculaire est lié à la graisse abdominale, celle qui entoure les viscères. La situation est encore plus alarmante chez les enfants. En 1965, 3 % avaient un excès pondéral. Cette proportion a doublé tous les 15 ans, pour atteindre 6 % dans les années 1980, 10 à 14 % en 1996 et 16 % en 2000. Selon les définitions internationales, il y aurait actuellement en France 18 % d'enfants en surpoids, dont environ 3 % d'obèses.

Si nous voulons que notre pays continue à rester dans le peloton de tête mondial en matière de longévité et si nous souhaitons que l'espérance de vie de nos concitoyens poursuive sa progression au même rythme, nous devons cesser de nous en remettre uniquement aux progrès de la science et de la médecine et prendre conscience que nos choix en matière d'alimentation et d'hygiène de vie sont des facteurs essentiels si nous voulons non seulement vivre plus vieux mais encore vivre plus longtemps en bonne santé.

Quant à la question de la longévité maximale de l'être humain d'un point de vue biologique, elle est loin d'être tranchée. Les scientifiques ont longtemps été persuadés que la longévité humaine avait une limite biologique indépassable -environ 120 ans- sans doute programmée génétiquement au niveau de notre espèce. Cette opinion majoritaire était presque devenue un dogme mais celui-ci, comme bien des certitudes que l'on croyait définitives dans les sciences du vivant, est sérieusement remis en question depuis quelques années.

Il y a 5 ans, John Wilmoth, de l'Université de Berkeley, en Californie, a publié dans la revue Science, un article qui a eu un grand retentissement et qui montre que l'âge maximal de la mort augmente depuis un siècle et demi, connaissant même une hausse rapide depuis 30 ans. Et, sous réserve d'adopter une bonne hygiène de vie, rien ne laisse présager qu'il va plafonner. L'idée d'une limite biologique à notre durée de vie est donc sans fondement sérieux, estime-t-il.

Le chercheur appuie ses propos sur le registre des décès de Suède, considéré depuis 1860 comme l'un des plus précis au monde. Au début de cette période, l'âge des plus vieilles personnes au pays, lors de leur décès, était de 101 ans. En 1960, ce chiffre était passé à 105 ans et il serait aujourd'hui de 108 ans. Les 30 dernières années ont donc fait presque autant pour la longévité maximale que le siècle qui les avait précédées. Selon ces travaux, la durée maximale de la vie ne serait donc pas une constante biologique et évoluerait dans le temps, sans qu'on puisse dire jusqu'où cet accroissement de la longévité pourra aller.

Ce point de vue est partagé par un autre scientifique américain très sérieux, Michael Fossel, de l'université de l'Etat du Michigan. Celui-ci n'exclut pas que l'homme puisse vivre plusieurs siècles. Il souligne que les chercheurs ont déjà rajeuni des cellules de la peau en laboratoire et, selon lui, « le potentiel existe pour étendre cette technologie et renverser l'ensemble du processus de vieillissement de l'être humain »).

Si nous savons combiner les bienfaits d'une bonne hygiène de vie dès l'enfance et les fantastiques progrès attendus dans les domaines biologiques et génétiques il n'est pas du tout exclu que nos enfants et petits-enfants puissent encore gagner 50 ans ou plus d'espérance de vie d'ici le XXI<sup>e</sup> siècle !

Une telle perspective va évidemment radicalement transformer la nature et l'organisation de notre société et nous devons dès maintenant nous y préparer et réfléchir aux immenses conséquences économiques, politiques, sociales et culturelles que cette révolution démographique va engendrer.

René Trégouët

Sénateur honoraire

Fondateur du Groupe de Prospective du Sénat