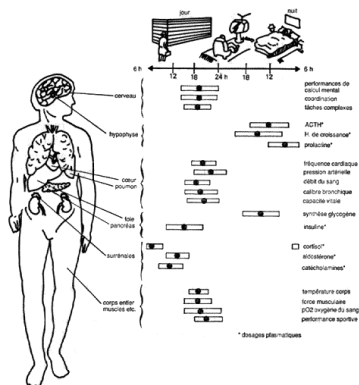


<https://www.ameSSI.org/Respecter-les-rythmes-biologiques-prolonge-la-vie>



# Respecter les rythmes biologiques prolonge la vie

- SANTE-MEDECINES-BIEN-ETRE



Date de mise en ligne : mardi 8 mai 2012

Copyright © AMESSI.Org® Alternatives Médecines Évolutives Santé et

Sciences Innovantes ® - Tous droits réservés

**Une étude chez la mouche suggère qu'une horloge biologique bien réglée est indispensable à l'organisme pour faire face au stress oxydatif, surtout chez les organismes âgés. Une nouvelle qui intéressera tous les insomniaques, ceux qui travaillent en horaire décalés et ceux qui souffrent souvent des décalages horaires liés au transport en avion.**

Les chercheurs de l'Oregon University ont utilisé des mouches génétiquement modifiées pour cette étude, publiée dans le journal « Aging ». Des mouches de laboratoires qui n'ont pas le gène qui contrôle l'horloge biologique, et qui permet aux animaux de se caler sur les rythmes du jour et de la nuit. Elles ont été mises en présence de radicaux libres capables d'oxyder les protéines, l'ADN et les membranes des cellules, un processus qui favorise par ailleurs les mutations et la cancérisation des cellules. Par rapport à des mouches normales, les chercheurs ont pu mesurer une détérioration motrice et neurologique et une durée de vie raccourcie jusqu'à 20%.

Dans l'expérience, les chercheurs ont exposé les mouches au polluant à diverses reprises : pendant leur jeunesse, leur âge mûr et leur vieillesse. Les différences de résultats étaient mesurables chez les mouches d'âge moyen et les mouches plus âgées. Les jeunes mouches semblent en mesure de gérer le stress oxydatif sans encombre.

Les mouches atteintes perdaient une partie de leur capacité à grimper et des examens morphologiques de leur cerveau ont montré des dégénérescences neuronales, semblables à des maladies neurodégénératives comme la maladie d'Alzheimer chez les humains.

Bien sûr, les scientifiques ignorent si ce phénomène est transposable chez les humains et personne ne va faire l'expérience. Mais d'après le chercheur Natraj Krishnan « les mécanismes moléculaires et la fonction circadienne est essentiellement la même, conservée grâce à plusieurs millions d'années d'évolution ».

Le gène qui a été supprimé dans les mouches mutantes par exemple est bien présent dans les cellules de notre corps humain.

Un argument suffisant pour bien lire notre dossier « Un sommeil réparateur », mais pas au milieu de la nuit bien sûr.

Sources :

Aging (Albany NY). 2009 Nov 19 ;1(11):937-48.

The circadian clock gene period extends healthspan in aging *Drosophila melanogaster*.

Krishnan N, Kretschmar D, Rakshit K, Chow E, Giebultowicz JM.

Department of Zoology, Oregon State University, Corvallis, OR 97331 USA.

GUERIR.FR

# Respecter les rythmes biologiques prolonge la vie

