Publication ps:info / Dr Albert Wettstein sur la diminution de la fréquence des démences

La fréquence des démences diminue

Revue spécialisée ps:info 2|2016, Pro Senectute, page 7.

Dans son dernier numéro, Psinfo donne la parole à deux spécialistes sur la question de la fréquence des démences. Stefanie Becker, directrice de l'Association Alzheimer Suisse, nuance les résultats de la récente étude britannique qui concluait sur une diminution du nombre de personnes atteintes.

De son côté, le **Dr Albert Wettstein**, privat-docent en neurologie gériatrique à l'Université de Zurich et vice-président de la section zurichoise de l'Association Alzheimer Suisse, prend une position beaucoup plus tranchée et affirme que la fréquence pourrait avoir baissé de plus de 44% depuis la fin des années 70. Son texte va probablement susciter la controverse. **REISO le relaie in extenso** :

« La plupart des cas de de?mence chez les personnes a?ge?es sont le re?sultat d'une calcification des arte?res (arte?rioscle?rose) dans le cerveau et de la maladie d'Alzheimer. C'est pourquoi l'on pre?conise, depuis longtemps de?ja?, un style de vie sain afin de re?duire les risques d'arte?rioscle?rose. Un style de vie qui prote?ge e?galement des infarctus et des grosses attaques ce?re?brales : ne pas fumer, limiter les graisses animales, manger beaucoup de fruits et le?gumes, du poisson deux fois par semaine, faire de l'exercice 3 a? 4 heures par semaine de manie?re a? transpirer un peu et, si besoin est, bien traiter une hypertension, un choleste?rol e?leve? ou un diabe?te. Ces conseils sont tre?s largement suivis depuis des anne?es, ce qui explique sans doute pourquoi la proportion de personnes atteintes de de?mence baisse dans toutes les tranches d'a?ge.

La plupart des estimations de la fre?quence des de?mences reposent sur des e?tudes des anne?es 1970. Heureusement, une e?tude de l'Universite? de Harvard s'est penche?e sur le nombre de nouveaux cas de de?mence a? Boston (Etats-Unis), en utilisant la me?me me?thode, la premie?re fois en 1978, la deuxie?me en 2006. Les chercheurs ont constate? que pendant ces 28 anne?es, la fre?quence des de?mences a baisse? de 44% et que l'a?ge moyen du de?but de la de?mence e?tait passe? de 80 a? 85 ans. Et ce, aux Etats-Unis, ou? l'alimentation malsaine, l'obe?site? et le manque d'exercice sont tre?s fre?quents, et ou? de nombreux citoyens ne peuvent pas se permettre un traitement ade?quat de l'hypertension, du diabe?te et du choleste?rol. Je pars donc du principe qu'en Suisse, la fre?quence des de?mences a dû reculer encore davantage qu'aux Etats-Unis. De plus, les compe?tences des organisations d'aide et de soins a? domicile en matie?re de de?mence n'ayant cesse? de s'ame?liorer dans notre pays, le nombre actuel de places en EMS est probablement suffisant, bien que deux tiers d'entre elles soient occupe?es par des personnes atteintes de de?mence. Un premier indice le laisse penser : les longs de?lais d'attente ont fait place a? des lits inoccupe?s. La forte baisse de la fre?quence des de?mences pourra ainsi vraisemblablement compenser la hausse conside?rable du nombre de personnes a?ge?es. Nous ne devons donc pas avoir peur d'un de?ferlement de cas de de?mence. »

ps:info 2|2016 en format pdf