

# Un régime à faible teneur en protéines réduirait les risques de maladies neurodégénératives

Par *mogirard*

Créé le 20/02/2013 - 16:33

## Un régime à faible teneur en protéines réduirait les risques de maladies neurodégénératives

Mercredi, 20/02/2013 - 15:33 [0 commentaire](#)

- [Diminuer la police](#)
- [Augmenter la police](#)
- [Imprimer](#)
- [Version PDF](#)

•

- [Tweeter](#)

•

•

0 avis :



[zoom](#)

Une étude américaine réalisée par l'Université de Californie du sud a montré chez la souris qu'un régime à faible teneur en protéines pouvait avoir des effets bénéfiques sur le cerveau et diminuer les risques de maladies neurodégénératives.

Ces travaux ont démontré que des souris atteintes d'une forme avancée de la maladie d'Alzheimer présentaient moins de symptômes de la maladie si elles étaient soumises à un régime pauvre en protéines complété par des acides aminés spécifiques, toutes les 2 semaines pendant 4 mois. Ces souris ont vu leurs performances cognitives et leur niveau de protéine tau diminuer. Or, cette protéine est un marqueur biologique caractéristique de cette pathologie.

Les protéines alimentaires sont le principal régulateur alimentaire d'une hormone de croissance appelée IGF-1, associée au vieillissement. Selon ces recherches, il semble qu'un régime alimentaire à faible teneur en protéines soit capable de réduire les niveaux d'IGF-1 d'au moins 50 % et de multiplier par huit les niveaux d'une protéine qui bloque les effets de l'IGF-1 en se liant à elle.

L'étude précise cependant que beaucoup de personnes âgées fragiles n'ont pas une santé suffisamment bonne pour suivre un tel régime faiblement protéiné la moitié du temps. L'étude recommande donc que toute personne âgée qui se décide à suivre ce régime fasse un bilan médical préalable et soit suivie par un médecin.

Article rédigé par Georges Simmonds pour RT Flash

[USCDSG](#)

**Noter cet article :**

**Recommander cet article :**

- 
- [Tweeter](#)
- 
  
- **Nombre de consultations :** 356
- **Publié dans :** [Médecine](#)
- **Partager :**
  - [Facebook](#)
  - [Viadeo](#)
  - [Twitter](#)
  - [Wikio](#)

[Médecine](#) [Alzheimer](#) [cerveau](#) [diète](#) [IGF-1](#) [maladies](#) [neurones](#) [protéines](#) [régime](#)

---

**URL source:** <https://www.rtflash.fr/regime-faible-teneur-en-proteines-reduirait-risques-maladies-neurodegeneratives/article>