# Un programme d'entraînement cognitif bon contre la maladie d'Alzheimer

Par ***admin***
Créé le ***02/03/2007 - 00:00***

## Un programme d'entraînement cognitif bon contre la maladie d'Alzheimer

***Jeudi, 01/03/2007 - 23:00*** 0 commentaire



0 avis :

zoom

C'est en septembre 2000 que trois Lyonnais - le Dr Bernard Croisile, neurologue aux HCL, Franck Tarpin-Barnard, maître de conférence en informatique à l'Insa, et l'ancien ministre et maire Michel Noir, titulaire d'un DEA en psychologie cognitive - ont créé, via la société STB (Scientific Brain Training), un programme d'entraînement des capacités mentales et cognitives baptisé Happyneuron. Depuis, ce programme s'est développé sur internet (par abonnement), sur CD-Rom, sur support papier et s'est décliné en plusieurs versions. L'une s'adresse au grand public, l'autre, plus simple, est utilisée par les professionnels de santé pour entraîner des personnes souffrant de pathologies mentales notamment des malades souffrant d'un début d'Alzheimer. C'est à cette version, accessible aux États-Unis sur Internet, que s'est intéressée une équipe de chercheurs américains.

Ces scientifiques et médecins de la ville de Des Moines (Iowa) ont étudié dix patients atteints d'un Alzheimer léger qui suivaient un traitement médicamenteux, un programme social et des séances régulières d'entraînement cognitif grâce aux exercices d'Happyneuron. Les résultats de cette étude, qui viennent d'être publiés, ont montré « une amélioration des capacités cognitives chez certains des

patients », explique le Dr Croisile. Ces améliorations ont été constatées par imagerie cérébrale (Pet-Scan) et par examens neuropsychologiques. Chez l'un des patients, « un progrès significatif de l'activité cérébrale » a été constaté par imagerie cérébrale et par examen clinique.

L'équipe de recherche a privilégié une approche holistique incluant à la fois des échanges sociaux réguliers, des exercices physiques, un régime faible en graisse avec un supplément anti-oxydant et un entraînement cognitif reposant sur les jeux HAPPYneuron à raison de 3 fois par semaine durant 6 mois. Cette étude démontre la plasticité du cerveau humain ainsi que le potentiel énorme de la pratique d'exercices mentaux pour accroître les chances de conserver toute la vivacité de son cerveau en avançant en âge.

Décideurs en gérontologie

## Noter cet article :

## Recommander cet article :

- 
- Tweeter
- 

- **Nombre de consultations :** 254
- **Publié dans :** Neurosciences & Sciences cognitives
- **Partager :**
  - Facebook
  - Viadeo
  - Twitter
  - Wikio

Neurosciences & Sciences cognitives

---

**URL source:** https://www.rtflash.fr/programme-d-entrainement-cognitif-bon-contre-maladie-d-alzheimer/article