Des chercheurs identifient deux âges où le corps subit des pics de vieillissement

Santé En cherchant des périodes auxquelles surviennent plus souvent des changements aux niveaux moléculaire et biochimique, une équipe de l'Université de Stanford aux États-Unis a mis en évidence deux moments critiques.

Dans la vie, il y a des caps, comme on dit, plus ou moins difficiles à franchir, selon les individus. Certaines décennies, notamment. Et si, au-delà de l'aspect purement psychologique, ces étapes étaient associées à des changements physiologiques plus marquants à certains âges ?

C'est précisément l'objet des recherches d'une équipe de l'Université Stanford, aux États-Unis. Publiée dans la revue scientifique *Nature Aging*, cette étude met en évidence deux "pics de vieillissement", en l'occurrence à 44 ans et à 60 ans. Deux moments clés où le corps humain prendrait en quelque sorte un coup de vieux, comme si le vieillissement n'était pas aussi progressif et linéaire qu'on pourrait a priori le penser.

135 000 molécules et microbes

"Nous cherchions à identifier la période à laquelle les changements et les troubles survenaient le plus fréquemment à un niveau moléculaire et biochimique", explique Michael Snyder, coauteur de l'étude et chef du département des études génétiques à la Stanford Medicine. Pour ce faire, 108 participants âgés de 25 à 75 ans, d'origines ethniques différentes habitant en Californie, ont été suivis pendant une période médiane de 1,7 an mais jusqu'à 6,8 ans pour certains. Tous les 3 à 6 mois, des prélèvements et diverses analyses ont été effectués. De quoi recueillir plus de 135 000 molécules et microbes différents.

Les analyses de tous ces échantillons ont permis d'identifier deux périodes pivots auxquelles, en raison de changements biologiques significatifs, le corps avait tendance à vieillir plus rapidement, en l'occurrence le milieu de la quarantaine et l'aube de la soixantaine.

Ainsi, les évolutions des protéines du tissu adipeux expliqueraient l'augmentation du taux de cholestérol ou la prise de poids, à la quarantaine, et des changements qui affectent le métabolisme permettraient de comprendre pourquoi nous avons plus de mal à absorber la caféine, l'alcool ou encore les lipides

SHUTTERSTOCK

Le corps a tendance à vieillir plus rapidement dans le milieu de la quarantaine et à l'aube de la soixantaine, ont mis en évidence les chercheurs.