

Parkinson : les effets bénéfiques de l'exercice physique

26 décembre 2017



Une étude chez la **souris** confirme les effets bénéfiques de l'exercice physique dans la maladie de Parkinson et en explore le mécanisme.

La maladie de Parkinson touche 100 000 personnes en France. C'est une maladie neurodégénérative qui provoque la destruction d'une population de neurones dits à dopamine. Elle apparaît vers 70 ans et évolue vers l'impossibilité de marcher et la perte d'autonomie. Les traitements actuels ne parviennent pas à ralentir la neurodégénérescence.

La prolifération d'**agrégats toxiques de la protéine alpha-synucléine** à proximité des neurones à dopamine semble la principale cause de cette maladie.

Des essais cliniques ont montré que l'**exercice physique améliore la fonction motrice des patients**.

[Des chercheurs ont cherché à reproduire](#) cette amélioration **sur un modèle animal de la maladie** pour en comprendre le mécanisme.

Pour cela ils ont utilisé un modèle de souris transgénique qui reproduit la maladie. Certaines souris avaient accès à une roue pour faire de l'exercice, les autres non.

Au bout de trois mois, les souris qui pratiquaient de l'exercice avaient de **meilleures performances motrices et cognitives**. Différents marqueurs biochimiques sanguins étaient modifiés, la **quantité d'agrégats d'alpha-synucléine dans le cerveau était diminuée**, alors que la concentration sanguine de cette protéine était augmentée.

Il apparaît donc que l'exercice physique peut ralentir la maladie de Parkinson en évitant l'accumulation d'agrégats d'alpha-synucléine dans le cerveau. Certains médicaments qui ont des effets comparables à ceux observés dans cette étude sur les marqueurs biochimiques pourraient aussi être efficaces.