

Conférence gratuite

Le Président Henri Bouffard et les membres du
Bureau de l'ADASTA
ont l'honneur de vous inviter à la conférence présentée

par

Jean-Marc LOBACCARO

Professeur des Universités en Physiologie Moléculaire

Laboratoire « Génétique, Reproduction, Développement ». UMR CNRS 6293 - Clermont
Université - INSERM U1103

Nutrition et maladies dégénératives

Mardi 22 Mai 2012 à 18h00

IMPORTANT

Cette conférence aura lieu 10 rue de Bien-Assis – 63100 CLERMONT FERRAND

Parking assuré

Tél. : 04 73 92 12 24

e-mail : adasta@wanadoo.fr site internet : www.adasta.fr



RESUME DE LA CONFERENCE

*Association pour le
Développement de l'
Animation
Scientifique et
Technique en
Auvergne*

Le concept de maladies dégénératives est complexe, puisqu'il englobe schématiquement les maladies non infectieuses et non contagieuses, qui peuvent comporter ou non un/des facteur(s) génétique(s), et qui sont caractérisées par le dérèglement progressif des fonctions normales. En réalité, plus de 70% des maladies peuvent être qualifiées de dégénératives. On compte ainsi certains cancers, maladies cardiaques (insuffisances, infarctus, artériosclérose) et respiratoires, certaines atteintes du système nerveux central (maladie d'Alzheimer, Parkinson), musculo-squelettiques (arthrite, rhumatisme, dystrophie musculaire, fibromyalgie), et des maladies métaboliques tel que le diabète... La dégénérescence étant le plus souvent liée à l'accumulation avec le temps d'éléments néfastes (toxines, stress, polluants...), il paraît de plus en plus évident qu'une approche de prévention pourrait ralentir la survenue de certaines de ces pathologies, voire ralentir la progression des symptômes lorsque la maladie est en place. La nutrition en étant préventive répond parfaitement au besoin de correction des carences alimentaires, par l'apport d'éléments nutritifs bénéfiques pour certaines pathologies, en plus d'agir sur le bien-être.

Nous verrons que les études épidémiologiques fiables montrent un réel effet bénéfique de certains nutriments (fruits et légumes) contre le développement de pathologies dégénératives, alors que d'autres ont un rôle néfaste (sucres rapides, graisses). Il faut néanmoins retenir que la stigmatisation de certaines habitudes alimentaires n'est pas la meilleure approche. Le mieux reste quand même d'avoir une alimentation équilibrée.

*« L'appétit vient en mangeant disait Hangest du Mans ; la soif s'en va en buvant »
(François Rabelais, in Gargantua).*