

Publié le 23 octobre 2014 à 12h52 | Mis à jour à 12h52

L'alcool associé à une bonne mémoire chez les personnes âgées



Le lien entre la mémoire et l'alcool n'est toutefois pas entièrement clair.
Photo Digital/Thinkstock

La Presse Canadienne
MONTRÉAL

Une consommation légère d'alcool est associée à une meilleure mémoire épisodique chez les gens âgés de 60 ans et plus qui ne souffrent pas de démence, démontre une étude réalisée par des chercheurs américains.

La mémoire épisodique est celle qui permet de se souvenir d'événements précis.

L'étude de 660 sujets a permis aux chercheurs de l'Université du Texas à Galveston, de l'Université du Kentucky et de l'Université du Maryland de constater qu'une consommation légère ou modérée d'alcool est associée à une meilleure mémoire épisodique et à un volume plus important de l'hippocampe, une région du cerveau essentielle à ce type de mémoire.

Une consommation modérée d'alcool pourrait stimuler l'apparition de nouvelles cellules nerveuses dans l'hippocampe et provoquer, dans le cerveau, la production de substances liées aux fonctions cognitives.

Le lien entre la mémoire et l'alcool n'est toutefois pas entièrement clair. Le chercheur principal Brian Downer prévient que les aînés qui sont capables de continuer à boire de l'alcool sont peut-être tout simplement en meilleure santé que les autres, d'où leur bonne mémoire. Ceux qui doivent s'abstenir souffrent peut-être d'autres problèmes de santé qui nuisent à leur mémoire.

Les conclusions de cette étude sont publiées dans le *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias*.



© La Presse, Itée. Tous droits réservés.