



**Communiqué de presse**

Zurich, le 20 novembre 2017

**L'Université de Zurich UZH orchestre la plus vaste étude européenne sur le vieillissement**

**Comment vieillir en bonne santé? C'est ce qu'examine DO-HEALTH, la plus vaste étude européenne sur le vieillissement. Sous la direction d'Heike Bischoff-Ferrari, professeure de gériatrie et de recherche sur le vieillissement à l'Université de Zurich, 2157 seniors en France, en Allemagne, en Autriche, au Portugal et en Suisse participent à cette étude. La romancière à succès Donna Leon apporte son soutien à DO-HEALTH en qualité d'ambassadrice.**

Lancée en 2012, la plus vaste étude européenne sur le vieillissement est sur le point d'aboutir. Heike Bischoff-Ferrari, professeure de gériatrie et de recherche sur le vieillissement à l'Université de Zurich et directrice des cliniques de gériatrie à l'Hôpital universitaire de Zurich (Kinik für Geriatrie) et à l'Hôpital municipal de Waid (Universitäre Klinik für Akutgeriatrie), dirige l'étude baptisée DO-HEALTH, un réseau de recherche international. DO-HEALTH inclut 2157 femmes et hommes âgés de 70 ans et plus provenant de cinq pays, dont 300 résident à Toulouse. Ces derniers sont suivis par le Centre Hospitalier Universitaire de Toulouse, un des sept centres européens impliqués dans cette étude à long terme.

**Qualité de vie grâce à trois mesures simples**

Les participant-e-s à DO-HEALTH se soumettent trois fois par semaine à un programme d'exercice simple, à réaliser à la maison, et prennent quotidiennement des compléments à base de vitamine D et d'acides gras oméga 3. Cette étude portant sur trois ans vise à déterminer quel est l'impact de ces mesures sur le risque (d'incidence) de fractures non vertébrales, d'augmentation de la pression artérielle, de déclin fonctionnel et cognitif, et le taux d'infections.

Des études antérieures suggèrent un effet protecteur des trois mesures sur le statut fonctionnel de divers organes. «Si l'efficacité de ces trois mesures, bien tolérées et abordables, vient à être prouvée, l'impact sur la santé publique sera considérable, et permettra à des seniors de 70 ans et plus de rester actifs et en bonne santé plus longtemps», explique Heike Bischoff-Ferrari.

**Constitution d'une importante biobanque**

La collecte des données s'achève, l'objectif de quatre visites cliniques d'une journée par participant-e sera atteint fin novembre de cette année. Les résultats relatifs à l'efficacité individuelle et combinée des mesures seront communiqués mi-2018. L'Université de Zurich a également pu constituer, au cours de l'étude DO-HEALTH, une biobanque de 200 000 échantillons destinés à des recherches ultérieures sur le vieillissement. «Les données détaillées sur le statut fonctionnel de nombreux organes clefs, associées aux données sur l'alimentation, l'activité physique et la qualité de vie, représentent un atout scientifique formidable pour améliorer la prise en charge médicale des seniors», explique Heike Bischoff-Ferrari.



### **42% des participant-e-s sont des «healthy agers»**

Les données de l'examen médical d'admission à l'étude indiquent que 42% des seniors de DO-HEALTH sont ce qu'on appelle des «healthy agers». Ils ne souffrent d'aucune maladie chronique et jouissent d'une bonne santé mentale et physique. A Toulouse, ils représentent 37% des seniors. DO-HEALTH a pour objectif de prolonger l'espérance de vie en bonne santé des participant-e-s à l'étude et de faire bénéficier les générations futures des connaissances ainsi obtenues.

### **Bien doser la vitamine D**

Des études antérieures montrent que l'espérance de vie de personnes souffrant d'une carence en vitamine D est inférieure à celles d'individus qui en absorbent en quantité suffisante. Les résultats indiquent par ailleurs que la vitamine D, transmise par un récepteur spécifique, a un impact positif sur la musculature, et par extension, pourrait en avoir un sur la prévention des chutes. Le dosage de l'apport complémentaire en vitamine D semble cependant être essentiel (dans la prévention des chutes). Un dosage trop élevé en vitamine D peut avoir le résultat inverse à l'effet protecteur recherché. «Grâce à une étude préalable à DO-HEALTH, nous avons constaté pour la première fois que la vitamine D a une dose thérapeutique: ni trop ni trop peu», indique Heike Bischoff-Ferrari.

### **Collecter des données sur l'état général des seniors**

Ce qui rend DO-HEALTH unique est la collecte, détaillée et répétée sur trois ans, de données de santé caractérisant aussi bien l'état général des participant-e-s que le statut individuel de nombreux organes, notamment la santé osseuse et musculaire. Toutes ces données peuvent ensuite être associées à des facteurs tels que le risque de chutes et de fractures, le déclin cognitif, le temps de réaction et la comorbidité. L'évaluation des données tient en outre compte de l'influence qu'exercent les trois mesures thérapeutiques sur le recours aux prestations de soins telles que les visites médicales, la physiothérapie ou les hospitalisations. Enfin, les résultats vont mettre en évidence des différences de qualité de vie et d'état de santé parmi la population européenne de seniors.

### **L'auteure de romans policiers Donna Leon est ambassadrice de l'étude**

Pour Donna Leon également, vieillir en bonne santé est une préoccupation importante. Créatrice des enquêtes du commissaire Brunetti, la romancière à succès, qui vit entre Venise et Zurich, apporte son soutien à l'étude DO-HEALTH et s'engage en tant qu'ambassadrice. Dans un courrier adressé aux participant-e-s, elle les félicitera personnellement pour leur contribution importante à la médecine et à la santé des seniors.

#### **DO-HEALTH**

DO-HEALTH (VitamineD3-Omega3-Home Exercise-Healthy Ageing and Longevity Trial) est à ce jour la plus vaste étude en Europe sur le thème «vieillir en bonne santé». DO-HEALTH est une étude coordonnée par le Centre du vieillissement et de la mobilité de l'Université de Zurich et par l'Hôpital universitaire de Zurich. La professeure med. Heike A. Bischoff-Ferrari, DrPH, titulaire de la chaire de gériatrie et de recherche sur le vieillissement à l'Université de Zurich, en est la responsable.

Des centres d'étude DO-HEALTH ont été établis dans sept universités partenaires des cinq pays européens suivants: Suisse (Zurich, Bâle, Genève), France (Centre Hospitalier Universitaire de Toulouse), Allemagne (Charité, Berlin), Autriche (Université d'Innsbruck) et Portugal (Université



de Coimbra). Sont également impliqués dans DO-HEALTH: cinq partenaires universitaires (Institut Max-Rubner, Carlsruhe; Université technique (TU), Dresde; University of Manchester; University of Sheffield; UMIT Autriche), un partenaire d'impact (IOF International Osteoporosis Foundation), six partenaires industriels (Nestlé, DSM Nutrition, Roche Diagnostics, Pfizer, Streuli), deux partenaires logistiques (ACIES, Pharmalys) et deux partenaires dans le monde de l'innovation (Gut Pictures, FDS Software).

L'objectif est d'explorer si et dans quelle mesure une espérance de vie en bonne santé peut être prolongée par la prise régulière de vitamine D (2000 UI/jour) et d'acides gras oméga 3 (1 g/jour) et par la pratique d'un exercice physique simple à domicile. Les critères d'évaluation principaux concernent le risque de fractures non vertébrales, d'augmentation de la pression artérielle, de déclin fonctionnel et cognitif, et le taux d'infections. D'autres critères importants sont les chutes, la santé des articulations (arthrose), la sarcopénie, la fragilité, la santé bucco-dentaire, le diabète, les épisodes cardio-vasculaires, l'autonomie et la qualité de vie.

DO-HEALTH dispose d'un budget de 17,6 millions d'euros. Le principal contributeur est l'Union européenne à hauteur de 6 millions d'euros. L'Université de Zurich soutient DO-HEALTH à hauteur de 4,7 millions d'euros via une chaire de gériatrie et de recherche en vieillissement.

<http://do-health.eu>

#### **Etudes préliminaires sur le dosage de la vitamine D:**

Bischoff-Ferrari HA, Dawson-Hughes B, Orav EJ, Staehelin HB, Meyer OW, Theiler R, et al. Monthly High-Dose Vitamin D Treatment for the Prevention of Functional Decline: A Randomized Clinical Trial. JAMA internal medicine. 2016;176(2):175-83.

Bischoff-Ferrari HA, Dawson-Hughes B, Platz A, Orav EJ, Stähelin HB, Willett WC, et al. Effect of high-dosage cholecalciferol and extended physiotherapy on complications after hip fracture: a randomized controlled trial. Arch Intern Med. May 10, 2010;170(9):813-20

#### **Contact:**

Prof. med. Heike A. Bischoff-Ferrari, DrPH

Hôpital universitaire de Zurich, Clinique de gériatrie (Klinik für Geriatrie)

Tél. +41 44 255 27 57

E-Mail: [heike.bischoff@usz.ch](mailto:heike.bischoff@usz.ch)

#### **Media Relations**

Université de Zurich

Tél. +41 44 634 44 67

E-Mail: [mediarelations@kommunikation.uzh.ch](mailto:mediarelations@kommunikation.uzh.ch)