

Parler deux langues peut retarder les symptômes de démence

Mercredi 6 novembre – Parler deux langues peut aider à retarder la détérioration de la démence, selon une nouvelle étude.

Les chercheurs ont constaté que les gens qui étaient bilingues ne montrent pas les signes de trois types de démence, dont la maladie d'Alzheimer, pendant plus de quatre ans de plus que ceux qui parlaient une seule langue.

Le rapport a été publié en ligne le 6 novembre dans la revue *Neurology*.

«Le bilinguisme peut être considéré comme un entraînement cérébral succès, contribuant à la réserve cognitive, qui peut aider à la démence de retard », a déclaré le co-auteur, le Dr Thomas Bak, professeur au Center for Cognitive Aging and Cognitive épidémiologie à l'Université d'Édimbourg, en Ecosse.

Réserve cognitive est la capacité du cerveau à continuer à fonctionner normalement malgré la maladie ou d'une blessure importante, a expliqué Stephen Rao, un neuropsychologue à Lou Ruvo Center de Cleveland Clinic pour la santé du cerveau. « Il a été entendu que cette capacité est influencée par l'éducation, statut professionnel, engagement afin cognitif de haut niveau [la pensée] activités, et maintenant bilinguisme », a déclaré Rao.

Les personnes ayant une réserve cognitive plus grande expérience de l'apparition de la démence plus tard dans la vie que les personnes ayant moins de réserve. En conséquence, l'impact de la démence sera moins apparent pour plus chez les personnes ayant une plus grande capacité de réserve, que les fonctions de la pensée et de la mémoire sont capables d'effectuer le même avec la perte de cellules du cerveau.

Bak a noté que l'effet que parler deux langues avaient en retarder la démence n'avait rien à voir avec le niveau d'éducation des participants, mais peut-être un autre aspect de la réserve cognitive.

«Le fait que l'avantage bilingue n'est pas causée par des différences dans l'éducation est confirmée par le fait qu'il a également été constaté dans analphabètes, qui n'ont jamais fréquenté aucune école », at-il dit.

Un autre expert a convenu.

« Cela ressemble à moi comme un effet spécifique de la formation linguistique et la plasticité au-delà de l'effet bien connu de l'éducation », a déclaré le Dr Sam Gandy, directeur du Centre Mont Sinai pour Santé cognitive à New York City.

Ce n'est pas sans rappeler le bénéfice de l'engagement social qui est au-delà de celui de l'éducation et de stimulation mentale, Gandy souligné.

« Cela montre qu'il ya peut-être encore de nombreux moyens pour aider à conjurer la démence, une fois que nous avons les moyens suffisants pour stimuler le cerveau », a déclaré Gandy.

Il ya eu d'autres études qui ont montré que les gens qui sont bilingues ont une apparition tardive de la maladie d'Alzheimer, Rao dit.

«C'est une autre chose que nous pouvons ajouter à la liste des capacités mentales qui semblent préserver le fonctionnement du cerveau, malgré le fait que le cerveau peut être ravagé par une maladie comme la maladie d'Alzheimer et d'autres formes de démence », a ajouté Rao.

Pour l'étude, l'équipe de Bak a évalué les dossiers de cas de 648 personnes en provenance d'Inde qui avaient été diagnostiqués avec la démence. Parmi ces patients, 391 ont parlé deux langues ou plus.

Étude des dossiers de cas a trouvé écarté les signes de la maladie par plus de quatre ans

Parmi ceux étudiés, il y avait 240 personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, le reste avait d'autres types de démence, y compris la démence vasculaire, la démence frontotemporale, la démence à corps de Lewy et la démence mixte. Sur le total étudiés, 14 pour cent étaient analphabètes.

Ceux qui parlaient deux langues développé les symptômes de la maladie d'Alzheimer, la démence frontotemporale et la démence vasculaire plus tard des gens qui parlaient une seule langue, les chercheurs ont constaté. Ce développement ultérieur de démence a également été constaté chez les personnes qui ne savaient pas lire.

Il n'y avait aucun avantage à parler plus de deux langues, les chercheurs ont fait remarquer.

L'avantage d'être bilingue était indépendant d'autres facteurs, tels que l'éducation, le sexe, l'occupation ou si les patients venaient de zones urbaines ou rurales, les auteurs de l'étude ont noté.

Alors que l'étude a révélé une association entre parler deux langues et la capacité mentale, il ne prouve pas de cause à effet.