

## **Interventions nutritionnelles pour un vieillissement en bonne santé tout au long de la vie - Rapport de conférence**

### **Nutrition Interventions for Healthy Ageing Across the Lifespan – A Conference Report**

A. Kalache<sup>1</sup>, I. de Hoogh<sup>2</sup>, S.E. Howlett<sup>3</sup>, B. Kennedy<sup>4</sup>, M. Eggersdorfer<sup>5</sup>, D.S. Marsman<sup>6</sup>, A. Shao<sup>7</sup>, J.C. Griffiths<sup>8</sup>

CORRESPONDENCE: J.C. Griffiths [jgriffiths@crnusa.org](mailto:jgriffiths@crnusa.org)

- 1 International Longevity Center Global Alliance, Rio de Janeiro, Brazil
- 2 TNO, Zeist, The Netherlands
- 3 Dalhousie University, Halifax, NS, Canada
- 4 National University Singapore (NUS), Singapore, Singapore
- 5 University of Groningen, Groningen, The Netherlands
- 6 Procter & Gamble Health Care, Cincinnati, OH, USA
- 7 Amway / Nutrilite, Buena Park, CA, USA
- 8 Council for Responsible Nutrition – International, Washington, DC, USA

**Résumé** - Grâce aux progrès de la médecine moderne au cours du siècle dernier, la longévité de la population mondiale a nettement augmenté. Toutefois, il existe des disparités qui conduisent à des groupes dont la durée de vie est à la fois plus courte et dont la santé diminue considérablement, surtout chez les personnes âgées. L'inégalité d'accès à une nutrition adéquate, à des services de santé et à de l'information pour prendre des décisions éclairées en matière de santé et de nutrition contribuent toutes à ces préoccupations. Cela a à son tour accéléré le processus de vieillissement chez certains et compromis leur capacité à vieillir en bonne santé. Dans les sociétés en développement et dans les sociétés développées, beaucoup souffrent de la dichotomie de l'excès simultané de calories et de carences nutritionnelles. Cela a entraîné une détérioration mentale et physique, une augmentation du nombre de maladies non transmissibles, une perte de productivité et de qualité de vie et une augmentation des coûts médicaux. Une nutrition adéquate est essentielle à la santé, mais l'impact des différentes interventions diététiques sur l'amélioration de la santé et de la qualité de vie avec l'âge reste flou. Avec le vieillissement rapide de la population mondiale, il est urgent d'adopter des approches novatrices de la promotion de la santé correspondant à l'âge de chacun. La recherche, l'éducation et les interventions réussies doivent inclure le développement de biomarqueurs qualitatifs et quantitatifs ainsi que d'autres outils permettant de mesurer les améliorations de l'intégrité physiologique tout au long de la vie. Les transformations des politiques de santé fondées sur les données devraient viser à réduire les inégalités socioéconomiques conduisant au vieillissement prématuré. Un cadre de progrès a été proposé et publié par l'Organisation mondiale de la santé dans sa Stratégie globale et son Plan d'action

sur le vieillissement et la santé. Ce symposium portait sur l'impact de la nutrition sur ce cadre, soulignant la nécessité de mieux comprendre l'équilibre des capacités intrinsèques et des capacités fonctionnelles d'un individu à différents stades de la vie, ainsi que l'impact de cet équilibre sur sa santé mentale et physique dans les environnements où il vit.

**Mots-clés** - Vieillissement, Bioactifs, Biomarqueurs, Capacité fonctionnelle, Santé, inégalités, Capacité intrinsèque, Durée de vie, Nutrition, Vitamines

**Conclusion** - Les données démographiques mondiales montrent que les êtres humains vivent en effet plus longtemps, et que de nombreux pays et sous-ensembles de populations vivent 30 ans de plus qu'il y a seulement un siècle. Toutefois, cette augmentation de la durée de vie n'a pas toujours été accompagnée d'améliorations de la durée de vie. Faut de tenir compte des besoins nutritionnels et sanitaires différents des personnes âgées et accablées par les inégalités sociales et économiques, une population vieillissante a également connu une augmentation des taux de maladies non transmissibles et des coûts de santé. L'espérance de vie en bonne santé plutôt que la durée de vie doit être reconnue comme l'objectif de toutes les étapes d'une société, en optimisant la qualité et les capacités de sorte que nos dernières années ne soient pas confrontées à une détérioration et à une appréhension inutile, mais à une anticipation en tant que contributeurs actifs à la société. Une combinaison de politiques visant à réduire les inégalités sociales et d'approches nutritionnelles novatrices peut retarder le vieillissement prématuré et améliorer la santé. L'Organisation mondiale de la santé propose la « Décennie 2020-2030 pour le vieillissement en bonne santé » afin « d'explorer les synergies entre les instruments politiques pour catalyser un impact significatif et mesurable et améliorer la vie des personnes âgées. » Le lecteur est invité à consulter le site Web de l'OMS, à lire l'appel à l'action énoncé dans la Stratégie mondiale et Vieillir en bonne santé: stratégie et plan d'action de l'OMS 2016-2030 et à participer à la conversation. Cette approche stratégique, y compris des interventions nutritionnelles appropriées et fondées sur des données scientifiques, devrait être élaborée et adaptée pour être utilisée dans tous les pays, indépendamment de leur niveau de développement économique, afin de soutenir un vieillissement en bonne santé tout au long de la vie.