



Des études récentes confirment que l'entraînement cérébral retarde l'apparition de la maladie d'Alzheimer

Les travaux menés par Hall et ses collaborateurs [1] à la Faculté de Médecine de la Yeshiva University (New York City, USA), tout comme ceux de Valenzuela et Sachdev [2], à la Faculté de Médecine de la New South Wales University (Sydney, Australie), et publiés dans les revues scientifiques de renom que sont « American Journal of Geriatric Psychiatry » et « Neurology » en 2009, **confirment** que la stimulation cérébrale réduit le risque de développer une maladie d'Alzheimer. Leurs travaux ont montré que l'intensité de l'activité cognitive a un **effet protecteur** vis-à-vis de la maladie d'Alzheimer.

Cet effet est d'autant plus marqué que la **stimulation cérébrale** est :

- **importante**,
- qu'elle a démarré **tôt** et
- s'est **poursuivie** tout au long de l'existence.

Ainsi, à risque égal, celui qui a eu une activité cérébrale et la poursuit se défendra mieux face à la maladie. La stimulation cognitive proposée par **memo-Technik** - le programme d'entraînement de la mémoire et de l'attention développé par Mind Autonomy Research - participe pleinement **retarder** l'apparition d'une pathologie neuro-dégénérative type Alzheimer.

[1] Valenzuela and Sachdev - (2009) Can cognitive exercise prevent the onset of dementia ? Systematic review of randomized clinical trials with longitudinal follow-up*. American Journal of Geriatric Psychiatry, 17(3) : 179-187.

**[Traduction : Est-ce que les exercices cognitifs peuvent prévenir l'apparition de la démence ? Revue systématique des essais cliniques randomisés avec suivi longitudinal]*

[2] Hall, Lipton, Sliwinski, Katz, Derby and Verghese - (2009) Cognitive activities delay onset of memory decline in persons who develop dementia**. Neurology, 73(5) :356-361.

***[Traduction : Les activités cognitives retardent le déclin de la mémoire chez les personnes atteintes de démence]*

Pour de plus amples informations, consultez notre site internet :
www.mindautonomyresearch.com, rubrique « Grand Public »

Ou **contactez-nous** par e-mail ou téléphone à :
e-mail : frederic.cannaud@mindautonomyresearch.com
Tél : 04.91.64.74.62
Fax : 04.91.64.94.00

Mind Autonomy Research :

Spin-off (2007) du CNRS et de l'Université de Provence, MIND AUTONOMY RESEARCH conçoit, développe et commercialise des programmes d'entraînement cérébral pour la mémoire et l'attention. Ces programmes sont destinés aux adultes et aux seniors afin d'améliorer leurs performances intellectuelles, leur autonomie cognitive et leur qualité de vie. Tous les programmes commercialisés sont validés au cours d'études scientifiques publiées. Il s'agit, en particulier, de mesurer l'amélioration de la mémoire et de l'attention dans la vie quotidienne.

Mind Autonomy Research SARL
43 Allées Léon Gambetta
F - 13001 Marseille