

La médecine anti-âge, fontaine de Jouvence ?

Réalisation Service Education permanente Question Santé asbl
Texte Anoutcha Lualaba Lekede/Question Santé
Dialogues/saynètes Carine Simon/Question Santé
Remerciements à Frédérique Cretois, Olivia Metranque et Paul Houillier.
Graphisme Carine Simon/Question Santé
Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles
Editeur responsable Patrick Trefois 72, rue du Viaduc – 1050 Bruxelles
D/2012/3543/11

VIEILLIR, UNE MALADIE ?

VIEILLIR, UNE MALADIE ?

Nous vivons aujourd'hui plus longtemps en bonne santé et les problèmes liés au vieillissement se déclarent plus tardivement. Ils sont cependant au centre de bien des débats et font souvent oublier que la vieillesse ne peut être réduite à une dégradation de la santé mentale et physique.

Mais faisons-nous toujours une différence entre « vieillissement » et « vieillesse » ?

« ... si le **vieillissement** existe bien – c'est un **processus biologique** aux implications nombreuses tant au niveau individuel (soma-tique, psychique) qu'au niveau collectif (démographique, économique, politique) – la **vieillesse** ne peut être définie de manière satisfaisante parce qu'elle n'est pas une donnée, un fait naturel, mais **une construction historique et culturelle**. (...) **elle est une lecture particulière du vieillissement**. »¹

Quelles sont actuellement nos représentations sociales et culturelles du grand âge ? Sont-elles positives ou négatives ? Comment le fait de vieillir est-il vécu dans d'autres cultures ? Prendre de l'âge a été, selon les sociétés, valorisé ou non... Mais pratiquement toutes se sont préoccupées de l'apparence physique et tant les hommes que les femmes ont essayé à travers les âges de se mettre en valeur, d'être beaux. Et tous ont cherché aussi différents moyens pour le rester le plus longtemps possible. Cette préoccupation pour l'apparence est encore présente dans notre société et peut-être est-elle encore plus vivace aujourd'hui, à voir tout ce que nous avons à notre disposition pour lutter contre le vieillissement.

Chez nous, on commence aussi à parler de la médecine anti-âge, une nouvelle discipline apparue il y a une vingtaine d'années de l'autre côté de l'Atlantique... Mais depuis quand vieillir est-il devenu une maladie que la médecine doit traiter ? Qui veut nous le faire croire et pourquoi ?

*Comment des individus peuvent-ils en arriver à vouloir
être soignés parce qu'ils vieillissent ?*

Tu ne vieilliras point

D'habitude les soirées entre copines sont plutôt... pas moroses pour un sou !
Mais ce soir, une ombre plane sur les zakouskis.

Hassiba : « Tu n'aimes pas le tahineh ? »

Zoé : « Si si ! »

Cori : « Ben alors, que t'arrive-t-il, tu n'es pas avec nous ce soir ma belle ! »

Zoé : « Belle... faut le dire vite... »

Le mot est lâché... on pourrait ajouter : « jeune ».

Hassiba : « Tu broies du noir là, qu'est-ce que tu nous fais ? »

Zoé : « Les filles, je vais sauter le pas... je dois faire quelque chose, je deviens vieille ! »

Cori : « Ouuh là, tout de suite les gros mots ! Disons qu'on mature joliment, une chose à la fois ! »

Zoé : « Non, c'est à peine si je me reconnais, regardez-moi ces rides, les crèmes dernier cri n'y font rien et ces bajoues... ! »

Cori : « Oh ! Un vrai hamster ! Dis tu n'as pas fini ? Tu vas faire tourner le guacamole ! »

Zoé : « Je dis la vérité, à un moment il faut prendre le taureau par les cornes ! »

Zoé a les sourcils en tempête, Cori ressemble à un lapin pris dans les phares d'une voiture et Hassiba a son air songeur... elle pense qu'à l'instar de nombreuses femmes, son amie se voit « rattrapée par le temps »...

Ainsi, dans un contexte où la vieillesse fait l'objet de toutes sortes de représentations stéréotypées et où, au contraire, la jeunesse semble le seul modèle acceptable, doit-on s'étonner que le vieillissement soit de plus en plus mal vécu ? Que ce « processus biologique » préoccupe de plus en plus d'individus bien avant qu'ils ne fassent leur entrée dans la pleine maturité ? A partir de quel moment chacun situe-t-il le début du vieillissement ? Est-ce à l'apparition du premier cheveu blanc ou des premières ridules autour des yeux et de la bouche ? Est-ce au nombre de bougies qui peuvent orner le gâteau d'anniversaire année après année ? Est-ce quand le besoin de lunettes de lecture se fait ressentir ? Ou encore, quand on commence à vous céder une place assise dans les transports en commun ? Sur quels critères nous basons-nous ?

Nos critères sont-ils objectifs ou subjectifs ?



FAUT-IL LUTTER CONTRE LE VIEILLISSEMENT ?

Face à ce que beaucoup peuvent considérer comme des signes du vieillissement, la tentation peut être grande de vouloir réagir. Mais est-ce pour combattre la vieillesse ou est-ce plutôt pour bien vieillir, de façon à pouvoir continuer à bénéficier d'une bonne santé et d'une qualité de vie le plus longtemps possible ? Qu'est-ce que chacun d'entre nous fait dans ce sens ?

Jeanne Calment par exemple, « celle qui fut la doyenne des Français et qui s'est éteinte à l'âge de 122 ans en 1997 confiait que chaque jour, elle fumait sa petite cigarette et dégustait un petit verre de porto. »² Un régime qui serait difficile à suivre aujourd'hui avec tout le discours hygiéniste qui entoure la consommation d'alcool et de tabac.

Notre époque aurait plutôt tendance à appuyer le régime du Japonais Tomoji Tanabe, qui s'est éteint à l'âge de 113 ans en juin 2009 ; le secret de sa longévité tenait, selon lui, au fait qu'il ne buvait ni ne fumait. C'est également de l'archipel nippon que nous vient le fameux régime Okinawa qui tire son nom d'une petite île du sud devenue célèbre à cause de son taux élevé de centenaires et du pourcentage extrêmement bas de maladies graves. Le régime alimentaire de ces vénérables centenaires, proche de celui d'autres qui ont été recensés à Cuba, est à base de poissons, légumes, fruits, thé vert, etc.

Mais certains préconisent des recettes plus simples comme boire de l'eau – du robinet – chaque jour... D'autres mettent plutôt en avant une philosophie de vie comme profiter des plaisirs de la vie sans excès ou de simplement prendre la vie comme elle vient ; d'autres encore insistent sur l'importance de nourrir son corps mais également son esprit, etc.

Il semble donc exister une grande diversité de recettes à travers le monde et nous avons chacun notre baguette magique... **Cependant, un régime alimentaire seul ou une certaine attitude devant la vie suffisent-ils à expliquer une longévité sans problèmes de santé majeurs ?**

*N'avons-nous pas parfois tendance à oublier
le rôle joué par les facteurs génétiques et environnementaux ?*

La consommation, une arme plus efficace ?

Nous pouvons également nous demander si on ne nous pousse pas à oublier que le bien vieillir dépend d'une conjonction de plusieurs facteurs.

Comme nous l'avons déjà indiqué, il suffit pour cela de regarder la diversité des produits censés nous aider à lutter contre le vieillissement aujourd'hui : des produits cosmétiques anti-âge côtoient des compléments alimentaires de toutes sortes qui permettent de retrouver la vitalité, l'élasticité de la peau et le tonus sexuel – « de ses 20 ans » –, des aliments anti-âge comme ce « yaourt beauté » censé « nourrir la peau de l'intérieur » et dont la commercialisation a été arrêtée deux ans après son lancement. Cet échec ne peut occulter le fait que la dermonutrition, ce « joli néologisme inventé de toutes pièces par les marketeux, pour désigner un savant mélange entre vertus cosmétiques plus ou moins supposées d'un aliment et son côté purement nutritif »³, est un créneau commercial sur lequel louche de plus en plus d'entreprises.

Proposer de tels produits leur permet d'affirmer qu'elles ne font que satisfaire un besoin existant dans le chef de nombreux consommateurs et que, ce faisant, elles contribuent à relever le défi que représente l'augmentation du nombre de personnes âgées. Mais au-delà de ces « bonnes intentions », le message qui nous est adressé est on ne peut plus clair : en achetant les produits anti-âge mis sur le marché, nous sommes censés mieux vieillir. **Mais notre désir de mieux ou bien vieillir doit-il nécessairement passer par plus de consommation ?**

*Et ce désir doit-il forcément prendre la forme
d'une lutte contre le vieillissement ?*

ET LA MÉDECINE ANTI-ÂGE

ET LA MÉDECINE ANTI-ÂGE ?

Après des années de coexistence avec des manœuvres censées nous faire acheter à peu près tout et n'importe quoi, plusieurs d'entre nous ont appris à se méfier de tous ceux qui ont quelque chose à vendre. Même s'il faut reconnaître que les plus avertis se laissent parfois « tenter », tant les techniques commerciales utilisées se sont affinées au cours du temps... Bien sûr il faut faire attention à ne pas tomber dans le manichéisme, mais nous ne pouvons ignorer que derrière ces pratiques se trouvent souvent d'énormes enjeux financiers qui s'accommodent mal des échecs commerciaux. Et que les succès qui sont engrangés là encouragent à transposer les recettes utilisées dans d'autres domaines, comme celui de la santé par exemple. Un domaine qui nous touche au plus près et qui peut expliquer que nous ne puissions pas toujours avoir le recul nécessaire pour mettre en lumière ce qui est réellement en jeu. A cet égard, il apparaît intéressant de se pencher sur la médecine anti-âge.

Qu'en est-il en effet de cette nouvelle discipline qui débarque timidement sur le Vieux Continent⁴ ? Pouvons-nous désormais mettre à la poubelle tout ce que nous avons à notre disposition jusqu'ici pour lutter contre la vieillesse ? Qu'est-ce que la médecine anti-âge ?

La médecine anti-âge se présente comme une **médecine préventive** qui vise plutôt à **garder une qualité de vie**. Elle n'empêche pas de vieillir mais elle aiderait par contre à prévenir les troubles et les maladies qui apparaissent avec le temps. Sur Internet, elle est aussi présentée comme la « **médecine du bien-être** ».

La médecine anti-âge propose de combiner les savoirs de la nutrition, de la micronutrition, de l'hormonologie et les techniques de la médecine esthétique (à ne pas confondre avec la chirurgie esthétique) avec l'objectif de **réduire les signes de vieillissement, tant sur le plan psychique, physique qu'esthétique**. Se définissant comme une médecine de prévention, elle encourage les personnes à se préoccuper le plus tôt possible de leur santé (et de celle de leurs proches).

Cette nouvelle pratique conseille ainsi de combattre les risques d'obésité, d'éviter l'exposition solaire et de veiller à bien hydrater la peau dès le plus jeune âge. La vigilance reste de mise à l'adolescence, période durant laquelle l'alimentation

doit être équilibrée et adaptée à un organisme en pleine croissance... Atteint la quarantaine, la médecine anti-âge encourage à consulter un spécialiste qui prescrira une batterie d'examens pour faire le point sur sa santé (bilan biologique complet, bilan des poumons, dépistages de cancers...) et voir éventuellement ce qu'il y a lieu de mettre en place pour prévenir des problèmes potentiels.

*Avec la médecine anti-âge,
avons-nous enfin trouvé la fontaine de jouvence ?*

Si certes des problèmes de santé peuvent être identifiés lors de l'un ou l'autre examen anti-âge chez certaines personnes et soignés très tôt, on peut avancer que les résultats chez la plupart seront... négatifs ?

Mais se soumettre à autant d'examens quand au départ il n'y a pas vraiment de problèmes majeurs de santé, **est-ce vraiment l'idéal ?**

*Le besoin de s'assurer que tout va bien ne peut-il vite devenir anxiogène
et nuire à la qualité de vie, voire compromettre la santé à la longue ?*

Les Cassandre de la médecine anti-âge

Concernant la médecine anti-âge, est-on trop pessimiste quand on en appelle à la prudence et au bon sens ? Certains le pensent et mettent plutôt en exergue les avantages de cette médecine venue outre-atlantique. Quels sont-ils ? La médecine anti-âge en répertorie elle-même plusieurs sur ses sites. On peut ainsi y lire qu'avec une prise en charge par un médecin anti-âge, le sommeil serait de meilleure qualité, qu'on aurait plus de vitalité – physique et intellectuelle –, une meilleure résistance aux infections, une sexualité vivante, moins de rides, etc. **Pour se faire sa propre idée, il serait intéressant de voir**

ce qu'en disent d'autres qui n'appartiennent pas à la médecine anti-âge. Qu'en disent, par exemple, les pouvoirs publics ou les facultés de médecine ? L'efficacité des soins anti-âge est-elle avérée, des résultats de recherches ont-ils fait l'objet de publications ? Où, en tant que citoyens, pouvons-nous nous informer correctement ?...

A y regarder de plus près, on peut voir que les soins anti-âge sont souvent proposés dans des centres privés où se côtoient des médecins et d'autres professionnels de la santé sans qu'il soit toujours évident de déterminer quels actes sont posés par qui. Autre constat : les soins qui touchent à l'apparence physique occupent une part non négligeable dans les services qui sont proposés. Les tarifs qui y sont pratiqués ne peuvent aussi manquer d'interpeller puisqu'ils vont de quelques dizaines⁵ à plusieurs centaines d'euros, pour atteindre dans certains cas deux mille euros⁶. Il est vrai que la médecine anti-âge ne se limite pas aux seuls aspects esthétiques et dit vouloir prendre en charge la santé dans sa globalité. **Il n'empêche que le coût de ces soins esthétiques doit pousser à se demander si, devant le bien vieillir, nous sommes tous bien égaux.**

Si nous savons que le vieillir bien dépend d'une multitude de facteurs et que l'adoption d'une bonne hygiène de vie se révèle plus bénéfique à long terme, est-il erroné de penser que la médecine anti-âge n'est qu'« un nouveau concept de marketing » visant à nous vendre, emballées autrement, des approches médicales déjà existantes ? Ou, autre exemple, de contribuer à développer le marché des compléments alimentaires qui sont largement prescrits pour pallier à toutes sortes de carences⁷ ?

*Avec la médecine anti-âge, avons-nous la capacité
de mieux prendre notre santé en main
ou sommes-nous en plein processus de marchandisation des soins de santé ?*

AU-DELA DES POINTS DE VUE INDIVIDUELS

AU-DELA DES POINTS DE VUE INDIVIDUELS

Sur la médecine anti-âge, les points de vue diffèrent. Pour certains, l'aspect mercantile qu'elle véhicule suffit à la désavouer...

Paul : « La médecine anti-âge ?! 'Anti-rides', passe encore, mais 'anti-âge' ça veut dire 'contre l'âge' ! L'âge serait un ennemi ! D'accord, ce n'est pas spécialement drôle de vieillir – je viens d'avoir 60 balais – mais il faut essayer de l'accepter et surtout de le vivre, pas de l'escamoter. Pour moi, l'expression anti-âge disqualifie d'emblée cette médecine. Et on voit bien les intérêts mercantiles là-dessous. Ce qui est ironique, par ailleurs, c'est que ce discours implicite entre en parfaite contradiction avec tout le discours, très explicite celui-là, sur 'vieillir en bonne santé', les septuagénaires en pleine forme qui ont l'air d'avoir la cinquantaine, le triomphalisme par rapport au nombre croissant de centenaires, etc. Ça montre bien à quel point notre société est ambiguë par rapport au vieillissement. »

Pour d'autres, la médecine anti-âge peut apporter une aide pour continuer à jouir d'une qualité de vie... à condition toutefois de laisser de côté son aspect esthétisant.

Olivia : « La médecine anti-âge, c'est bien si c'est dans une optique de bien-être et non juste pour des raisons esthétiques. Je comprends que l'on ne veuille pas avoir de problèmes de santé ni se sentir trop diminué par l'âge. Mais quand on fait une fixation sur son apparence qui vieillit, je trouve qu'on ne devrait pas parler de médecine anti-âge, mais seulement de chirurgie esthétique. Et ça, il n'y a pas un âge qui justifie d'en faire plus qu'un autre ! On valorise la maturité intérieure, pourquoi est-ce que cela ne pourrait pas se voir aussi de l'extérieur ? Du moment que le corps permet toujours d'avoir une vie confortable bien sûr... »

Pour d'autres encore, la médecine anti-âge peut apparaître comme une certaine réponse à un vieillissement physique programmé qui ne reflète pas nécessairement ce que l'on peut vivre intérieurement⁸.

Frédérique : « ... mais pensons à ce que recouvre le mot 'vieillissement', ce sont nos cellules, nos organes qui vieillissent, on ne prend pas de rides en dehors du corps, là on parle d'expérience. Les cellules, elles, subissent un stress oxydatif qui les dégradent, et cela dès le plus jeune âge. Sachant cela, faire ce qu'il faut pour limiter ce stress et donner à son corps ce

dont il a besoin pour bien fonctionner fait partie de certains préceptes de la médecine anti-âge : hygiène de vie, exercice, soins par les champs magnétiques pulsés, ou compléments alimentaires naturels par exemple, car notre environnement aujourd'hui est tout de même assez pollué, qu'il s'agisse de l'air, de l'eau, de notre nourriture... »

D'un point de vue intellectuel, que l'on soit plutôt pour ou plutôt contre, il est peut-être plus intéressant de se pencher sur ce qui, dans nos sociétés, peut pousser à se tourner vers la médecine anti-âge.

Comment en est-on arrivé là ?

Zoé : « Le problème, c'est qu'à l'intérieur, je me sens toujours la même, et mon miroir me renvoie l'image d'une personne que je reconnais de moins en moins. »

Pol : « Tu ne t'acceptes pas... »

Zoé : « Accepter, accepter !... Accepter l'état du monde, la condition humaine ! Zut ! Alors qu'on avance dans la vie et, qu'à nos âges, on a plus de plomb dans la cervelle, de possibilités de s'épanouir, eh bien non, c'est raté. Il faut accepter de sentir ses forces partir, son apparence se diluer, et arriver en rampant devant la cerise sur le gâteau ! Je ne pourrai jamais l'accepter ! »

Cori : « Tu te fais du mal pour rien. »

Hassiba : « Ne lui dis pas ça. Personnellement, je ne ressens pas vieillir comme un problème, mais je la comprends. Peut-être qu'on peut en tout cas faire certaines choses pour... »

Zoé : « ... voilà, je voudrais simplement continuer à me ressembler, c'est simple non ? »

*Face à un certain ressenti par rapport au vieillissement,
ne cherchons-nous pas souvent à faire quelque chose ?*

GÉRONTO-BUSINESS ?

Nous sommes dans des sociétés où, en tant qu'individus, nous voulons maîtriser tous les aspects de nos vies et, généralement pour ce qui est de notre vieillissement, avoir un rôle plus actif. Comment pourrait-il en être autrement quand tout – à travers les médias, les politiques de prévention, les actions du monde associatif... –, nous y encourage ? Les discours n'invitent-ils pas, de plus en plus souvent, à préparer sa vieillesse, à faire tout ce qui est possible pour « bien vieillir » ? Derrière ces propos, ne nous dit-on pas « est coupable celui ou celle qui se laisserait aller à une vieillesse sans réagir, qui se négligerait » ?

Ces injonctions sociales et un certain mal-être par rapport à la vieillesse ne rendent-ils pas la médecine anti-âge encore plus attractive ? D'autant plus que cette discipline prétend intervenir dans le but de préserver notre capital santé et, qu'en ayant recours à elle, nous sommes pleinement acteurs du nôtre. Ce discours est peut-être flatteur pour notre ego, mais il ne doit pas nous cacher ce qui en réalité est là en oeuvre.

Nous pouvons en effet individuellement prendre la décision de recourir à la médecine anti-âge, mais au final cela ne revient-il pas à remettre à celle-ci le pouvoir sur notre santé ? Souhaitons-nous nous en remettre à elle seule pour vieillir bien ? Devons-nous accepter que cette préoccupation nous pousse à vouloir une prise en charge médicale relativement tôt ? Aujourd'hui, la médecine anti-âge encourage à le faire dès la barrière des 40 ans franchie, mais demain serait-ce à 30 puis à 20 ans ?... Quelles sont les raisons qui peuvent pousser la médecine anti-âge à « cibler » les 40-60 ans actuellement ? Que représentent-ils, par exemple, d'un point de vue économique ? Quel est leur pouvoir d'achat par rapport aux « vrais » seniors ?...

Il est vrai aussi que la médecine a généralement plutôt tendance à nous rassurer.

Mais la surmédicalisation peut-elle être la réponse à donner en cas de mal-être individuel et collectif ?

Pas uniquement un problème de femmes

Pol : « Vieillir n'est pas un problème pour toi Hassiba ? Je trouve pourtant que c'est dur pour tout le monde, pour nous aussi les hommes, même si c'est différent. »

Hassiba : « Ma vie a été bien remplie déjà : j'ai traversé beaucoup de difficultés mais aussi des expériences très riches... même si parfois c'est un peu dur. C'est ce que le temps m'a apporté, alors... que mon corps vieillisse, je n'en ai pas vraiment pris conscience, en tous cas, il y a tant d'autres choses importantes ! »

Cori : « Tu as toujours eu plus de curiosité que de peur ou de crainte devant la vie, le temps qui passe... »

La médecine anti-âge n'exploite-t-elle pas finalement une certaine fragilité que les hommes et les femmes que nous sommes pouvons avoir par rapport à la vieillesse pour nous vendre des services ? C'est ce que font déjà nombre d'entreprises dans d'autres domaines.

*Que pouvons-nous faire individuellement et collectivement pour que vieillir ne soit plus considéré comme un problème ?
Pour que la vieillesse soit bien vécue ?*

VIVRE LONGTEMPS ET EN BONNE SANTÉ...

VIVRE LONGTEMPS ET EN BONNE SANTÉ... POUR TOUS

Viellir n'est pas une pathologie même si, avec le grand âge, des maladies ont tendance à apparaître. Nous vivons aujourd'hui plus longtemps et en relativement bonne santé. Cependant les préjugés et stéréotypes sociaux de la vieillesse sont tellement intégrés inconsciemment que celle-ci en arrive, malheureusement, à ne plus être considérée que sous les seuls aspects négatifs. Cette vision parcellaire peut expliquer que vieillir en inquiète plus d'un et fasse oublier qu'avoir aujourd'hui 60, 70 ou 80 ans n'a plus rien à voir avec ceux qui ont pu atteindre ces âges autrefois.

L'inquiétude devant le vieillissement et/ou le souci de vieillir bien peuvent ainsi pousser à accepter tout ce qui peut être proposé pour lutter contre la marche du temps, comme la médecine anti-âge. Certes, le vocable « médecine » peut sans doute rassurer mais depuis quand vieillir est-il devenu une maladie qu'il nous faut soigner ? Quel est l'intérêt à vouloir nous le faire croire ? L'intérêt, nous l'avons vu, serait de faire consommer davantage de soins « médicaux »... qui peuvent par ailleurs se révéler onéreux. Est-ce cela que nous voulons apporter comme réponse à cette préoccupation collective ? La médecine anti-âge nous permet-elle d'être égaux devant le bien vieillir ? Et puis, l'accent n'est-il pas trop mis sur la responsabilité individuelle alors que le vieillissement dépend aussi, en grande partie, de facteurs que nous ne maîtrisons pas toujours ?

Pour que le plus grand nombre vieillisse bien, sans problèmes de santé majeurs le plus longtemps possible, il faut des politiques plus volontaristes au niveau de l'éducation, de l'emploi (accès, pénibilité, stress), des logements (convenables, dans un environnement sain...), etc. N'est-ce pas pour cela, en tant que citoyens, que nous devons nous mobiliser afin que les choses changent ?

*Que sommes-nous prêts à faire
individuellement et collectivement pour cela ?*

Pour en savoir plus

- * PEQUET S., *Médicalisation de la société... Une question de limites ?*, coll. Ethique, asbl Question Santé, 2010.
- * LUALABA LEKEDE A., *Société et vieillesse : quand penche la balance du côté de la jeunesse*, coll. Exclusion-inclusion, asbl Question Santé, 2009.

Dans la collection « marchandisation »

- Publicité pour les médicaments, soyons vigilants - 2005 (brochure)
- Le corps, cible du marketing - 2006 (brochure) *Plus de stock*
- Le tabagisme, une épidémie industrielle - 2006 (brochure)
- Chirurgie esthétique et tourisme, des corps parfaits à prix discount - 2009 (format informatique - flash) + (brochure)
- Souffrance au travail - 2010 (brochure)
- Vivre mieux avec moins. Le rêve du 21^{ème} siècle ? - 2011 (brochure)
- Qu'achète-t-on dans les pharmacies ? - 2011 (brochure)

Ces brochures sont téléchargeables sur le site www.questionsante.be

- 1 COUDIN Geneviève, *Viellir n'est pas une maladie*, dans « La santé, un enjeu de société », Editions Sciences Humaines, France, 2010, p. 54.
- 2 FRADON Cathy, *Longévité. Mamies centenaires : on leur demande la recette*, www.ladepeche.fr
- 3 COUSIN Capucine, *Danone arrête Essensis, son yaourt censé « nourrir la peau de l'intérieur »*, http://blogs.lentreprise.com/la-marque-dans-tous-ses-etats/2009/02/04/danone_arrete_essensis_son_yao/
- 4 En Belgique, la médecine dite « anti-âge » n'en est qu'à ses premiers balbutiements si on tient compte du nombre d'actes qui sont posés sous cette appellation : il existe encore peu de centres de médecine anti-âge tout comme de médecins se revendiquant de cette nouvelle discipline. Cependant, ici et là, des soins anti-âge sont proposés sans que le terme « médecine anti-âge » soit utilisé.
- 5 Il faut par exemple compter entre 40 et 75 euros la séance pour traiter par carboxythérapie une zone du corps. La carboxythérapie est une technique médicale sans chirurgie dans le traitement des surfaces grasses telles que la cellulite. Utilisée sur le visage, la carboxythérapie est censée donner une meilleure élasticité à la peau. Autre exemple : pour un peeling doux, il faut compter entre 60 et 120 euros. Le but du peeling est de redonner de l'éclat à la peau en utilisant la technique de l'exfoliation. Ce traitement permet en effet d'éliminer les peaux mortes et d'activer la production de collagène (www.afme.org).
- 6 Quelques exemples d'interventions se chiffrant à plusieurs centaines d'euros : pour une injection d'extraits plaquettaires (provenant du patient lui-même), il faut déboursier entre 150 à 450 euros la séance selon la quantité de produit injecté ; pour un remodelage des pommettes ou des joues, il faut prévoir entre 350 et 750 euros ; pour la technique des fils russes, une alternative au lifting qui consiste à introduire sous la peau – sans aucune hospitalisation – des fils tenseurs censés corriger le relâchement de la peau et rajeunir le visage, il faut dépenser entre 1000 à 2000 euros (www.afme.org).
- 7 Comme la vitamine B2, la vitamine C, la vitamine E, la curcumine, du calcium, du magnésium, etc. Mais aussi des hormones telles que la controversée DHEA (déhydroépiandrostérone)...
- 8 *On se sent plus jeune que son âge à 70 ans*, www.sante-decouverte.com



Cela commence souvent de manière insidieuse : un cheveu blanc, une ride sur le front, la vue qui baisse, etc. Des petits changements qui, l'air de rien, s'installent dans nos vies sans y avoir été invités. Ces petits riens sont, bien sûr, les prémices du vieillissement, un processus naturel... des plus banals.

Sauf que ces petits signes sont de plus en plus souvent mal vécus dans nos sociétés jeunistes. Le problème n'est pas neuf et les moyens pour lutter contre le vieillissement remontent à des siècles.

Aujourd'hui, il faut compter en plus sur la médecine anti-âge, une nouvelle pratique qui prétend prévenir le vieillissement physique et psychique. Est-ce la nouvelle fontaine de Jouvence ? Mais la vieillesse est-elle devenue une maladie qu'il faut soigner ? Pourquoi veut-on nous le faire croire ?

Ces questions sont examinées dans cette brochure qui se penche sur la médecine anti-âge.

La brochure s'adresse à tout public et est téléchargeable sur le site www.questionsante.be

Edition 2012