



HAL
open science

”Le seuil anabolique” : la clé pour une nutrition protéique efficace contre la sarcopénie ?

Dominique Dardevet, Laurent Mosoni, Marie-Agnès Peyron, Isabelle Papet,
Isabelle Savary-Auzeloux, Didier Remond

► To cite this version:

Dominique Dardevet, Laurent Mosoni, Marie-Agnès Peyron, Isabelle Papet, Isabelle Savary-Auzeloux, et al.. ”Le seuil anabolique” : la clé pour une nutrition protéique efficace contre la sarcopénie?. 11es Journées Francophones de Nutrition, JFN 2013, Dec 2013, Bordeaux, France. hal-01002244

HAL Id: hal-01002244

<https://hal.science/hal-01002244>

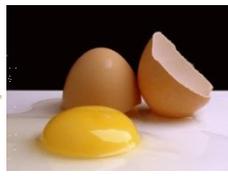
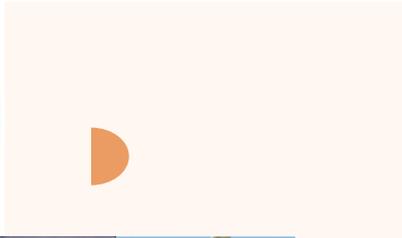
Submitted on 3 Jun 2020

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L’archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d’enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Le seuil anabolique": la clé pour une nutrition protéique efficace contre la sarcopénie?

Dardevet Dominique, Mosoni Laurent, Peyron Marie-Agnès, Papet Isabelle, Savary-Auzeloux Isabelle, Rémond Didier.



Déclaration d'intérêts de /M. : DARDEVET DOMINIQUE.

➤ **Activités de conseil, fonctions de gouvernance, rédaction de rapports**

Oui

Société(s) : LACTALIS NUTRITION SANTE

➤ **Essais cliniques, autres travaux, communications de promotion**

Non

Société(s) :

➤ **Intérêts financiers (actions, obligations)**

Non

Société(s)

➤ **Liens avec des personnes ayant des intérêts financiers ou impliquées dans la gouvernance**

Non

Société(s) :

➤ **Réception de dons sur une association dont je suis responsable**

Non

Société(s)

➤ **Perception de fonds d'une association dont je suis responsable et qui a reçu un don**

Non

Société(s) :

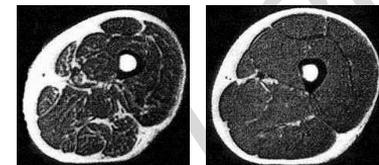
➤ **Détention d'un brevet, rédaction d'un ouvrage utilisé par l'industrie**

Oui

Société(s) : ...NESTLE

Définition de la sarcopénie

Perte progressive et involontaire de la masse et de la fonctionnalité musculaire au cours du vieillissement



> 70 ans 35 ans

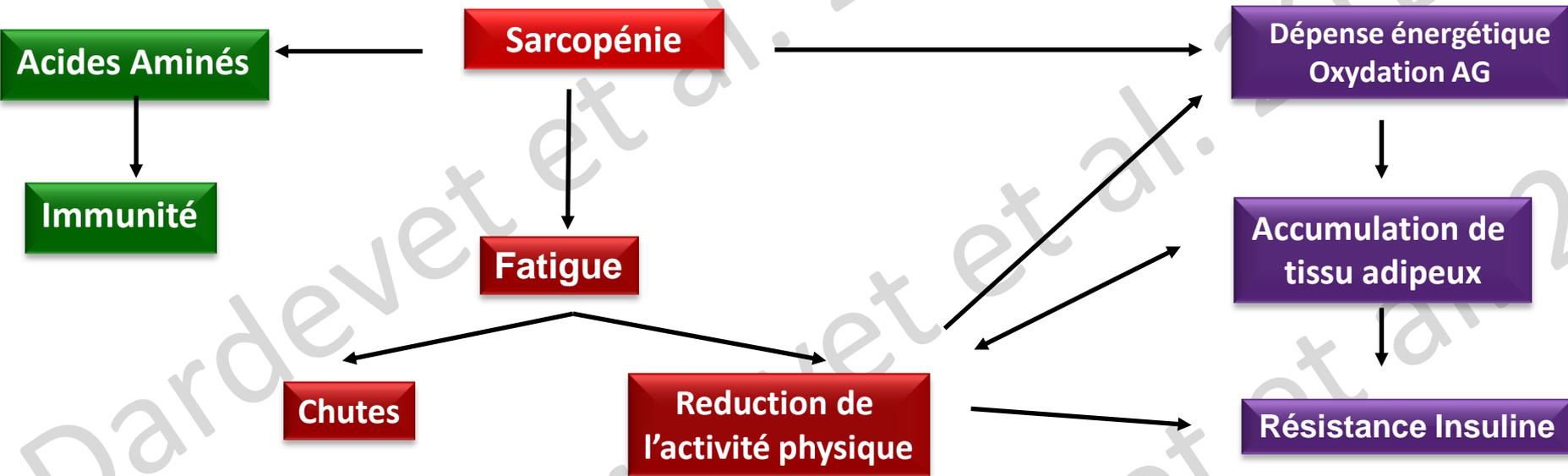
Phénomène qui touche toutes les personnes âgées même en bonne santé

Différence entre les sexes

Différence entre les individus



Impact de la sarcopénie sur la santé



Fragilité, Perte d'autonomie

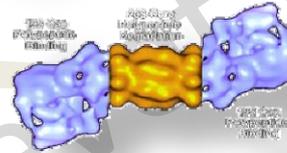
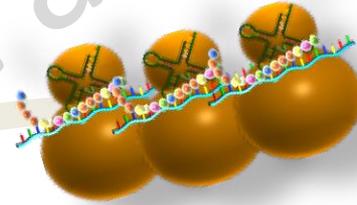
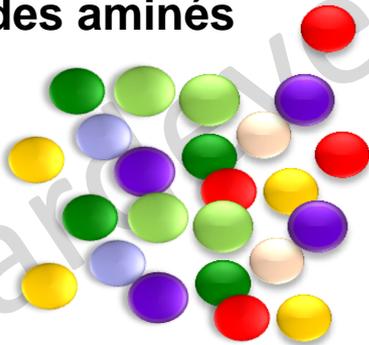
➔ Morbidité, Mortalité



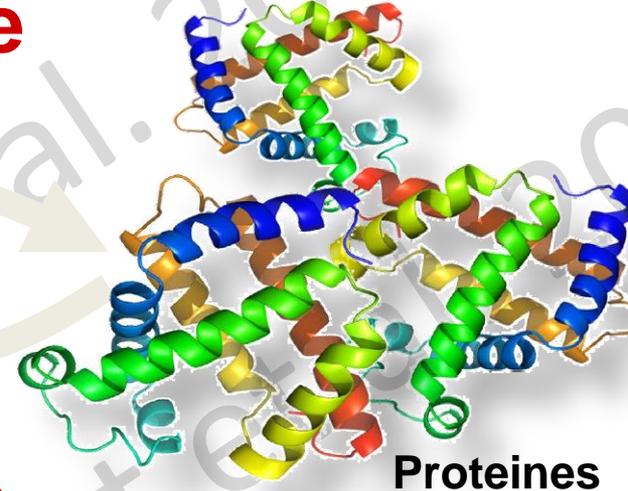
Métabolisme Protéique

Synthèse Protéique

Acides aminés



Protéolyse



Protéines

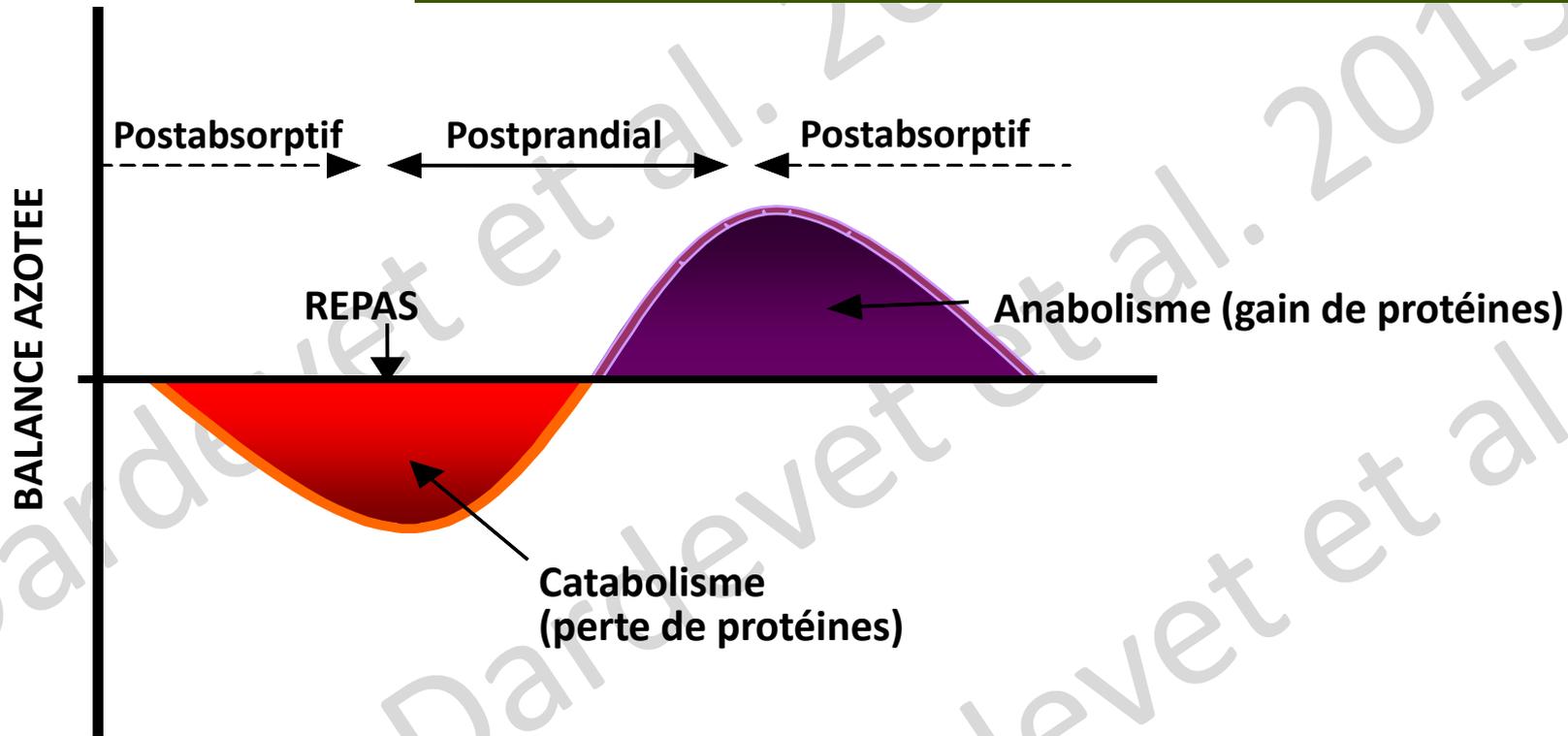
Biodisponibilité en
acides aminés alimentaires



Facteurs anaboliques
(Insuline)



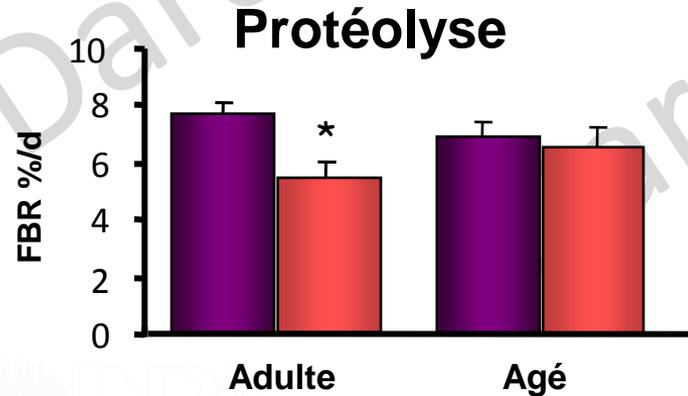
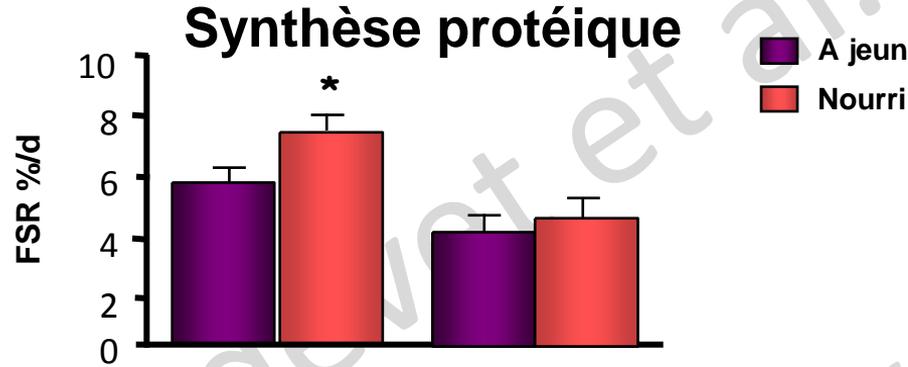
Vieillesse et état post-prandial



Les gains protéiques post-prandiaux doivent compenser les pertes protéiques post-absorptives.

Réponse du métabolisme protéique au repas

Avec l'avancée en âge

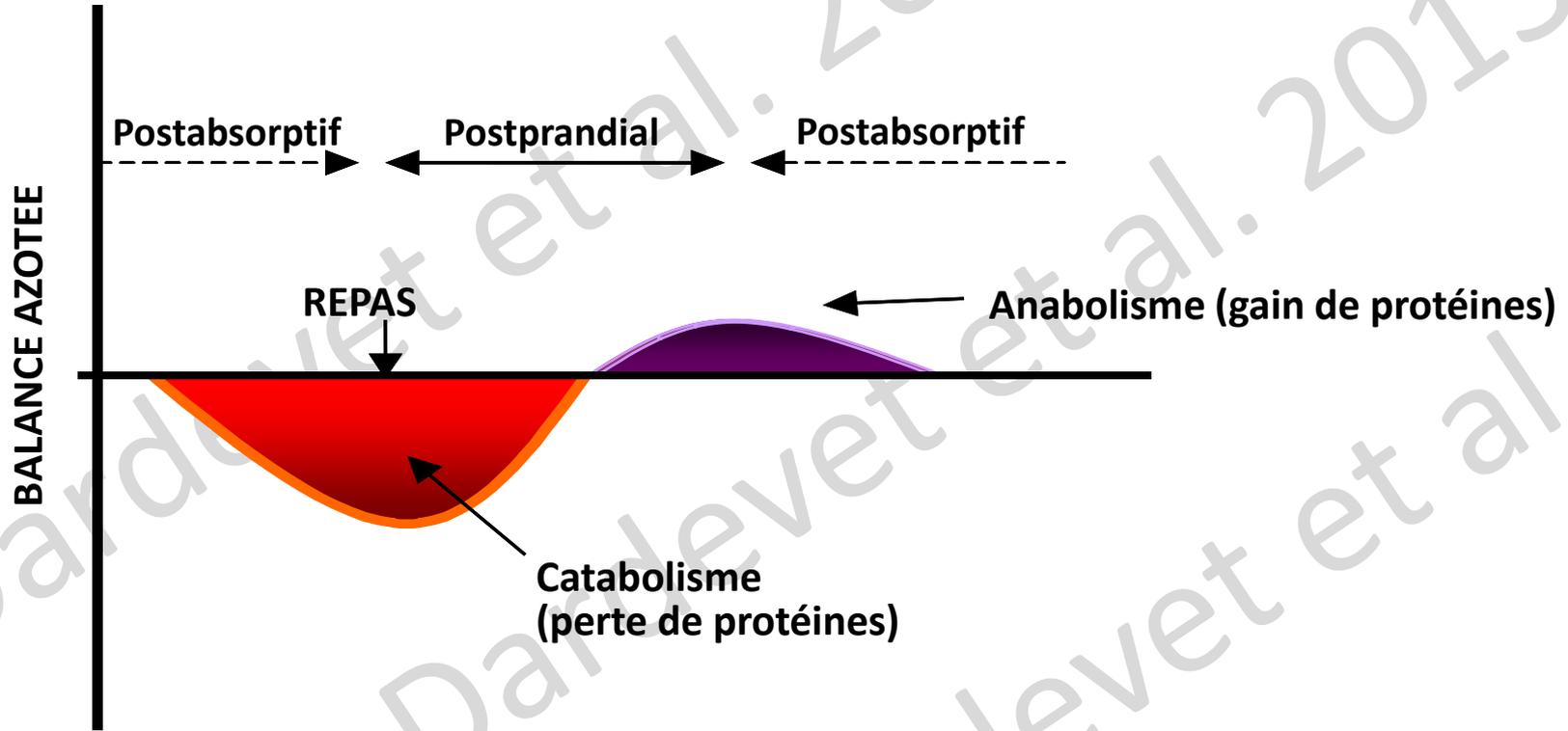


**Perte de l'effet anabolique du repas
(Malgré ANC respectés)**



**Résistance
Anabolique**

Vieillesse et état post-prandial

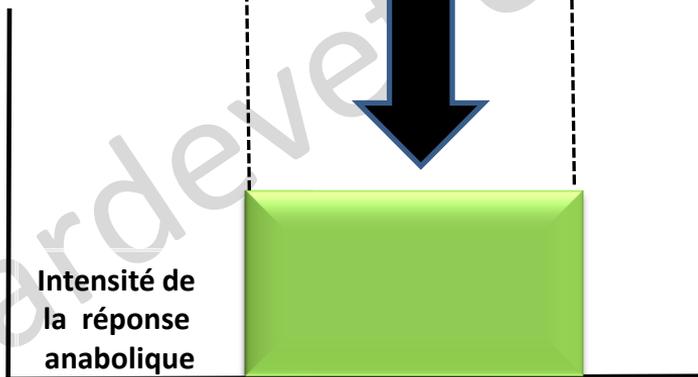
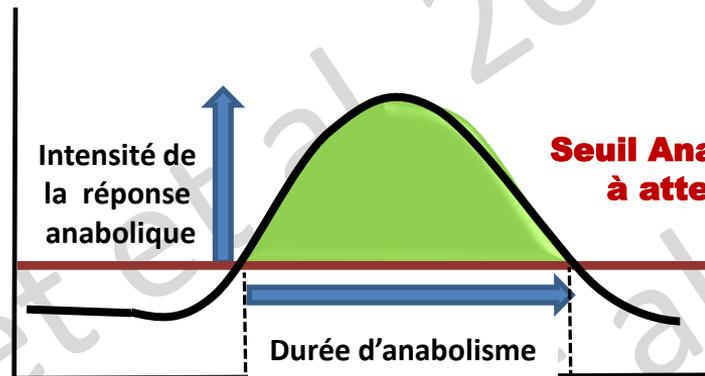
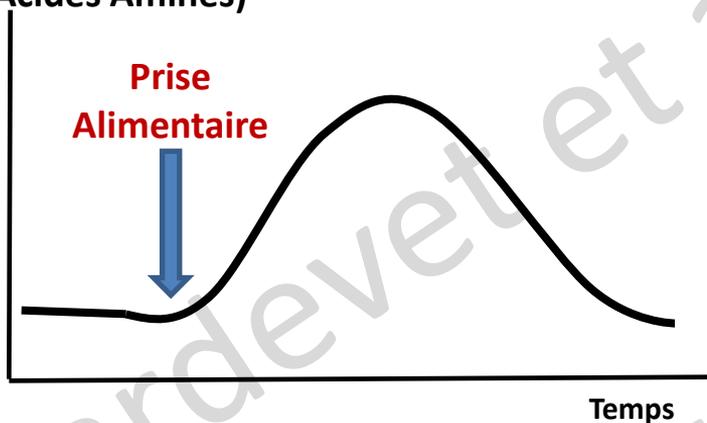


Les gains protéiques post-prandiaux ne compensent plus les pertes protéiques post-absorptives.

Concept: "Seuil Anabolique"

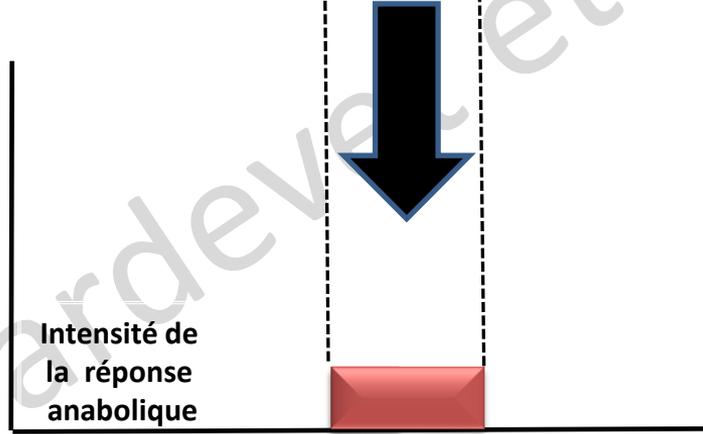
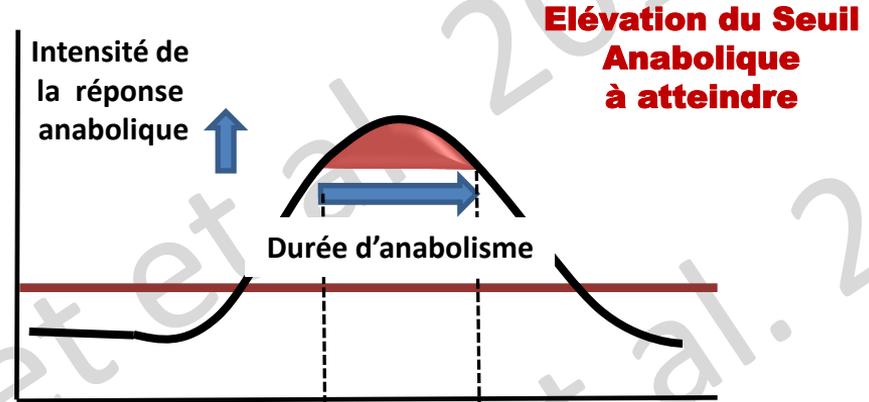
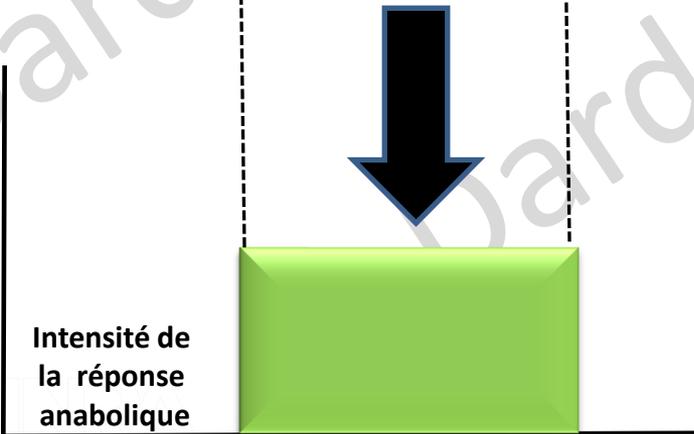
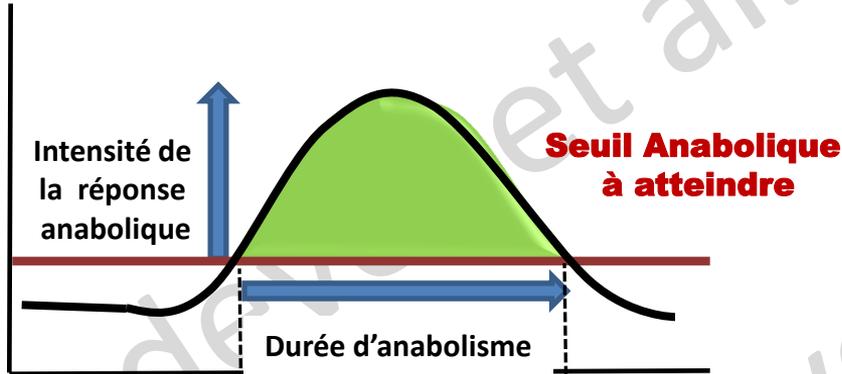
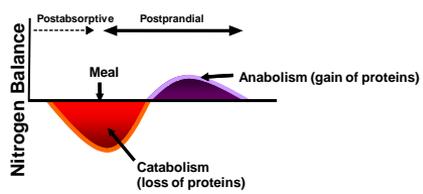
Dardevet et al. Scientific World Journal, 2012

Facteurs anaboliques
(Acides Aminés)



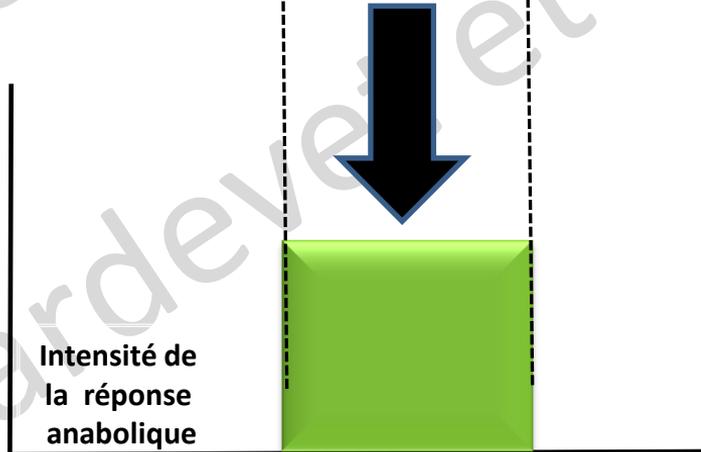
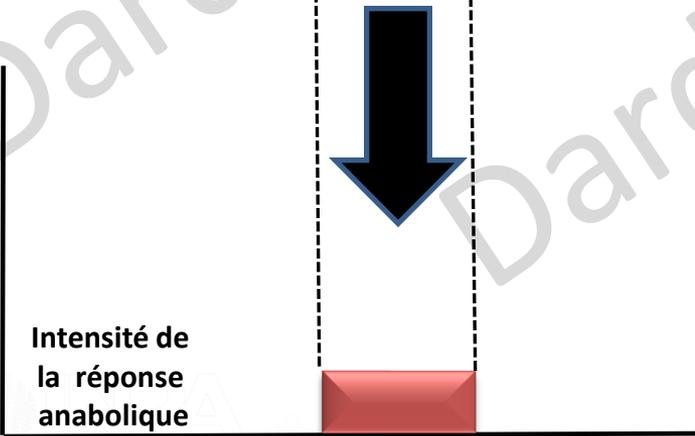
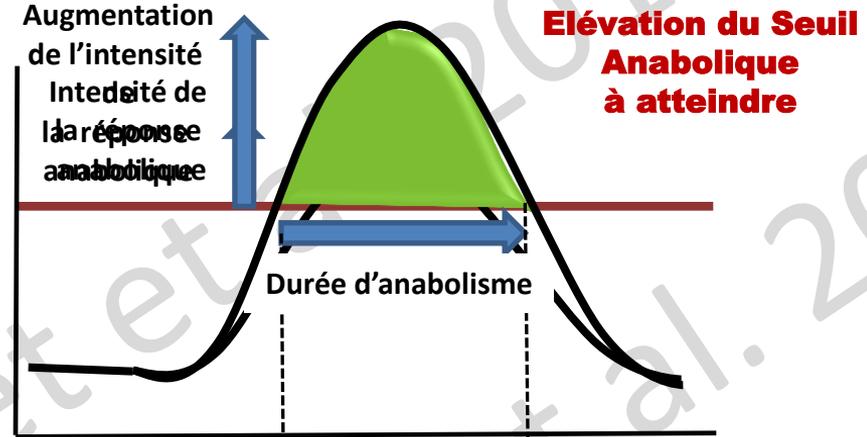
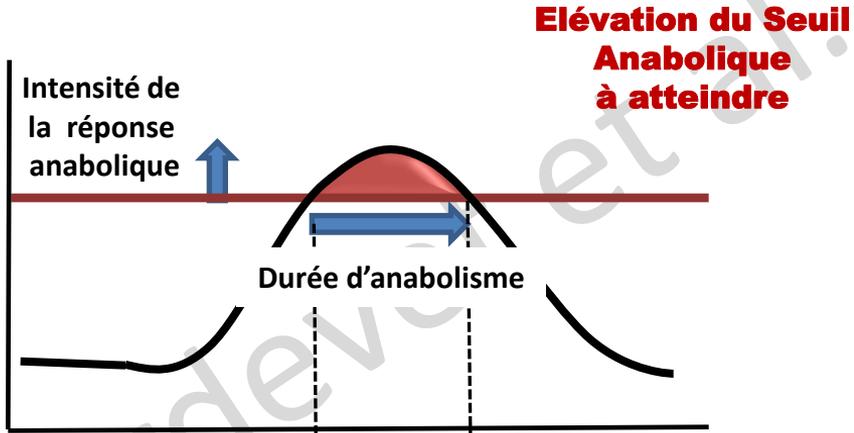
Concept: "Seuil Anabolique"

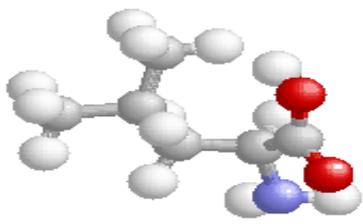
Dardevet et al. Scientific World Journal, 2012



Concept: "Seuil Anabolique"

Dardevet et al. Scientific World Journal, 2012





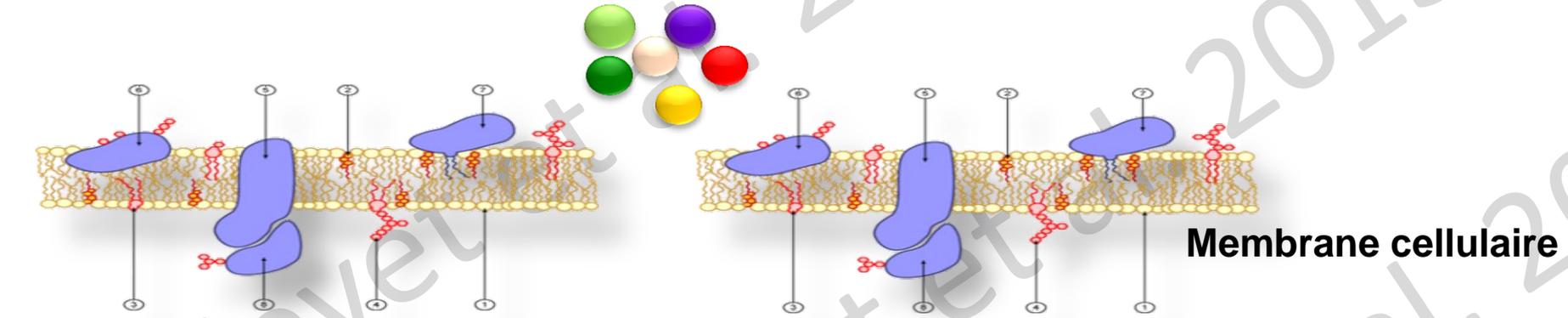
The Anabolic Threshold Concept

Dardevet et al. World Scientific Journal, 2012

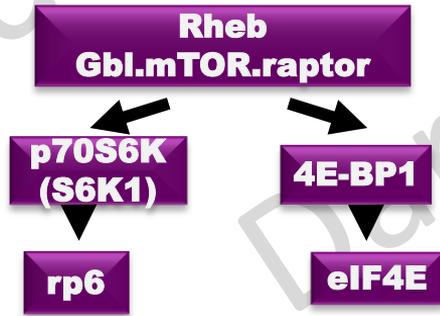
Sarcopénie et vieillissement:

Supplémentation en Leucine est-elle capable de pallier à l'augmentation du seuil anabolique musculaire?

Leucine = Nutrimet Signal



Leucine

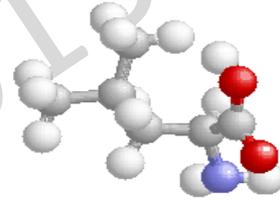


+

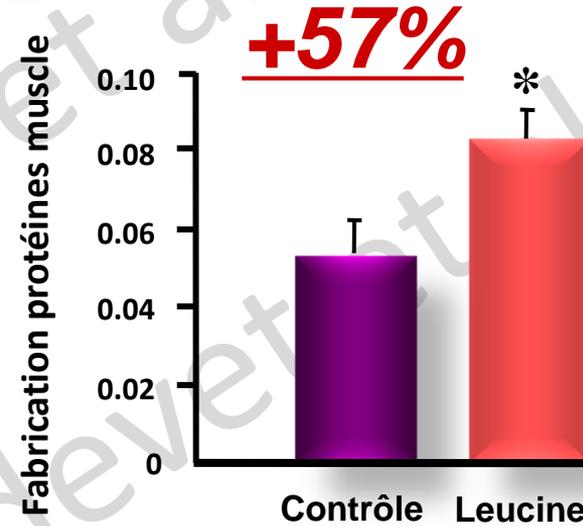
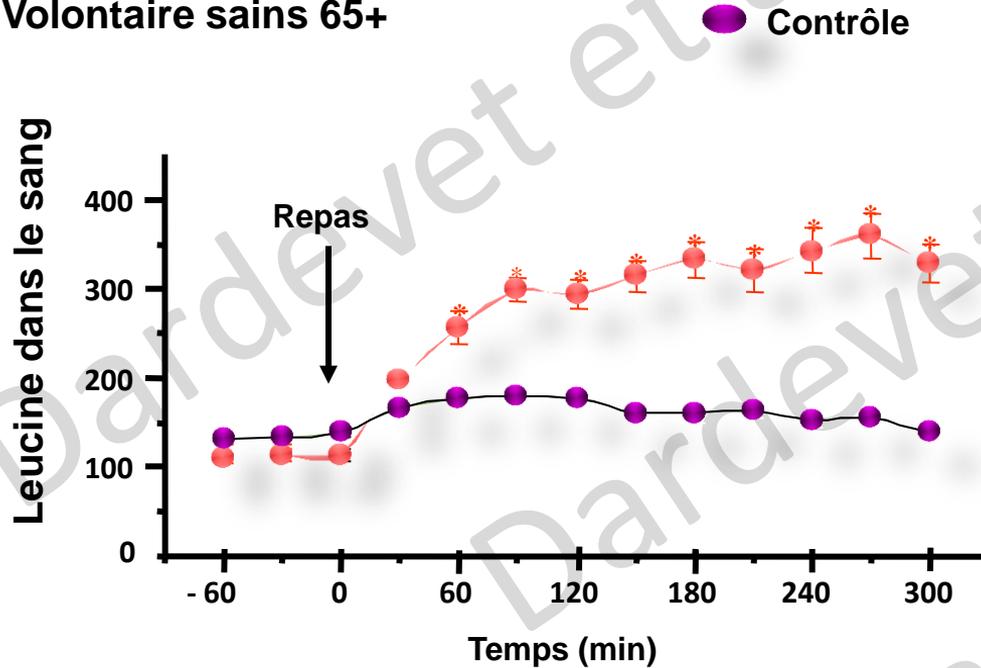
Synthèse Protéique



Stratégies nutritionnelles: la leucine



Volontaire sains 65+



Dardevet et al., 2000, 2002; Rieu et al, 2003,2006

Est-ce que ça marche???

Leucine libre dans un régime normo-protéique



3 mois
7,5 g leucine / jour

Négatif masse et force musculaire
(Verhoven et al. 2009):



6 -10mois
4,5% régime

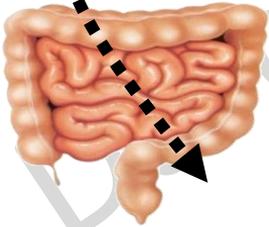
Négatif masse musculaire
(Zeanandin et al. 2012)
Vianna et al. 2011

Pourquoi supplémentation en leucine libre est décevante?



+ Leucine

Temps de digestion

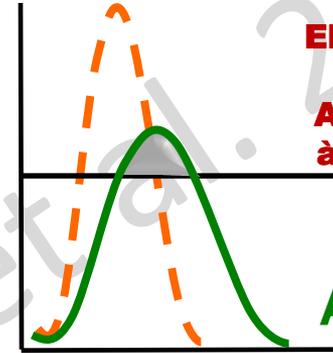


20 acides aminés



Synthèse des protéines musculaires

Leucine



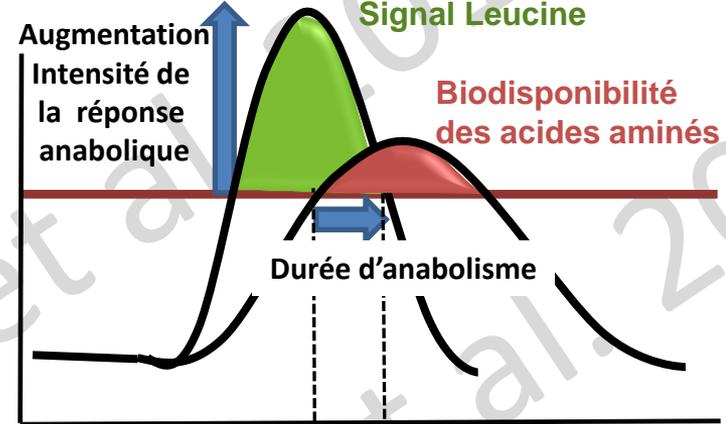
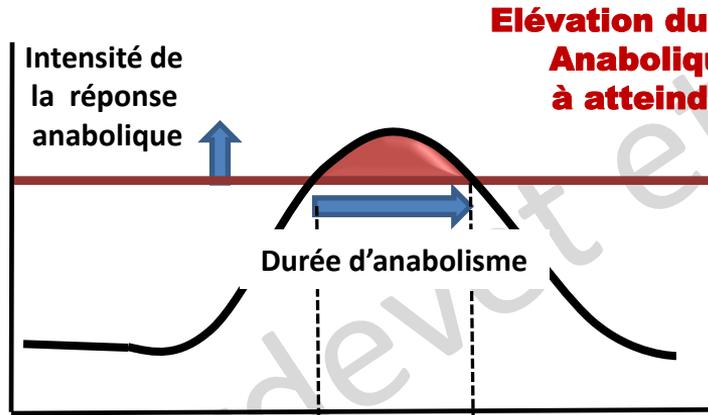
Elévation du Seuil Anabolique à atteindre

Autres Acides Aminés

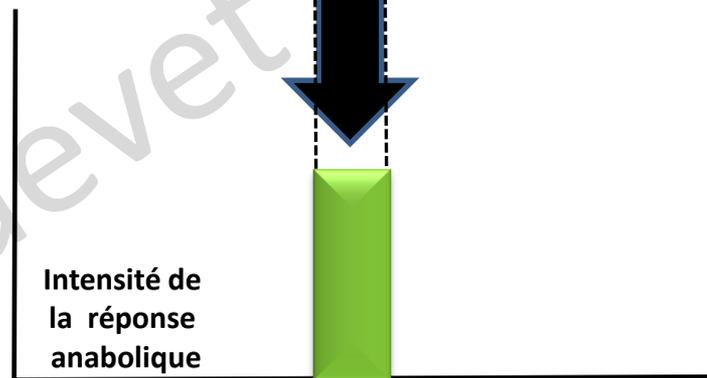
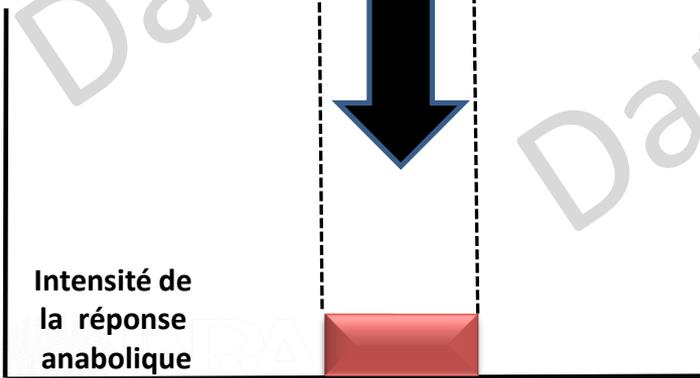
Time

Pourquoi supplémentation en leucine libre est décevante?

Dardevet et al. Scientific World Journal, 2012

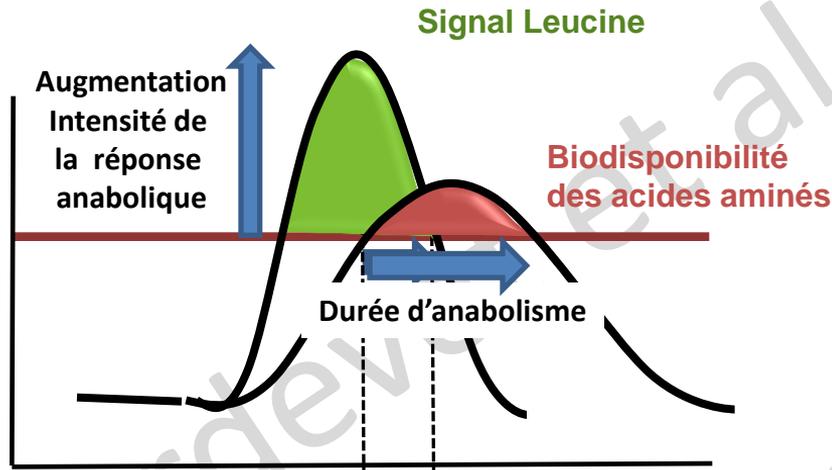


Leucine
supplémentation



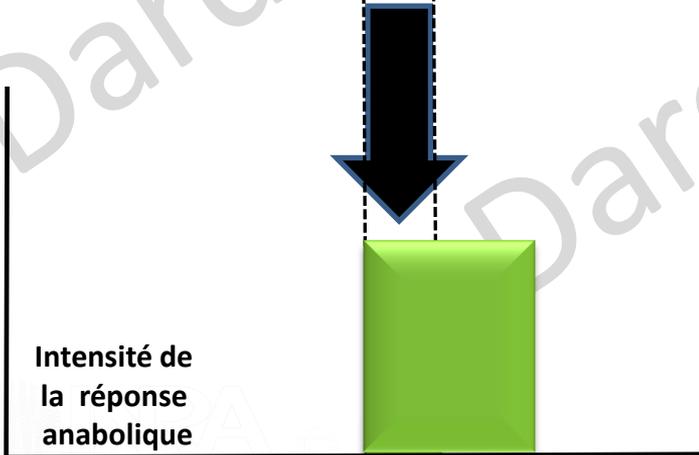
Resynchronisation leucine signal/amino acids

Dardevet et al. Scientific World Journal, 2012



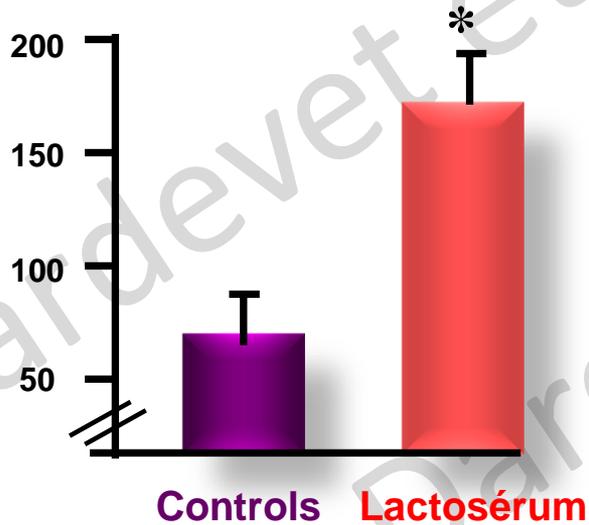
Possible avec des protéines riches en leucine et rapidement digérées

Lactosérum



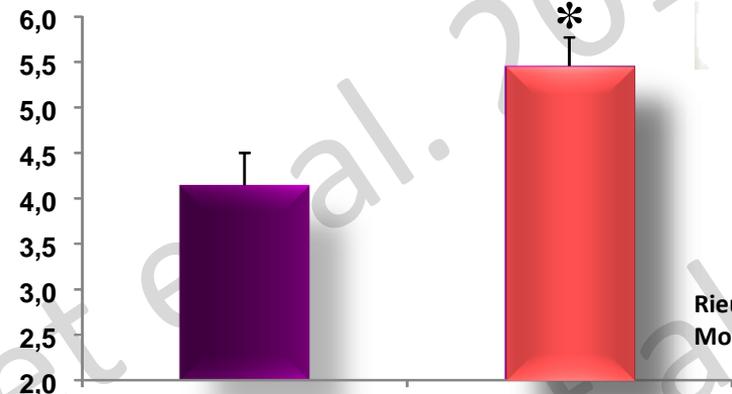
Supplémentation en leucine par le lactosérum

Synthèse protéique



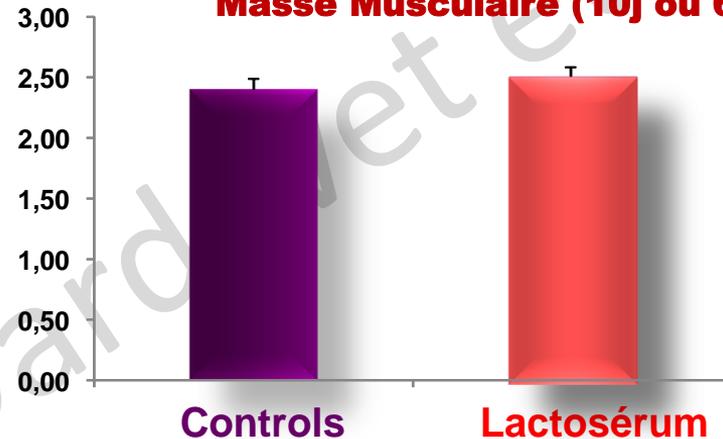
Dangin et al., 2002, 2003; Boirie et al, 1997

Synthèse protéique



Rieu et al, 2007
Mosoni et al. 2013

Masse Musculaire (10j ou 6 mois)



Pourquoi le lactosérum ne marche pas?

Trop rapide? Lacroix et al. 2006

Les protéines de lactosérum provoquent des hyper-aminoacidémies très importantes mais aussi trop rapides qui pourraient ne pas suffir dans les cas de fontes musculaires où l'anabolisme est déjà déficient

Période anabolique trop courte pour se traduire en gain de masse musculaire ?



Régimes hyperprotéiques?

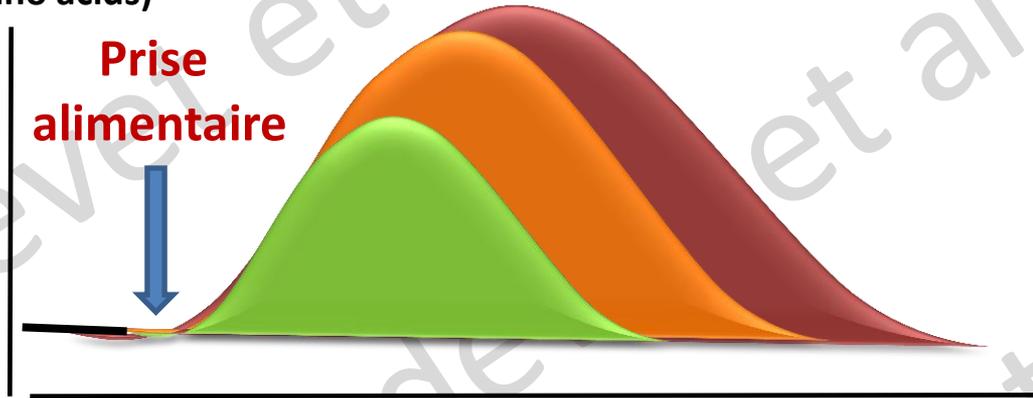
Re-sensibiliser le muscle à l'effet du repas

Régime hyperprotéique: The protein pulse feeding?

(Arnal et Mosoni 1999, 2000, 2002)

Facteurs Anaboliques
(Amino acids)

Prise
alimentaire



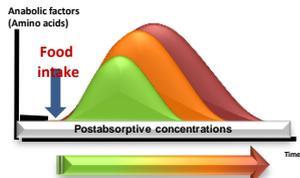
Temps



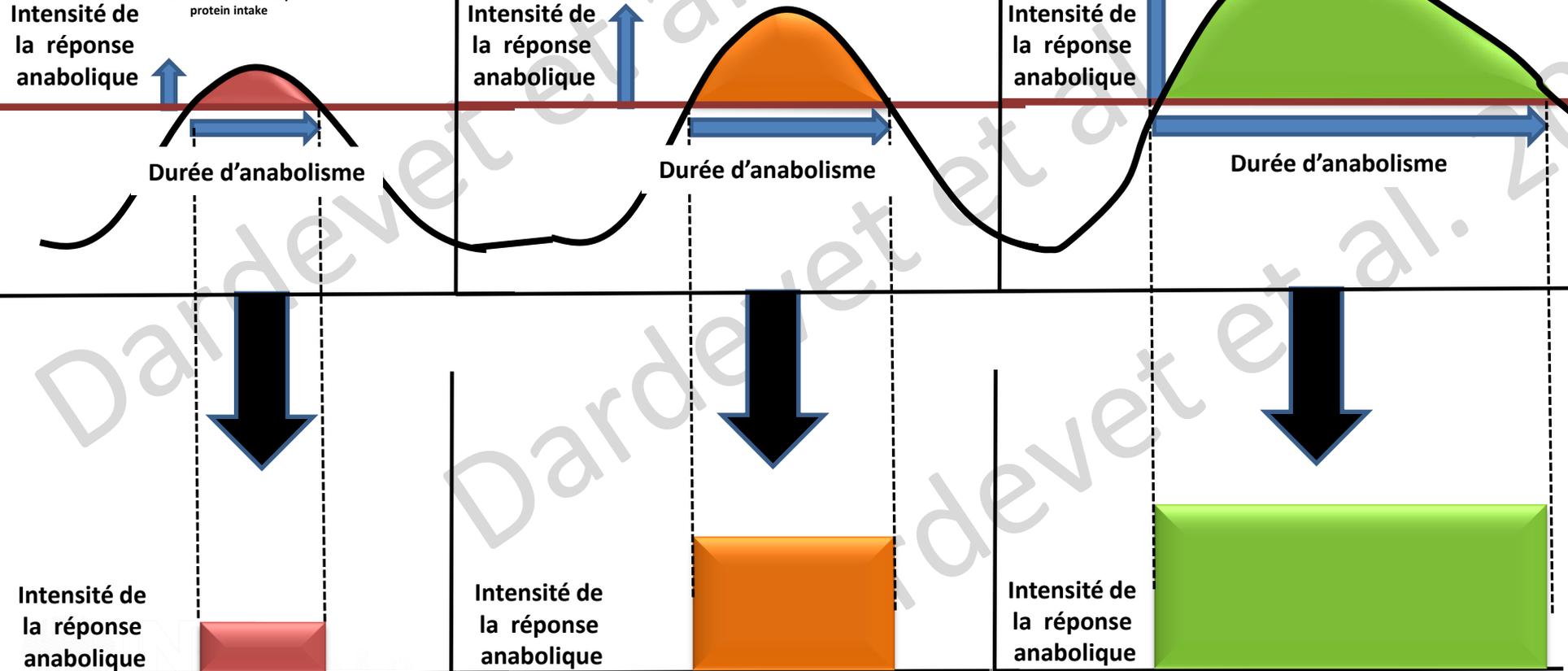
Augmentation de la quantité de
protéines ingérées

The protein pulse feeding?

Dardevet et al. Scientific World Journal, 2012



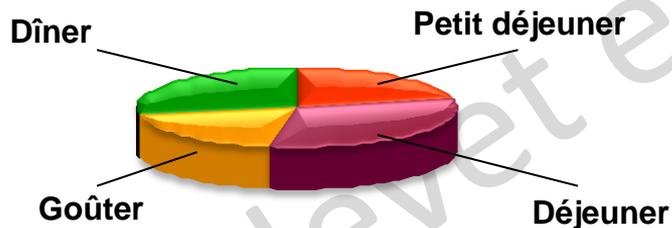
Increase of the dietary protein intake



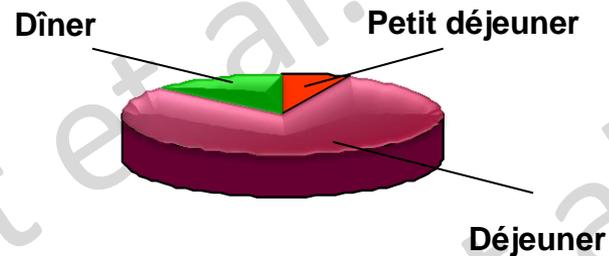
The protein pulse feeding?

Augmenter la quantité de protéines alimentaires de la ration

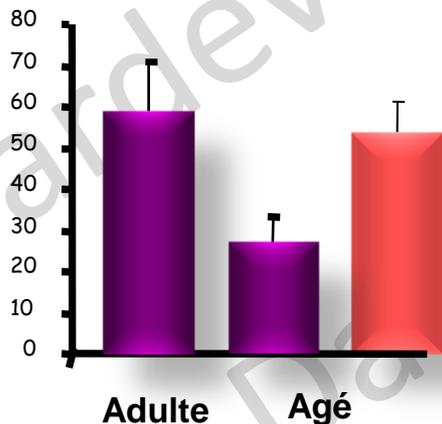
Régime étalé



Régime de charge



■ Régime étalé ■ Régime de charge



(Arnal et al. 1999,2002
Bouillanne et al. 2013)

Pourquoi le lactosérum ne marche pas?

Trop rapide? Lacroix et al. 2006

Les protéines de lactosérum provoquent des hyper-aminoacidémies très importantes mais aussi trop rapides qui pourraient ne pas suffire dans les cas de fontes musculaires où l'anabolisme est déjà déficient

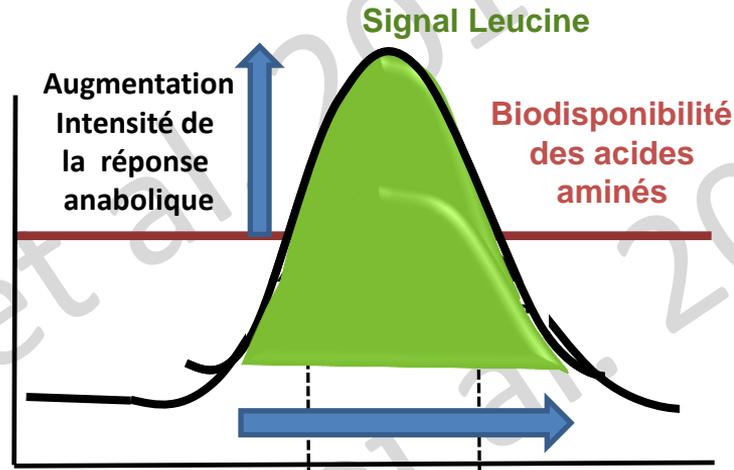
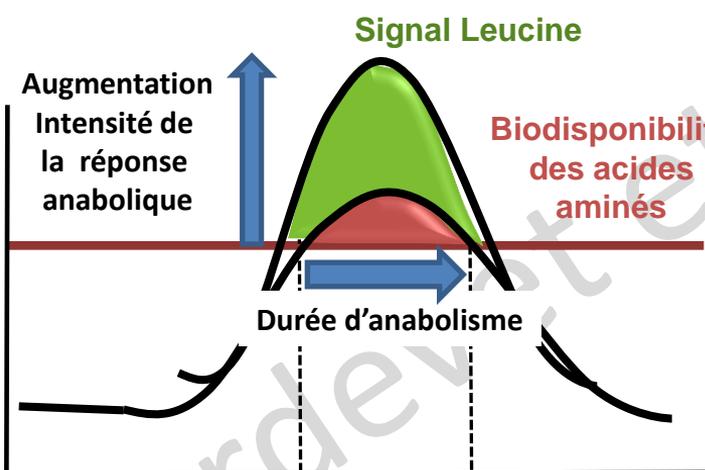
Période anabolique trop courte pour se traduire en gain de masse musculaire ?



Régimes hyperprotéiques?

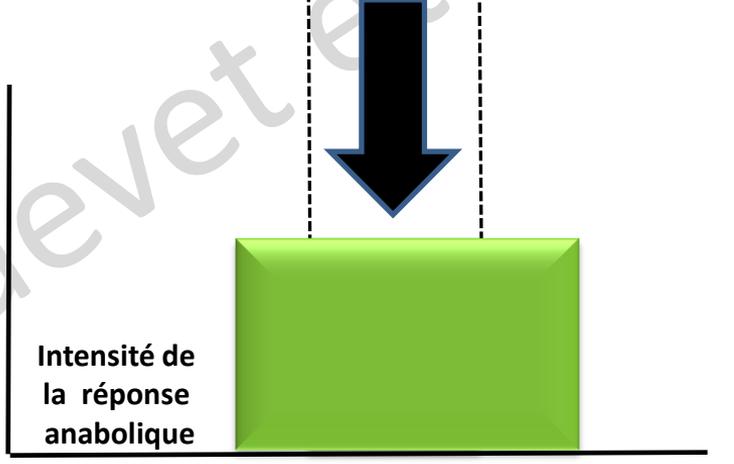
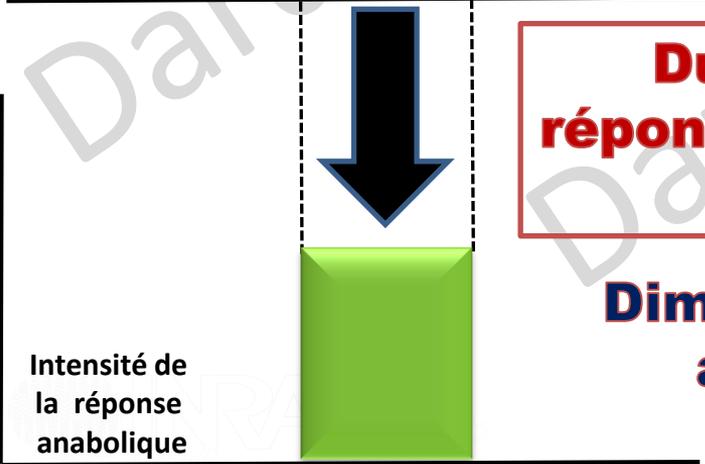
Re-sensibiliser le muscle à l'effet du repas

Re-sensibiliser le muscle à l'effet du repas



Durée de la réponse anabolique ?

Diminuer le seuil anabolique

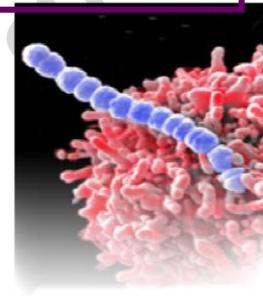


Comment diminuer le seuil anabolique?

Vieillesse peut s'accompagner : Inflammation et Stress Oxydant

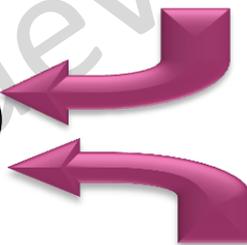
Rieu et al. 2009; Balage et al. 2010

Inflammation

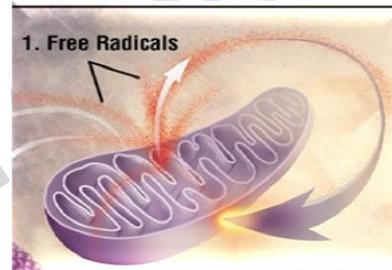


Cytokines $TNF\alpha$, IL_1 , IL_6

Anabolisme
Musculaire



O_2



Oxidative
Stress

Marzani et al. 2008; Mosoni et al. 2010

- Leucine est bien un **très bon stimulateur** de la protéosynthèse
-

- Si leucine est donnée sous forme libre sur un régime normo-protéique

Peut être inefficace

Désynchronisation avec les autres acides aminés

- Synchronisation de la leucine avec les autres acides aminés est possible avec les protéines riches en leucine

Whey (Lactosérum)

- Efficacité des Whey plus prolongée et efficace si le seuil anabolique est aussi contrôlé

Combinaison whey et anti-inflammatoire et antioxydants

Limites/Perspectives

■ Impact de la matrice? Impact des procédés?
Impact du consommateur?



Effet « process » sur matrice laitière

Lait

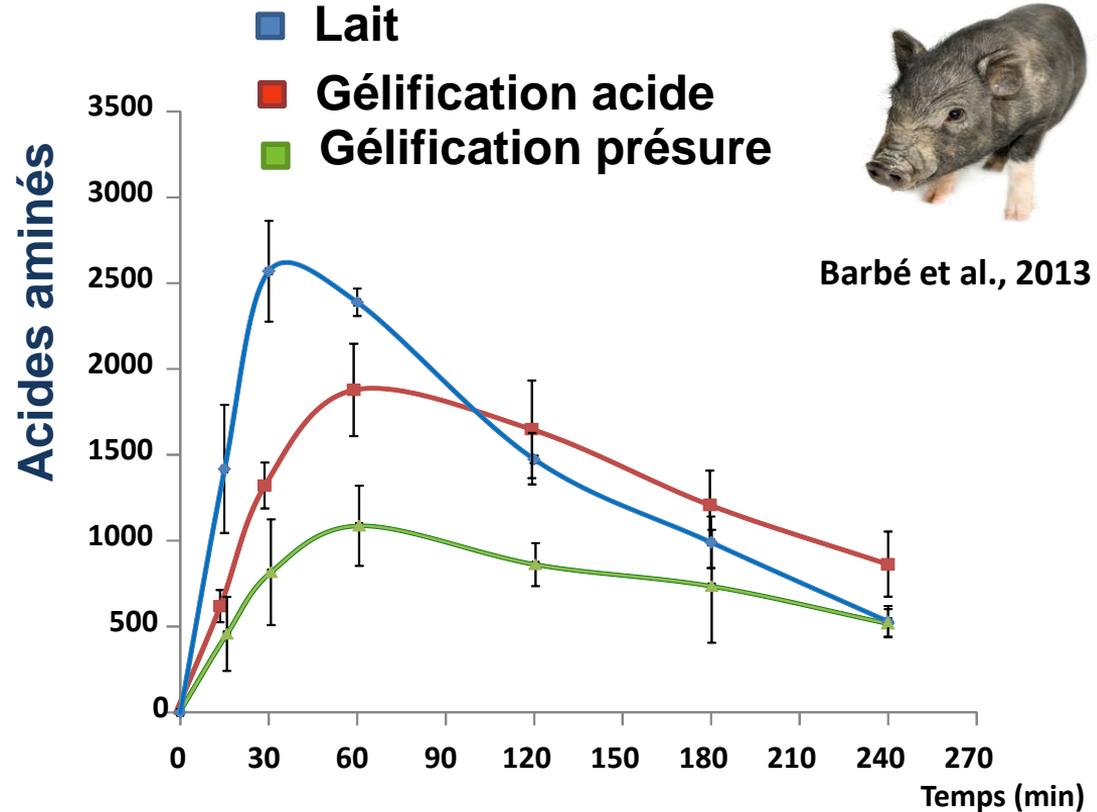


Gélification
du lait



Gélification →

Diminution vitesse digestion
Diminution de la biodisponibilité en AA



Matrix effect: Which consequences ?

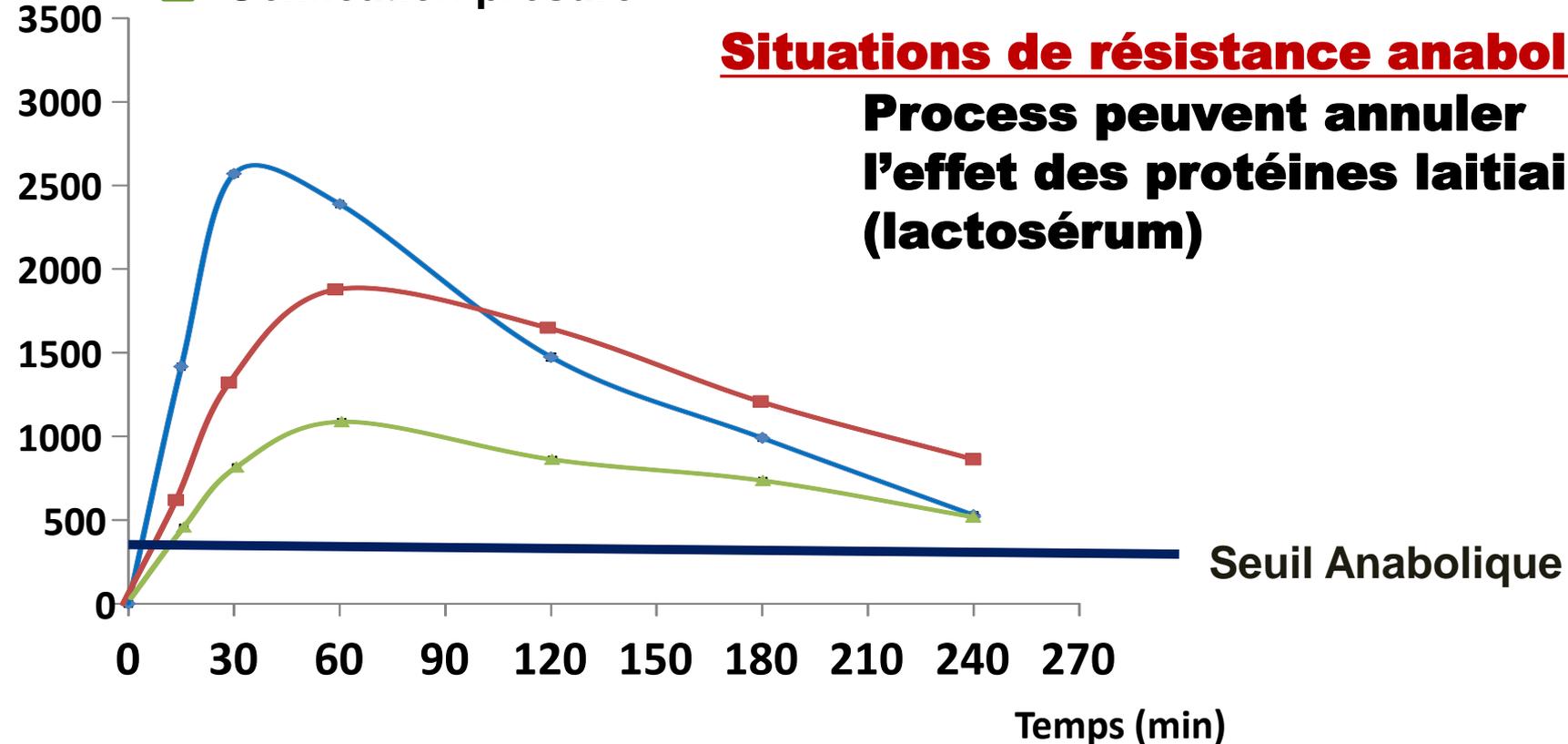
- Lait
- Gélification acide
- Gélification présure

Situations normale

Process ont peu d'impact

Situations de résistance anabolique

**Process peuvent annuler
l'effet des protéines lactiares
(lactosérum)**



Limites/Perspectives

Impact de la matrice? Impact des procédés?
Impact du consommateur?



Etat physiologique de la personne âgée (dénutriée, malade?)

Différence entre maintien de la masse musculaire et récupération de la masse musculaire.

Fonctionnalité du muscle plutôt que sa masse?



Effet inconnu d'une augmentation prolongée de la biodisponibilité en leucine?

Pro diabétique? Résistance Insuline? Obésité?



UNH

Unité de Nutrition Humaine *Métabolismes & Santé*



MERCI

NuTriM
Nutrition métabolismes &
masse musculaire

dominique.dardevet@clermont.inra.fr

