

Longévité : ces super-centenaires qui n'ont pas l'âge que l'on croit



D'après Saul Justin Newman du Biological Data Science Institute de l'Australian National University, à cause de la mauvaise tenue des registres officiels, sept ou huit supposés "super-centenaires" sur dix sont en fait plus jeunes que cela. Conséquences : des études médicales faussées.

Avec Christophe de Jaeger

Atlantico : D'après Saul Justin Newman du Biological Data Science Institute de l'Australian National University, à cause de la mauvaise tenue des registres officiels, sept ou huit supposés "super-centenaires" sur dix sont en fait plus jeunes que cela. En quoi les résultats obtenus par cette étude sont-ils surprenants ? Quelles conclusions peut-on tirer de cette découverte - qui doit encore faire l'objet d'une évaluation rigoureuse ?

Christophe de Jaeger : L'étude réalisée par Saul Justin Newman du Biological Data Science Institute de l'Australian National University est très intéressante, à plus d'un titre, car elle remet en cause dramatiquement un nombre considérable d'études réalisées sur les centenaires et les supercentenaires (personnes vivant au-delà de 110 ans), mais également, en cascades, toutes les projections démographiques sur lesquelles nos politiques de santé s'appuient depuis des dizaines d'années, ainsi que des multiples recommandations santé qui en découlent. Des centaines, voire des milliers de chercheurs du monde entier, pourraient avoir été abusés par des données tout simplement fausses et en auraient tiré des conclusions, par nature, également fausses. Il s'agirait, si l'auteur a effectivement raison, d'une des plus grandes séries d'erreurs scientifiques. On ne peut évidemment pas parler de fraude scientifique dans la mesure où les chercheurs ont simplement été abusés par des répertoires insuffisamment précis, voire faux. Lorsque l'on travaille sur des données fausses, on peut difficilement avoir des conclusions justes. Cet article ne peut que nous évoquer la polémique vieille de quelques mois sur madame Jeanne Calment. Le poison du doute s'est infiltré, alors que nous vivons dans un pays où les données administratives sont réputées parfaitement fiables aujourd'hui. Mais il y a un siècle ?

Il est vrai que certaines personnes nous sont montrées dans les médias régulièrement avec des âges supposés de 100 ans ou plus et qui continuent d'avoir une activité physique et intellectuelle surprenante correspondant plus à un âge attendu de 85 ou 90 ans. Notre étonnement peut disparaître si nous apprenons, qu'en fait leurs dates de naissance sont fausses et qu'ils ont réellement entre 85 et 90 ans. C'est tout un mythe entretenu par les médias qui disparaît.

Il est certain qu'un tel article doit nous amener à retravailler sur les bases de données que nous possédons afin d'en confirmer les informations. Une proportion de fausses informations de l'ordre de 8 sur 10 est absolument considérable et invalide quasi

certainement l'ensemble des données que nous avons aujourd'hui. Il est donc urgent qu'un groupe de recherche indépendant, et j'insiste sur la notion d'indépendance, prenne l'initiative de vérifier les données de cette étude, qui si elle s'avère confirmée verra un certain nombre de dogmes classiques en termes de centenaires et super-centaines, s'effondrer. Cet article devrait susciter de très nombreuses réactions dans le milieu gérontologique.

Dès lors, quelle valeur apporter aux critères de longévité tels que les biomarqueurs, les données génétiques ou environnementales, les habitudes et les régimes alimentaires qui prédisent un âge avancé ? Si l'on corrige l'inexactitude du recensement, quel mode de vie mènent aujourd'hui les "super-centenaires" de demain ?

C'est justement tout le problème. Car cela fait un quart de siècle au moins que l'on tire des conclusions quasi dogmatiques sur les conditions devant favoriser une grande longévité avec des informations fausses. Pire, cela nous éloigne peut-être des vraies causes de grande longévité. Les petits trafics locaux pour, par exemple, obtenir plus longtemps une pension de retraite ont ainsi débouché sur des erreurs d'interprétations majeures nous faisant penser que notre espérance de vie va continuer à augmenter passivement et indéfiniment. De la même façon, on en a tiré des conclusions sur les modes de vie, des habitudes alimentaires, etc... nous faisant oublier les autres caractères fondamentaux d'une meilleure santé et longévité, comme la correction des carences, du stress oxydant, ou d'autres paramètres biologiques dont on connaît l'importance péjorative dans le processus du vieillissement.

En réalité, je pense sincèrement qu'il faut abandonner la recherche du «secret des centenaires ». Il s'agit d'hommes et de femmes qui sont arrivés à cet âge, toujours passivement (ils ne souhaitent pas devenir centenaires pour devenir centenaires) parfois dans une situation de dépendance sévère. Leurs gènes ont joué un rôle et ils ont eu la chance de ne pas faire certaines maladies, être victimes d'accidents ou d'être envoyé au front.

Ce qui va surtout intéresser nos contemporains aujourd'hui est comment rester en bonne santé le plus longtemps possible. Mais en bonne santé ne signifie pas seulement ne pas être malade, mais conserver ses capacités physiques et intellectuelles le plus longtemps possible. Tels sont les véritables enjeux de la médecine de la longévité. Et il existe dans ce domaine de très nombreuses avancées dans le monde qui vont révolutionner à terme notre manière de gérer notre Capital santé.

Le document souligne également le fait que les "super-centenaires" sont encore très rares - seulement une personne sur 1 000 vivant jusqu'à 100 ans réussit à atteindre 110 ans. Cette affirmation est-elle vraie de tous les pays ? Les "super-centenaires" sont-ils en voie de disparition ou, bien que souvent mal recensés, en augmentation dans le monde ?

Les « super-centenaires » sont effectivement très rares et les doutes que peuvent faire naître cet article, ne font que renforcer la méfiance que tout scientifique doit avoir devant des données dont la fiabilité n'est pas absolument certaine. La réflexion de l'auteur sur la valeur intrinsèque des statistiques est également juste. N'oublions pas que si nous avons 10 supercentenaires et que nous passons à 20, statistiquement nous avons une augmentation de 100 %, qui peut cacher la réalité du faible nombre réel. Qui plus est, une telle variation n'est absolument pas significative.

De façon plus générale, les multiples travaux publiés sur les thématiques de la longévité ont une portée que les gens sous-estiment souvent. Ils ont trait à l'humain, à nous même, et donc peuvent être à l'origine d'espoir à titre personnel. Ils peuvent nous mener sur des fausses croyances (éviter tel type d'aliment, ou au contraire, favoriser tel autre type), car la population (le groupe d'humain) qui est née il y a 100 ans en consomme aujourd'hui, plus que d'autres groupes en oubliant, qu'il y a 50 ans, tout pouvait être largement différent. N'oublions pas que nos souvenirs peuvent être très altérés si l'on cherche à remonter dans le temps. En d'autres termes, comparer des groupes d'individus hétérogènes sur de très longues périodes et en tirer des conclusions sur les facteurs de longévité a toujours été un pari risqué. Le travail de Saul Justin Newman du Biological Data Science Institute de l'Australian National University nous montre à quel point ce pari est risqué.

Pour vivre plus longtemps en bonne santé, il me paraît beaucoup plus intéressant de nous concentrer sur les preuves que la science contemporaine peut nous apporter en ne travaillant pas que sur des groupes, mais sur les personnes eux-mêmes, tel que je peux l'expliquer dans mon dernier ouvrage « Bien vieillir (dès 40 ans) sans médicaments » aux Editions du Cherche Midi.