



PHOTO FOTOLIA

C'EST IMPORTANT POUR LA SANTÉ

Deux importantes études publiées coup sur coup montrent que les enfants qui grandissent dans un milieu violent ou gravement défavorisé montrent des modifications dans leur bagage génétique (ADN) qui augmentent le risque de diverses maladies. Notre santé dépend de notre héritage génétique, mais également, et de façon extrêmement importante, de l'environnement auquel nous exposons nos gènes, environnement qui module épigénétiquement la probabilité que ces gènes soient exprimés ou réprimés. Maladies chroniques et vieillissement précoce sont la résultante de cette interaction.

Certains enfants ont la malchance de grandir dans un milieu social défavorisé qui entrave leur développement. Comparativement à ceux qui vivent au sein d'un noyau familial normal, les enfants qui doivent faire face à des épreuves majeures dans les premières années de leur vie sont beaucoup plus à

risque de décrochage scolaire, de délinquance juvénile et d'avoir un niveau de vie sous la moyenne une fois parvenus à l'âge adulte.

En parallèle, un grand nombre d'études ont clairement montré que ces contextes familiaux difficiles sont aussi associés à une diminution significative de l'état de santé de ces personnes ainsi qu'à une réduction marquée de leur espérance de vie (1). Une enfance difficile crée donc un climat de stress et d'instabilité qui va complètement à l'encontre des besoins physiques et intellectuels des enfants, ce qui peut entraîner de graves conséquences sur leur vie future, autant du point de vue socio-économique que de la santé.

STRESS TOXIQUE

Le stress vécu par les enfants peut devenir particulièrement élevé lorsqu'ils doivent faire face à des événements tragiques comme la pauvreté extrême, la violence conjugale, la toxicomanie ou le suicide d'un parent. On parle alors d'un stress toxique, beaucoup trop intense pour être géré adéquatement par nos systèmes biologiques, et qui entraîne des conséquences désastreuses pour le bien-

être physique et psychologique des enfants.

Selon deux études récentes, un tel niveau de stress aurait même des répercussions négatives sur les télomères, des structures localisées aux extrémités de nos chromosomes et qui servent à protéger l'ADN. Par exemple, une équipe de scientifiques a observé que les garçons âgés de 9 ans qui vivent dans un contexte familial très difficile ont des télomères 19 % plus courts que ceux qui ont la chance de grandir en milieu favorisé (2). Une association similaire a aussi été observée chez des enfants âgés de 5 à 15 ans qui devaient composer avec un environnement familial violent, cet impact négatif étant particulièrement prononcé pour les jeunes filles (3). Puisque la perte graduelle des télomères représente un facteur clé dans le vieillissement de notre organisme et l'apparition de diverses maladies, la présence de télomères courts chez ces enfants reflète à quel point le stress qu'ils subissent peut entraîner des répercussions négatives sur leur santé future.

INTERVENTION RAPIDE

La rapidité avec laquelle le maté-

riel génétique des enfants peut être modifié en réponse à un environnement difficile indique qu'une intervention rapide est essentielle pour réduire les dommages causés par ces conditions stressantes. On dit souvent qu'on juge une société à la façon dont elle traite ses enfants, et il faut en conséquence tout mettre en œuvre pour corriger autant que possible ces inégalités. Tous les enfants, quelle que soit leur classe sociale, représentent l'avenir de la société et il est de notre devoir de faire en sorte qu'ils puissent se développer normalement pour vivre longtemps en bonne santé.

⁽¹⁾ Shonkoff JPGA et coll. (2012) The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics* 2012; 129: e232-e246.

⁽²⁾ Mitchell C et coll. Social disadvantage, genetic sensitivity, and children's telomere length. *Proc Natl Acad Sci U S A.* 2014; 111: 5944-9.

⁽³⁾ Drury SS et coll. The association of telomere length with family violence and disruption. *Pediatrics* 2014; 134: e128-37.

Richard Beliveau
Docteur en biochimie
Collaboration spéciale



450-Implant
1 800 263-DENT
lucchause@me.com

DR LUC CHAUSSE
dentiste généraliste

**PERDU VOS DENTS? RETROUVEZ LE SOURIRE!
GRÂCE AUX IMPLANTS DENTAIRES!**

ALL-ON-4*
mandibulaire
40%
MOINS CHER!

Pour vos implants dentaires, fiez-vous à nos
20 années de succès clinique.
drlucchause.com

* S'adresse aux personnes ayant perdu ou allant perdre toutes leurs dents à la mandibule inférieure. Coût régulier du concept de traitement All-on-4*: \$24 000 et +.
Coût à notre clinique: 14 400\$. Certains pré-requis cliniques s'appliquent.
Le protocole de traitement All-on-4* est une MC de Nobel Biocare Services AG.

Consultation et tomographie sans frais. Traitements déductibles d'impôt. Financement disponible.



JDM1842871

Vous trouvez le contenu de cette chronique utile? Faites un don à www.richardbeliveau.org pour supporter nos recherches.

Vous trouvez le contenu de cette chronique utile? Faites un don à www.richardbeliveau.org pour supporter nos recherches.