



# Le diabète augmente le risque de démence

Une étude rapporte que le développement d'un diabète de type 2 dans la cinquantaine double le risque de souffrir de démence après 70 ans.

La pandémie de la COVID-19 a bien mis en évidence la contribution majeure de conditions médicales préexistantes (ce qu'on appelle les comorbidités) sur le risque de développer des complications sévères de cette maladie. Au Québec, par exemple, 97 % des patients décédés de la maladie présentaient au moins une de ces comorbidités, les plus importantes étant le diabète, les maladies cardiovasculaires (l'hypertension en particulier) et les maladies respiratoires.

Mais le fardeau associé à ces maladies chroniques existait bien avant la pandémie actuelle et va continuer à se faire sentir bien après l'élimination du virus responsable de la COVID-19. Le diabète de type 2, par exemple, augmente dramatiquement (235 %) le risque de décéder de maladies cardiovasculaires et la mortalité prématurée en général (hausse de 80 %). Globalement, on estime qu'une personne de 50 ans diabétique décède en moyenne 6 ans plus tôt qu'un non-diabétique <sup>(1)</sup>.

## DIABÈTE EN HAUSSE

Le surpoids, et l'obésité en particulier, est le principal facteur de

risque de diabète de type 2. Par exemple, une femme de 35-55 ans qui est obèse (indice de masse corporelle [IMC] supérieur à 30) a un risque de développer un diabète de type 2 augmenté de 40 fois comparativement à une femme mince, ayant un IMC de 22 <sup>(2)</sup>.

Au Canada, le nombre de personnes en surpoids a considérablement augmenté au cours des dernières années, avec à l'heure actuelle 64 % de la population qui souffrent d'embonpoint, dont 28 % qui sont obèses. Cette forte incidence de surpoids s'est traduite par une augmentation de 70 % de la prévalence de diabète de type 2 au cours de la dernière décennie, avec pas moins de 8 % de la population qui est diabétique, auquel il faut ajouter un 15 % de prédiabétiques qui sont à très haut risque de développer la maladie <sup>(3)</sup>.

## IMPACT COGNITIF

Selon une étude récente, une conséquence néfaste de cette hausse de diabète de type 2 serait une augmentation significative du risque de démences <sup>(4)</sup>. En utilisant les données recueillies sur l'état de santé des participants de l'étude

britannique *Whitehall II* démarrée en 1985, cette étude se démarque par sa très longue durée (suivi de 32 ans), ce qui a permis aux chercheurs d'examiner l'incidence des démences à différents âges et d'établir un lien avec l'apparition préalable d'un diabète de type 2 quelques années plus tôt.

Les résultats montrent clairement que le diabète de type 2 est un important facteur de risque de démence, surtout si la maladie se développe assez tôt, dans la cinquantaine. Par exemple, comparativement à une personne qui devient diabétique à 70 ans, le risque de démence est 2 fois plus élevé si le développement du diabète s'est produit plus de 10 ans plus tôt, soit avant l'âge de 60 ans. Globalement, les données recueillies indiquent que l'apparition précoce d'un diabète augmente le risque de démence de 25 % pour chaque tranche de 5 années avant l'âge de 70 ans.

Cet impact négatif du diabète peut être encore plus important si les personnes diabétiques sont touchées en parallèle par les maladies cardiovasculaires. Un AVC, par exemple, double le risque déjà

plus élevé des diabétiques de souffrir de démences, et cette hausse du risque peut même atteindre 5 fois pour ceux qui sont touchés par d'autres pathologies cardiovasculaires (infarctus, insuffisance cardiaque).

Ces résultats nous rappellent encore une fois à quel point les perturbations métaboliques causées par le surpoids et l'obésité peuvent avoir des effets désastreux sur la santé, autant physique que mentale.

(1) *Emerging Risk Factors Collaboration. Diabetes mellitus, fasting glucose, and risk of cause-specific death. N. Engl. J. Med. 2011; 364: 829-841.*

(2) *Colditz GA et coll. Weight gain as a risk factor for clinical diabetes mellitus in women. Ann. Intern. Med. 1995; 122: 481-486.*

(3) *Weisman A et coll. Evolving trends in the epidemiology, risk factors, and prevention of type 2 diabetes: a review. Can. J. Cardiol. 2018; 34: 552-564.*

(4) *Amidei CB et coll. Association between age at diabetes onset and subsequent risk of dementia. JAMA 2021; 325: 1640-1649.*

**Richard Béliiveau**  
Docteur en biochimie  
Collaboration spéciale

