



EN CE MOMENT: [TABAC : QUELLES SOLUTIONS](#) [PRÉPARER L'HIVER](#) [DIABÈTE](#) [CALCUL IMC](#) [LES ALIMENTS D'AUTOMNE](#)

20/06/2016



## Maladie de Parkinson : un acide aminé améliore les symptômes

REJOIGNEZ-NOUS !

RECETTES SANTÉ

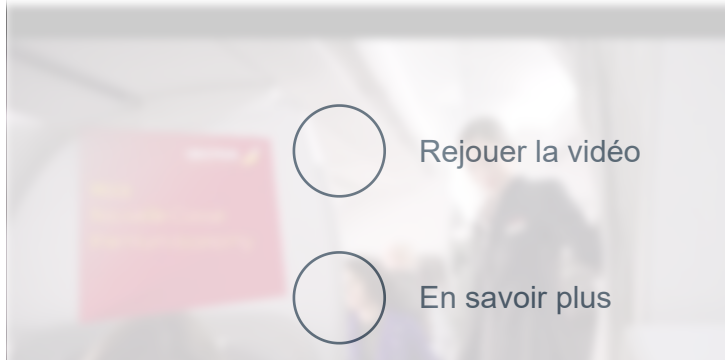
1 à 2 % des Français de plus de 65 ans souffrent de maladie de Parkinson. Et 10 000 nouveaux cas sont diagnostiqués chaque année. Si l'évolution de la maladie est inexorable, on peut améliorer les symptômes cognitifs.



PUBLICITÉ



Contenus sponsorisés



**Découvrez le nouveau Crossover Kia, garanti 7 ans, lors d'un essai exclusif !**

Nouveau Kia Sportage

L'acétylcystéine est **un acide aminé non essentiel** car l'organisme peut le fabriquer à partir d'un autre acide aminé : la méthionine. Une étude parue dans la revue [Plos-One](#) montre l'intérêt de l'acétylcystéine ou NAC dans la gestion des symptômes cognitifs dans la [maladie de Parkinson](#).

Échine au thym et trompettes-de-la-mort

## Parkinson : de meilleurs tests cognitifs grâce à l'acétylcystéine

Une étude, réalisée par les chercheurs de l'Université Thomas Jefferson, à Philadelphie, aux Etats-Unis, montre l'intérêt de l'acétylcystéine ou NAC pour **améliorer les symptômes cognitifs dans la maladie de Parkinson**.

L'étude a montré que la prise, pendant 3 mois, d'acétylcystéine **améliore les tests cognitifs de 13 %**. Dans le même temps, **cet acide aminé accroît entre 4 et 9 % les niveaux de dopamine**, dont la baisse est impliquée dans la maladie de Parkinson.

**L'acétylcystéine est un acide aminé** qui a des effets **antioxydants** intéressants. Dans l'alimentation, on le trouve dans **l'ail, l'oignon, le brocoli, le chou de Bruxelles, le germe de blé, la levure de bière, les produits laitiers, les oeufs, le poisson, la viande**. Il est donc facile d'en consommer quotidiennement.

**A lire aussi** : [Un clavier d'ordinateur pour dépister la maladie de Parkinson ?](#)

### À lire aussi

- Parkinson : des chutes fréquentes après 50 ans peuvent être un signe d'alerte
- 5 choses à savoir sur la maladie de Parkinson
- Parkinson : son origine enfin identifiée
- Parkinson : quand le fitness protège le cerveau

**B  
F  
i**

