



Les os

Les résultats de l'étude *DHEâge*, publiée en 2000, ont fait monter en flèche les ventes de cette hormone. Elle indiquait qu'un apport quotidien de 50 mg de DHEA pendant un an pouvait améliorer le métabolisme osseux des femmes de plus de 70 ans. Mais un an plus tard, des chercheurs français, après avoir fait la synthèse de nombreux essais cliniques en arrivent à cette conclusion que l'on ne

dispose pas, pour le moment, de preuves suffisantes permettant de recommander la DHEA pour préserver le capital osseux des femmes ménopausées. Les partisans d'une supplémentation en DHEA disent que celle-ci (lorsqu'elle est nécessaire) accroît la densité osseuse, aussi bien chez l'homme que chez la femme, en quelques mois. La DHEA jouerait un rôle préventif contre l'ostéoporose.



La peau

Elle ralentit le vieillissement cutané, redonne souplesse et éclat à la peau. Elle améliore l'hydratation et l'épaisseur de la peau qui diminuent avec l'âge ; elle favorise la cicatrisation et ralentit la dégradation veineuse. Visiblement, la peau rajeunit. De plus, un apport en DHEA (toujours si nécessaire) rend plus efficaces les traitements esthétiques et cosmétiques à base de vitamines anti-oxydantes (vitamines E et C notamment).



Le poids

La DHEA pourrait réduire la masse grasse et augmenter la masse maigre. Lorsque nous prenons de l'âge, en général, nous prenons aussi du poids et ceci se fait en perdant du muscle au profit de la masse grasse. Or, la DHEA semble avoir le pouvoir de s'opposer au stockage de la graisse. Elle permet aussi de diminuer l'appétit, ce qui est une bonne chose. Une étude, menée par le Dr Dennis Villareal, montre qu'une dose de 50 mg par jour pendant six mois diminue la graisse sous-cutanée abdominale et la graisse au niveau des viscères qui sont des graisses toxiques. Autre avantage, elle relance les sécrétions d'insuline, l'hormone qui évite le stockage du sucre sous forme de graisse.