

# MethylAge

## Exemples de profils génétiques :

- |   |  |
|---|--|
| <b>FEMgen:</b> Cancer mammaire sporadique               | <b>LIPIDgen:</b> Troubles du métabolisme des lipides |
| <b>OSTEOgen:</b> Ostéoporose                            | <b>DIABETOgen:</b> Diabète de type II                |
| <b>THROMBOgen:</b> Thrombose                            | <b>COLOgen:</b> Carcinome colorectal sporadique      |
| <b>PROSTATEgen:</b> Cancer de la prostate               | <b>ALOPECIAgen:</b> Alopécie androgénétique          |
| <b>DETOXgen:</b> Capacités de détoxification            | <b>EMOgen:</b> Instabilité émotionnelle              |
| <b>OXIgen:</b> Stress oxydatif                          | <b>SKINgen:</b> Santé de la peau                     |
| <b>DENTYgen:</b> Parodontose                            | <b>WEIGHTgen:</b> Contrôle du poids                  |
| <b>NEUROgen:</b> Maladies neurodégénératives            | <b>WELL-BEING:</b> Anti-âge                          |
| <b>CARDIOgen:</b> Maladies cardiovasculaires            | <b>NICOTINEgen:</b> Addiction à la nicotine          |
| <b>MACULAgen:</b> Dégénérescence Maculaire Liée à l'Âge |  |

## Évaluation de votre âge biologique actuel

Vous vous sentez déjà vieux ? Découvrez l'influence de votre hygiène de vie sur votre métabolisme. L'épigénétique se rapporte à un mécanisme qui permet une modulation de l'expression des gènes en fonction de facteurs environnementaux. Votre anniversaire traduit votre âge chronologique lequel sera peut-être différent de l'âge biologique indiqué par les marques épigénétiques.

Ce test pourra vous aider à changer ou adapter vos habitudes pour conserver un âge biologique jeune.

LR100QK119\_071118

## Qu'est-ce que MethylAge?

Le vieillissement est un processus naturel et progressif. Cependant, le vieillissement individuel est influencé par deux composantes principales : la prédisposition génétique et les facteurs environnementaux/l'hygiène de vie. Le patrimoine génétique ne peut pas être modifié, mais les choix de mode de vie peuvent influencer sur le processus individuel de vieillissement, notamment par l'épigénétique.

Les comportements délétères (malbouffe, tabac, alcool, sommeil insuffisant, ensoleillement excessif, etc.), le stress mental et / ou le fait de vivre dans des zones polluées sont associés à des problèmes de santé et à la survenue de maladies. Le test MethylAge mesure l'âge biologique réel afin de le comparer à l'âge chronologique et, selon les circonstances, la discordance entre les deux âges peut être significative. La connaissance de l'âge biologique permet donc de remettre en question son mode de vie pour identifier les facteurs à risque et éventuellement de l'améliorer. Il est entendu qu'une bonne hygiène de vie, saine et active, est susceptible d'avoir une influence positive sur le processus de vieillissement biologique et sur la qualité de vie.

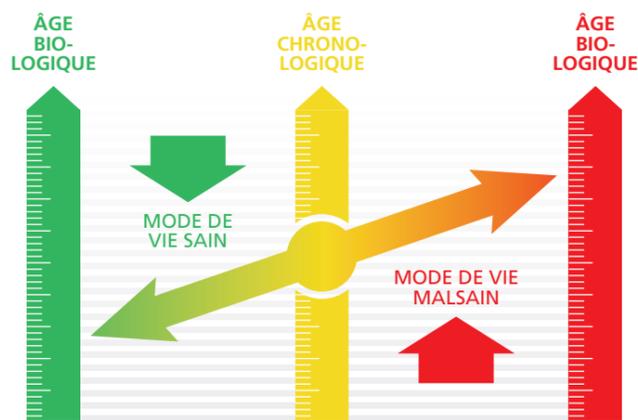


Fig. 1 : Le mode de vie affecte l'âge biologique. Une mauvaise alimentation et la sédentarité sont associées à l'obésité et au surpoids qui peuvent être évités grâce à l'activité physique. L'alcool et le tabagisme sont des addictions qui dérèglent les mécanismes épigénétiques responsables du vieillissement. Ces altérations peuvent entraîner des pathologies telles que maladies cardiovasculaires, obésité, diabète, troubles neurodégénératifs et cancer.

## Pourquoi ce test et quel(s) avantage(s)?

*Veillez à vous sentir mieux et « plus jeune » - Amélioration de votre âge biologique*

Si le test révèle que votre âge biologique est supérieur à votre âge chronologique déterminé par la date de naissance, cela signifie que vous devez adopter un mode de vie plus sain. Sur cette base, votre motivation pour modifier votre hygiène de vie sera plus grande. Vous pouvez influencer sur votre âge biologique et votre bien-être. Aussi, vous avez le pouvoir de renforcer votre organisme. En adoptant d'autres comportements plus sains à l'aide des recommandations formulées dans le rapport, vous disposez des moyens pour optimiser votre âge biologique et votre qualité de vie - cela pourrait vous rendre «plus jeune»!

*Surveiller votre âge biologique grâce aux tests de contrôle*

Vous pouvez faire ce test aussi souvent que vous le souhaitez. Après avoir changé votre style de vie, votre MethylAge peut être mesuré plusieurs fois afin de suivre les améliorations / modifications apportées. Il vous sera possible de vérifier le résultat de vos interventions, ou encore toute aggravation éventuelle. Il est recommandé de procéder à un contrôle une fois par an.



Fig. 2 : Méthodologie : UPLC-MS / MS - respecté pour être équivalent à la norme d'or

## Le test MethylAge

*La méthode technique :*

- Des nucléosides de l'ADN sont quantifiés par chromatographie en phase liquide - spectrométrie de masse (cf. fig. 2)
- La portion de 5-hydroxyméthyl cytosine (5-hmC) est calculée par rapport à la 5-méthyl cytosine (5-mC) et à la cytosine non modifiée
- Le taux de 5-hmC diminue naturellement avec l'âge, mais la diminution est peut-être plus importante en cas de mauvaise hygiène de vie
- L'âge biologique est déterminé par corrélation de la valeur mesurée de 5-hmC avec l'âge respectif attendu (cf. fig. 3).

## Qui devrait faire le test et quand ?

- Toute personne désireuse de connaître son âge biologique
- Toute personne qui souhaite évaluer l'impact positif ou négatif de son mode de vie sur son âge biologique
- Toute personne en quête d'une justification motivation biologique pour modifier sa vie
- Toute personne qui aspire à se sentir mieux et à améliorer sa qualité de vie

## Informations additionnelles

- Le test MethylAge peut être effectué plusieurs fois pour surveiller l'âge biologique dans le temps; il n'y a pas de limites
- Matériel requis : sang EDTA
- Le test détermine si votre âge biologique est en ligne, inférieur ou supérieur à votre âge chronologique.
- Sur la base des résultats, des recommandations pour maintenir ou améliorer votre âge biologique sont formulées

## Prévention

La prise de mesures préventives formulées sur la base du bilan personnel peut être utile pour prévenir le développement de maladies et pour améliorer la qualité de la vie.

MethylAge a été spécialement élaboré par Laboratoires Réunis pour mesurer l'âge biologique individuel et démontrer si le mode de vie est bénéfique. Ce test servira de motivation à pour modifier son mode de vie et adopter des comportements plus sains.

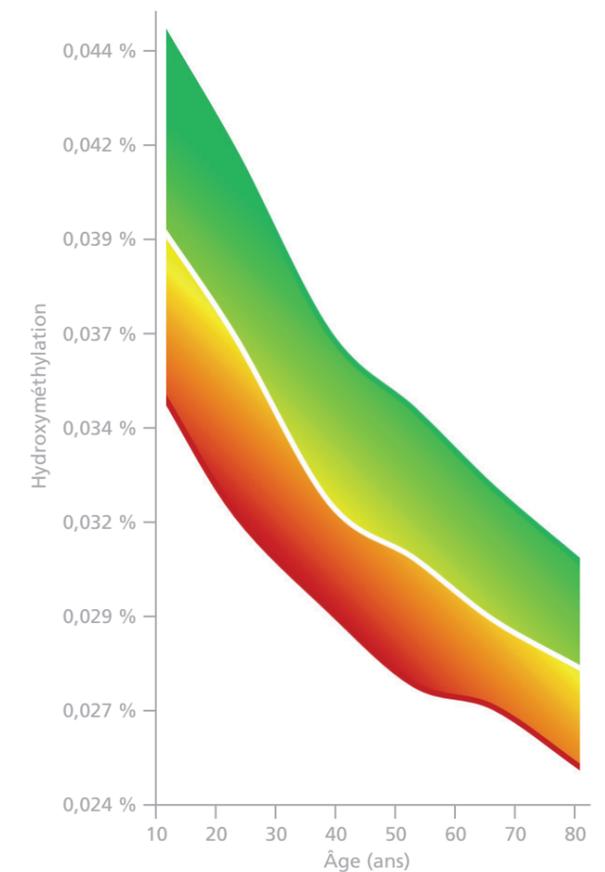


Fig. 3 : Corrélation de l'hydroxyméthylation (5-hmC) et de l'âge comme base de MethylAge. Diminution naturelle de 5-hmC avec l'âge, mais plus forte, diminution inhabituelle en cas de mode de vie malsain et en association avec certaines maladies. Le graphique montre l'hydroxyméthylation moyenne pour des personnes d'âge différent (ligne blanche).