

# La lettre de la Fondation

[www.fondation-planiol.fr](http://www.fondation-planiol.fr)

N°28 - Décembre 2025

## Edito

Peu nombreux sans doute étaient ceux qui auraient imaginé des altérations de la mémoire chez des sujets obèses. C'est pourtant ce qu'il ressort des premières observations du Dr Moisan qui, comme vous le lirez dans cette lettre, bénéficie du soutien de la Fondation Planiol et de fonds publics renouvelés. L'obésité est en effet devenue un véritable fléau et un défi pour une génération qui trop souvent consacre plus d'heures aux réseaux sociaux qu'à une activité physique régulière et à un mode de vie équilibré. La prise de conscience de ce redoutable enjeu de société est lente, mais réelle. Parmi les initiatives qui ont maintenu en forme les Amis de la Fondation, l'exposition consacrée aux époux Planiol début octobre à Amboise mérite quelques mots. Le site était historique et le temps clément, ce qui a attiré de nombreux visiteurs, simples curieux, habitants de la région ou même étrangers. Plusieurs dons furent collectés, plusieurs livres furent vendus, et plusieurs rencontres heureuses eurent lieu, en particulier avec d'anciens collègues du CHU de Tours et un directeur de la société Vernon. A cette occasion, un nouveau contrat de sponsoring est en cours de préparation avec cette société Tourangelle spécialisée dans les sondes à ultrasons, et à la création de laquelle avait participé L. Pourcelot. Nous espérons ainsi compter prochainement Vernon parmi nos soutiens. Pour conclure cette année 2025, il me reste à vous souhaiter de nombreuses activités et de joyeuses fêtes. Tous mes vœux également pour 2026.

**Claude Charuel**

**Président de l'Association des Amis de la Fondation Planiol**

## Article

### **Altérations de la mémoire chez les sujets obèses**

Les sujets atteints d'obésité présentent des altérations des performances de mémoire et ont un risque accru de développer des maladies neurodégénératives comme la maladie d'Alzheimer. Nos modes de vie dans les pays industrialisés, caractérisés par une alimentation trop riche en calories et tardive le soir, ainsi qu'un temps de sommeil insuffisant, contribuent à l'épidémie d'obésité et ses conséquences délétères sur le cerveau car ils sont en décalage avec les rythmes biologiques de notre corps régis par les horloges circadiennes. Ces mauvaises habitudes alimentaires et de sommeil démarrent dans la transition entre l'enfance et l'adolescence. Ainsi, le réalignement circadien de l'alimentation et du sommeil apparaît comme une nouvelle piste thérapeutique pour la prise en charge des altérations cognitives associées à l'obésité.

Notre étude clinique, soutenue par la Fondation Thérèse et René Planiol et démarrée en 2023, étudie les effets du réalignement circadien chez des adolescents avec obésité, pour diminuer la masse grasse mais aussi pour améliorer leur santé mentale. Dans un premier temps, nous décrivons chez ces adolescents avec obésité les habitudes de vie au niveau alimentaire et de sommeil par une enquête à domicile afin de les catégoriser en sujets « synchronisé » ou « désynchronisé » ; puis, nous évaluons les effets sur la mémoire d'un mode de vie respectant les rythmes biologiques par le biais d'un séjour en clinique durant lequel les adolescents atteints d'obésité mangent équilibré et à heures fixes pendant 4 semaines sans possibilité de grignotage en dehors des repas et se couchent également à heures fixes.

A ce jour nous avons recruté environ deux tiers de l'effectif de la cohorte prévue. Nos analyses préliminaires à mi-parcours montrent un effet bénéfique du réalignement alimentaire sur le pourcentage de masse grasse. Pour la mémoire nous avons une tendance à l'amélioration des performances dans un test de reconnaissance de forme, qui doit être confirmée. A noter que les effets âge et genre, facteurs confondants importants, ainsi que le chronotype, mesuré à la fois par les dosages de mélatonine, de cortisol et par le questionnaire de Munich, seront pris en compte dans l'analyse finale. Ces résultats préliminaires, acquis grâce au soutien de la Fondation, nous ont permis d'obtenir un nouveau financement de l'Institut de Recherche en Santé Publique, permettant de poursuivre ces études jusqu'en 2027. Les résultats préliminaires ont été présentés par le Dr MP Moisan (responsable scientifique) sous forme d'affiche au congrès de la Société de Neuroendocrinologie en septembre 2024 à Nice. Une présentation orale des résultats préliminaires a été faite par Dr R Ginieis (postdoctorante) lors de la journée du Réseau de Recherche International RRI Food4Health à Bordeaux en octobre 2024.



*Illustration générée par IA*

**Dr Marie-Pierre MOISAN**

*Directrice de recherche,  
INRAe,  
Nutrition et dimensions neuropsychiatriques (NutriPsy),  
Université de Bordeaux*

## Exposition Thérèse Planiol à Amboise

La Fondation Thérèse et René Planiol a présenté une exposition sur la vie et les travaux de Mme Thérèse Planiol du 29 septembre au 5 octobre 2025 dans la Tour de l'Horloge (ancienne porte de ville) en plein cœur historique de la ville d'Amboise. 10 panneaux étaient exposés retraçant le parcours exceptionnel de Thérèse Planiol, de sa naissance le 25 décembre 1914 à son décès le 8 janvier 2014. Nous avons eu la visite des anciens du CHU Bretonneau qui ont ainsi pu se reconnaître sur la photo de groupe en noir et blanc datant du début des années 1970.

## Lycée Thérèse Planiol de Loches

Sur l'invitation de M. Vincent Chauvineau, professeur de SVT, trois représentants de la Fondation sont allés à la rencontre des élèves de Terminale (option santé) du Lycée Thérèse Planiol à Loches. Ils ont présenté leurs parcours et échangé avec les élèves ainsi qu'avec Mme Bérengère Simonin (enseignante en philosophie) et M. Olivier Courceulles (enseignant SVT). Ce genre d'initiative sera renouvelée.

Site : <https://lyceepplaniol.fr/>

## Site «santeplaniol»

Le nom « Planiol » devient un marqueur dans le domaine de la santé. Un site nommé «Santeplaniol» a été créé cette année. C'est une plateforme qui s'adresse à un large public où sont publiées des informations sur la santé pour améliorer le bien-être des lecteurs :

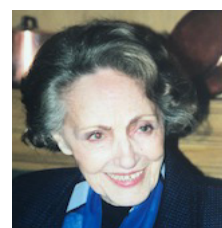
- Dernières tendances en matière de santé et de bien-être.
- Actualités en termes de politique de santé, de découvertes médicales et de conseils pour une vie saine.
- Ressources pour aider à prendre de meilleures décisions en matière de santé.

Editeur : *LINKUMA*

Site : <https://santeplaniol.fr/>

## Info

- La prochaine réunion de l'association des amis de la Fondation Planiol se tiendra le **8 janvier 2026 à La Guennerie** (Mouzay).  
Rendez-vous à **9h30** chez Dominique Ragot.  
À la fin de la réunion, les amis rendront hommage à Thérèse Planiol au château de St Senoch.



Madame Thérèse PLANIOL



# Fondation Thérèse et René Planiol

## pour l'étude du cerveau

BULLETIN DE DON

La Fondation aide les chercheurs et les médecins qui travaillent à mieux comprendre notre cerveau et à prévenir les maladies qui détériorent son fonctionnement.

Faire un don à la Fondation, c'est participer à l'effort collectif pour aider les handicapés, les autistes, les malades vasculaires cérébraux, les traumatisés, ..., à vivre mieux ou à retrouver la plénitude de leur fonctions intellectuelles et motrices.

### ☐ **Oui, je fais un don pour aider la fondation**

- Je verse un don sur le site de la Fondation, paiement sécurisé par carte bancaire



Cliquez ci-dessous

[www.fondation-planiol.fr](http://www.fondation-planiol.fr)

► Sécurisé

► Rapide

► Simple

- Pour les dons par chèque ou virement, je remplis le formulaire ci-dessous :

Mme, Melle, Mr : .....

Adresse : .....

Téléphone : ..... E-mail : .....@.....

### ☐ Don par chèque bancaire à l'ordre de **Fondation Planiol** pour un montant de .....€

À envoyer à

**Fondation Thérèse & René Planiol**

**Chez M. Jean-Claude Marandon**

9 rue du Docteur Schweitzer,

37540 SAINT-CYR-SUR-LOIRE

### ☐ Don par virement bancaire via le RIB ci-dessous, pour un montant de .....€

Adressez votre virement au RIB suivant : BNP PARIBAS TOURS 30004 00371 00010179005 58

(Pour les virements internationaux,

IBAN : FR 76 3000 4003 7100 0101 7900 558 BIC : BNPAFRPPTOU)

Vous recevrez un reçu fiscal. Les dons ouvrent droit à une réduction d'impôt sur le revenu égale à 66 % du montant versé, dans la limite de 20 % du revenu imposable.