

Zeitschrift: Horizons : le magazine suisse de la recherche scientifique
Herausgeber: Fonds National Suisse de la Recherche Scientifique
Band: 31 [i.e. 30] (2018)
Heft: 118: Far West sous la Suisse : les nouveaux conflits générés par l'exploitation croissante du sous-sol

Artikel: Fortifier les vieux muscles
Autor: Fisch, Florian
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-821636>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Fortifier les vieux muscles

Une start-up commercialise un complément alimentaire destiné aux personnes âgées. Une étude clinique teste son efficacité.

Texte: Florian Fisch

Illustration: ikonaut

1. ARTICLE SCIENTIFIQUE (2014)

La leucine développe les muscles

Une étude canadienne menée sur 40 jeunes hommes confirme en 2014 que l'adjonction de leucine – un acide aminé – dans la nourriture favorise la croissance musculaire. Piero Fontana, un développeur de suppléments alimentaires pour une entreprise suisse, lit la publication scientifique. Il pense alors non pas aux bodybuilders mais aux personnes âgées: leurs muscles ne réagissent pas bien aux signaux de croissance et perdent en volume, ce qui augmente les risques de chutes et de fractures.

2. PRODUIT (2015)

Une boisson quotidienne

La leucine pure ayant mauvais goût, Piero Fontana la cache dans des aliments afin d'en faire un produit consommable en quantité suffisante. Il développe un mélange de leucine et de protéines de lactosérum issues de la production du fromage et en tire des boissons aux divers arômes allant du cappuccino à la clémentine. Il développe également des préparations de leucine pour la production de saucisses et de biscuits, et dépose sept brevets. Son entreprise Omanda basée à Baar (ZG) cible notamment les cliniques gériatriques.

3. ÉTUDE CLINIQUE (2018)

Est-ce que ça marche vraiment?

Ces boissons protéinées attirent l'attention des responsables d'une étude clinique sur la fonte musculaire liée à la vieillesse, menée à l'Hôpital universitaire de Zurich. Ils donnent un cocktail de leucine et de protéines de lactosérum à une moitié de 800 patients de plus de 74 ans ayant subi une chute ou une blessure. L'autre groupe reçoit un placebo sans protéines mais doté d'autant de calories. En parallèle, l'effet d'exercices de musculation est testé. Dans un an, on saura finalement si les boissons protéinées de Baar s'avèrent efficaces au quotidien.