



## Information de presse

### **La vitamine D issue du soleil augmente le taux de testostérone chez l'homme**

Veldhoven, 6 février 2012 (SRF) – Un apport suffisant en vitamine D a un effet positif sur le taux de testostérone de l'organisme masculin. C'est une étude menée par l'Université de Médecine de Graz qui a permis d'aboutir à ce résultat. D'après les examens qui ont été réalisés, les hommes dont le taux de vitamine D est d'au moins 30 nanogrammes par millilitre de sang, présentent un taux de testostérone nettement supérieur que celui des individus de même sexe dont le taux de vitamine D est moins élevé. En outre, cette étude confirme que le taux moyen de la principale hormone sexuelle mâle connaît les mêmes variations que le taux de vitamine D. Ces deux taux chutent dès le mois d'octobre, au début du semestre d'hiver, avant d'atteindre leur niveau le plus bas en mars. « Les hommes qui veillent à un apport suffisant en vitamine D agissent donc en faveur de leur taux de testostérone et notamment de leur libido », explique Ad Brand, porte-parole du Sunlight Research Forum (SRF). La baisse du taux de vitamine D au semestre d'hiver serait, selon M. Brand, due au faible rayonnement solaire durant cette période de l'année.

La testostérone est la principale hormone sexuelle mâle. Elle est essentiellement responsable chez l'homme du développement des organes sexuels, de la formation et de la préservation des caractéristiques sexuelles masculines, de la production de sperme et du contrôle de l'envie masculine.

Stimulée par les rayons UV, la vitamine D est formée à près de 90 pour cent par la peau. Les scientifiques considèrent qu'un taux de vitamine D moyen de 30 nanogrammes par millilitre de sang (30 ng/ml) est la valeur à partir de laquelle la vitamine D peut déployer ses effets bénéfiques. Le taux idéal est compris entre 40 et 60 ng/ml.

Le Sunlight Research Forum (SRF) est un organisme à but non lucratif basé aux Pays-Bas. Son objectif est de permettre au grand public d'avoir accès aux dernières découvertes de la médecine et de la science relatives aux effets du rayonnement UV modéré sur l'Homme.

#### Remarque :

Un récapitulatif de l'étude « Wehr E, Pilz S, Boehm BO, März W, Obermayer-Pietsch B. (Department of Internal Medicine, Division of Endocrinology and Nuclear Medicine, Medical University Graz, Graz, Austria): Association of vitamin D status with serum androgen levels in men. » peut être téléchargé sur le site Internet du SRF [www.sunlightresearchforum.eu](http://www.sunlightresearchforum.eu).

#### Contact médias :

##### **Ad Brand**

Sunlight Research Forum (SRF)

Tél. : +31 (0)651 358 180

[info@sunlightresearchforum.eu](mailto:info@sunlightresearchforum.eu)

[www.sunlightresearchforum.eu](http://www.sunlightresearchforum.eu)