

52 Santé & bien-être

MÉDECINES DOUCES

L'homéopathie des voyages

La pharmacie homéopathique est indispensable en vacances. Le Dr Albert-Claude Quemoun, homéopathe réputé, a conçu un guide pratique regroupant les principales pathologies d'urgence et leurs traitements naturels. *Homéopathie d'urgence et de voyage*, éditions Chariot d'Or, 9,50 €



NAISSANCE

Le B.A. BA de bébé

Avant d'apprendre à parler, les nourrissons communiquent par la gestuelle. La méthode du *baby sign*, très répandue aux États-Unis et au Canada, permet aux tout-petits de commencer à s'exprimer vers l'âge de 8-9 mois et d'accéder plus rapidement au langage parlé. Les éditions Nathan vous apprennent comment faire à partir de comptines, de jeux et de signes illustrés... *100 activités pour bien communiquer avec mon bébé*, éditions Nathan, 11,50 €

DIÉTÉTIQUE

Un écrin de bien-être

La marque Kusmi Tea a réuni tous ses thés de bien-être dans un même coffret, facile à transporter. Regroupant ses six lignes fétiches – Détox, Sweet Love, Be Cool, Algothe, Boost et Euphoria –, cet assortiment de vingt-quatre sachets mousseline permet d'emporter sa boisson préférée partout avec soi. Prix : 19,50 € - www.kusmitea.com

Infos Presse 0491 270116

NAISSANCE

Protéger bébé des ondes WiFi

Santé. Même si leur impact sur la santé n'a pas encore été démontré, les multiples ondes générées par nos terminaux informatiques affolent les scientifiques. Comment protéger les femmes enceintes ?

Entre les ondes émises par les bornes WiFi, nos téléphones portables qui nous suivent partout, la multitude d'ordinateurs présents au bureau et les antennes implantées par milliers dans nos cités, nous sommes bien équipés pour communiquer. Oui mais... tous ces appareils tellement pratiques génèrent tous des ondes également appelées « rayonnement électromagnétique » (REM). À défaut de mesurer leur impact sur notre santé, le principe de précaution doit pouvoir s'appliquer. C'est dans cette démarche qu'une ribambelle de produits arrive aujourd'hui en France avec la ferme volonté de protéger les femmes enceintes et leur futur bébé...

DE L'IMPORTANCE DE SE PROTÉGER

Si aujourd'hui, le danger des ondes n'est pas mesuré, de nombreux travaux scientifiques suggèrent que l'exposition aux radiations de la vie quotidienne peut être à l'origine d'un risque sanitaire significatif. Il s'avère également que nous ne sommes pas tous égaux face à ce risque. Ainsi, les femmes enceintes et leur futur bébé semblent particulièrement exposés. Devant cette incertitude, le principe de précaution amène naturellement à adopter des mesures préventives simples. Cette prudence de bon aloi est cautionnée et approuvée par les plus hautes autorités sanitaires mondiales, dont l'Afsset (Agence française de sécurité sanitaire de l'environnement et du travail).



Dans le doute, certaines populations doivent être protégées, à commencer par les bébés...

ARMÉ POUR LA VIE

Pour aider les femmes enceintes à protéger leur futur enfant, Belly Armor a mis au point des produits dédiés à la prévention contre les ondes électromagnétiques. Ces produits permettent à la maman de ne pas changer ses habitudes durant sa grossesse tout en protégeant son bébé des rayonnements qui l'entourent. Comment ça marche ? Les vêtements de la collection Belly Armor sont doublés avec un tissu protecteur RadiaShield®,

mis au point et breveté par la société new-yorkaise. Composée à 54 % de fibres d'argent, la doublure du vêtement assure une protection efficace à 100 % contre les rayonnements électromagnétiques environnants. Véritable « armure », le plaid fait barrage à toutes les ondes potentiellement nocives. Ainsi la maman peut vaquer à ses occupations tout en protégeant son futur bébé. Parce qu'une femme enceinte reste une femme coquette, Belly Armor nous

régale avec une ligne de produits vraiment tendances. Le plaid chic est déjà un best-seller dans le monde entier et c'est le premier produit présenté en France. Léger et souple, 100 % coton, il est décliné en trois coloris élégants et trendy (cosmo, metro, juno). Cette couverture protège ainsi maman pendant la grossesse et enveloppe bébé durant ses premiers mois de vie. Un must-have de la femme enceinte !

- Prix de vente conseillé : 79 €
- Disponible sur : www.bellyarmor.fr

À SAVOIR

Repères

Au bout du rouleau. Et si l'institut polytechnique de Grenoble avait inventé un revêtement révolutionnaire pour nos intérieurs ? C'est en tout cas ce que ses chercheurs ont avancé lors de la présentation de leur papier peint anti-WiFi, mis au point en collaboration avec le Centre technique du papier. Le procédé est assez simple : les lés sont parcourus d'une encre en argent conductrice. Les motifs qu'elle dessine peuvent filtrer différents types de fréquences, parmi lesquelles celles du WiFi, mais aussi celles émises par les réseaux mobiles. En revanche, les ondes radio, télé et les fréquences d'urgence ne rencontrent aucun obstacle.

SANTÉ

La contraception d'urgence

En cas de rapport sexuel non ou mal protégé, une contraception d'urgence peut être prise dans un délai de trois à cinq jours pour limiter les risques de grossesse non désirée. L'Inpes (Institut national de prévention et d'éducation pour la santé) fait le point sur son site en ligne... Le dossier nous rappelle notamment que la pilule du lendemain est une solution de « rattrapage » qui ne doit

en aucun cas se substituer à une méthode de contraception régulière. Deux méthodes médicamenteuses coexistent aujourd'hui sur le marché :

- Délivré de manière anonyme et gratuite aux mineures en pharmacie (avec ou sans ordonnance), le lévonorgestrel doit être pris dans les 72 heures.
- Vendu en pharmacie sur ordonnance, l'ulipristal-acétate doit être pris quant à lui dans les 120 heures.

Après consultation d'un médecin généraliste, d'un gynécologue ou d'une sage-femme, il est possible de contourner ces traitements hormonaux par la pose d'un dispositif intra-utérin (stérilet) à placer dans les cinq jours.

- À noter : les méthodes de contraception d'urgence ne constituent en aucun cas un rempart contre les IST (infections sexuellement transmissibles). www.inpes.sante.fr/default.asp

RECHERCHE

Comme dans un conte de fées. En Angleterre, Stacey Comerford, une adolescente de 15 ans, vient de se réveiller après une sieste qui aura duré deux mois. Ce n'est pas la première fois que la jeune fille s'endort ainsi inopinément même si elle n'avait encore jamais dormi aussi longtemps. Elle est atteinte du syndrome de Kleine-Levin, qui la pousse à sommeiller jusqu'à 20 heures par jour. Il y aurait une ou deux personnes sur un million dans le même cas qu'elle dans le monde. Lorsqu'elle dort ainsi, elle se lève pour aller aux toilettes et pour boire, mais sans se réveiller, un peu comme un somnambule. Quand elle a enfin ouvert les yeux, elle pensait simplement qu'une nuit était passée. La plupart du temps, ces symptômes disparaissent à l'âge adulte.



© 2012 Thinkstock