

News morpho



Grassouillette ?

C'est la faute de papa !

On a cru pendant longtemps que les petits gros étaient surnourris par des mères abusives. Faux ! révèle une étude menée par des chercheurs australiens du Royal Children's Hospital de Melbourne. Les enfants ne prennent pas des kilos à cause des bonnes frites croustillantes de maman, mais à cause du mauvais exemple de papa ! Les chercheurs ont étudié 5 000 enfants, leur indice de masse corporelle (IMC) et les habitudes familiales des deux parents. Résultat : maman peut s'empiffrer ou gaver son rejeton, mener une vie de patachon, cela n'a pas ou peu d'influence sur l'IMC de l'enfant. En revanche, moins le père s'implique dans l'éducation de l'enfant, plus il est "absent" ou permissif, et plus le petit risque de peser lourd sur la balance. À l'inverse, plus le père pose des limites, donne un cadre, et moins les bambins ont de risques de surpoids. Bon, mais vous n'allez pas en profiter pour vous chamailler avec votre pater, si ? G.d.A. Source : Académie américaine de pédiatrie.



Parfums de sirènes

Le littoral abonde de femmes poissons d'une grande beauté, alanguies sur le sable, le corps bercé par les vagues et les cheveux au vent. Ce qui manque pour parfaire ce portrait idéal ? Un parfum de soleil qui fusionne avec l'épiderme brûlant, comme Azurée Soleil de Tom Ford Estée Lauder, dont le sillage de lait de fleur de tiaré et de crème de noix de coco est si enchanteur. À moins que la naïade ne préfère l'Eau Ensoleillante de Clarins aux effluves d'ylang-ylang, de fève tonka et de patchouli qui renferme, en plus, un précurseur de sérotonine pour la bonne humeur. L.P.



De nouveaux toubibs pour soigner vos rides

Une nouvelle spécialité esthétique vient de naître : la **médecine** morphologique et anti-âge. Késako ? Rien de plus que ce qu'on appelait jusqu'ici la "médecine esthétique" (= les injections antirides, la mésothérapie, les peelings, le laser, etc.), sauf que la pratique est ENFIN sanctionnée par un diplôme inter-universitaire, reconnu par le conseil de l'ordre des médecins (et a donc changé d'appellation pour l'occasion) ! On verra donc maintenant inscrit sur les plaques et les ordonnances des médecins qualifiés "médecin morphologue et anti-âge". Voilà qui va faire un sacré ménage dans la profession, car ceux qui se prévalent de faire de l'esthétique mais qui n'ont pas ce diplôme ne sont que généralistes ! Plus d'infos sur www.snmmaa.org. L.P.

Les bobos de la plage

SEA, SUN... ET MAUVAISES SURPRISES!

■ **BRÛLURE** : tellement intense que des cloques apparaissent (= brûlure du "second degré superficiel", très douloureuse).

Luttions! En refroidissant la peau sous l'eau du robinet pour endiguer l'extension de la brûlure. Ensuite, on applique un antiseptique sans alcool et une crème calmante (Biafine). Si les cloques se percent, on protège le derme avec une compresse humide.

■ **PITYRIASIS VERSICOLOR** : un champignon qui prolifère en milieu humide (transats, serviettes de plage) et donne des taches blanches au niveau du dos et du torse.

Luttions! Avec un traitement antifongique local sous forme de savon liquide.

■ **PHOTOSENSIBILISATION** : une brûlure surmontée de vésicules, déclenchée par des médicaments (antibiotiques contre l'acné, antidépresseurs...), parfums ou cosmétiques qui réagissent aux UV en libérant des substances toxiques ou allergisantes dans la peau.

Luttions! En dégainant le parasol! La photo-toxicité se manifeste par un gros coup de soleil (voir "franche brûlure"). La photo-allergie, elle, prend la forme d'un eczéma ou d'une urticaire et se traite par corticothérapie.

■ **PIQÛRE DE MÉDUSE** : une brûlure vive qui évolue vers une éruption violacée en forme de coup de fouet. Les méduses de nos côtes sont peu dangereuses, mais on doit anticiper une réaction anaphylactique (filez vite aux urgences si vous ressentez céphalées ou vertiges).



Luttions! Avec un rinçage de la plaie à l'eau salée (ne frottez pas!) pour minimiser la quantité de venin libéré. Séchez, puis appliquez une crème à la cortisone.

■ **OTITE EXTERNE** : l'eau était contaminée par un "staphylo" ou un "strepto" qui a déclenché une inflammation dans le conduit auditif externe. Résultat : une douleur pulsative jour et nuit et de la fièvre.

Luttions! Avec un traitement antibiotique par voie générale + local (gouttes). Surtout, interdiction de remettre la tête sous l'eau! L.P.

Merci au docteur Bernard Peyronnet.

FACE-À-FACE

Même nez, même sourire, même forme de visage. Mais au niveau boulot, l'une rime beaucoup plus que l'autre. É.G.



MAUD FONTENOY / ALEXIA LAROCHE-JOUBERT



ANTISÈCHE

Vous êtes nulle en cosmétique bio? Pour 1 €, vous aurez la réponse à toutes vos questions dans ce livre qui revient sur la différence avec le naturel, explique pourquoi les produits ne moussent pas (ou peu) et les textures et les odeurs sont si différentes. Et aussi pourquoi tout ne peut pas être décliné en bio au rayon beauté. Après ça, si vous n'êtes pas tentée d'essayer... L.P. La Cosmétique bio, collection "Et si on vivait autrement", Nature & Découvertes (www.natureetdecouvertes.com).

ASTROFORME

BÉLIER Sur les nerfs (carré de Mercure). Privilégiez les poissons, riches en taurine (acides aminés qui fixent le magnésium), les fruits de mer et les bonnes huiles qui aident le système nerveux. **Jours fastes** : 12, 14, 23 juin, 2, 10, 11 juillet.

TAUREAU Ça gargouille? Éliminez les desserts gras et sucrés. Terminez par du gingembre ou un thé à la menthe. **Jours fastes** : 16, 19, 25 juin, 3, 8, 12 juillet.

GÉMEAUX Coups de pompe? Préférez les sucres lents (pâtes, pommes de terre...) aux rapides (pâtisseries, bonbons...). **Jours fastes** : 17, 22, 27 juin, 5, 10, 11 juillet.

CANCER Grande forme (Soleil dans le signe). C'est le moment de vous mettre au tai-chi-chuan : excellent pour capitaliser l'énergie, équilibrer corps et âme. **Jours fastes** : 19, 24, 27 juin, 7, 8 juillet.

LION Survoltée (Vénus dans votre signe). Essayez (et adoptez) les huiles essentielles apaisantes... **Jours fastes** : 17, 23, 27 juin, 2, 9 juillet.

VIERGE Problèmes de peau? Faites une cure d'Hépar, la plus riche en magnésium pour sortir de l'engrenage : stress = perte de magnésium = aggravation du stress = etc. **Jours fastes** : 14, 20, 25 juin, 5, 12 juillet.

BALANCE Coup de fatigue (carré de Soleil). Comment faire face? En vous dopant le moral (week-ends entre amis, bonnes bouffes...). **Jours fastes** : 17, 27, 28 juin, 1^{er}, 5 juillet.

SCORPION Risque d'empatement (carré de Vénus). Variez vos menus en intégrant des acides gras essentiels (poissons, huiles végétales). **Jours fastes** : 19, 29, 30 juin, 4, 8 juillet.

SAGITTAIRE Vous accumulez les kilos (Jupiter dans votre signe). Comment limiter les dégâts? En supprimant le sucré et en luttant contre la sédentarité. **Jours fastes** : 16, 17, 30 juin, 5, 9, 14 juillet.

CAPRICORNE Ça risque de disjoncter (opposition solaire à partir du 22). La parade anti-stress : vous mettre au vert et fuir les engueulades. **Jours fastes** : 14, 24, 30 juin, 3, 4, 8 juillet.

VERSEAU Idées noires (opposition de Vénus). Rééquilibrez votre alimentation : en supprimant les aliments les plus caloriques (chocolat, amandes...), vous supprimez de fait les plus riches en magnésium. D'où, grosse fatigue et déprime. **Jours fastes** : 14, 17, 27 juin, 2, 5, 6 juillet.

POISSONS Coup de mou. Buvez du jus de kiwi (le plus riche en vitamine C, 250 mg pour 100 g contre 50 g pour l'orange, antifatigue et de surcroît hypocalorique : un kiwi = moins de calories qu'un yaourt maigre). **Jours fastes** : 15, 19, 30 juin, 4, 7, 8 juillet.

Marie Lombard