

En bref : la charcuterie associée à un risque cardiaque plus élevé ; coupe du monde : l'Actovegin refait parler de lui



Et aussi : Consommer des graisses inutiles grâce au système immunitaire ? ; En bref : parler d'autres langues retarderait le vieillissement cognitif ; Dormir facilite l'apprentissage : on sait pourquoi.

Avec Futura  
Sciences

### En bref : la charcuterie associée à un risque cardiaque plus élevé

Les hommes qui consomment davantage de charcuteries ont un risque d'insuffisance cardiaque augmenté de 28 % par rapport à ceux qui en mangent le moins. L'étude ne dit pas ce qu'il en est des femmes.

L'équipe du docteur Alicja Wolk, du Karolinska Institutet de Stockholm, a travaillé à partir d'une large cohorte de 37.035 hommes âgés de 45 à 79 ans. Aucun ne présentait de [maladies cardiaques](#) ni de [cancer](#) au début de ce travail. Ils ont été suivis pendant 12 ans. Chaque année, les participants devaient remplir un questionnaire portant sur leurs habitudes alimentaires.

[Lire la suite sur Futura-santé](#)

### Coupe du monde : l'Actovegin refait parler de lui

Un différend vient de naître entre l'équipe de France de football et le Bayern Munich à propos des soins donnés à Franck Ribéry. Le médecin allemand utilise de l'Actovegin, un médicament contre l'AVC. Mais quelle son action ?

Pour l'équipe de France de [football](#), la victoire 3-0 face au Honduras pour son premier match de la [Coupe du monde](#) va sans doute éluder la polémique naissante entre le staff médical des Bleus et celui du Bayern Munich, le club de Franck Ribéry. Le forfait du Français — officiellement pour lombalgie chronique — a mis en évidence des différences de [protocoles](#) médicaux entre les deux entités. Et ramené à la [lumière](#) l'Actovegin, un « vieux » traitement à base de sang de veau, semble-t-il très utilisé en Bavière.

[Lire la suite sur Futura-santé](#)

### Consommer des graisses inutiles grâce au système immunitaire ?

Deux molécules du système immunitaire, des cytokines, stimulent la transformation des cellules du tissu adipeux blanc en cellules capables de consommer des graisses, mimant une situation où l'organisme est soumis au froid. Il pourrait y avoir des applications dans le domaine de la lutte contre l'obésité.

---

Lorsqu'il fait froid, l'organisme dépense de l'énergie pour se réchauffer et maintenir sa température corporelle stable. Ainsi, le froid favorise la croissance de cellules adipeuses « brunes » qui consomment de l'énergie, par opposition aux cellules adipeuses « blanches » qui la stockent. Ce mécanisme pourrait être exploité dans une optique de perte de poids, sans que l'organisme ait besoin d'être soumis au froid. C'est ce que suggère une étude de l'université de Californie parue dans Cell.

[Lire la suite sur Futura-santé](#)

## En bref : parler d'autres langues retarderait le vieillissement cognitif

Selon une étude écossaise, le fait de parler deux langues (ou plus) permettrait de ralentir le déclin cognitif. Une bonne nouvelle, valable également pour ceux qui décident d'apprendre à l'âge adulte.

Les chercheurs de l'université d'Édimbourg se sont appuyés sur les données médicales de la Lothian Birth Cohort 1936, actuellement composée de 835 anglophones nés et vivant dans la capitale écossaise. Cette année-là, comme en 1921, une cohorte de nouveau-nés était créée dans la région du Lothian, à l'est de l'Écosse, pour suivre entre l'enfance et la vieillesse leurs performances cognitives, initialement mesurées à l'âge de 11 ans.

[Lire la suite sur Futura-santé](#)

## Dormir facilite l'apprentissage : on sait pourquoi

Des chercheurs états-uniens, en collaboration avec des confrères chinois, viennent de mettre en évidence la biologie d'un vieil adage : dormir bien pour apprendre bien. Ils ont observé, chez la souris, que le sommeil favorise la formation et le maintien de connexions entre neurones, clés de la mémoire.

L'apprentissage et la mémoire reposent sur l'extraordinaire [plasticité](#) du [cerveau](#), cette capacité qu'ont les [neurones](#) de former de nouvelles connexions entre eux par l'intermédiaire de [synapses](#). Comme l'explique [Alain Lieury](#) dans son dossier consacré à la [mémoire](#), « *avant l'apprentissage, les [dendrites](#) des neurones sont simples, comme des racines d'une fleur que vous venez de planter* ». L'apprentissage entraîne « *des duplications d'épines dendritiques jusqu'à un système très dense, comme des racines d'une plante envahissant tout un pot. Et ce sont ces connexions durables qui font la mémoire à long terme.* »

[Lire la suite sur Futura-santé](#)