

- VEGAN NUTELLA : RÉGALEZ-VOUS SANS CULPABILISER
- TALC PROBABLEMENT CANCÉROGÈNE, DIT L'OMS

# 7DAYS SANTÉ & CONSO

08-07-2024



**VAGUE DE CHALEUR : CONSEILS ESSENTIELS  
POUR SE PROTÉGER ET RESTER AU FRAIS**

# LODJ .TV

## LA WEB TV ECO & ECO



LA WEB TV QUI ALLIE ÉCONOMIE ET ÉCOLOGIE,  
POUR UN AVENIR DURABLE !

# +150.000

## Télespectateurs / mois

**+ 20**  
**Émissions**

**+ 500**  
**Épisodes**



[LODJ.MA/WEBTV](http://LODJ.MA/WEBTV)



SCAN ME!



# Le Rêve des Dentistes du Futur : Faire Repousser les Dents

**La recherche scientifique prend parfois des chemins inattendus, révélant des innovations qui semblent sortir tout droit d'un roman de science-fiction.**

**L'une des avancées les plus intrigantes de ces dernières années est le développement d'un traitement capable de faire repousser les dents, une perspective qui pourrait révolutionner le domaine de la dentisterie.**

**Une startup japonaise est à l'avant-garde de cette révolution et prévoit de lancer des essais cliniques en septembre 2024 pour ce qui est considéré comme le premier traitement de ce genre.**



**L'idée de pouvoir faire repousser des dents a longtemps été le rêve ultime des dentistes et des patients.**

Traditionnellement, la perte d'une dent nécessitait des interventions comme les implants ou les prothèses dentaires. Bien que ces solutions soient efficaces, elles ne sont pas exemptes de complications et peuvent être coûteuses. La possibilité de faire repousser des dents offrirait une alternative naturelle et potentiellement moins invasive.

Le concept de régénération dentaire s'inspire de la capacité de certains animaux, comme les lézards, à régénérer des parties de leur corps. L'idée est de stimuler les mécanismes naturels de régénération présents chez l'homme, mais qui sont généralement inactifs après la perte des dents de lait. Cette innovation repose sur l'utilisation de protéines de croissance spécifiques et de techniques de génie génétique pour déclencher la formation de nouvelles dents à partir des cellules souches présentes dans la bouche.

La startup japonaise à l'origine de cette avancée prévoit de lancer des essais cliniques pour évaluer la sécurité et l'efficacité du traitement. Ces essais représentent une étape cruciale pour passer de la théorie à la pratique. Ils permettront de déterminer si les dents régénérées sont fonctionnelles et durables, et si le processus est sans risque pour les patients. Si les essais sont concluants, cette technologie pourrait être disponible pour un usage clinique d'ici quelques années.

L'introduction de traitements capables de faire repousser les dents pourrait transformer la pratique dentaire. Les dentistes pourraient disposer d'une nouvelle option pour traiter les patients ayant perdu des dents à cause de caries, de traumatismes ou de maladies parodontales. Cette approche pourrait également réduire la dépendance aux implants dentaires, qui nécessitent souvent une chirurgie invasive et peuvent présenter des risques de rejet ou d'infection.

Au-delà des implications cliniques, la possibilité de régénérer des dents pourrait changer la manière dont nous envisageons la santé dentaire. Les traitements de régénération dentaire pourraient devenir une partie intégrante des soins préventifs, aidant à maintenir une dentition saine tout au long de la vie. Cette innovation pourrait également rendre les soins dentaires plus accessibles et plus abordables, en réduisant les coûts associés aux procédures dentaires complexes.

**Le rêve de faire repousser les dents, autrefois considéré comme de la science-fiction, est en train de devenir une réalité grâce à la recherche et à l'innovation.**

## Vegan Nutella : Régalez-vous sans culpabiliser



La fameuse pâte à tartiner du groupe Ferrero, Nutella, annonce la sortie d'une version 100% végétale. Une nouvelle réjouissante pour les vegans, les personnes allergiques au lactose, les flexitariens et toute personne préférant des habitudes alimentaires gourmandes mais saines. Le Nutella vegan est attendu, pour la première fois, en Italie l'automne prochain.

Le Nutella est souvent déconseillé en raison de sa composition, avec plus de 70% de sucre et environ 20% de graisses. Un produit hyperénergétique dont il faut limiter la consommation selon les programmes de nutrition internationaux. Cette pâte à tartiner est riche en huiles végétales, dont la principale est l'huile de palme, reconnue comme étant l'une des plus athérogènes, exposant la personne au risque de maladies cardiovasculaires en plus du surpoids et du diabète en raison de la grande quantité de sucre.

Pour satisfaire le besoin d'une communauté en plein essor composée de vegans, végétariens, allergiques au lactose, végétaliens, flexitariens et de ceux désireux de réduire la consommation de protéines animales par souci environnemental, le groupe Ferrero revisite son produit le plus connu pour proposer une version saine sans aucun ingrédient d'origine animale.

Le nouveau pot s'appellera officiellement "Nutella Plant Based" ("à base de plantes"). La nouvelle version portera un logo spécifique avec une feuille verte.

La recette classique du Nutella contient du lait écrémé, le seul ingrédient non-végétal. Le nouveau Nutella à base de plantes remplacera le lait par des éléments végétaux, ces éléments n'étant pas encore annoncés. Certains proposent que la poudre de lait sera remplacée par de la poudre de lait de soja.

## Le microbiome intestinal : un allié insoupçonné de notre santé

**L'impact méconnu du microbiome intestinal sur la digestion, l'immunité et l'humeur** Le microbiome intestinal, composé de milliards de bactéries, joue un rôle essentiel dans notre bien-être général. Des études récentes montrent qu'un microbiome équilibré peut améliorer la digestion, renforcer le système immunitaire et même influencer notre humeur. Adopter une alimentation riche en fibres, probiotiques et prébiotiques est crucial pour maintenir cette flore bactérienne en bonne santé. Les chercheurs explorent également son impact sur des maladies chroniques telles que le diabète et l'obésité, ouvrant la voie à de nouvelles approches thérapeutiques prometteuses.

## Hausse persistante des prix de la viande rouge après Aid Al-Adha

Malgré la reprise des activités dans les abattoirs après l'Aïd Al-Adha, les prix de la viande rouge au Maroc continuent d'augmenter significativement. Le prix du kilogramme de viande bovine atteint désormais 90 dirhams en gros et entre 100 et 115 dirhams en détail, tandis que celui de la viande ovine est de 110 dirhams en gros et entre 140 et 160 dirhams en détail. Cette hausse est attribuée à la loi de l'offre et de la demande, aux années de sécheresse qui ont augmenté les coûts de production, et aux préparatifs de la saison des MRE et des mariages.

## Meanwhile, sur Facebook



## La caféine, alliée contre l'Alzheimer

**La caféine pourrait ralentir la progression précoce de la maladie d'Alzheimer, selon une étude** Une nouvelle étude révèle que la caféine pourrait ralentir la progression de la maladie d'Alzheimer à un stade précoce. Des recherches antérieures avaient déjà montré que la consommation modérée de caféine ralentit le déclin cognitif et réduit le risque de développer cette maladie. Publiée dans "Brain", cette étude menée par le centre de recherche Lille Neurosciences et cognition a examiné les mécanismes sous-jacents de la maladie d'Alzheimer. Les chercheurs ont découvert que l'augmentation des récepteurs de la caféine dans les neurones favorise la perte des synapses, contribuant aux troubles de la mémoire.

## Nouveaux centres de santé à Rabat-Salé-Kénitra

Quatre nouveaux centres de santé urbains de premier et deuxième niveau ont été inaugurés dans la région de Rabat-Salé-Kénitra, renforçant ainsi l'offre de santé locale. Cette initiative fait suite aux directives royales visant une réforme profonde du système de santé national pour améliorer la couverture sanitaire et la protection sociale. Les nouveaux centres, tels que Akkari (niveau I) et Sidi Fatah (niveau II) à Hassan, ainsi que Al Masjid (niveau I) et El Melk (niveau II) à Yacoub Al-Mansour, visent à améliorer l'accessibilité aux soins de santé de proximité et à renforcer les services sanitaires régionaux.

## Les forêts urbaines : la solution contre le réchauffement climatique ?

**Planter des arbres en ville, un atout majeur pour nos espaces urbains et le climat**

Les forêts urbaines jouent un rôle crucial dans la lutte contre le changement climatique en absorbant le CO2 et en rafraîchissant l'air.

Elles offrent aussi un havre de paix et de biodiversité en plein cœur des métropoles.

De nombreuses villes à travers le monde s'engagent à planter des arbres dans les espaces publics et sur les toits pour créer des îlots de verdure.

Ces initiatives sont essentielles pour améliorer la qualité de vie des citoyens et promouvoir un avenir plus vert et durable.

## Hausse imminente des prix des volailles au Maroc

Les prix des volailles au Maroc sont sur le point d'augmenter considérablement en raison de facteurs économiques, spéculatifs et climatiques.

## Congrès de médecine de famille à Laâyoune

Le 9e Congrès de médecine de famille s'est tenu à Laâyoune, rassemblant plus de 300 spécialistes. Organisé par l'Association de l'Enseignement supérieur, ce congrès de trois jours a pour objectif de développer la médecine de famille et d'améliorer la prise en charge des patients. Placé sous le thème "Les grands challenges de la médecine de famille", il a permis aux participants d'échanger des connaissances et de discuter des défis liés à la qualité des soins. La présidente de l'AMMF, Dr Soumia Kabbaj, a mis en avant l'importance de répondre aux attentes des patients.

## Talc probablement cancérigène, dit l'OMS

L'OMS a classé le talc comme probablement cancérigène, en se basant sur des preuves limitées chez l'humain et suffisantes chez les animaux. L'exposition au talc, notamment via les cosmétiques et les milieux professionnels, est liée à un risque accru de cancer des ovaires. Malgré certains biais potentiels dans les études, la contamination du talc par l'amiante n'est pas exclue. En parallèle, l'acrylonitrile, utilisé dans les polymères, est également classé comme cancérigène par l'OMS.

## Meanwhile, sur Facebook



## Les dernières innovations en implantologie dentaire : découvrez !

CLICK HERE







# Vague de chaleur : conseils essentiels pour se protéger et rester au frais

Alors que la température monte en flèche cette semaine, une forte vague de chaleur s'installe dans notre région, mettant à l'épreuve la santé et le bien-être de nombreux habitants. Pour vous aider à traverser cette période de chaleur intense, voici quelques conseils essentiels à suivre.

## 1. Hydratez-vous régulièrement

La déshydratation est l'un des risques majeurs lors des fortes chaleurs. Il est crucial de boire beaucoup d'eau tout au long de la journée, même si vous n'avez pas soif. Évitez les boissons alcoolisées, caféinées ou sucrées, qui peuvent favoriser la déshydratation. Les jus de fruits dilués et les boissons isotoniques peuvent également être bénéfiques pour remplacer les électrolytes perdus.

## 2. Restez à l'abri du soleil

Évitez de sortir pendant les heures les plus chaudes de la journée, généralement entre 11h et 16h. Si vous devez absolument être dehors, portez un chapeau à larges bords, des lunettes de soleil et des vêtements légers, amples et de couleur claire. Utilisez une crème solaire avec un facteur de protection élevé pour protéger votre peau des rayons UV.

## 3. Rafraîchissez votre habitat

Gardez les rideaux et volets fermés pendant la journée pour empêcher la chaleur d'entrer. Utilisez des ventilateurs et, si possible, des climatiseurs pour maintenir une température agréable à l'intérieur. Vous pouvez également placer des draps mouillés devant les fenêtres ouvertes pour rafraîchir l'air entrant.

## 3. Rafraîchissez votre habitat

Gardez les rideaux et volets fermés pendant la journée pour empêcher la chaleur d'entrer. Utilisez des ventilateurs et, si possible, des climatiseurs pour maintenir une température agréable à l'intérieur. Vous pouvez également placer des draps mouillés devant les fenêtres ouvertes pour rafraîchir l'air entrant.

## 4. Prenez des Douches Fraîches

Les douches fraîches ou les bains réguliers peuvent aider à abaisser la température corporelle. Vous pouvez également utiliser des serviettes humides ou des packs de glace sur les zones où le sang circule près de la surface de la peau, comme le cou, les poignets et les chevilles.

## 5. Adaptez votre alimentation

Mangez des repas légers et fréquents, en privilégiant les fruits et légumes riches en eau, comme les concombres, les pastèques et les tomates. Évitez les repas lourds et épicés qui peuvent augmenter la température corporelle.

## 6. Limitez l'exercice intense

Réduisez les activités physiques intenses, surtout pendant les heures les plus chaudes. Si vous devez faire de l'exercice, essayez de le faire tôt le matin ou en fin de journée, lorsque les températures sont plus basses.

## 7. Ne laissez jamais des personnes ou des animaux dans une voiture

Les températures dans les voitures peuvent augmenter rapidement, atteignant des niveaux dangereux en quelques minutes.

# Chiffre de la semaine



## De Bidon à Bon : le Maroc lance un plan pour éradiquer 120.000 bidonvilles



**Le gouvernement marocain lance un programme ambitieux pour résorber définitivement les 120 000 logements insalubres encore présents dans le pays.**

**Cette initiative audacieuse et innovante vise à reloger les occupants de ces bidonvilles dans des appartements F3 (2 chambres, salon, cuisine, salle de bain) de qualité.**

**Le montage financier de ce programme a été soigneusement élaboré. Pour les appartements de 250 000 dirhams, le bénéficiaire n'aura à payer que 100 000 dirhams, le reste étant pris en charge par une aide directe de l'État (110 000 dirhams) et une subvention du ministère de l'Aménagement du territoire (40 000 dirhams).**

**Pour les logements de 300 000 dirhams, la formule est similaire : 100 000 dirhams à la charge du bénéficiaire, 100 000 dirhams d'aide directe de l'État et 60 000 dirhams de subvention du ministère.**

**Afin d'encourager les promoteurs immobiliers à s'engager dans ce programme, le gouvernement a prévu des mesures incitatives, notamment en facilitant le financement bancaire de leurs projets. Les promoteurs devront également s'acquitter de tous les impôts et taxes dus aux collectivités territoriales et à l'Agence nationale de la conservation foncière.**



# IWEEK

L'HEBDOMADAIRE EN BRÈVES



**+25.000**  
LECTEURS PAR SEMAINE

Retrouver tous les anciens numéros de notre I-WEEK sur :

[www.pressplus.ma](http://www.pressplus.ma)

[f](#) [@](#) [X](#) [d](#) [in](#) [v](#) @lodjmaroc



SCAN ME!