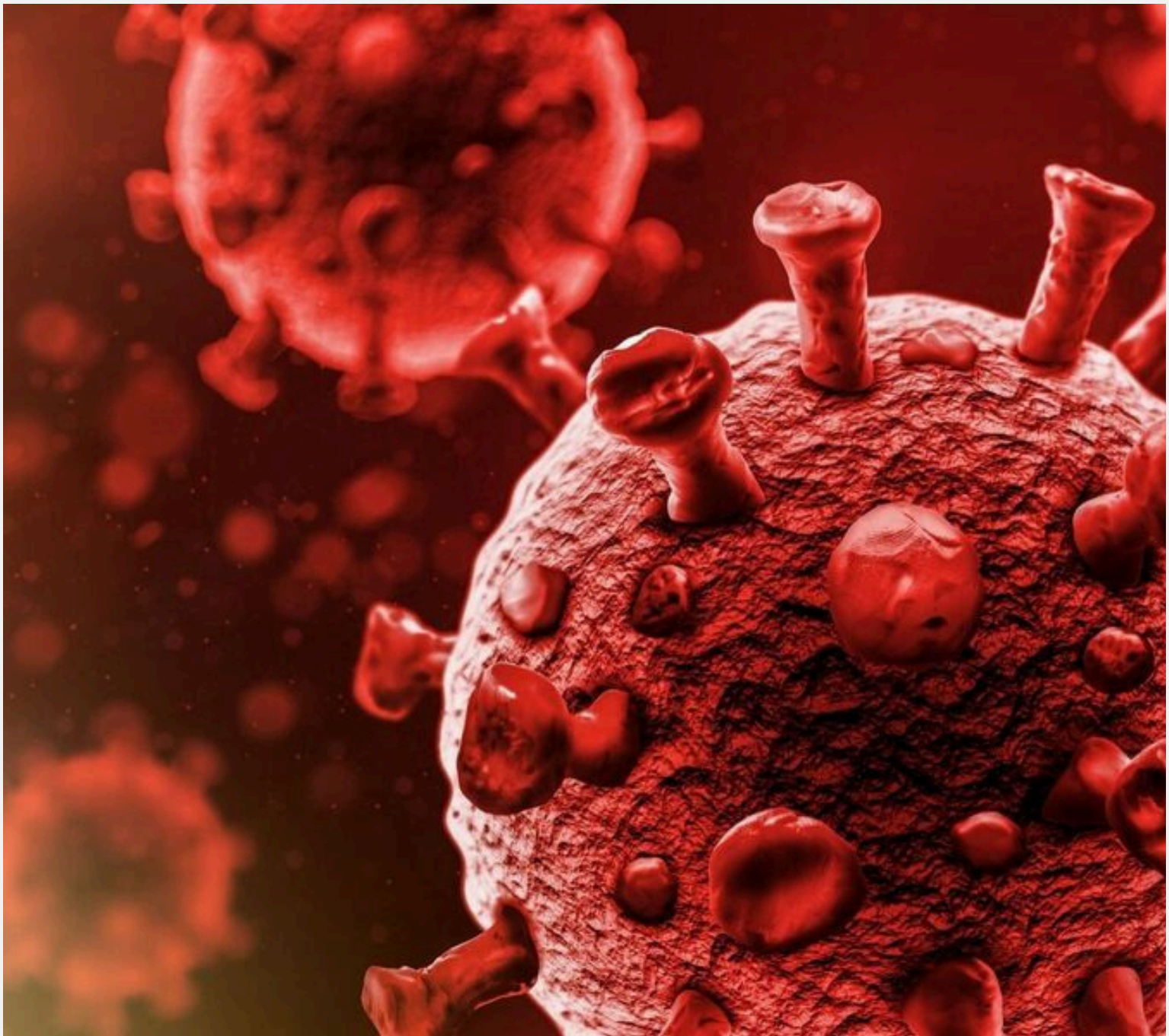


# 7 DAYS SANTÉ & CONSO

02-12-2024



**VIH : peut-on vraiment envisager un monde  
sans épidémie ?**

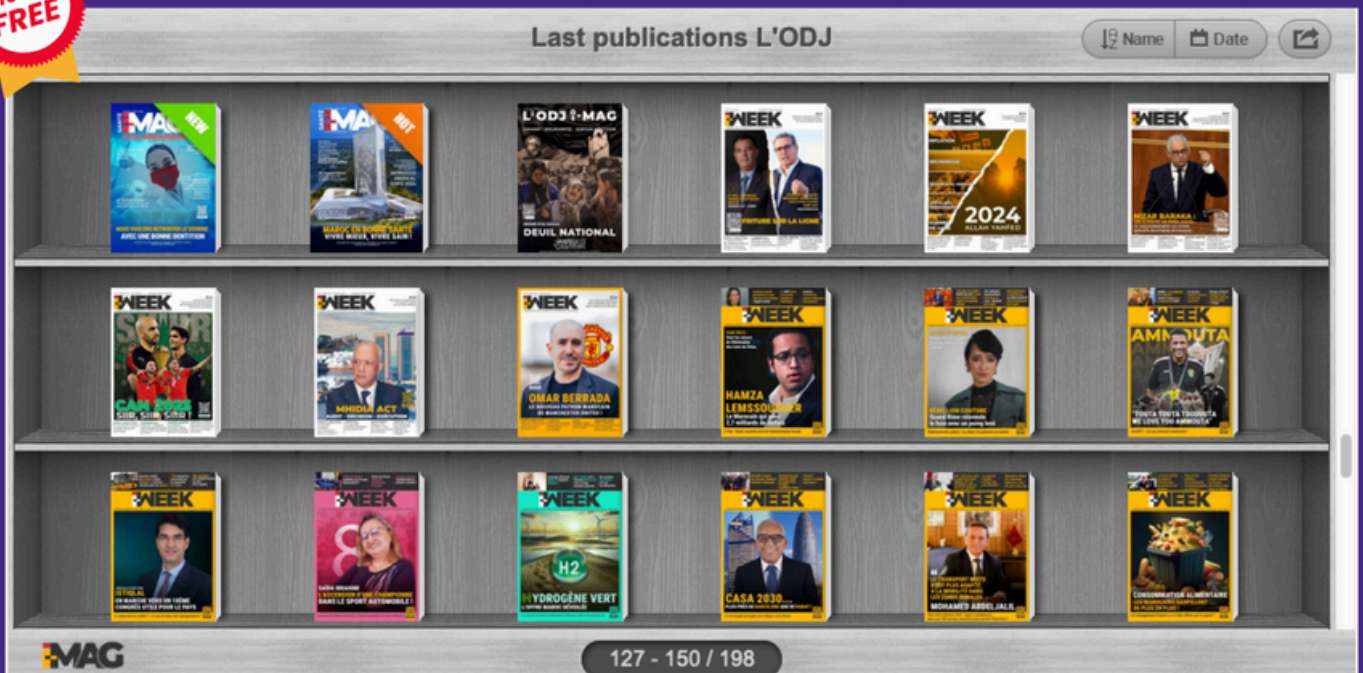


[www.pressplus.ma](http://www.pressplus.ma)



## LE KIOSQUE 2.0 DE L'ODJ MÉDIA

100%  
FREE



**Pressplus** est le kiosque 100% digital et augmenté de **L'ODJ Média** du groupe de presse **Arrissala SA** qui vous permet de lire une centaine de nos **magazines, hebdomadaires et quotidiens** gratuitement.

Que vous utilisiez votre téléphone mobile, votre tablette ou même votre PC, **Pressplus** vous apporte le kiosque directement chez vous



SCAN ME

# VIH : peut-on vraiment envisager un monde sans épidémie ?

**Les avancées récentes offrent des perspectives prometteuses, mais l'éradication complète du virus reste un défi de taille.**

En 2022, le VIH touchait encore 39 millions de personnes dans le monde, avec 1,3 million de nouvelles infections enregistrées.

Bien que les traitements et la prévention aient permis de freiner la propagation du virus, atteindre une éradication totale demande des efforts colossaux.

Des essais cliniques récents apportent toutefois une lueur d'espoir. En Afrique du Sud et en Ouganda, un traitement préventif injectable, administré deux fois par an, a démontré son efficacité en empêchant toute infection parmi les jeunes femmes participantes.

Ces résultats montrent que la prophylaxie pré-exposition (PrEP) pourrait jouer un rôle clé dans la réduction des nouvelles contaminations.

Cependant, entre théorie et réalité, un fossé persiste. L'accès aux traitements reste limité dans certaines régions du monde, notamment à cause de leur coût.

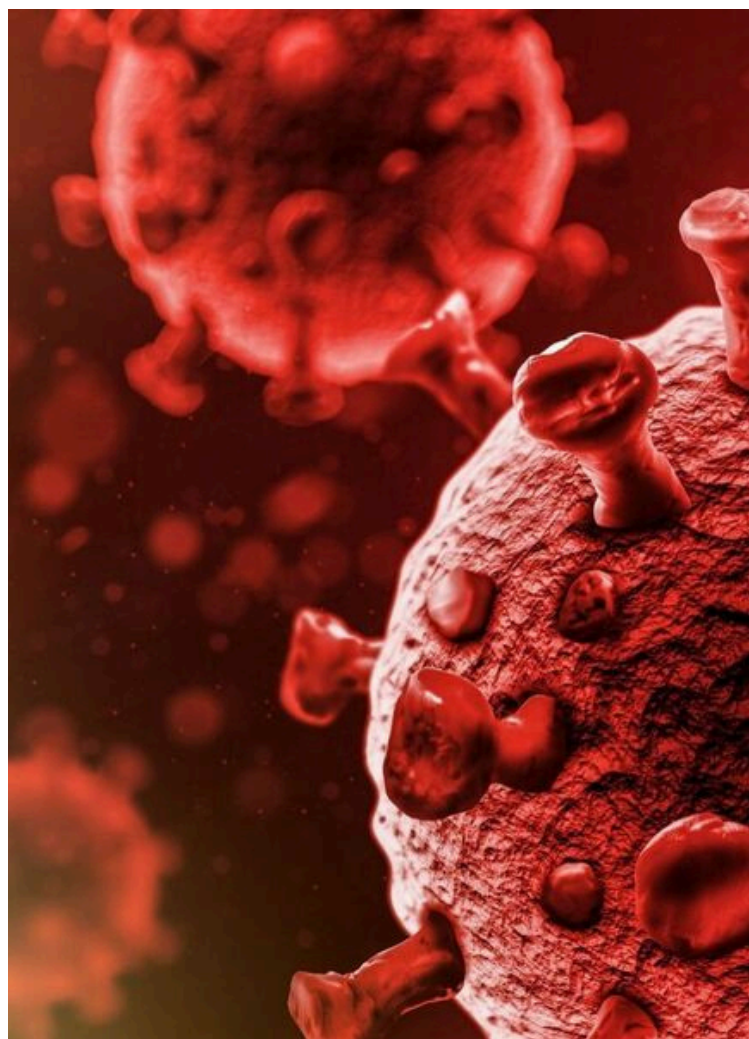
Par ailleurs, la stigmatisation entourant le VIH continue de dissuader de nombreuses personnes à risque de se faire dépister ou de suivre un traitement préventif.

### **Un vaccin : un espoir toujours attendu**

Si les traitements actuels permettent de contrôler efficacement le virus chez les personnes séropositives, ils n'éliminent pas les réservoirs viraux présents dans l'organisme.

Ces réservoirs, formés dès les premiers stades de l'infection, sont cachés dans des cellules spécifiques, ce qui rend leur élimination extrêmement complexe.

Un vaccin pourrait représenter une avancée décisive dans la lutte contre le VIH. En protégeant toute une population dès l'enfance, il éliminerait la stigmatisation liée aux traitements et simplifierait la prévention. Toutefois, malgré les recherches en cours, le développement d'un vaccin efficace reste un objectif lointain.



### **Surmonter les freins à la prévention**

Les approches actuelles de prévention, bien qu'efficaces, présentent encore des limites.

La prise quotidienne de comprimés de PrEP peut être contraignante pour certains, notamment à cause de la stigmatisation associée ou des difficultés pratiques.

Les nouvelles formules injectables, administrées de manière discrète et sur une base semestrielle, offrent une alternative prometteuse.

Elles pourraient encourager davantage de personnes à adopter des mesures préventives, en particulier celles vivant dans des contextes sociaux sensibles.

Pour autant, le succès de ces nouvelles stratégies dépendra d'une mise en œuvre adaptée à chaque population, combinée à un effort global pour réduire la stigmatisation et améliorer l'accès aux soins.



## Médicaments sur TikTok : une menace pour la santé publique

La prolifération de pharmacies virtuelles sur TikTok inquiète au Maroc. Ces comptes illégaux vendent des médicaments parfois contrefaits ou périmés, ciblant particulièrement les jeunes.

En plus de menacer la santé publique, ce phénomène pourrait déstabiliser le secteur pharmaceutique formel.

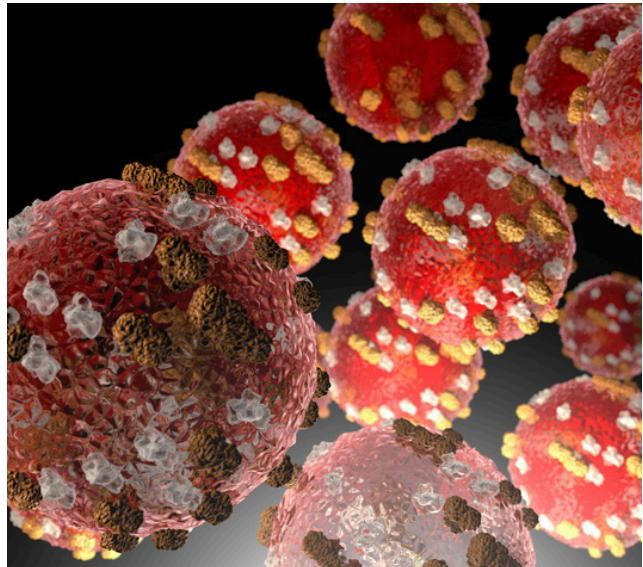
Les autorités appellent à une sensibilisation accrue et à une régulation renforcée pour contrer ce danger croissant.

## Chefchaouen sous alerte : la rougeole frappe fort

Une épidémie de rougeole frappe la région de Chefchaouen, avec plus de 50 cas confirmés et deux décès.

Face à cette maladie évitable par la vaccination, les autorités lancent une campagne d'urgence, mais les défis liés à l'accès aux soins dans les zones rurales et à la méfiance vaccinale compliquent la situation.

Cette crise révèle des lacunes dans le système de santé et souligne l'urgence de renforcer la prévention au Maroc.



## Quand l'asthme brouille les souvenirs d'enfance

Une étude américaine publiée dans Jama Network Open dévoile un lien troublant entre l'asthme infantile et une altération de la mémoire épisodique.

Les enfants asthmatiques obtiennent des résultats inférieurs à leurs pairs non asthmatiques dans des tests de mémoire, suggérant des impacts durables sur leur développement cognitif.

Ces découvertes appellent à une prise en charge globale de l'asthme, intégrant ses répercussions sur la santé mentale et cognitive.



## Le froid intense pour améliorer sommeil et humeur

Une étude menée par les Universités de Montréal et de Poitiers révèle que la cryostimulation, exposition brève à  $-90\text{ }^{\circ}\text{C}$ , améliore le sommeil et réduit l'anxiété, notamment chez les femmes.

Inspirée d'une pratique antique, cette technique augmente la phase de sommeil profond et ouvre des perspectives pour traiter les troubles du sommeil et l'inflammation chronique.

Déjà intégrée en Pologne, cette approche promet de révolutionner le bien-être et la santé publique.

## Première conférence mondiale sur la santé bucco-dentaire

Plus de 110 pays participent à la première conférence mondiale sur la santé bucco-dentaire organisée par l'OMS.

L'objectif est d'élaborer des plans nationaux et une déclaration commune pour accélérer le Plan d'action mondial pour la santé bucco-dentaire 2023-2030.

Touchant 3,5 milliards de personnes, ces affections, allant des caries au cancer de la bouche, nécessitent une réponse globale pour intégrer la santé bucco-dentaire dans les efforts de couverture sanitaire universelle.



## Le Maroc presse les agrumes, et ça paye !

Le Maroc prévoit une production record de 2,14 millions de tonnes d'agrumes en 2024, marquant une hausse de près de 12 % selon l'Organisation mondiale des agrumes.

Malgré les sécheresses et autres défis climatiques, le pays consolide sa place parmi les grands producteurs méditerranéens, se distinguant par des augmentations notables pour les oranges, citrons, et pamplemousses.

Une performance qui reflète la résilience et l'innovation de la filière agricole marocaine.



## "Coffee Diet" : le café devient (involontairement) une icône minceur

**Sur TikTok, le café est propulsé au rang de star des régimes grâce à une méthode baptisée « Coffee Diet ».**

**Une tendance douteuse qui mêle astuces rapides et conseils peu fiables.**

Un nouveau régime qui affole les réseaux sociaux

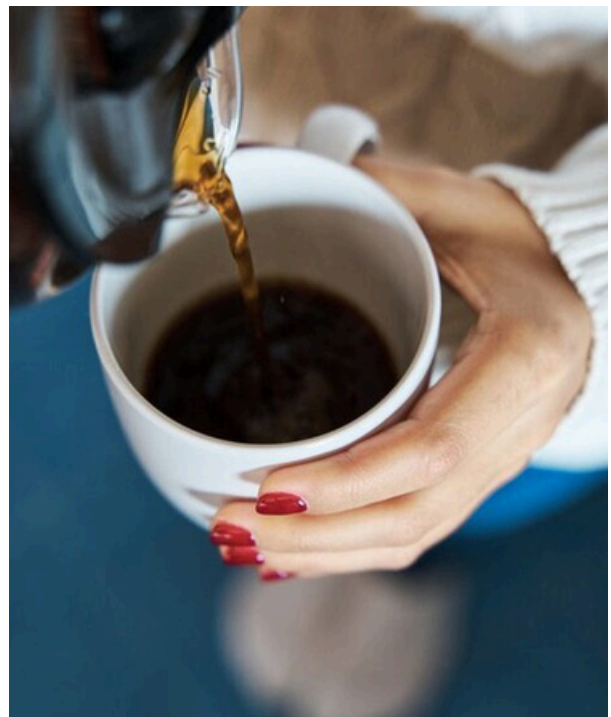
Le café, cette boisson incontournable de nos matinées, connaît un renouveau inattendu sur TikTok.

La tendance, baptisée « Coffee Diet », prétend transformer une simple tasse de café en un allié minceur grâce à une méthode originale : le « 7-second loophole ».

Selon cette technique, il suffirait de boire du café sept secondes après avoir ressenti la faim pour calmer l'appétit et stimuler la combustion des graisses.

Mais sur les réseaux, le concept ne s'arrête pas là. Les internautes rivalisent de créativité pour concocter des recettes « miracles », ajoutant à leur café des ingrédients comme le thé vert, le gingembre, la cannelle, ou encore le poivre de Cayenne.

**Une potion minceur qui fait le buzz, mais qui suscite aussi beaucoup de scepticisme.**



### **Entre promesses séduisantes et réalité décevante**

Pour certains adeptes, cette tendance serait une alternative facile et rapide à l'effort physique.

*« Pas besoin d'aller à la salle, essayez le 7-second loophole ! », clame une internaute dans une vidéo devenue virale.*

Pourtant, derrière ces promesses alléchantes, les experts en nutrition alertent sur l'inefficacité de cette méthode.

Si certains ingrédients du « Coffee Diet », comme le thé vert ou le curcuma, possèdent des propriétés potentiellement intéressantes, la méthode elle-même repose sur des idées simplistes et mal fondées.

Les professionnels de santé soulignent qu'il n'existe pas de raccourci pour perdre du poids. Seul un mode de vie équilibré, avec une alimentation variée et adaptée, peut offrir des résultats durables et bénéfiques pour la santé.

### **Le café : victime de la tendance ou vrai coupable ?**

Cette nouvelle lubie s'inscrit dans une série de tendances alimentaires populaires sur TikTok, souvent basées sur des détournements surprenants.

Après l'antidiabétique utilisé comme coupe-faim ou le lait en poudre pour bébé promu comme booster de courbes, le café est désormais présenté comme la solution « brûle-graisse » ultime.

Cependant, ces régimes express posent des questions sur leur impact à long terme.

Non seulement ils véhiculent des attentes irréalistes, mais ils risquent aussi de détourner l'attention des vraies solutions : adopter des habitudes alimentaires saines, pratiquer une activité physique régulière et, surtout, éviter de succomber aux tendances éphémères.



## Débat de la semaine



# L'élixir de jeunesse : révolution scientifique ou privilège pour les élites ?

**La jeunesse éternelle : un rêve à portée de la science ?**

**L'idée d'un comprimé anti-âge capable de ralentir, voire d'inverser, le processus de vieillissement n'est plus l'apanage de la science-fiction. Grâce aux progrès fulgurants de l'intelligence artificielle et de la biotechnologie, cette ambition semble se rapprocher de la réalité.**



**Des chercheurs, financés par des milliardaires visionnaires, explorent des solutions novatrices pour prolonger la vie humaine tout en maintenant une bonne santé. Mais cette quête soulève des questions éthiques et sociales majeures, notamment sur l'accès équitable à de telles innovations.**

**Les biotechnologies et l'IA ouvrent des perspectives fascinantes dans le domaine de la médecine anti-âge. L'analyse de données génétiques et biologiques à grande échelle permet d'identifier les mécanismes du vieillissement cellulaire. Des approches comme le ciblage des cellules sénescents ou l'utilisation de thérapies géniques révolutionnaires sont en cours d'expérimentation. Si ces avancées aboutissent, elles pourraient révolutionner la manière dont nous concevons l'âge et la santé.**

**Cependant, une question clé demeure : qui pourra bénéficier de ces innovations ? Les coûts astronomiques associés à la recherche et au développement de telles technologies laissent craindre qu'elles soient réservées à une élite fortunée.**

***Cliquer sur l'image pour lire cet article au complet***

# I WEEK

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)

      @lodjmaroc



SCAN ME!