



Sept mythes médicaux mis à mal par deux Américains

LE MONDE | 27.12.07 | 15h42 • Mis à jour le 27.12.07 | 15h42

Consultez les dossiers, l'analyse approfondie des grands sujets d'actualité.
Abonnez-vous au Monde.fr : 6€ par mois + 30 jours offerts

Faut-il boire huit verres d'eau par jour ? Manger de la dinde rend-il somnolent ? Nombre de praticiens continuent, comme leurs patients, de véhiculer des idées reçues en médecine. Deux médecins américains d'Indianapolis ont cherché les possibles justifications scientifiques de sept "mythes médicaux", tant dans la base de données médicales Medline qu'avec le moteur de recherche Google. Ils livrent le résultat de leur travail dans le British Medical Journal daté 22-29 décembre.

Notre alimentation courante et les boissons habituellement consommées (lait, café, jus de fruits) couvrent nos besoins, expliquent Rachel Vreeman et Aaron Carroll. Donc, pas besoin de six à huit verres d'eau par jour. Autre idée reçue : nous n'utiliserions que 10 % des capacités de notre cerveau - une affirmation prêtée, sans fondement, à Albert Einstein qui était calé question matière grise. Les études sur le cerveau normal ou lésé indiquent au contraire qu'aucune zone du cerveau n'est entièrement inactive.

Faut-il encore expliquer qu'ongles et cheveux ne poussent pas après la mort, mais que cette impression provient de la rétraction de la peau qui se déshydrate autour d'eux ? De même, les adolescents en mal de barbe et les femmes qui craignent l'hirsutisme en cas de rasage doivent le savoir : les poils ne repoussent ni plus vite ni plus drus après rasage. En dépit de ce que nous ont répété nos parents et que nous rabâchons à nos enfants, lire avec une lumière faible n'a aucune raison d'altérer durablement l'acuité visuelle.

Dans tous les services hospitaliers figurent des avis indiquant que les téléphones mobiles risquent d'interférer avec les dispositifs médicaux. Deux études ne retrouvent que de 1,2 % à 4 % de cas d'interférence, avec, dans ce dernier cas, une fréquence de moins de 0,1 % d'effets sérieux.

Enfin, si vous avez piqué du nez après la traditionnelle dinde de Noël, n'incriminez pas cet oiseau que les conquistadors nous ont rapporté d'Amérique centrale ni sa teneur en tryptophane. La dinde n'est pas particulièrement riche en cet acide aminé. La prochaine fois, mangez simplement plus léger.

Paul Benkimoun

Article paru dans l'édition du 28.12.07.
Abonnez-vous au Monde à -60%

Annonces Google

Soins dentaire a Budapest

1/3 des prix en France, une équipe francophone vous attends a Budapest
www.jldent.hu

VIDAL Recos

Recommandations et références pour la pratique médicale
www.vidalrecos.fr

Définition Du Diabète

Solution de Mesure du Diabète, pour Mieux gérer votre Taux de Glucose
www.sousle7.com

J'ai perdu 5 kg.

Perdre 5 kilos par semaine avec Trimgel, ce n'est pas normal!
www.Trimgel.fr

EN UNE EN CE MOMENT

Les hélicoptères de la Croix-Rouge attendent les instructions des FARC

La crise au Pakistan ravive les inquiétudes dans le monde

Les six Français condamnés au Tchad sont incarcérés à Fresnes

7 islamistes tués jeudi en Algérie, après 15 attaques terroristes simultanées en Kabylie

ET AUSSI



Portfolio
Les images de la semaine du 24 au 28 décembre



Les faits
L'apprentissage de l'histoire et de la géographie dépend étroitement de la maîtrise de la langue



Portrait
Benazir Bhutto, Sultane de la politique pakistanaise

ENVIRONNEMENT, SCIENCES

Nouveau pic de pollution au dioxyde de soufre dans les Bouches-du-Rhône

L'OMS annonce une transmission interhumaine du virus H5N1

Retour sur 2007 : le Grenelle de l'environnement

LES DÉPÊCHES

Ski: Bode Miller signe sa première victoire de la saison Reuters 13h48

Opération séduction pour le Premier ministre japonais en Chine Reuters 13h46

Le PPP assure que Bhutto a été atteinte par une balle à la tête Reuters 13h28

Un partisan de Bhutto tué au Pakistan, des commerces incendiés Reuters 12h33

Publicité

Une publi-information IBM



Le DSI au cœur de la stratégie d'entreprise
Du besoin d'innover à la réalisation.

Réagir à cet article

Sept mythes médicaux mis à mal par deux Américains

Votre réaction

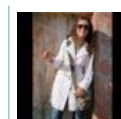
Jacques H. : Comme d'habitude : tout et son contraire, aussi crédible que tous les "conseils diététiques" dont on nous abreuve à longueur de journée. Pourvu que ça mousse, l'important étant de faire parler de soi, quitte à passer pour un andouille!

► Les 32 réactions des abonnés du monde.fr

SHOPPING



Sony Ericsson
W850i



Le trench-coat

289,00 €

9,90 €

Cherchez

VOS OFFRES D'EMPLOI

avec Talents.fr

Journalistes (h/f)

ETAI

Attaché de presse (h/f)

CONSEIL DE L'EUROPE

Responsable marketing & crm (h/f)

RÉGIME COACH

Assistant commercial en publicité (h/f)

SAFARI

Chef de produit web - stage (h/f)

TALENTS.FR

Responsable du secteur rp et presse (h/f)

UNIVERSITE FRANCO-ALLEMANDE

► Toutes les offres

Offres Flash Noël !

ABONNEZ-VOUS AU Monde +  Pack **Kodak Easyshare**

→ **26€/mois seulement** au lieu de 47€

Le Monde.fr

- » A la une
- » Le Desk
- » Opinions
- » Archives
- » Forums
- » Blogs
- » Examens
- » Culture
- » Economie
- » Météo
- » Carnet
- » Immobilier
- » Emploi
- » Shopping
- » Nautisme
- » Voyages
- » Newsletters
- » RSS
- » Le Post.fr
- » Talents.fr
- » Sites du groupe

Le Monde

- » Abonnez-vous au *Monde* à -60%
- » Déjà abonné au journal
- » Le journal en kiosque



Abonnez-vous au Monde.fr - 6€ [visitez Le Monde.fr](#) © Le Monde.fr | Fréquentation certifiée par l'OJD | CGV | Avertissement légal | Qui sommes-nous ? | Index | Aide