

## Petits fruits, grands bénéfiques

Consommer au moins trois portions de bleuets ou de fraises par semaine pourrait réduire du tiers le risque de subir une crise cardiaque.

L'épidémiologiste Eric Rimm, de l'Université Harvard, a tiré cette conclusion après avoir épulché les données de santé et de nutrition recueillies pendant 18 ans auprès d'une cohorte de 93 600 femmes. « Les bleuets et les fraises contiennent des anthocyanes, pigments qui aident à dilater les artères et à lutter contre la formation de plaques et de caillots dans les vaisseaux », explique le chercheur. Ces pigments se retrouvent dans bien d'autres fruits et légumes, comme les aubergines, les canneberges et les cerises.



## VIRTUOSES DU STÉTHOSCOPE

Pour diagnostiquer les troubles du cœur, des poumons ou des intestins, les professionnels de la santé auraient avantage à suivre des cours de musique. C'est ce qui ressort des travaux d'une équipe de recherche de l'Université Yale, aux États-Unis, qui a offert à un groupe d'étudiantes en sciences infirmières une séance de formation de deux heures où elles ont pu se familiariser avec les notions de hauteur tonale, de timbre et de rythme. Les chercheurs ont ensuite demandé à ces étudiantes d'ausculter des patients, pour comparer leurs résultats à ceux d'un groupe témoin d'infirmières n'ayant pas eu cette formation.

Les futures infirmières qui avaient suivi le cours de musique se sont révélées 50 % plus efficaces pour déceler les sons anormaux des poumons, deux fois plus efficaces pour ceux du cœur et trois fois plus pour ceux des intestins.

## CERVEAU ÉLECTRONIQUE

Après le projet Génome humain, qui a permis de séquencer tous nos gènes, la Commission européenne lance le projet Cerveau humain, qui vise à modéliser le fonctionnement de notre cerveau jusque dans ses moindres retranchements grâce à un superordinateur. Ce modèle devrait servir à mieux comprendre — et un jour à mieux traiter — les maladies neurologiques.

Au total, 80 établissements de recherche participeront à l'aventure, dont l'Institut neurologique de Montréal. Le coût du projet est estimé à 1,6 milliard de dollars.

## PALMARÈS DES SALAIRES

Les médecins québécois sont payés 253 000 dollars en moyenne, selon les chiffres publiés par l'Institut canadien d'information sur la santé. Ils se classent au huitième rang lorsqu'on les compare à leurs collègues des autres provinces canadiennes. C'est l'Alberta qui arrive au premier rang (349 655 dollars), suivie par l'Ontario (340 000 dollars), puis par la Saskatchewan (324 300 dollars). L'Île-du-Prince-Édouard ferme la marche (235 800 dollars).

Évidemment, les salaires peuvent varier grandement autour de la moyenne selon la spécialité du médecin. Il s'agit par ailleurs de rémunération brute, qui ne tient pas compte des sommes déboursées par les médecins pour faire fonctionner leur cabinet. Dans certains cas, les charges d'exploitation peuvent représenter de 35 % à 40 % de la rémunération brute.

## ÉRECTIONS À RISQUE

Les produits de santé naturels pour stimuler l'érection vendus sur Internet ou dans certaines boutiques érotiques sont ou inutiles ou... dangereux. Des scientifiques français ont analysé le contenu de 70 produits prétendument naturels. Or, les deux tiers d'entre eux recelaient des molécules synthétiques, analogues à celles que l'on trouve dans des médicaments

vendus sur ordonnance comme le Viagra ou le Cialis. Ces molécules n'avaient pas obtenu d'autorisation de mise sur le marché et se retrouvaient parfois en concentration dangereuse dans les produits analysés. Les scientifiques français recommandent aux hommes de surmonter leur gêne et de consulter un médecin plutôt que de se tourner vers des substances non contrôlées.

