

» Bipolaires : un avatar pour mieux comprendre...

Convaincu de l'importance de la psychoéducation dans les pathologies psychiatriques, en complément du traitement médical, AstraZeneca lance Bipolife, premier outil interactif spécifiquement dédié aux troubles bipolaires. Développé en collaboration avec l'entreprise Ubisoft et sous la supervision d'un comité scientifique, il



à pour objectif d'aider les personnes souffrant de ces troubles à mieux comprendre leur maladie et à identifier les comportements quotidiens qui influent sur son évolution. L'outil permet à l'utilisateur de faire évoluer un personnage virtuel atteint desdits troubles à travers un ensemble de situations et d'actions de la vie courante. Une horloge temporelle ses actions dans une journée et sur plusieurs jours tandis qu'une jauge matérialise l'énergie nécessaire à la réalisation de chaque action et le temps de récupération nécessaire. En testant les comportements de son avatar qui se traduisent en « bonus » ou « malus » d'humeur, le patient apprendrait à structurer ses journées, à réguler son rythme de vie, de façon à économiser ses ressources et mieux faire face à la maladie. <http://bipolife.ubi.com>. **CD**

ÊTRE PARENT ET MIGRANT

À l'occasion de ses 30 ans, la Fondation Mustela a invité les parents à participer à un chat vidéo avec Marie-Rose Moro (photo), psychiatre d'enfants et d'adolescents, sur les « Mille et une façons d'être parent ici et ailleurs ». Lors de ces échanges, la chef de service de la Maison des adolescents de l'hôpital Cochin a pu conseiller les parents et répondre à leurs interrogations sur la parentalité en situation transculturelle. Comment expliquer à un bébé ou jeune enfant un déménagement dans un autre pays ? Risque-t-il d'en être traumatisé ? Si les parents sont de différentes nationalités, est-il conseillé d'apprendre à l'enfant plusieurs langues maternelles ou faut-il uniquement lui enseigner celle du pays où il réside ? Doit-on changer le prénom d'un enfant adopté ? Est-il plus facile d'élever un enfant adopté s'il a quelques mois ? Autant de thèmes abordés lors de ces échanges. <http://www.fondationmustela.com> **CD**



Périnée, mode d'emploi !

La Semaine de la continence urinaire de l'Association française d'urologie, du 8 au 13 avril 2013, est dédiée cette année au périnée. Qu'est-il ? À quoi sert-il ? Comment l'entretenir pour prévenir troubles de la continence, descentes d'organes et améliorer sa sexualité ? Les urologues ont réalisé, à cette occasion, un micro-trottoir qui explore les connaissances et méconnaissances de cette zone anatomique complexe, afin d'apporter des réponses claires et utiles à chacun. Pour le visionner et s'informer plus avant sur ce thème : <http://www.urofrance.org>. La Semaine nationale de la continence entend apporter au grand public les clés qui permettront à tous, femmes, hommes, enfants, d'acquiescer les bons réflexes pour préserver la continence tout au long de la vie. **CD**



En bref

Cardio Info : dans la poche !

La Fédération française de cardiologie lance Cardio Info, son application mobile (sur iPhone et Android) pour permettre à chacun de prendre soin de son cœur en toute mobilité et de façon ludique. Dès la connexion, l'utilisateur peut surfer entre 5 icônes : il prend notamment connaissance de l'épidémiologie des maladies cardiovasculaires mais aussi évalue son propre risque... Également au programme,



les informations sur les différentes manifestations organisées par la FFC, sur les maladies du cœur, et des conseils pour rester en bonne santé. Fonctionnalité originale, Run Raising fait courir pour la bonne cause. En utilisant le GPS intégré, l'application enregistre les activités de l'utilisateur (marche à pied ou course, limitée à 15 km/h), et les transforme en dons (1 euro pour chaque kilomètre parcouru) : une manière différente de soutenir une fédération financée à 98 % par la générosité du public. **CD**

Prévenir la DMLA avec un oméga 3 ?

Bausch + Lomb annonce des résultats encourageants dans la prévention de l'évolution de la dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA) grâce au DHA, un acide gras polyinsaturé (AGPI) à longue chaîne de type oméga-3. Ils proviennent de l'étude NAT2 (Nutritional AMD Treatment-2) menée en partenariat exclusif avec le centre hospitalier intercommunal de Créteil sur le rôle et le potentiel de la micronutrition oculaire sur une longue période (3 ans) ; 300 patients ayant des lésions précoces de DMLA dans l'œil

étudié et une DMLA néovasculaire dans l'œil controlatéral y ont été inclus. Un groupe de patients a reçu 840 mg/j de DHA et 270 mg/j d'EPA, l'autre groupe ayant reçu un placebo. Verdict : les niveaux membranaires en oméga 3 s'avèrent significativement augmentés dans le groupe DHA (+ 70 %, $p < 0,001$), démontrant ainsi que ce dernier a facilement pénétré les cellules. Dans ce même groupe, les patients atteignant les niveaux les plus élevés en oméga 3 ont un risque significativement plus faible (- 68 %, $p = 0,047$) de développer une DMLA exsudative sur 3 ans. **CD**