

vie pratique santé

NEWS



La fée électricité sculpte votre silhouette

Travailler moins pour gagner plus... de muscles, ça vous dirait ? Le concept XBody conjugue sport en salle et électro-stimulation afin d'optimiser le travail musculaire. Une fois que l'on a enfilé la combinaison spéciale bardée d'électrodes, il suffit de choisir son programme sur l'écran tactile de la console puis d'enchaîner les mouvements. En plus de ses propres efforts, l'athlète profite des impulsions électriques qui contractent les groupes musculaires que l'on souhaite renforcer. La méthode permet de prévenir les douleurs musculaires et articulaires en écourtant les sessions d'entraînement: une séance de 20 minutes d'XBody (45 euros env.) équivaldrait à 1 h 30 de sport conventionnel. Liste des salles sur www.facebook.com/xbodyfrance

Le SIDA moins meurtrier
Selon l'ONU, l'épidémie ralentit. Un peu moins de 1,5 million de personnes ont succombé au virus en 2013, soit 11,8% de moins qu'en 2012. Certains spécialistes jugent désormais possible d'éradiquer la maladie d'ici 2030.



La prothèse auditive est ici intégrée à la branche des lunettes.

Une prothèse auditive très discrète

Si le port de lunettes est parfaitement accepté, il en va autrement pour les appareils auditifs. Jugés disgracieux ou signes trop visibles d'un handicap, on fait tout pour les éviter. À tel point que seuls 20% des Français⁽³⁾ concernés par les problèmes d'audition sont appareillés. Optical Center a peut-être trouvé la parade avec les lunettes auditives Luktas Audio. Une solution "deux-en-un" d'autant plus judicieuse que 4 millions de malentendants portent également des lunettes de vue! La ou les prothèses, adaptées aux besoins de chaque utilisateur, se fixent dans les branches et deviennent ainsi presque invisibles. Le tout reste léger et plutôt esthétique [six modèles de montures sont disponibles, déclinés en différents coloris]. À partir de 190 euros pour la monture, 1 980 euros les deux appareils auditifs. ⁽³⁾Source: étude Anovum-EuroTrak, 2012.

28%
Source: INSERM - 2014
C'est la proportion d'accouchements par césarienne qui pourraient être évités (1 enfant sur 5 naît ainsi en France).

