

## Le coin des enfants

### Les laitages, source de calcium

Pour avoir des os solides, le calcium est indispensable pour un enfant. Il est fondamental de consommer des aliments riches en calcium et en vitamine D, essentiels à la construction du tissu osseux et à son entretien. Les produits laitiers constituent la meilleure source de calcium. Si un enfant n'aime pas ces produits, il faut les intégrer dans des préparations sucrées et/ou salées. L'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES) recommande quatre produits laitiers par jour pour un enfant. Une portion de produit laitier doit apporter environ 200 mg de calcium pour un enfant de 3 à 11 ans. Celle-ci peut être contenue dans un verre de lait, un yaourt nature ou dans 20 grammes d'emmental. En revanche, méfiez-vous des faux amis comme les crèmes desserts et les glaces dont la consommation doit rester occasionnelle.



## Nouveauté

### Cancer colorectal : les kits de dépistage désormais disponibles en pharmacie

Près de 95 % des cancers colorectaux concernent des personnes âgées de plus de 50 ans. Diagnostiqué tôt, il se soigne dans 9 cas sur 10. C'est pour cela que le programme national de dépistage du cancer colorectal propose aux personnes âgées de 50 à 74 ans un test de dépistage fiable, rapide, à réaliser chez soi et pris en charge à 100 % par l'Assurance Maladie sans avance de frais. Tous les 2 ans, les personnes concernées sont invitées par courrier à se procurer leur kit de dépistage. Disponible jusqu'alors chez son médecin traitant, gastro-entérologue, gynécologue ou médecin exerçant dans un centre d'examen de santé du régime général de l'Assurance Maladie (CES) et sur un site dédié de commande en ligne, ce kit de dépistage peut désormais également être retiré auprès de son pharmacien.



# L'intelligence artificielle pour prédire les accidents cardiaques

Un logiciel, marqueur d'inflammation sur les coronaires, plein de promesses pour les patients

L'âge, le taux de cholestérol ou même la pression sanguine... sont autant d'indicateurs utilisés par les cardiologues pour anticiper les risques d'attaques cardiaques. Mais cette liste de recommandations reste insuffisante. Chaque année, 12 millions de personnes dans le monde décèdent d'une crise cardiaque, selon l'OMS (Organisation mondiale de la Santé).

Pour améliorer le suivi de ces patients, de nombreuses techniques ont été mises au point. "Jusqu'à présent la coronarographie est toujours l'examen de référence pour analyser l'état des artères de nos patients. Une technique invasive puisque l'on passe par l'artère du poignet ou la cuisse et

" Modifier le risque, c'est justement notre objectif."

on injecte un produit de contraste, opaque aux rayons X, qui a l'avantage de visualiser très précisément l'ensemble des artères coronaires mais aussi de traiter dans la foulée s'il y a un rétrécissement (angioplastie), détaille le docteur Alain Tavildari, cardiologue interventionnel à la clinique Axium à Aix-en-Provence. Depuis plusieurs années, les médecins se sont tournés vers le scanner (voir encadré), beaucoup moins invasif, pour identifier "les artères endommagées" éventuellement par l'accumulation de plaques d'athérome qui restreignent la circulation sanguine.

Si le coroscanner est désormais, dans la pratique clinique, l'examen standard pour l'évaluation, cette technique demeure parfois insuffisante pour prédire les futurs accidents cardiaques. Mais avec l'arrivée de nouveaux outils appuyés par l'intelligence artificielle, l'espoir est permis dans les services de cardiologie. En témoigne le pro-



Après le scanner, le Dr Alain Tavildari regarde les premiers clichés avant de les passer sous IA.

/ PHOTOS ARTHUR SORRIBAS

cessus d'analyse de l'inflammation dans les artères, mis au point par des chercheurs d'Oxford au Royaume-Uni. Cette approche innovante non invasive qui associe scanner et IA, permet d'évaluer chez une personne, la présence ou non de l'inflammation dans les artères à l'origine d'épisode cardiaque et éventuellement de lui éviter qu'il ne s'aggrave.

Mais la raison de cet optimisme est une analyse plus précise de l'inflammation. "Le rôle de l'inflammation est connu depuis très longtemps. Quand il y a une inflammation cela élève le risque de survenue d'un événement cardiaque grave de fa-

çon très significative par rapport à l'absence d'inflammation. En revanche, nous ne savions pas la détecter, notamment au niveau des artères coronaires. Ce logiciel exploite des parties de l'image qui mettent justement en évidence l'inflammation. D'autre part, des scores ont été établis et compilés avec d'autres informations comme le tabac, cholestérol, poids, hérédité. Tout cela permet de nous donner à la fois un risque relatif et un risque absolu. Avant sa mise sur le marché, sur les 4 000 patients, suivis depuis plusieurs années dans les études préliminaires, l'information donnée par ce logiciel a été suffi-

### COROSCANER : MODE D'EMPLOI

#### ► POURQUOI EN FAIRE ?

Le scanner coronaire ou coroscanner est un scanner centré sur le cœur. Cet examen d'imagerie médicale permet d'obtenir des clichés du cœur et des artères qui l'entourent, les artères coronaires. Son principal objectif est de visualiser les éventuelles plaques d'athérome, ces plaques de graisse, de tissus fibreux et de calcium qui peuvent se former dans les parois des artères du cœur et empêcher la bonne circulation du sang.

#### ► COMMENT ÇA SE PASSE ?

L'examen est indolore et rapide. Il dure une quinzaine de minutes environ mais le temps passé dans le scanner ne dure que quelques minutes. Il nécessite l'injection d'un produit de contraste iodé qui aidera la lisibilité des clichés. Si c'est le cas, le produit vous sera injecté au moyen d'une perfusion dans le bras. Des médicaments visant à dilater les artères du cœur ou à ralentir le rythme cardiaque pourront également vous être administrés pendant l'examen.

samment fiable pour prédire ce risque. Désormais, on va pouvoir interagir sur l'inflammation grâce à des traitements et la contrôler dans le temps. Modifier le risque, c'est justement notre objectif."

Séduit par ce dispositif appelé FAI acronyme de Fat Attenuation Index, ce spécialiste des "coronaires" vient de tester ses premiers patients "qui avaient des artères présentant des plaques. Le résultat a modifié leurs habitudes et les facteurs de risque. Il nous a aussi permis d'adapter leur traitement."

Seul obstacle, le coût. L'examen n'est pas remboursé. Aux scientifiques de prouver désormais la valeur ajoutée de ce dispositif.

Le prix d'une meilleure vie.

Florence COTTIN



# Bronchiolite

Les symptômes :



toux sèche



respiration rapide et soufflante

Si votre enfant est gêné pour respirer, ou s'il a des difficultés pour manger ou téter, consultez rapidement votre médecin traitant. Avant de vous rendre aux urgences, appelez toujours le 15.

# 90%

des enfants de moins de 2 ans ont attrapé la bronchiolite, sans conséquence.

