

## NOUVEL ALLIÉ CONTRE LA MORT SUBITE DU NOURRISSON

Une chercheuse américaine a comparé la qualité de l'air des chambres de 312 bébés en bonne santé, ainsi que celle de 185 nourrissons décédés. Les résultats révèlent que l'utilisation d'un ventilateur réduirait le risque de 70 %. La réduction atteint 94 % si on utilise le ventilateur dans une chambre chauffée à plus de 21°C.



## Le paracétamol, cause d'asthme infantile ?

Une étude menée par des chercheurs néo-zélandais, allemands et chinois suggère que l'administration de paracétamol chez les bébés de moins de 1 an pourrait être à l'origine de l'apparition d'un asthme, d'une rhinoconjonctivite ou d'un eczéma à 6 ou 7 ans. Le risque serait proportionnel à la fréquence des prises.

## LINGETTES INTIMES: LA DOUCEUR APAISANTE DE LA BARDANE

60 % des femmes disent être régulièrement gênées par de petites irritations. Hypoallergéniques, sans savon, sans conservateurs et sans colorants, les lingettes intimes **Saforelle** au pH alcalin doux,

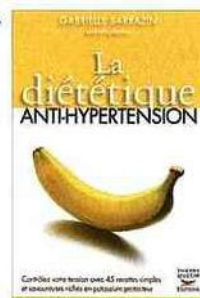
grâce aux vertus adoucissantes et apaisantes de la bardane, apportent hygiène et confort tout au long de la journée. En pharmacies et parapharmacies. Prix conseillé : 3,75 € le sachet de dix.

## Offrir un peu de magie aux petits malades

Magélys est une poupée magicienne qui, en entraînant Iris, une petite fille malade, dans son univers magique, la mène aussi sur le chemin de la guérison... Edité par l'association Magie à l'hôpital-du rêve pour les enfants, cet ouvrage permettra d'acheter du matériel de magie pour faire rêver les enfants hospitalisés. 15 €. [www.magie-hopital.com](http://www.magie-hopital.com).

## Hypertendus: retrouvez la banane !

Bien manger tout en réduisant sa tension artérielle ? C'est possible, à condition, toutefois, de connaître les cinq grandes règles nutritionnelles anti-hypertension, comme celle qui consiste à consommer plus de potassium et moins de sodium. En clair, à distinguer les « bons » des « mauvais » aliments et à savoir les cuisiner. C'est ce que nous propose Gabrielle Sarrazin, diététicienne, dans cet ouvrage scientifico-gourmand, qui nous démontre qu'hygiène alimentaire peut rimer avec plaisirs de la table.



La Diététique anti-hypertension, de Gabrielle Sarrazin, aux éditions Thierry Souccar, 10 €.

Lysiane Le Ny