

## Quand le cerveau est diminué, n'hésitez pas à le stimuler

Chez les personnes très âgées ou atteintes d'un vieillissement prématuré du fonctionnement cérébral, la pensée se ralentit et s'obscurcit, comme si le cerveau était envahi et bloqué par la rouille.

Ce ralentissement cérébral provoque un ralentissement général de l'activité. Les personnes atteintes restent prostrées, passant leurs journées à ne rien faire, assises devant leur poste de télévision. Lorsqu'on sollicite leur attention, elles ne réagissent souvent pas ou peu.

En revanche, quand on insiste, la répétition des stimulations finit par avoir un effet et jouer le rôle d'un dégrippant cérébral. Les résultats sont parfois spectaculaires.

Ainsi, par exemple, lors du tournage d'un documentaire sur les personnes très âgées, le réalisateur avait filmé un vieillard totalement gâteux et prostré dans son fauteuil à qui il avait demandé de se lever et qui avait mis 30 mn pour s'exécuter avec toute la lenteur, les mimiques et les hésitations qu'on peut imaginer. Devant ce « moment de cinéma » extraordinaire, le réalisateur avait voulu doubler la prise. Le monsieur s'étant rassis, on lui avait demandé à nouveau « pouvez-vous vous lever ? ». Stupeur, il s'est alors exécuté en 15 mn. Interloqué, le réalisateur a triplé la prise. Et là, le monsieur, considéré comme un grand sénile, s'est levé quasiment d'un bond.

En pratique, stimuler sans se lasser peut aider beaucoup les personnes dont le cerveau est « rouillé ».

Sources: Open Rome et documentaire "Rencontre du 3ème âge", Gaillard Audiovision productions.

### Le Dico du doc



## Sénilité



Appellation « fourre-tout » très utilisée aux siècles derniers pour désigner l'état mental de personnes souffrant d'un vieillissement pathologique du cerveau.

Elle est remplacée actuellement par « Alzheimer », nom d'Alois Alzheimer, neuro-psychiatre bavarois ayant décrit une forme rare de sénilité précoce, survenant chez des personnes jeunes.

On a longtemps pensé que la sénilité était due à une destruction des neurones. On sait maintenant que les causes de sénilité sont très diverses et que la plupart d'entre elles sont liées à un mauvais fonctionnement des cellules qui apportent aux neurones le sucre et l'oxygène dont ils ont besoin pour fonctionner. Ces cellules, baptisées « gliales », doivent être régénérées fréquemment, contrairement aux neurones qui ne se renouvellent pas. Elles forment un « tissu de soutien » des neurones, la « névroglie ».

Quand la névroglie est mal alimentée, les neurones fonctionnent mal. La perturbation de la névroglie peut être due à des problèmes très divers : artères bouchées, hémorragies, intoxications (oxyde de carbone, médicaments), sous-alimentation, déshydratation, excès de chaleur ou trop grand froid, infection ou oedème cérébral, etc.

Source : Open Rome.

### Météo antibio

#### Risques

- Grippe élevé
- Bronchiolite faible
- Inf respiratoire moyen
- Gastro-entérite élevé
- Allergie pollens très élevé

Sources : ECDC, Open Rome, InVS et <http://www.pollens.fr>

#### Le bouleau

##### n'est pas un poisson d'avril

Entre les giboulées, le soleil favorise la diffusion des pollens de bouleau.

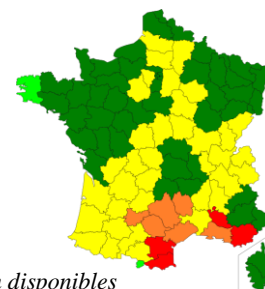
Les pollens de cyprès sont encore très répandus au pourtour méditerranéen.

Les pollens de noisetier, aulne, peuplier, frêne, saule et charme restent discrets.

Dans le sud, forte activité des pollens de platane et de chêne.

Semaine du 1<sup>er</sup> au 8 avril 2016

- : nul
- : très faible
- : faible
- : moyen
- : élevé
- : très élevé
- : données non disponibles



Source : RNSA <http://www.pollens.fr>