



santé/guide

Les vérités étonnantes de notre corps

On croit le connaître mais il est encore mystérieux. Nos organes et nos cellules recèlent parfois des informations surprenantes. Par Clara Bayle

A l'ère des robots chirurgiens qui opèrent sans cicatrices, des os et des muscles imprimés en 3D et de la médecine régénérative, le corps humain n'est pas en reste.

Il continue de livrer **des qualités d'exception**, qui font le bonheur des chercheurs. Surtout que certaines propriétés récemment découvertes sont en faveur de notre santé. Voici celles qui nous ont le plus étonnées.

Le foie s'adapte et repousse

Si on en retire une parcelle, voire l'un des deux lobes, « il s'adapte et repousse spontanément pour retrouver un volume suffisant et fonctionner comme avant », se réjouit le Pr Victor de Lédinghen, hépatologue, chef de service au CHU de Bordeaux. Et, en trois mois, il peut atteindre 80 à 90% de son volume initial.

Le bénéfice pour nous ? Il est énorme. Cela permet de sauver un accidenté de la route, de retirer une tumeur ou de réaliser

des greffes de foie entre vivants, même si elles sont rares (24 en 2015), de traiter certains calculs hépatiques localisés dans un lobe, et d'assurer ensuite au patient une vie normale. « Toutefois, la réussite de l'opération est liée à la bonne santé de l'organe. Un foie 100% malade, d'une cirrhose par exemple, ne dispose plus de toutes ses capacités pour repousser. »

Le clitoris mesure 11 cm

La partie visible, le gland, est raccordée à un **tronc tubulaire de 2 cm environ, prolongé de deux tiges de 6 à 8 cm**, qui descendent de chaque côté du vagin, côté pubis. Ce n'est pas tout : deux bulbes de forme oblongue partent aussi du tronc en formant deux cousins derrière les petites lèvres.

Le bénéfice pour nous ? Le clitoris est constitué de tissus érectiles, comme le pénis. Sous l'effet du désir, l'afflux sanguin s'intensifie autour du vagin. « Mais pour que le potentiel érotique s'exprime pleinement, les préliminaires doivent être au rendez-vous », précise la sexologue Laura Beltran*.

* Coauteure de « Les femmes et leur sexe », éd. Payot.

Réchauffement !

Au cœur de nos cellules, la température atteint 48°C et non 37°C

Cela se joue dans les mitochondries, les usines cellulaires qui produisent chaleur et énergie. Connaître leur température, et donc leurs vertus chimico-électriques, offre des pistes de recherche sur les myopathies, la sclérose en plaques, la maladie de Parkinson ou le cancer, dans lesquels les mitochondries sont atteintes. (Source : Inserm).





On efface tout

Le gène des mauvais souvenirs

On doit sa découverte au prestigieux MIT (Massachusetts Institute of Technology). Si notre gène Tet1 est inactif, on reste bloqué sur les épisodes douloureux : chagrins d'amour et stress post-traumatiques. Les chercheurs planchent sur une molécule, digne d'une ardoise magique, qui le suractiverait pour favoriser l'oubli et la résilience.

La peau s'autorégénère la nuit

Afin de réparer les agressions des radicaux libres, des UV et autres polluants, notre épiderme s'active la nuit. Pendant notre sommeil, la peau fabrique plus de deux cents molécules antioxydantes. Son pic de régénération est à 1 heure du matin : «**Les endonucléases, qui ont la capacité de réparer l'ADN des cellules et d'enrayer la formation de certains tumeurs,** sont à leur puissance maximale. Et c'est la même chose concernant les protéasomes, un mécanisme cellulaire de détoxification », décrypte le Pr Philippe Humbert, dermatologue au CHU de Besançon et auteur de *Beauté et santé de la peau* (MA éditions).

Le bénéfique pour nous ?

Le savoir permet de favoriser au maximum nos mécanismes de réparation, en évitant de créer involontairement des inflammations ou des irritations, même infimes et invisibles. Exit donc le gel douche ou le savon trop décapants, les peelings à répétition, le démaquillage avec des produits inadaptés ou la crème qui asphyxie l'épiderme. Les cellules cutanées ne peuvent, en effet, être au four et au moulin. Si, à 1 heure du matin, elles sont monopolisées par des séquelles en surface, la régénération profonde sera moins performante. Conclusion : on adopte des produits doux qui respectent le film hydrolipidique, protecteur de la peau, et on renforce la régénération cellulaire en appliquant une crème de nuit dotée de vitamines E et C, les anti-oxydants naturels de la peau.

Le cerveau peut être opéré sans anesthésie

Comme il n'est pas muni de récepteurs de la sensibilité et de la douleur, il ne fait pas souffrir. **Le bénéfique ?** Les patients atteints de cancer du cerveau ou parkinsoniens peuvent être opérés en restant éveillés. C'est capital pour pouvoir guider le neurochirurgien. Ainsi, tandis que ce dernier détermine les zones à opérer, un neuropsychologue ou un orthophoniste demande au patient d'identifier des objets, de compter, de bouger la main... L'objectif ? Retirer la tumeur ou implanter des électrodes pour stimuler les zones en cause dans les symptômes parkinsoniens, sans toucher aux fonctions de la parole, du mouvement, de la vision, de la perception des émotions... afin de limiter les séquelles et de préserver la qualité de vie ensuite.

1 cm² de peau porte un million de bactéries amies

Ces bactéries forment un bouclier qui protège l'épiderme des infections et des dermatoses. **Et c'est peu dire qu'elles sont robustes : des études ont montré qu'elles résistent sans peine aux détergents utilisés par les chirurgiens** pour aseptiser leurs avant-bras, avant d'entrer au bloc. Outre les bactéries, cet écosystème impressionnant, appelé microbiome, est

constitué de germes et de champignons, qui colonisent l'épiderme en permanence. Sur les peaux saines, plus de cinq cents espèces ont été identifiées...

Le bénéfique pour nous ?

On estime que la superficie de la peau est d'environ 1,7 m², ce qui représente des millions de bactéries. L'omniprésence de ces micro-organismes éduque

le système immunitaire et lui apprend à développer des réponses efficaces contre des bactéries dangereuses, comme le staphylocoque doré. Mieux encore : on peut venir à bout de certaines dermatoses, tel l'eczéma atopique, en restaurant l'équilibre bactérien du microbiome, c'est-à-dire en augmentant et en diversifiant ces micro-organismes.

ISTOCK/GETTY-IMAGES (2)

L'organisme élimine le trop-plein de vitamines

LE CORPS DÉTESTE LES EXCÈS ET AIME « FAIRE SON MARCHÉ » À SON RYTHME. Il sélectionne les vitamines dont il a besoin parmi celles qu'on lui sert, et il se débarrasse

du surplus via les urines. Inutile donc de se bourrer de vitamines le matin. Mieux vaut répartir judicieusement les apports au gré des repas, goûter compris. « On peut aussi associer, à chaque repas, des aliments

de couleurs différentes. Chaque pigment a un effet protecteur », précise la nutritionniste Paule Nathan, auteure du *Guide de sagesse alimentaire* (L'Œuvre éditions).

