

7 Days santé & conso

By Lodi

28-11-2025



Amal Seghrouchni : le Maroc ambitionne de devenir un leader de la E-Santé en Afrique

Imintanout : l'hôpital de proximité ouvre ses portes

Téléphone et cancer : la panique était-elle juste dans nos têtes ?

LODJ

WEB RADIO
By Lodj

RE2I

La web
Radio
des
marocains
du monde



WWW.LODJ.MA

Amal Seghrouchni : le Maroc ambitionne de devenir un leader de la E-Santé en Afrique

Le Maroc aspire à se positionner comme un acteur majeur de la e-santé sur le continent africain, a déclaré Amal El Fallah Seghrouchni, ministre déléguée chargée de la Transition numérique et de la Réforme de l'administration, lors de l'ouverture de la 3ème édition du Forum International de la e-Santé à Casablanca.



Vers un écosystème de santé numérique :

Au cours de son discours, Mme Seghrouchni a souligné l'importance d'unir les efforts des établissements de santé, des chercheurs, des instances de régulation, des entreprises et des acteurs de l'innovation pour atteindre cet objectif ambitieux.

Elle a insisté sur la nécessité de « mettre en commun nos expertises, nos données et nos ressources » afin de construire un écosystème de santé numérique solide, souverain et durable.

La ministre a également précisé que la transformation numérique de la santé est désormais un pilier essentiel de la modernisation de l'action publique.

En accord avec la vision éclairée de Sa Majesté le Roi Mohammed VI, le Maroc s'engage résolument dans cette dynamique, visant à placer la technologie au service des citoyens et à améliorer l'efficacité du système national de santé.

Dans ce contexte, Mme Seghrouchni a mis en avant le rôle crucial de l'intelligence artificielle (IA) dans la révolution du diagnostic médical, l'optimisation du suivi des patients, la personnalisation des traitements et l'accélération de la recherche clinique.

Cependant, elle a souligné que cette transformation ne pourra réussir sans des bases solides, notamment des données de haute qualité, une interopérabilité efficace entre les systèmes d'information et une gouvernance rigoureuse définissant clairement les conditions d'accès et d'utilisation des données.

Cette ambition du Maroc marque une étape significative vers la modernisation du système de santé, tout en renforçant son rôle de leader en matière de e-santé sur le continent africain.

Brèves Santé & Conso



Myopie : la menace grandit

D'ici 2050, la moitié de la population pourrait devenir myope : comment protéger ses yeux dès maintenant

La myopie progresse rapidement et pourrait toucher 50 % de la population mondiale d'ici 2050, alerte les spécialistes. Les plus jeunes sont particulièrement concernés, un enfant sur cinq étant déjà myope.

Ce trouble augmente le risque de glaucome, cataracte ou décollement de la rétine.

Pour préserver sa vue, il est recommandé de passer au moins deux heures par jour à l'extérieur, de limiter le temps près des écrans avec des pauses régulières, et de respecter un sommeil de qualité.

Votre cerveau quitte l'adolescence seulement à 32 ans

Une étude britannique sur 3.800 personnes révèle que le cerveau traverse cinq grandes phases de développement de la naissance à plus de 80 ans.

De 0 à 9 ans, les connexions neuronales explosent, favorisant l'apprentissage. Jusqu'à 32 ans, l'adolescence et le jeune adulte optimisent les réseaux cérébraux. De 32 à 66 ans, le cerveau se stabilise, avant un vieillissement progressif.

Après 83 ans, la connectivité diminue encore, expliquant certaines pertes cognitives. Ces étapes clés éclairent les moments où apparaissent troubles de mémoire, apprentissage ou vulnérabilité cognitive.



Imintanout : l'hôpital de proximité ouvre ses portes

Le Ministre de la Santé a inauguré à Imintanout un nouvel hôpital de proximité construit pour améliorer l'accès aux soins dans la province de Chichaoua.

L'établissement, d'une capacité de 45 lits, est équipé d'infrastructures modernes et de dispositifs organisationnels récents.

Plus de 100 professionnels de santé y assureront des services variés, de la médecine générale à la chirurgie en passant par la pédiatrie et la gynécologie. Ce nouvel hôpital vise à réduire les déplacements des habitants et à renforcer la qualité des soins.

Brèves Santé & Conso



Impulsivité : la face cachée génétique

Une vaste étude américaine révèle que l'impulsivité n'est pas seulement un trait de caractère : elle serait liée à des gènes impliqués dans des maladies mentales et physiques.

En analysant l'ADN de plus de 130 000 personnes, les chercheurs ont identifié 11 régions génétiques et 93 gènes liés à la prise de décision immédiate, eux-mêmes associés au diabète, à l'obésité, aux troubles métaboliques et psychiatriques.

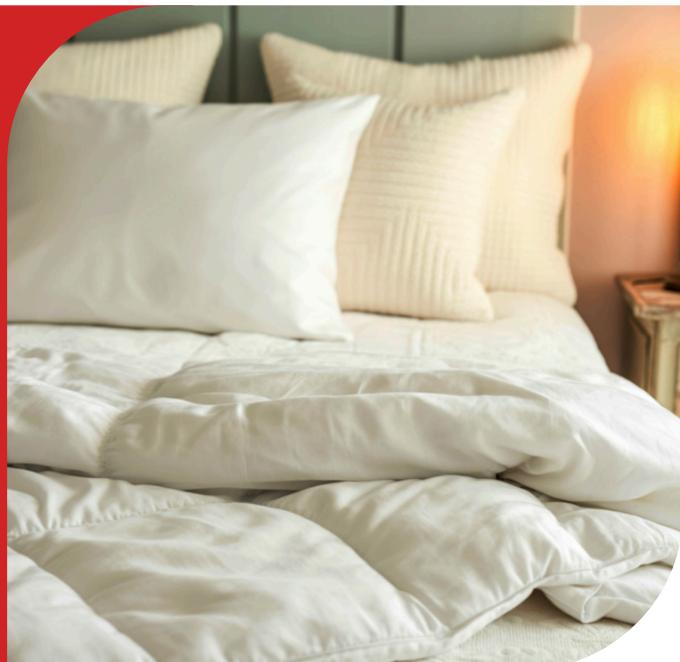
Les corrélations touchent même 73 caractéristiques du quotidien, comme le sommeil, la dépression ou la consommation de substances.

Un suivi clinique montre que l'impulsivité est liée à plus de 200 problèmes de santé sur le long terme.

Peaux mortes et literie : votre lit, un buffet à acariens

Chaque nuit, des millions d'acariens transforment votre matelas en véritable buffet, profitant de la chaleur, de l'humidité et des peaux mortes que vous laissez sans le savoir.

Invisibles mais bien présents, ils colonisent oreillers et couettes, et peuvent aggraver allergies, toux ou asthme. Les études récentes confirment que la literie reste leur repaire numéro un dans nos maisons. Bonne nouvelle : quelques gestes simples – aération, lavage régulier, housses adaptées, humidité contrôlée – permettent de réduire nettement leur présence.



Expérimentation des notices numériques pour les médicaments

En France, l'Agence nationale de sécurité du médicament (ANSM) teste des notices numériques pour plus de 500 médicaments, dont le paracétamol et des vaccins, sur une période de deux ans. Ce projet inclut 420 médicaments hospitaliers et 170 disponibles en pharmacie.

Objectifs

- Démarche écologique : Accès via QR code sur certaines boîtes de médicaments.
- Mise à jour mensuelle : Informations médicales actualisées et contenus pédagogiques, y compris des vidéos explicatives.

Téléphone et cancer : la panique était-elle juste dans nos têtes ?

Bonne nouvelle : les téléphones portables ne causent pas de cancer, mais quelques gestes simples restent conseillés, surtout pour les enfants.

Si toi aussi tu te demandes si ton portable peut te donner un cancer, respire un bon coup.

Spoiler : selon la dernière étude de l'Agence nationale de sécurité sanitaire en France (Anses), il n'y a aucun lien démontré entre les ondes de ton téléphone et le cancer.



Oui, tu as bien lu. Pas besoin de paniquer quand ton cousin t'envoie un message sur WhatsApp ou quand tu scannes TikTok au souk.

Les ondes des portables ne causent pas de cancer

Pendant des années, les ondes radiofréquences ont fait parler d'elles, et parfois de façon alarmiste.

Mais l'Anses a passé au crible 250 études scientifiques robustes, des travaux sur les adultes et les enfants. Verdict ? Les altérations cellulaires observées sont transitoires et se réparent dès que l'exposition cesse. Même chez l'animal, les preuves d'un lien avec le cancer restent limitées.

En clair : ton téléphone ne transforme pas tes cellules en mini laboratoires de chimie dangereuse. Alors, tu peux garder ton portable dans ta poche... mais pas forcément coller ton visage dessus toute la journée.

Prudence pour les enfants : usage modéré et gestes simples

Bon, si on parle des enfants, là, c'est un autre sujet. Les petits sont plus sensibles, et trop de temps d'écran peut augmenter certains risques, comme ceux liés au cœur ou à la fatigue mentale.

L'astuce ? Limiter le temps d'écran, utiliser des appels en mains libres ou le haut-parleur, et éviter de dormir avec le portable sous l'oreiller.

Chez nous au Maroc, il suffit parfois de suivre les conseils de nos grands-mères : une tasse de tisane calmante après l'écran, un petit tour au hammam pour se détendre, ou simplement poser le téléphone pendant le jeu ou le goûter.

Comment téléphoner sans stresser

Pour les adultes, pas besoin de dramatiser, mais quelques gestes simples peuvent réduire ton exposition : Utiliser le kit mains libres ou le haut-parleur.

Éviter les appels dans les zones où la réception est mauvaise.

Ranger le téléphone dans un sac ou sur la table plutôt qu'au contact direct du corps.

Et entre nous, c'est aussi une bonne excuse pour décrocher un peu, profiter d'un café à au marché ou discuter en face-à-face avec des amis. Le corps et l'esprit te remercieront.

Des petites habitudes saines sans stress

Alors oui, les portables font partie de notre quotidien, mais la science nous rassure : pas de panique, pas de cancer.

Restez simplement vigilant pour les plus jeunes, adoptez des petites habitudes saines et profitez de vos appareils sans stress.

Conso et environnement, quoi de neuf ?



**L'accord
Maroc-Émirats :
un tournant
stratégique
pour la sécurité
hydrique**



Face à une décennie marquée par la sécheresse, la pression démographique et un dérèglement climatique qui redessine les priorités nationales, le Maroc explore un nouveau modèle de coopération.

L'accord conclu en 2025 avec les Émirats arabes unis, axé sur l'investissement massif dans les infrastructures hydrauliques, marque un changement d'échelle : il ne s'agit plus seulement de gérer la rareté, mais de sécuriser l'avenir.

Une alliance économique, technique et stratégique qui pourrait redéfinir la gestion de l'eau d'ici 2030.

Le Maroc face à un défi structurel : l'eau comme nouvelle priorité nationale

Ce n'est pas un épisode ponctuel, c'est une transformation durable.

Et c'est dans ce contexte que l'accord marocano-émirati prend toute son importance.

By Lodj



LA WEB TV

**100% digitale
100% Made in Morocco**

