

7 Days santé & conso

By Lodi

31-07-2026

Pharmacovigilance : ce que prévoit le nouveau projet de décret au Maroc

Un traitement anti-âge à base de peau humaine suscite l'intérêt et la controverse

La pêche, le fruit d'été qui fait autant de bien qu'il régale

Certaines images de cet hebdomadaire peuvent avoir été créées par intelligence artificielle.

SOMMAIRE

7Days

By Lodi

الإرسالة
ARRISSALA - SA
Imprimerie Arrissala

04

SANTÉ & CONSO

05

**BRÈVES
SANTÉ
& CONSO**

08

**NOUVEAUTÉ
NUTRITIONNELLE**

PRÉSIDENT ARRISSALA SA : HASSAN SENTISSI EL IDRISSI

CEO DE L'ODJ MÉDIA : ADNANE BENCHAKROUN

DIRECTEUR DIGITAL & MÉDIA : MOHAMED AIT BELLAHSEN

ÉQUIPE DE RÉDACTION : BASMA BERRADA - SALMA LABTAR - SALMA CHMANTI HOUARI
NISRINE JAOUADI - MAMOUNE ACHARKI

SOCIAL MEDIA TEAM : NADA DAHANE - OUMNIA LABRITI

STUDIO TEAM : WAFAE SNINA - OUSSAMA MOUKAFI - WAHIBA MAHFOUDI

MAQUETTES / QUOTIDIENS 7DAYS : RIM KHAIROUN

WEBDESIGNER / COUVERTURE, ALIMENTATION & MISE EN PAGE : IMAD BEN BOURHIM

L'ODJ Média - Groupe de presse Arrissala SA

Retrouver tous nos anciens numéros sur :

www.pressplus.ma

Merci à nos

50

**Chroniqueurs
et Experts invités**

Pour vos analyses, vos regards éclairés
et vos mots qui nourrissent le débat public.
Vos contributions font vivre une information libre,
rigoureuse et utile.



LODJ.MA

L'actualité en continu



LODJ.INFO

L'info autrement



I-DABATS

Le bimensuel qui éclaire

Contre tous les constats,
LES MAROCAINS LISENT, ANALYSENT ET ÉCRIVENT !



LES JEUNES

s'informent,
questionnent,
proposent.



LES SÉNIORS

lisent, partagent
leur expérience
et éclairent le présent.



ENSEMBLE,

ils construisent
un Maroc qui pense
et qui avance.

**“ Grâce à vous, L'ODJ Média reste une maison
de débats, d'idées et d'analyses.**

Merci du fond du cœur !

@lodimaroc

Pharmacovigilance : ce que prévoit le nouveau projet de décret au Maroc

Le ministère de la Santé a soumis un projet de décret pour renforcer le système national de pharmacovigilance.

Objectif : mieux surveiller les médicaments et protéger les patients contre les effets indésirables.

Une réforme de la pharmacovigilance

Le Maroc veut passer à la vitesse supérieure en matière de sécurité des médicaments.

Le ministère de la Santé et de la Protection sociale a soumis un projet de décret qui redéfinit le fonctionnement du système national de pharmacovigilance.

L'objectif est clair : améliorer la détection des risques liés aux médicaments, renforcer la surveillance et garantir une meilleure protection de la santé publique.

Le texte, actuellement en consultation publique, confie un rôle central à l'Agence marocaine du médicament et des produits de santé.

Celle-ci sera chargée de coordonner l'ensemble du dispositif avec les différents acteurs du secteur sanitaire, tout en assurant le suivi des alertes et des informations liées à la sécurité des traitements.

Déclarer plus vite les effets indésirables

Le futur système prévoit une organisation plus structurée de la déclaration des effets indésirables des médicaments. Les données collectées devront être analysées afin de détecter rapidement d'éventuels signaux de risque.

L'objectif est aussi de suivre l'efficacité des mesures mises en place pour limiter ces risques, tout en améliorant le partage d'informations entre les autorités sanitaires, les professionnels de santé, les établissements pharmaceutiques et, lorsque cela est nécessaire, le grand public.

Au-delà de la surveillance, cette réforme vise également à encourager le bon usage des médicaments, un enjeu devenu essentiel face à la multiplication des traitements disponibles sur le marché.

Un comité consultatif pour anticiper les risques

Parmi les principales nouveautés figure la création d'un Comité consultatif de pharmacovigilance placé auprès de l'Agence marocaine du médicament et des produits de santé.

Cette instance aura pour mission d'examiner les données scientifiques relatives à la sécurité des médicaments et de formuler des recommandations au directeur de l'Agence.

Elle pourra proposer des mesures destinées à prévenir ou réduire les risques liés à certains traitements.

Le comité sera également habilité à mener des études spécifiques lorsque cela sera jugé nécessaire. Ses membres seront soumis au secret professionnel afin de garantir la confidentialité des informations traitées.

Des centres régionaux au cœur du dispositif

Le projet de décret renforce également le rôle des centres régionaux de pharmacovigilance.

Implantés au niveau des groupements sanitaires territoriaux, ils seront chargés de mettre en œuvre les actions de surveillance dans les différentes régions, préfectures et provinces du Royaume.

Pour les régions où ces groupements ne sont pas encore opérationnels, les centres hospitaliers universitaires assureront cette mission de manière transitoire.

Autre point important, l'Agence pourra s'appuyer sur les évaluations scientifiques de l'Organisation mondiale de la santé ainsi que sur celles des autorités réglementaires internationales reconnues par l'OMS afin d'appuyer ses décisions.

Avec ce nouveau texte, le Maroc cherche à moderniser son système de pharmacovigilance et à renforcer la confiance dans le suivi des médicaments.

Si le décret est adopté après la phase de consultation publique, il remplacera le dispositif actuellement en vigueur depuis 2021 et marquera une nouvelle étape dans la politique nationale de sécurité sanitaire.



Brèves Santé & Conso



Vitamine D : la D3 prend l'avantage

Une méta-analyse britannique remet en question l'équivalence entre les vitamines D2 et D3.

Les chercheurs ont constaté que les compléments en vitamine D2 pourraient faire baisser les niveaux de vitamine D3 dans l'organisme, pourtant considérée comme plus bénéfique pour l'immunité.

La D3 semble également plus efficace pour renforcer les défenses naturelles.

Ces résultats pourraient influencer les recommandations sur les compléments alimentaires, notamment durant l'hiver.

Poches et cernes sous les yeux : pourquoi apparaissent-ils et comment les atténuer ?

Les poches et les cernes sous les yeux n'ont pas la même origine. Les poches sont liées à un relâchement des tissus et à une accumulation de graisse ou d'eau, tandis que les cernes résultent d'une circulation sanguine et lymphatique moins efficace sous une peau très fine.

Le froid peut aider à réduire les poches, mais il n'existe pas de solution miracle contre les cernes, qui peuvent aussi être héréditaires.

Une bonne hygiène de vie et, dans certains cas, des traitements médicaux ou esthétiques peuvent améliorer l'apparence du regard.

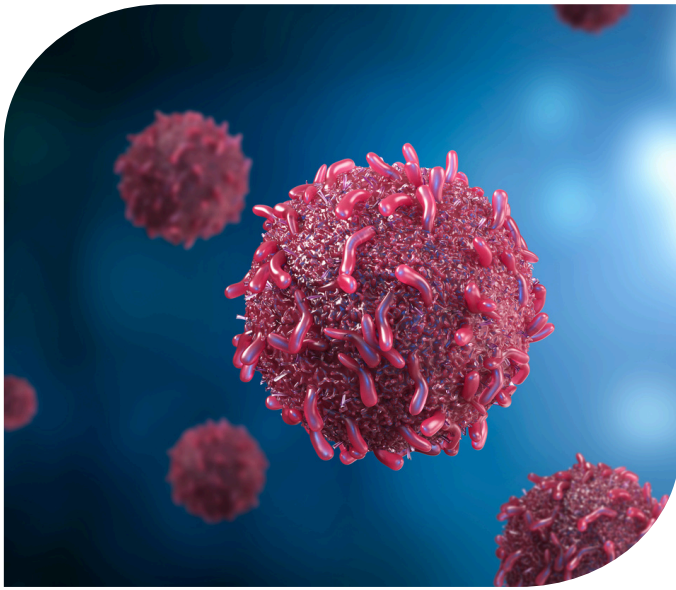


Canicule : pourquoi la chaleur peut provoquer des vertiges au réveil

Par forte chaleur, les vaisseaux sanguins se dilatent pour refroidir le corps, ce qui fait baisser la pression artérielle.

En se levant brusquement, le sang descend vers les jambes et le cerveau est momentanément moins irrigué, provoquant des vertiges ou une sensation de faiblesse. La déshydratation accentue ce phénomène.

Pour le prévenir, il est conseillé de bien s'hydrater, de se lever progressivement et d'éviter de rester longtemps debout en plein soleil. Si les malaises sont fréquents ou s'accompagnent d'autres symptômes, une consultation médicale est recommandée.



Une étude révèle l'influence des gènes sur l'évolution du cancer

Une étude publiée dans Nature montre que le patrimoine génétique hérité influence la manière dont un cancer se développe après une exposition à des facteurs de risque comme le tabac. Des expériences sur des souris révèlent que les gènes orientent l'évolution des tumeurs, leur vitesse de progression et certaines mutations.

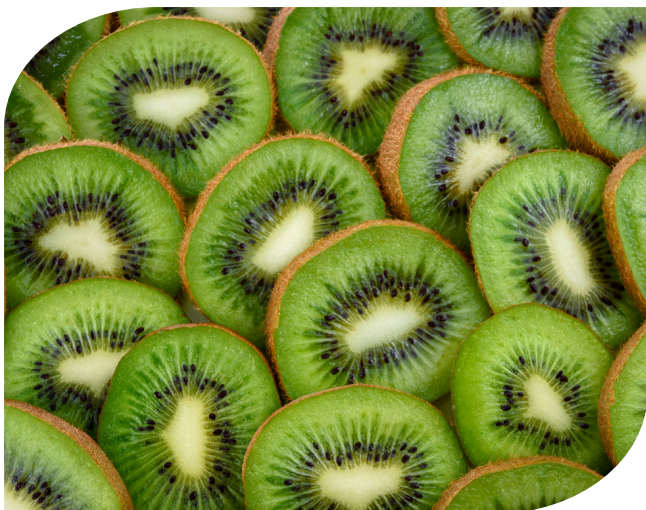
Cette découverte pourrait expliquer pourquoi certaines personnes développent un cancer et d'autres non malgré des expositions similaires. À terme, elle pourrait ouvrir la voie à un dépistage et à des traitements davantage personnalisés.

Horaires des repas : un atout pour le cerveau

Une étude menée auprès de femmes en surpoids montre que limiter la prise des repas à une fenêtre de 8 à 9 heures par jour pourrait améliorer certaines fonctions cognitives, comme la mémoire et la résolution de problèmes.

Les participantes ont perdu autant de poids que celles suivant uniquement une restriction calorique, mais avec de meilleurs résultats aux tests cognitifs. Les chercheurs estiment qu'arrêter de manger quatre heures avant le coucher pourrait renforcer ces bénéfices.

Ils rappellent toutefois que ces résultats doivent être confirmés par des études plus larges et qu'une alimentation saine reste essentielle pour réduire le risque de démence.



Deux kiwis par jour pour une peau plus dense : promesse sérieuse ou raccourci séduisant ?

Le kiwi pourrait-il agir sur la peau de l'intérieur ?

Une étude récente, largement reprise dans la presse internationale, rapporte une hausse proche de 48 % d'un indicateur de densité cutanée et d'environ 30 % de la prolifération des cellules de l'épiderme après huit semaines de consommation quotidienne de kiwis riches en vitamine C.

Le mécanisme avancé est plausible.

La vitamine C participe à la synthèse du collagène, intervient dans la protection contre le stress oxydatif et contribue au fonctionnement normal des cellules cutanées.

Un traitement anti-âge à base de peau humaine suscite l'intérêt et la controverse

Alors que certaines techniques esthétiques repoussent toujours plus loin les limites de la médecine anti-âge, un nouveau traitement développé en Corée du Sud attire l'attention.

Baptisé Elravie Re2O, ce soin utilise des tissus cutanés humains prélevés sur des donneurs décédés afin d'aider la peau à retrouver densité, élasticité et apparence plus jeune.



Le traitement, dont le nom évoque l'idée d'un « retour à la vingtaine », n'a pas encore reçu l'approbation de la Food and Drug Administration américaine. Malgré cela, certaines cliniques aux États-Unis, notamment à New York, auraient déjà commencé à le proposer de manière limitée. La société à l'origine du produit espère obtenir une autorisation officielle et le commercialiser sur le marché américain d'ici 2027.

Le procédé repose sur l'utilisation d'échantillons de peau provenant de donneurs décédés aux États-Unis, après obtention des autorisations nécessaires. Ces tissus sont ensuite envoyés dans des laboratoires spécialisés où toutes les cellules humaines ainsi que le matériel génétique sont retirés.

Il ne reste alors que la matrice extracellulaire, une structure naturelle riche en collagène, élastine, acide hyaluronique et glycoprotéines adhésives. Cette matrice agit comme une sorte d'échafaudage biologique, permettant aux cellules cutanées du patient de s'y fixer, de se développer et de participer à la reconstruction des tissus.

Selon les spécialistes, l'élimination des cellules permet de réduire les risques de rejet immunitaire ou de réactions allergiques, tout en préservant les composants essentiels à la régénération de la peau.

Contrairement aux injections esthétiques classiques, qui visent souvent à apporter du volume ou une hydratation temporaire, "Elravie Re2O" ambitionne de renforcer la structure même de la peau. Le médecin britannique et expert en esthétique **Ben Taylor Davies** a expliqué au journal "Metro" que ce traitement cherche davantage à reconstruire le soutien naturel du derme qu'à simplement combler les rides.

Sur le plan médical, le produit est décrit comme une "matrice dermique humaine traitée", une appellation plus précise que les formulations sensationnalistes évoquant du collagène issu de cadavres. Le produit final contient un réseau préservé de collagène humain, d'élastine, d'acide hyaluronique et de protéines favorisant l'adhésion et la croissance des cellules cutanées.

En Corée du Sud, le traitement est déjà utilisé dans certaines cliniques dermatologiques depuis la fin de l'année 2024. Le docteur Kim Han-sim, dermatologue à Séoul, affirme que l'absence de cellules dans les tissus réduit fortement les risques de rejet par le système immunitaire et d'effets allergiques.

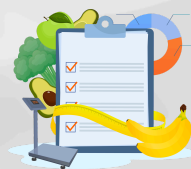
Certaines patientes rapportent par ailleurs une procédure relativement simple. L'une d'elles a indiqué avoir appliqué une crème anesthésiante avant les injections et n'avoir ressenti qu'une douleur très légère, estimée à un niveau de un sur dix.

Les premiers retours suggèrent que ce soin pourrait contribuer à améliorer la densité et l'élasticité de la peau, réduire l'apparence des rides et ridules, renforcer l'hydratation cutanée et diminuer la visibilité des pores. Le résultat recherché est une peau plus lisse, plus ferme et plus homogène.

Toutefois, l'utilisation de tissus humains donnés soulève aussi des interrogations. Même si les risques sont considérés comme faibles lorsque les protocoles de sélection des donneurs et de fabrication sont strictement respectés, ils ne sont pas inexistantes. Des réactions immunitaires, une contamination ou une infection restent théoriquement possibles.

Entre promesse de régénération cutanée et prudence réglementaire, "Elravie Re2O" illustre l'évolution rapide du marché de l'esthétique anti-âge. Son avenir dépendra désormais de sa validation scientifique, de son encadrement médical et de l'approbation des autorités sanitaires, notamment aux États-Unis.

Nouveauté nutritionnelle de la semaine



La pêche, le fruit d'été qui fait autant de bien qu'il régale



La star des fruits de l'été

Impossible de traverser l'été sans croiser une cagette de pêches bien parfumées au marché.

Au Maroc aussi, ce fruit fait partie des plaisirs de la saison. Glissée dans le panier après un passage au souk, dégustée bien fraîche au goûter ou servie en dessert après un tajine léger, la pêche n'est pas seulement délicieuse.

Derrière sa chair juteuse se cache un véritable concentré de nutriments qui aide le corps à mieux vivre les journées chaudes.

Pourquoi la pêche est l'un des meilleurs fruits de l'été

Quand le thermomètre grimpe, notre organisme perd davantage d'eau. C'est là que la pêche devient une alliée de choix.

Composée d'environ 90 % d'eau, elle participe à l'hydratation tout au long de la journée, en complément des boissons.

Bien sûr, elle ne remplace pas un grand verre d'eau, mais elle aide à maintenir un bon équilibre, surtout lorsqu'on passe du temps dehors ou après une balade en bord de mer.

Autre bonne nouvelle : malgré son goût naturellement sucré, la pêche reste peu calorique. Avec seulement une quarantaine de calories pour 100 grammes, elle satisfait facilement une envie de douceur sans alourdir le repas

-Cliquez sur l'image pour plus de détails-

L'ODJ MÉDIA EN MODE RADAR



UNE BONNE **IDÉE**
QUI PASSE UN BON **ARTICLE**



UNE TRÈS BONNE **IDÉE**
QUI PASSE UN TRÈS BON **ARTICLE**



UNE SUPER HYPER **IDÉE**
QUI PASSE UN **ARTICLE**...



QUI SE CONSTRUIT
PUIS SE DESSINE
PUIS SE PUBLIE
POUR VOUS...



IDÉE

Tout commence
par une idée.



SE CONSTRUIT

Elle se structure,
s'enrichit, prend forme.



SE DESSINE

Elle se met en page,
s'illustre, prend vie.



SE PUBLIE

Elle est publiée
et vous est dédiée.

*Des idées qui font l'info.
Une exigence qui fait la différence.*



L'INFO
AUTREMENT