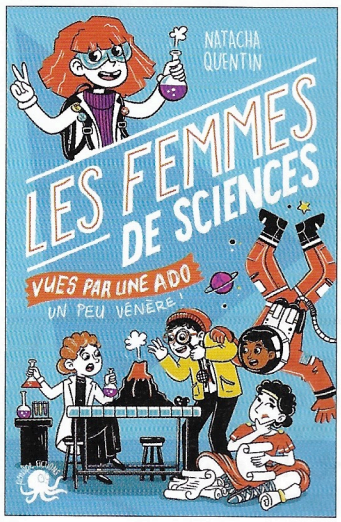
Des livres, des sites internet... **par Alexandra Chopard**



La science à hauteur d'enfant

Le Prix du livre scientifique jeunesse récompense chaque année un ouvrage destiné aux 9-13 ans leur permettant de se familiariser avec les questions scientifiques. En 2022, c'est ce recueil de biographies de femmes scientifiques qui a été primé. Sur un ton plein d'humour, il dresse le portrait de 25 personnalités qui ont marqué l'histoire des sciences. Leurs découvertes sont explicitées en toute simplicité grâce au talent de vulgarisatrice de l'auteure. En complément du texte, des contenus ludiques, consultables en ligne, sont à la disposition du jeune lecteur. Une parfaite occupation estivale !

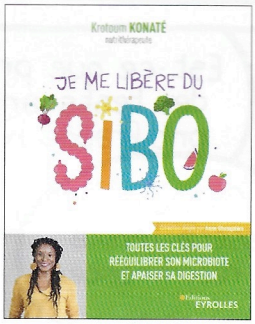
***Les Femmes de sciences vues par une ado un peu vénère*, Natacha Quentin, Poulpe Fictions, coll. 100 %Bio, 240 p., 11,95 €.**

Formation à la carte

La **CERP Rouen Formation** dispose d'un nouveau site internet permettant d'accéder à son offre de façon plus lisible. L'organisme propose 25 modules différents, dans les domaines de la communication, du management ou, bien sûr, de la connaissance des pathologies et de leurs traitements. Les formations sont accessibles selon les cas en présentiel et/ou à distance. L'inscription se fait en ligne et un compte personnel permet de conserver l'historique des formations et ses documents associés pour chaque inscrit.

Connaissez-vous le SIBO ?

Le SIBO (pour « *Small Intestinal Bacterial Overgrowth* ») désigne une prolifération bactérienne dans l'intestin grêle, là où les bactéries ne devraient normalement pas être présentes en nombre. Responsables d'une fermentation indésirable, elles provoquent des symptômes digestifs potentiellement très invalidants tels que des gaz, ballonnements, troubles du transit et douleurs abdominales. Ce SIBO est fréquemment associé au syndrome de l'intestin irritable (SII) et tous deux sont régulièrement mis sous les feux des projecteurs par les magazines santé grand public. Cet ouvrage est intéressant pour éclairer les discussions qui pourraient s'amorcer au comptoir. Il propose un point sur les recommandations actuelles en matière de diagnostic (essentiellement des tests respiratoires à réaliser en centre hospitalier) puis des conseils pour traiter cette pathologie. Un régime pauvre en aliments fermentescibles est recommandé, associé à un traitement antibiotique par rifaximine. Les probiotiques, eux, ne recueillent pas les faveurs de tous les experts.



***Je me libère du SIBO*, Krotoum Konaté, Eyrolles, coll. Je mange sain, 174 p., 14,90 €.**

Love, ocytocine et campagnols

L'été étant supposément la saison des amours, quel meilleur moment pour se plonger dans cette somme rédigée par l'une des meilleures spécialistes mondiales de l'ocytocine et professeure émérite de neurosciences ? S'il est communément admis que cette molécule est impliquée dans l'attachement et les relations amoureuses, l'auteure brosse de cette molécule un portrait plus contrasté, rectifiant au passage certaines assertions simplificatrices. Beaucoup d'études sur l'ocytocine sont effectuées sur les rongeurs, notamment le campagnol. Or, faut-il le rappeler, l'humain n'est pas un animal comme les autres.

***Ocytocine : entre mythe et réalité*, Pr Marie-José Freund-Mercier, Doin, 184 p., 22 €.**

La sclérose en plaques sans fard

« Connaître ma maladie c'est reprendre le pouvoir sur ma vie. » C'est forte de cet axiome que la campagne d'information concernant la sclérose en plaques, parrainée par Novartis, vient de lancer son podcast (**La vie en sclérose**, disponible sur toutes les plateformes d'écoute), à destination des malades et de leurs proches. Un MOOC est également proposé pour en apprendre plus sur la maladie *via* un contenu validé par des neurologues.