

# Les échos de l'Actu'



## QUOI DE NEUF AUX MANETTES EN OCTOBRE ? (1ÈRE PARTIE)

Nouveau mois et nouveau tour d'horizon des... nouveautés en matière de jeux-vidéo pour octobre 2025... Comme d'habitude, une rubrique à suivre chaque semaine au fil des sorties dans les bacs. On commence sur PC, Sony PS5 et Xbox Series avec Silent Hill f. Il s'agit d'un survival-horror qui change la donne au sein de la saga : le contexte quitte Silent Hill, ville américaine, pour aller se planter au Japon dans les années 60. Le scénario est notamment écrit par Ryukishi07, célèbre auteur de mangas et visual novels japonais. EA Sports FC 26 sur PC, PS5, Xbox Series, Nintendo Switch et Switch 2, Sony PS4 et ONE. EA Sports 26 ne brise pas la tradition : le nouvel épisode de la série de jeux vidéo de football revient et promet de multiples nouveautés. Au programme ? Des mouvements pour le gardien améliorés, des dribbles plus fluides ou encore plus de physique impliquée dans la défense avec les écrans. Avenir sur PC, PS5, Xbox Series, Nintendo Switch et Switch 2 et Sony PS4 : Final Fantasy Tactics : The Ivalice Chronicles est un remaster de Final Fantasy Tactics sorti originellement sur PS1 en 1997. Le titre propose à la fois le jeu dans sa version originale et une version remise au goût du jour avec des graphismes refaits et un doublage. Pour la première fois, le jeu sera aussi localisé en français. HYKE: Northern Light(s) bientôt disponible sur PC, Sony PS5 et Nintendo Switch. HYKE : Northern Light(s) est un RPG d'action en pixel art où l'héroïne, Hyke, une sorcière en quête de sa mère, explore des zones interdites remplies de magie. Le jeu combine exploration, combats tactiques et moments de détente autour du feu de camp, tout en introduisant une galerie de sorcières aux pouvoirs uniques.



## COLÈRE ET MALADIES CARDIOVASCULAIRES

Un bref épisode de colère déclenché par le souvenir d'expériences passées peut diminuer la capacité des vaisseaux sanguins à se détendre, montre une étude. L'altération de la capacité des vaisseaux sanguins à se détendre peut augmenter le risque d'athérosclérose, qui peut à son tour augmenter le risque de maladie cardiaque et d'accident vasculaire cérébral (AVC). Des études observationnelles ont montré un lien entre des émotions négatives et la survenue d'une crise cardiaque ou d'autres maladies cardiovasculaires. L'émotion négative la plus couramment étudiée est la colère ; il existe moins d'études sur l'anxiété et la tristesse, qui ont également été associées au risque de crise cardiaque.

Se rappeler d'événements passés ayant provoqué la colère entraînait une altération de la dilatation des vaisseaux sanguins qui durait 40 minutes. Alors que l'évocation de la tristesse et de l'anxiété n'entraînait aucun changement au niveau de la paroi des vaisseaux sanguins. Cette étude s'ajoute aux données probantes de plus en plus nombreuses indiquant que le bien-être mental peut affecter la santé cardiovasculaire et que des états émotionnels aigus et intenses, tels que la colère ou le stress, peuvent entraîner des événements cardiovasculaires. Il y a de plus en plus de données probantes montrant que la santé psychologique peut être liée de manière causale aux processus biologiques et aux comportements qui contribuent aux maladies cardiovasculaires et les causent, indiquait l'article. Par exemple, nous savons qu'une tristesse intense ou des émotions similaires sont un déclencheur courant de la cardiomyopathie de Takatsubo, surnommé « du cœur brisé » et des événements tels que des tremblements de terre ou même le fait de regarder un match de football en tant que supporter, qui ou même le fait de regarder un match de football en tant que supporter, qui ou provoquent un stress, peuvent conduire à un infarctus du myocarde et/ou à des arythmies.

Cette étude montre de manière très éloquente comment la colère peut avoir un impact négatif sur la santé et la fonction de l'endothélium vasculaire, et nous savons que l'endothélium vasculaire, la paroi des vaisseaux sanguins, joue un rôle clé dans l'ischémie myocardique et les maladies cardiaques athérosclérotiques. Sources : Psychomedia.



## MALADIES CARDIOVASCULAIRES : NE PAS NÉGLIGER CES SYMPTÔMES

Certains symptômes de maladies cardiovasculaires sont fréquents et bien reconnus, tandis que d'autres sont moins connus. Un article publié sur psychomedia...

### La crise cardiaque

Le symptôme le plus fréquemment rapporté est la douleur thoracique, souvent décrite comme une pression ou une gêne, et qui peut irradier vers la mâchoire, l'épaule, le bras ou le haut du dos. Les symptômes concomitants les plus courants sont : l'essoufflement ; la transpiration ou des sueurs froides ; une fatigue inhabituelle ; des nausées ; des étourdissements ou vertiges.

### L'insuffisance cardiaque

L'essoufflement est un symptôme classique de l'insuffisance cardiaque et une raison fréquente de consultation médicale. Mais aussi des symptômes gastro-intestinaux tels que des maux d'estomac, des nausées, des vomissements et une perte d'appétit ; de la fatigue ; une intolérance à l'exercice (liée à la fatigue et à l'essoufflement) ; de l'insomnie ; des douleurs (thoraciques et autres) ; un œdème ; une transpiration ; des troubles de l'humeur ( principalement dépression et anxiété) ; des dysfonctionnements cognitifs (brouillard cérébral, problèmes de mémoire) attribuables à la baisse du débit sanguin cérébral.

### La maladie valvulaire (valvulopathie)

Dans les cas légers, les personnes atteintes peuvent ne présenter aucun symptôme pendant des années, puis développer progressivement des symptômes similaires à ceux associés à l'insuffisance cardiaque.

Les valvulopathies peuvent également provoquer une pression sanguine élevée dans les poumons (hypertension pulmonaire).

L'accident vasculaire cérébral (AVC) : la confusion ; les étourdissements ; la perte de coordination ou d'équilibre ; et les changements visuels ; des maux de tête ; une altération de l'état mental ; un coma ; ou une stupeur.

Les troubles du rythme cardiaque (arythmies) : la fatigue ; l'essoufflement ; les étourdissements. Plus rarement, les symptômes suivants peuvent survenir : des douleurs thoraciques ; des évanouissements ou des quasi-évanouissements ; de l'anxiété.

Les symptômes typiques liés aux jambes incluent : des douleurs et des courbatures ; une sensation de lourdeur ou d'oppression dans les jambes ; de la fatigue ; des crampes ; le syndrome des jambes sans repos ; une irritation de la peau.



## ON L'A TESTÉ POUR VOUS SMART 5



Vaisseau amiral de la marque 100% électrique, #5, la plus grosse des smart voit ses lignes s'étirer sur 4,70 m. L'avant se pare d'un bandeau d'éclairage sous forme de tirs et des optiques mises sous coques fumées. Pour favoriser la pénétration dans l'air, les flancs sont lisses grâce à des poignées de portes escamotable. La poupe est un copier-coller de l'avant avec, là aussi, un bandeau d'éclairage. Un appui dans le "a" de smart pour ouvrir le coffre et découvrir ses 630 litres. Les câbles de recharge trouveront leur place sous le capot avant qui propose un coffre de 72 litres en propulsion et de 47 litres sur les 4x4.

Vie à bord – A l'intérieur, un large ovale englobe deux écrans de 13 pouces. Un, au centre, pour le multimédia et un autre devant le passager pour le divertir lors d'un long trajet. Suivant les finitions, la #5 dispose d'un énorme afficheur tête haute couleur avec réalité augmentée (pour plus d'accompagnement en mode navigation). Pour les mélomanes, #5 peut disposer d'un système audio à 20 haut-parleurs. Pour la sécurité, on compte la caméra 360°, l'alerte de franchissement de ligne et de collision, le régulateur adaptatif, le contrôle du freinage en virage et autre détecteur d'angles morts. Notons la présence d'une prise 230 V.

Sur la route – En entrée de gamme, vous disposerez de 340 ch sur les roues arrières et d'une autonomie de 465 km. Il vous faudra moins de 30 minutes pour recharger à 80 % la batterie sur une borne rapide et moins de 9 heures, à domicile. Toujours en propulsion, les versions Pro+ et Premium garantissent 363 ch, une grande autonomie de 590 km et seulement 18 minutes pour recharger. Avec cette même batterie, les finitions Pulse et Summit Edition, notre essai, proposent 588 ch et 4 roues motrices. Notre #5 s'est montrée très dynamique dans les virages serrés des cols de montagne. Le train avant, incisif, a permis de conserver des trajectoires précises dans un confort et une position de conduite très satisfaisante. De 46 600 € à 61 600 €. L'essai complet sur autoweekend.wixsite.com/drive

Texte / Photo © Thierry ANDRE