

Les échos de l'Actu'

Santé



CONFINEMENT ET ARRÊTS CARDIAQUES

Le nombre d'arrêts cardiaques a doublé durant le confinement en région parisienne... Une nouvelle étude portée par l'INSERM en collaboration avec la Brigade des sapeurs-pompiers de Paris rapporte que le nombre d'arrêts cardiaques a doublé au cours de la période du 16 mars au 26 avril (correspondant au confinement) par rapport à la même période les années précédentes¹. Cette étude a été publiée dans le journal The Lancet Public Health. Les données sont issues du Centre d'Expertise Mort Subite.

Pendant la période du confinement, 521 arrêts cardiaques ont eu lieu en région parisienne hors de l'hôpital (soit un taux d'arrêt cardiaque de 26,6 arrêts pour un million d'habitants), ce taux était de 13,4 arrêts pour un million d'habitants entre 2012 et 2019¹.

Si le profil démographique des victimes est identique sur les différentes périodes, les chercheurs mettent en lumière un changement notable concernant la prise en charge de l'arrêt cardiaque et le pronostic immédiat. Plus de 90% des arrêts ont eu lieu à domicile¹, avec des témoins qui n'ont globalement pas initié les gestes de premiers secours et des délais d'intervention plus longs. Résultat : des chances de survie amoindries à l'arrivée à l'hôpital. Pendant la période du confinement, seuls 12,8% des personnes ayant fait un arrêt cardiaque étaient vivantes à l'arrivée à l'hôpital contre 22,8% sur la même période les années précédentes.

Les chercheurs avancent plusieurs hypothèses : les difficultés à contacter les secours (avec des délais d'attente allongés), un suivi des patients reportés, la peur pour les patients de contracter le virus dans les cabinets médicaux ce qui a entraîné moins de consultations et enfin la saturation des services de médecines et des services hospitaliers.

En France, chaque année, environ 40 000 personnes décèdent d'un arrêt cardiaque. Si rien n'est fait dans les minutes qui suivent, les chances de survie sont quasi nulles. Il faut donc agir vite, et 3 gestes sont à retenir : appeler, masser, défibriller. Les personnes victimes d'un arrêt cardiaque ont huit fois plus de chances de survivre lorsqu'un témoin est en mesure de pratiquer rapidement une réanimation cardio-respiratoire.

L'important est donc de se former à ces 3 gestes simples qui permettent de sauver des vies. La première chose à faire si une personne s'effondre un jour devant vous, est de contacter immédiatement les secours en composant le 15 et vous laisser guider par téléphone jusqu'à leur arrivée sur les lieux.

MON ÉTÉ EN LORRAINE

Des sentiers d'interprétation au cœur de la nature

Le soleil brille, les températures se réchauffent... pas de doute l'été est là. Et pour se détendre en pleine nature, notamment après plusieurs mois de confinement, la Lorraine est un véritable havre de paix.

Cette région bordée par le massif des Vosges est l'endroit propice pour les randonnées en famille ou entre amis.

Associations environnementales, les Conservatoires d'espaces naturels oeuvrent depuis plus de 30 ans à la protection du patrimoine naturel. Plusieurs sites protégés par le Conservatoire d'espaces naturels de Lorraine sont équipés de sentiers de découverte pédestres. Ces sentiers permettent aux visiteurs de se ressourcer en pleine nature, tout en respectant la faune et la flore. Equipés de panneaux pédagogiques, ou encore d'observatoires, ces parcours guident les visiteurs et les sensibilisent à la valeur écologique du site.

En bord d'étang à Lachaussée (55), sur les marais de Lay-Saint-Remy (54) et du Grand Saulcy à Moulins-lès-Metz (57), ou encore sur les pelouses calcaires de Circourt-sur-Mouzon (88), ces sentiers invitent petits et grands à la connaissance des milieux naturels ainsi que d'espèces animales et végétales rencontrées sur les sites.

Chaque année, plus de 6 millions de personnes parcourent les sites protégés des Conservatoires d'espaces naturels de France.

Le guide réalisé par la Fédération des Conservatoires d'espaces naturels « A



ON L'A TESTÉ POUR VOUS FORD KUGA PHEV

Nouvelle mouture pour le Kuga, le crossover de Ford. En plus de ses nouveaux équipements, cette 3^e génération propose toutes les alternatives de motorisations dont l'hybride rechargeable, que nous essayons en Ardèche.

Coup de crayon

Les lignes du nouveau Kuga s'inspirent largement des dernières nouveautés de la marque comme la Focus et dernièrement le petit SUV Puma. Comme ses frères et sœurs, le crossover propose diverses ambiances de style tantôt chics comme les finitions Titanium et Vignale tantôt sportives comme ST-Line, notre essai. On différencie celle-ci par le bouclier avec appendices dynamiques et la calandre noire. Plus gros que son prédecesseur, le nouveau Kuga gagne 9 cm en longueur à 4,62m. A l'arrière les deux sorties d'échappement donnent le ton de la sportivité. Le coffre, à ouverture électrique offre une capacité de chargement de 645 litres (575 en PHEV). Un bon point pour le cache bagage souple très pratique. Suivant les finitions, le panel des jantes s'échelonnera de 17 à 20 pouces. Notre monture disposait de roues en 18, idéales pour un confort de roulage.

Vie à bord

Les surpiquûres rouges sur le volant, les sièges et les repose-genoux nous confirment que nous sommes à bord de la version sportive ST Line. Le combiné numérique de 12,3 " devant le conducteur propose des affichages différents suivant le mode de conduite sélectionné (Normal, Eco, Sport, Faible adhérence ou Piste). L'équipement de sécurité est au complet dès le modèle de base Trend (alerte franchissement de ligne, limiteur de vitesse intelligent...) et s'étoffe en montant en gamme comme le régulateur adaptatif ou l'Active Park Assist, qui fait les créneaux à votre place... L'affichage tête haute des informations (vitesse, navigation...) est projeté sur une lame amovible. Nous aurions préféré un affichage directement sur le pare-brise, plus esthétique... Le smartphone pourra être rechargé par induction et les mélomanes apprécieront la sono de la célèbre maison Bang & Olufsen.

Sur la route

Sous le capot, le Kuga PHEV dispose d'un moteur essence 2,5 litres de 164 ch et d'un moteur électrique de 61 ch. Le tout développe 225 ch et est associé à une transmission automatique de type eCVT (Variation Continue). Le comportement du Kuga est très sain et sa prise en main aisée. Ajoutons un silence intérieur agréable. Si le mode hybride gère automatiquement le mix ou non des deux moteurs vous aurez également la possibilité de choisir de rouler exclusivement à l'électrique (autonomie comprise en 50 et 60 km) ou de différer à plus tard ce mode d'énergie (en vue de traverser une agglomération sur votre trajet par exemple). La charge de la batterie prend environ 5 h sur une prise domestique ou 3 h sur une borne publique. Le Kuga est aussi proposé avec des moteurs conventionnels essence et Diesel et un autre hybride classique (auto-rechargeable cette fois) sera bientôt au catalogue. Si notre version PHEV ST Line est affichée à 40 800 euros, la gamme Kuga débute dès 26 600 euros. Texte / photos © Thierry ANDRE

la découverte de sites remarquables », paru fin 2019 chez Glénat et disponible en librairies propose un florilège d'une partie d'entre eux à avoir sur soi en cette période de vacances...

Sentier de découverte des pelouses calcaires

Niveau : facile

Durée : 1 h environ

Dénivelé : moyen

Le village de Circourt-sur-Mouzon présente un site protégé d'intérêt européen et géré par le Conservatoire d'espaces naturels de Lorraine : la pelouse sèche de la Côte de l'Est.



Le sentier de découverte des pelouses calcaires a vu le jour en 2017.

Sur 1,5 km, le tracé balisé permet de découvrir les richesses naturelles du site, et notamment les 13 espèces d'orchidées présentes. Parmi les roches nues, pelouses, haies et boisements, se cachent également des espèces animales rares telles que l'Ascalaphe, la Vipère aspic ou encore la Couleuvre verte et jaune.

Les trois panneaux d'interprétation vous renseignent sur les espèces méridionales, les corridors écologiques et la gestion des pelouses.

Le départ du sentier se fait au niveau du parking du cimetière du village de Circourt-sur-Mouzon. Un premier panneau vous y accueille.