

Ils éliminent le virus du Sida chez des souris ; Trois conseils pour en finir avec la migraine



Et aussi : Le fromage ne serait pas mauvais pour le cœur ; Avoir le sens de l'humour est signe de bonne santé mentale.

Avec Futura
Sciences

Le fromage ne serait pas mauvais pour le cœur

L'analyse de 29 études portant sur plus de 900.000 personnes ne montre aucun lien entre la consommation de produits laitiers et la mortalité ou le risque cardiovasculaire. Les amateurs de fromages peuvent être rassurés.

[Lire la suite sur Futura Sciences](#)

Avoir le sens de l'humour est signe de bonne santé mentale

En ce 7 mai, journée mondiale du rire, rappelons que le « propre de l'Homme » est bon pour la santé notamment parce qu'il réduit le stress. Des thérapies par le rire se proposent d'ailleurs d'en tirer tous les bénéfices. Mais rire et faire rire n'est pas donné à tout le monde. Avoir le sens de l'humour, c'est aussi être capable de mobiliser des capacités cognitives pour percevoir ce qui est drôle dans une situation qui ne l'est pas forcément au premier abord. En octobre 2016, un professeur de psychologie cognitive nous expliquait pourquoi l'humour est bon pour la santé mentale, apporte du bien-être et témoigne d'une nature plutôt optimiste.

[Lire la suite sur Futura Sciences](#)

Trois conseils pour en finir avec la migraine

En France, sept millions de personnes souffrent régulièrement de migraines. Arte et *FutureMag* sont partis à la rencontre du docteur Valade, ancien chef de service du centre d'urgence des céphalées de l'hôpital Lariboisière à Paris, afin d'avoir quelques conseils.*

[Lire la suite sur Futura Sciences](#)

Ils éliminent le virus du Sida chez des souris

Lors de l'infection par le VIH, un ADN viral s'insère dans le génome de la cellule, sous la forme d'un provirus. Dans un modèle de souris, des chercheurs ont réussi à éliminer cet ADN proviral en utilisant l'édition du génome (CRISPR-Cas9).

[Lire la suite sur Futura Sciences](#)