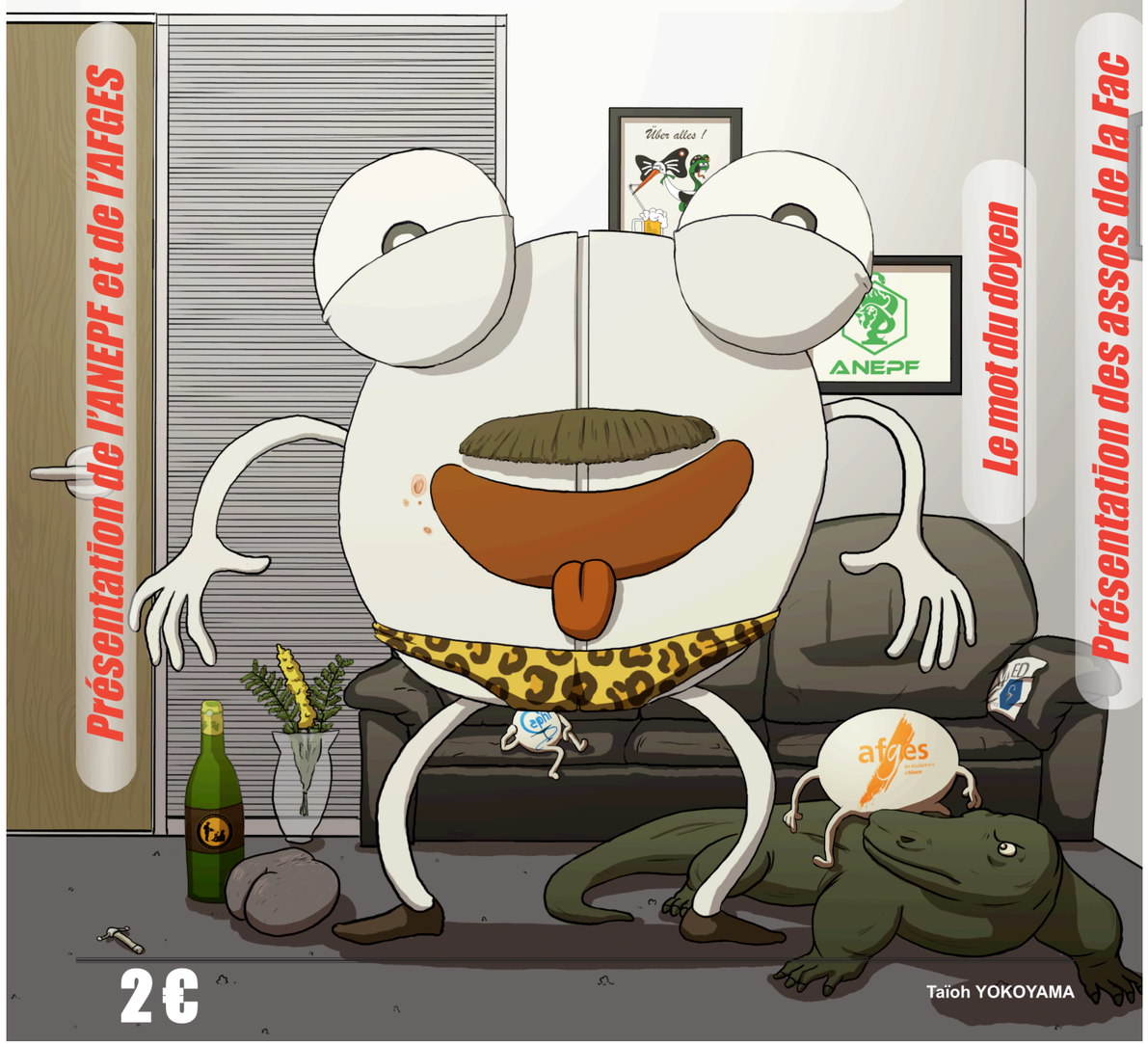
Numéro 69

Rentrée 2018

Le Comprimé

Le journal de la Faculté de Pharmacie de Strasbourg

Dossier spécial sexualité



Présentation de l'ANEPF et de l'AFGES

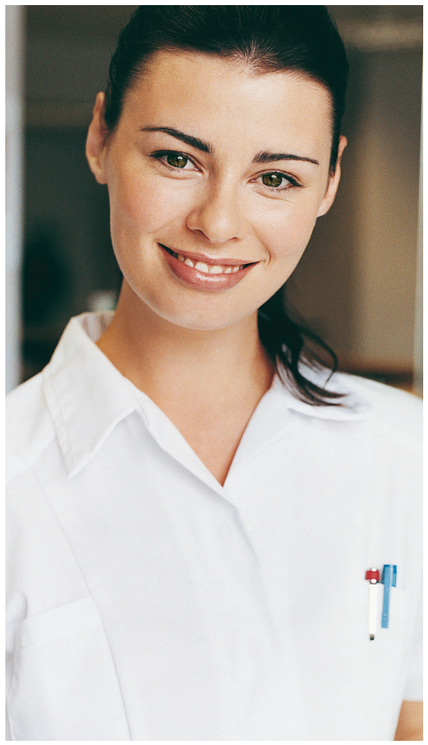
Le mot du doyen

Présentation des assos de la fac

2 €

Taïoh YOKOYAMA

Wellmera
Solutions In Health Care



AU CMPS,
MON CONSEILLER
EST SPÉCIALEMENT
FORMÉ AU MONDE
DE LA SANTÉ.

UNE BANQUE DÉDIÉE AUX PROFESSIONNELS DE SANTÉ, ÇA CHANGE TOUT.

Crédit Mutuel

CMPS DU BAS-RHIN
10, AVENUE PIERRE MENDÈS FRANCE
67300 SCHILTIGHEIM
TÉL. : 03 88 12 04 70
COURRIEL 01910@CREDITMUTUEL.FR

CFCM et CMPS affiliés 34, rue du Wacken – 67913 Strasbourg Cedex 9 S.A. RCS B 588 505 354.

ÉDITO

« Les vacances ? Dès le deuxième jour, l'ennui commence sitôt le petit-déjeuner expédié. On va acheter des cartes postales qu'on adresse à des truffes qui s'ennuient autre part en vous écrivant les mêmes. » - Frédéric Dard

Heureusement que pour pallier cela, il y a enfin la rentrée dans notre belle fac de pharmacie !

Toute l'équipe d'édition est heureuse de vous retrouver pour cette nouvelle année, espère que vous avez pu profiter de votre été et que vous êtes parés. De notre côté, nous n'avons pas chômé pour vous présenter un travail de qualité :comme à notre habitude, nous commencerons par les nouveautés dans le domaine des médicaments ainsi que les actualités toutes fraîches dans le domaine de la santé.

Vous trouverez ensuite le mot du Doyen, les mots des cinq présidents d'associations de notre faculté, ainsi que notre grande nouvelle : notre premier prix au concours *Kaleïdo'scoop*. Nous vous présenterons notre dossier sexe qui touchera ce sujet à différents niveaux. (Je vous vois venir, ne faites pas trop travailler votre imagination.)

Nous vous parlerons aussi d'une association, Insulib, qui comme son nom l'indique, est liée au domaine du diabète et plus particulièrement à l'auto-régulation de ce dernier.

Vous pourrez suivre les aventures de nos amis Pmoc et Quetzacoatl, tout comme les événements de santé publique de cette année en fin de journal, ainsi que notre fameuse fiche conseil !

J'ai encore deux nouvelles à vous annoncer pour cette année 2018-2019 :

Tout d'abord, le numéro 68 (pour cause de problèmes d'impression) mettra du temps à voir le jour au format papier… De cela découle la seconde nouvelle : désormais, Le Comprimé sera publié toujours à quatre exemplaires par an, mais il y en aura un en format numérique ! Nous trouvons cela plus simple pour vous ainsi que pour nous et en plus cela fait et cela permet de surcroît un beau geste pour la planète.

Je vous souhaite encore une bonne rentrée ainsi qu'une bonne lecture. Prochain rendez-vous en décembre, quoi de mieux qu'un Comprimé et des bredeles ?

Salomé Riess, Présidente du journal « Le Comprimé »

SOMMAIRE

3 - Édito et sommaire
4 - Nouveaux médicaments
5 - Actus santé

Vie à la fac

6 - Le mot du Doyen
10 - Le mot du Comprimé
11 - Le mot de l'Amicale
12 - Les Associations de la Faculté de Pharmacie
14 - Contact des Associations
15 - Présentation de l'AFGES
17 - Présentation de l'ANEPF
19 - Concours Kaléido'scoop

Dossier spécial sexualité

21 - Faites l'amour, pas la guerre
22 - L'horloge biologique
23 - Quand les hormones se mettent en pause
24 - Contraception masculine
25 - La recrudescence de la syphilis
26 - Un nouveau moyen de protection contre le VIH
26 - La sexualité animale
27 - Le jeu de la séduction
28 - Plantes aphrodisiaques

Santé et Société

29 - InsuLib
31 - La page Santé Pub

Espace détente

30 - Les Aventures de Pmoc et Quetzalcoatl

Voici comment nous joindre pour les nouveaux et ceux qui auraient oublié :

- **au local salle F005 (que l'on partage avec amour avec le Cephi)**
- **la boîte aux lettres du Comprimé dans le hall de la fac**
- **par mail : contact@lecomprime.com**
- **notre site Internet : www.lecomprime.com**

Le prochain numéro sort en en décembre, pour vous occuper entre les fêtes de fin d'année!

Le Comprimé

Nouveautés

Un nouvel antidiabétique, deux nouveaux dosages pour un anti-TNF et une AMM européenne obtenue pour un médicament indiqué dans le traitement de l'infection par le VIH : voici quelques-unes des principales actualités médicamenteuses. Revenons plus en détails sur ces médicaments nouvellement ou prochainement disponibles en pharmacie.

Commençons tout d'abord par une nouvelle insuline basale, Tresiba®. Le principe actif de la spécialité est l'insuline dégludec, dosée à 100 unités/mL si la spécialité est vendue en cartouche Penfill® ou dosée à 200 unités/mL en cas de vente en stylo prérempli Flextouch®. Cette insuline est indiquée dans le traitement des diabètes de type 1, associée à une insuline rapide au moment des repas, et de type 2, seule ou en association avec d'autres antidiabétiques (antidiabétiques oraux, insuline en bolus ou agoniste des récepteurs du GLP-1) chez l'adulte et l'enfant à partir de 1 an. L'administration de Tresiba® se fait par voie sous-cutanée une fois par jour, de préférence à heure fixe. L'insuline dégludec est un analogue de l'insuline d'action lente, son action est expliquée par la formation d'un dépôt formé par des multi-héxamères. L'insuline de ce dépôt est absorbée petit à petit afin d'être amenée dans la circulation sanguine, dans le but de se lier aux récepteurs de l'insuline et de produire un effet hypoglycémiant. L'absorption progressive permet à l'insuline dégludec d'avoir une activité présentant peu de variations au fil du temps.

Passons ensuite à l'arrivée de deux nouveaux dosages pour l'anti-TNF Humira®, initialement dosé à 40mg/0,4mL et dont le principe actif est l'adalimumab. Ce biomédicament est un anticorps monoclonal humain recombinant de type IgG1 qui agit en se fixant spécifiquement sur le TNF (Tumor Necrosis Factor) dans le but de bloquer sa liaison à ses récepteurs afin de neutraliser son effet. Les anti-TNF sont principalement utilisés pour lutter contre les maladies inflammatoires, l'adalimumab étant indiqué pour prendre en charge les arthrites juvéniles idiopathiques, les hidrosadénites suppurées, la maladie de Crohn, les polyarthrites rhumatoïdes, le psoriasis, les rectocolites hémorragiques, les rhumatismes psoriasiques et les spondylarthrites ankylosantes. L e premier dosage, arrivé au mois de juin est dosé dans un stylo prérempli à 80mg/0,8mL et devrait être complété par une présentation en seringue préremplie durant le mois de septembre. Ce nouveau dosage est principalement adapté dans les phases d'induction durant les traitements des maladies citées précédemment afin de réduire le nombre d'injections nécessaires. Cependant ce dosage peut également être utilisé lors de la phase d'entretien de ces mêmes maladies si la posologie nécessite l'injection d'une quantité plus importante de principes actifs. Le second dosage, qui devrait arriver durant l'été (et qui est peut-être déjà arrivé au moment de la publication) correspond à une dose de 20mg/0,2mL et sera disponible sous forme de seringue préremplie. Ce dosage sera adapté au traitement des enfants touchés par les maladies précédemment citées.

Fiercepharma.com

Photo du stylo Flextouch® de Tresiba

Finissons ce tour d'horizon des nouveautés en se projetant légèrement dans le futur. En effet, durant le mois de juin, la Commission européenne a validé l'autorisation de mise sur le marché européenne d'un médicament indiqué dans le traitement du virus de l'immunodéficience humaine (VIH), Juluca®. Cette spécialité associe deux principes actifs, le dolutégravir (50mg) et la rilpivirine (25mg), qui sont des antirétroviraux (le dolutégravir est un inhibiteur de l'intégrase alors que la rilpivirine est un inhibiteur non nucléosidique de la transcriptase inverse) déjà utilisés précédemment dans le traitement du VIH mais de manière séparée. En plus d'avoir démontré une non-infériorité par rapport à des traitements comprenant trois ou quatre molécules, l'arrivée d'une telle spécialité permet de réduire le nombre de médicaments à prendre et facilite ainsi le bon suivi du traitement par le patient. Après la validation de cette autorisation de mise sur le marché, il est donc possible de s'attendre à une prochaine commercialisation de la spécialité en France et dans le reste de l'Europe.

Romain R.

Sources :
-Vidal, https://www.vidal.fr/
-David Paitraud, Diabète : TRESIBA (insuline dégludec), nouvelle insuline d'action lente, publié le 22/05/2018, https://www.vidal.fr/actualites/22698/diabete_tresiba_insuline_degludec_nouvelle_insuline_d_action_lente/
-David Paitraud, HUMIRA : 2 nouveaux dosages à 80 mg et 20 mg d'adalimumab pour faciliter les adaptations posologiques, publié le 14/06/2018 https://www.vidal.fr/actualites/22739/humira_2_nouveaux_dosages_a_80_mg_et_20_mg_d_adalimumab_pour_faciliter_les_adaptations_posologiques/
-Revue Pharma, Une AMM européenne pour Juluca (dolutégravir/rilpivirine), consulté le 18/06/2018, https://www.revuepharma.fr/2018/06/une-amm-europeenne-pour-juluca-dolutegravir-rilpivirine/
-Pharmacomédicale, consulté le 18/06/2018, https://pharmacomedicale.org/medicaments/par-specialites/item/anti-tnf-alpha

Actus Santé

Cannabidiol, premier pas vers la légalisation ?

Ces derniers mois, une multitude de boutiques d'un nouveau genre a vu le jour en France, défrayant la chronique à chaque implantation. En effet, profitant d'un flou juridique, des points de vente de cannabis à faible teneur en THC (la substance active psychotrope du cannabis) ont bourgeonné sur tout le territoire, y compris en Alsace. C'est l'autre substance active du cannabis, le cannabidiol (abrégé CBD), aux propriétés notamment relaxantes ou antipsychotiques, qui est vendu dans ces commerces.

La police et les instances judiciaires sont dans un premier temps restées impassibles face à ce phénomène, mais récemment, plusieurs vendeurs ont été arrêtés en région parisienne et leur boutiques fermées. De plus, plusieurs projets de loi sont en cours d'élaboration (au Ministère de la Santé notamment) pour mettre fin à cette zone grise du droit français.

Une telle activité, si elle venait malgré tout à être légalisée, pourrait ouvrir la voie à l'utilisation médicinale du cannabis et donc peut-être du THC. Le commerce et la vente de ces produits tomberaient-ils sous la coupe du monopole pharmaceutique ? On pourrait imaginer une commercialisation de préparation officinale à base de cannabidiol, et pourquoi pas de THC ou de dronabinol (sorte de THC synthétique), comme c'est déjà le cas dans certaines officines de notre voisin helvétique. De l'autre côté de la frontière, le THC est en effet déjà exploité, notamment pour ses propriétés antispasmodiques (contre les spasmes de la sclérose en plaque), antiémétiques (contre les nausées liées à la chimiothérapie) ou même contre les tics du syndrome Gilles de la Tourette.

L'accès à ces produits reste cependant très encadré. Pour prescrire de telles médications, un médecin doit bénéficier d'une autorisation exceptionnelle, délivrée par l'Office Fédéral de la Santé Publique. Ce type de traitement est également très cher (400-500€ environ) et n'est pas remboursé.

L'exemple suisse permettrait peut-être de trouver un équilibre entre une interdiction absolue et une utilisation médicale hypocrite comme c'est le cas aux États-Unis (hypocrisie qui s'est d'ailleurs soldée par une légalisation pure et simple dans de nombreux états).

La rougeole tue à nouveau, les « antivax » sont-ils des terroristes ?

Depositphotos

Au début du mois de juillet dernier, une jeune femme de 17 ans est décédée des suites de la rougeole au CHU de Bordeaux. C'est la 3ème mort depuis novembre dernier (23ème en 10 ans) liée à cette maladie pourtant facilement évitable par une couverture vaccinale optimale. Il n'existe actuellement aucun traitement contre cette pathologie. En cas de rougeole, seul un traitement symptomatique est proposé. Cependant, bien que les symptômes les plus courants soient une forte fièvre et des éruptions cutanées, certains cas se compliquent en encéphalite aiguë ou en pneumonie, beaucoup plus graves.

La couverture vaccinale en France contre la rougeole n'est actuellement comprise qu'entre 62 et 88% selon les départements, ce qui est bien loin des 95% recommandés par l'OMS pour une couverture vaccinale optimale. Cela pourrait s'expliquer simplement par le caractère non obligatoire du vaccin ROR (Rougeole Oreillons Rubéole), du moins jusqu'au 1er janvier 2018, date à laquelle ce vaccin est devenu obligatoire pour tous les nouveaux-nés.

Cependant, depuis quelques années, nous observons un recul de la couverture vaccinale. La défiance à l'égard des vaccins, largement alimentée par une explosion du nombre de partisans de la théorie du complot et de leur visibilité à travers Internet et les réseaux sociaux, semble être l'une des principales explications de ce recul.

Les personnes non vaccinées représentent en effet des réservoirs infectieux pour le reste de la population, et notamment pour les personnes trop fragiles pour se faire vacciner. Elles mettent ainsi indirectement en danger la vie d'autrui.

Il est nécessaire de faire preuve de pédagogie et de rappeler que la vaccination est un élément central de notre politique de santé publique, qu'elle est souvent le seul rempart contre certaines maladies mais qu'elle ne peut être pleinement efficace que si une large majorité de la population la pratique.

Vers une interdiction de fumer ?

Depuis le 1er juillet, il est interdit de fumer dans certains parcs strasbourgeois. Une mesure adoptée à l'unanimité par le conseil municipal et qui ne concerne que les six plus grands espaces verts de la capitale alsacienne pour le moment, mais qui devrait s'élargir à tous ses jardins d'ici la fin de l'année.

Si pour l'instant les contrevenants ne sont passibles d'aucune amende, ils devraient pouvoir être sanctionnés, d'ici le début de l'année 2019, par une contravention de 68€.

Pour le moment, la municipalité mise sur une approche pédagogique basée sur la présence de « médiateurs anti-tabac » sur le terrain pour aller à la rencontre des fumeurs et faire passer le message en douceur.

Cette mesure, visant autant la santé publique que l'écologie, devrait permettre de réduire le nombre de fumeurs strasbourgeois ainsi que la pollution générée par les mégots. Nous rappelons que le tabac tue 200 personnes par jour rien qu'en France.

Dans le sillage de cette première française, la ville de Paris a décidé d'expérimenter le même système dans quatre parcs de la capitale.

Privation de liberté pour les uns, avancée majeure pour les autres, une chose est sûre, cette disposition ne laisse personne indifférent. Se dirige-t-on vers un modèle japonais où la consommation de cigarettes est tout simplement interdite dans l'espace public en dehors d'espaces réservés ?

Samuel K.

Sources :
Traiter les personnes gravement malades avec du cannabis -Rapport du Conseil fédéral en réponse à la motion Kessler (14.4164) ; Berne, 7 juillet 2018
InVS (Institut de Veille Sanitaire)
Ministère des Solidarités et de la Santé « État des lieux de la couverture vaccinale en France »
Joël Gaudelus, Loïc de Pontual ; Couverture vaccinale vis-à-vis de la rougeole en France ; Publié dans Médecine Thérapeutique Pédiatrie, vol. 13 n°5-6, septembre-décembre 2010 -
Compte rendu du conseil municipal de la ville de Strasbourg daté du 25 juin 2018 (pages 784-789)

Le mot du doyen

À l'occasion de cette rentrée universitaire, je tiens à vous remercier toutes et tous pour votre engagement à nos côtés. Après un congé estival bien mérité, je suis persuadé que, tout comme moi, vous êtes prêtes et prêts à vous ré-investir dans la réalisation de nos objectifs et projets.

Le 28 mai 2018, les 31 membres élus du conseil de faculté m'ont réélu à une large majorité (30 voix pour et un blanc) pour un deuxième mandat de cinq ans.

Ma candidature pour ce deuxième mandat s'appuie sur un bilan, obtenu grâce à l'investissement de la majorité d'entre vous et sur la nécessité de poursuivre et de consolider des actions déjà entreprises. Nos projets seront conduits par une équipe rapprochée dont le renouvellement a été validé en conseil de faculté du 26 juin 2018. Clarisse Maechling, Dr. en Physicochimie et Esther Kellenberger, PU[1] en conception de médicaments assistée par ordinateur sont Vices-doyennes en charge de l'enseignement ; Pauline Soulas, PU-PH[2] en immunologie est Vice-doyenne en charge de la recherche et Théo Zirnheld, 5A Industrie-Recherche est Vice-doyen étudiant.

Pour les cinq années à venir, nous devrons adapter notre formation et notre recherche aux attentes et besoins de la société qui évolue considérablement ces dernières décennies (vieillissement de la population, poids des maladies chroniques, changement de la démographie médicale et évolution de la recherche en quête de médicaments innovants ...).

Notre faculté vit ainsi dans un contexte de profondes mutations : l'environnement socioéconomique de la profession de pharmacien, la réforme du système de santé, le déploiement du CHU pharmaceutique, le développement du CRBS3 et de l'IRC[4], la refonte des études de pharmacie en sont quelques exemples.

La pharmacie est tout particulièrement concernée par ces profondes mutations :

L'officine de ville évolue à travers les nouvelles missions confiées aux pharmaciens dans les domaines de la prévention, du suivi du patient et du pharmacien référent. Ces missions inscrites par le législateur dans la loi HPST[5] adoptée en juillet 2009, nous contraignent à professionnaliser encore davantage nos enseignements et à nous adapter à de nouveaux champs de compétences, surtout dans le domaine de la pharmacologie et de la prise en charge du patient et des conseils associés. Cela nécessite de former les étudiants aux analyses de cas et à nous rapprocher encore davantage des professionnels de la pharmacie d'officine.

Fort de la réussite de l'expérimentation de la vaccination antigrippale, le gouvernement a annoncé sa généralisation au territoire national d'ici 2019. Les pharmaciens auront donc un rôle primordial à jouer dans le développement de la prévention dans le cadre du parcours de soins. Grâce à l'initiative des enseignants en officine, tout particulièrement Caroline Wehrlé, et la volonté du comité de direction, un module de vaccination est proposé dans le cursus des études. Ainsi, nos étudiants seront aptes à pratiquer la vaccination dès l'obtention de leur diplôme. Bien évidemment, pour encourager cette évolution, il faudra anticiper des certifications qui pourront se faire par l'intermédiaire de la formation continue.

La pharmacie d'officine aura également un rôle à jouer dans les dépistages précoces et dans le parcours d'accompagnement du patient dans le cadre d'une conciliation hospitalière à l'entrée mais également à la sortie de l'hôpital.

La pharmacie hospitalière connaît également de récentes réformes, que ce soit dans l'enseignement de l'internat en pharmacie (création des DES[6] longs,

lactu.unistra.fr

réforme du programme du concours de l'internat, concours sur tablette d'ici 2020) en sus des profondes réformes de la biologie médicale ou de la réforme du CHU[7] en cours.

Dans le cadre du CHU de demain, nous devons envisager une intégration dans le CHU par une collaboration plus étroite entre les équipes de recherche du collegium vie et santé.

En pharmacie industrielle, l'enseignement doit toujours suivre au plus près les évolutions de ce domaine et notre collaboration très étroite avec le LEEM[8] nous y contraint puisque nos formations sont réévaluées chaque année lors du conseil de perfectionnement du LEEM.

Ces formations en apprentissage vont très vraisemblablement évoluer. En effet, un avant-projet de loi « pour la liberté de choisir son avenir professionnel », transmis au Conseil d'État le 5 avril 2018, modifie en profondeur les modes de financements des CFA[9], tout comme leurs missions et obligations.

1 : PU : Professeur des universités
2 : PU-PH : Professeur des Universités-Praticien Hospitalier
3 : CRBS : Centre de Recherche Médicale de Strasbourg
4 : IRC : Institut Régional du Cancer
5 : HPST : Hôpital, Patients, Santé et Territoire
6 : DES : Diplôme d'Études supérieures
7 : CHU : Centre Hospitalier Universitaire
8 : LEEM : Les entreprises du médicament, syndicat du milieu pharmaceutique
9 : CFA : Centre de Formation d' Apprentis

Ces derniers tireront principalement leurs ressources en fonction du nombre de contrats signés et non plus par des subventions régionales. Le coût au contrat sera fixé par chaque branche au niveau national. Le calendrier législatif prévoit l'adoption définitive du projet de loi début août 2018.

Nous devons nous adapter aux évolutions de notre environnement facultaire et responsabiliser les acteurs pour accroître l'attractivité de la filière et le rayonnement de notre composante. Malgré toutes nos différences, la plupart d'entre nous partagent certains espoirs quant à l'avenir de la faculté. Je crois donc sincèrement que nous pouvons construire ensemble sur la base des progrès que nous avons déjà réalisés ces cinq dernières années et continuer à proposer de nouvelles opportunités d'évolution pour nos étudiants et nous-mêmes.

Les principaux projets en matière de formations que nous allons concrétiser dans les prochaines années sont par exemple :

1- Finalisation de notre plateau de plateformes de formations :

Ce projet de mise à niveau du matériel des travaux pratiques par une création de plateformes s'inscrit dans une dynamique dont la réflexion a débuté en septembre 2013 et la mise en œuvre en septembre 2015. Cette opération s'inscrit dans le cadre du développement de la qualité de nos formations. Ces plateformes (d'une valeur de 800 000 €) améliorent l'articulation entre la formation dispensée dans notre UFR[10] et celle dispensée en entreprise, valorisent le travail des enseignant-chercheurs et assurent le confort et la sécurité des étudiants et du personnel. La « première version » de plateformes sera finalisée d'ici une petite année.

2- Mise en place d'un DES pour tous (réforme du 3ème cycle) et le concours de l'internat de Pharmacie sur tablettes dès décembre 2021

Cinq DES de 3ème cycle sont définis :

- **Deux DES courts d'un an :** d'une part, le DES de Pharmacie Officinale (DES OF) sur statut d'Interne et préparant au métier de Pharmacien d'officine et d'autre part, le DES de Pharmacie Industrielle (DES IN) hors statut d'Interne et permettant par ailleurs de suivre, de façon optionnelle, un double cursus, avec la possibilité d'acquisition d'une spécialisation par des formations dispensées en école d'ingénieur, en école de commerce ou en M2 spécialisé. Ce DES et cette possibilité de double cursus est naturellement destiné à former aux métiers de pharmaciens de l'Industrie des Produits de Santé.

- **Un DES de 3 ans,** le DES « Spécialités Pharmaceutiques et Recherche » (DES SPR) sur statut d'interne. La qualification obtenue à l'issue de ce DES, qui comprend une formation à une discipline spécialisée ainsi qu'une formation de chercheur à travers l'acquisition d'une thèse d'université. En terme de métiers, ce DES devrait permettre notamment le recrutement de chercheurs et d'enseignant-chercheurs Pharmaciens.

- **Deux DES longs** (4 ans ou 5 ans pour le DES PH, option radiopharmacie) sur statut d'interne et correspondant au DES de Biologie Médicale (DES BM) destiné à former des Biologistes médicaux et au DES de Pharmacie Hospitalière (DES PH), destiné à former des Pharmaciens hospitaliers. Ces deux DES sont accessibles à l'issue du concours national de l'internat en Pharmacie. Ce dernier sera rénové au plan de la docimologie, actualisé dans son contenu et programmé sur tablettes dès décembre 2021. Ces deux DES sont conformes à l'architecture nationale retenue avec les trois phases types de formation : socle, approfondissement et consolidation. L'acquisition de ces deux DES pourra être évidemment complétée par des études doctorales.

3- Mise en place du POP : voie d'entrée en 3ème cycle

L'entrée dans les DES se fera sur la base d'un Projet d'Orientation Professionnelle (POP) construit sur les années du DFGSP-2 et -3.

L'élaboration débute dès la deuxième année des études de Pharmacie (DFGSP2) et repose sur une information renforcée sur les métiers, sur la mise en place de forums/entretiens avec des professionnels et sur la désignation dans chaque UFR d'enseignants référents chargés de maintenir un contact permanent avec les étudiants et de les aider, en particulier dans le choix de leurs UE optionnelles. Cette phase s'accompagne de la mise en place d'un portfolio individuel et des séances d'écriture de CV et de lettres de motivation.

En troisième année des études (DFGSP3), seront mises en place des rencontres individuelles de chaque étudiant avec un ou plusieurs professionnels et complétées par des stages volontaires ou des stages de découverte qui seront naturellement reportés dans son portfolio. Dans le même temps, chaque étudiant se verra attribuer un enseignant « tuteur de parcours » dont la mission sera d'aider l'étudiant à finaliser son POP.

En quatrième année (DFASP1), le choix d'orientation professionnelle devra être validé au cours du premier semestre, sur la base du POP de l'étudiant, de son portfolio, d'un entretien appuyé par un CV et une lettre de motivation.

4- Mise en place du Service sanitaire

Sa mise en œuvre est issue d'un comité de pilotage initié par les Ministères des solidarités et de la santé et de l'enseignement supérieur et piloté par le Prof. Vaillant. Il s'inscrit dans une priorité du gouvernement ayant pour but la prévention et la promotion de la santé, en réponse aux enjeux de santé publique et de réduction des inégalités territoriales en matière de santé. Il est réalisé sur une période de 3 mois non consécutifs pour tous les étudiants. Il comporte trois phases : la formation en DFGSP2, DFGSP3 et DFASP1, la construction du projet en DFASP2 en lien avec le stage hospitalier et l'action de prévention en santé sur le terrain pendant ce stage. L'arrêté est en cours de rédaction. Ses objectifs consistent à :

1- Initier les futurs professionnels de santé aux enjeux de la prévention primaire ;

2- Favoriser une intégration de la prévention primaire dans la pratique des futurs professionnels de santé ;

3- Permettre la réalisation d'actions concrètes de prévention dans le cadre de la formation initiale des étudiants en santé et en lien avec les besoins de prévention dans les territoires. ▶

10 : UFR : Unité de Formation et de Recherche

Les thématiques du service sanitaire répondent à un besoin de prévention primaire identifié dans les territoires : alimentation/nutrition, activité physique, addictions, activité et vie sexuelle. Il y aura une gouvernance territoriale : le comité d'organisation associera les ARS[11] qui valideront les terrains de stage, en collaboration avec le Rectorat, ainsi que les DIRECTE[12] et les représentants étudiants. L'inter-professionnalisation est largement souhaitée.

5- Poursuite de la double diplomation de nos étudiants

Nous œuvrons, par un rapprochement avec des écoles d'ingénieurs, pour la mise en place d'une double diplomation qui permettra à nos étudiants de préparer conjointement le diplôme de pharmacien et un diplôme d'ingénieur spécialisé dans différents domaines. Après une mise en place d'une convention en 2015 avec l'ESBS[13] et l'ECPM[14], en 2016 avec l'ENSIC[15] et en 2017 avec L'ENSGSI[16] de Nancy, nous ouvrons à la rentrée 2018-2019 une passerelle avec :

L'École Nationale Supérieure des Mines d'Albi. Deux conventions ont été établies, l'une pour les étudiants en formation initiale, l'autre pour les étudiants en apprentissage. Pour les apprentis, le but est de former de futurs pharmaciens-ingénieurs évoluant dans le domaine de la production pharmaceutique, de la cosmétologie, des services de ces industries et des services de santé. Deux domaines sont prévus : 1. Bio-santé-ingénierie, comportant deux options : « Pharma-bio-santé » et « Agro-bio-santé » ; 2. Génie industriel, processus et systèmes d'information avec les options suivantes : « Génie des systèmes de l'information » et « Génie industriel ».

L'ENSAIA (École Nationale Supérieure d'Agronomie et des Industries Alimentaires) de Nancy. L'ENSAIA délivre 3 diplômes d'ingénieur : ingénieur agronome, ingénieur des industries alimentaires, ingénieur de production agro-alimentaire. Ce double cursus pourrait répondre aux besoins ponctuels exprimés par certaines entreprises agro-alimentaires locales.

6- Mise en place d'un partenariat avec l'École de Management de Strasbourg-Faculté de Pharmacie

Pour prendre en considération les évolutions du métier de pharmacien d'officine, nous avons (lors d'un petit-déjeuner avec le Président) pris contact avec le directeur de l'École pour redynamiser et afficher un partenariat sur le marketing et management de la pharmacie d'officine.

Il s'agit d'améliorer l'affichage et l'implication de la faculté dans ces formations qui offrent aux pharmaciens d'officine un complément de formation en gestion et management.

7- Développement des formations par apprentissage avec le CFA-LEEM : ouverture de deux licences professionnelles L3

Ces projets soutenus par le CFA-LEEM s'inscrivent dans le développement global et stratégique du pôle strasbourgeois autour du médicament. Le LEEM encourage vivement le développement de l'offre de formation en licence professionnelle pour répondre notamment à un niveau de formation de cadres intermédiaires.

La convention de création d'Unités de Formation d'Apprentis est reconduite par le CFA-LEEM (CFA de branche « Les Entreprises du Médicament »), tant sur les aspects financiers que organisationnels. Nous avons actuellement 6 formations ouvertes en apprentissage, dont 5 spécialités en M2 du master « Sciences du médicament » et 1 licence professionnelle L3 mention (OF 2018-2022) « Industries pharmaceutiques, cosmétologiques et de santé : gestion, production et valorisation » accueillera des étudiants issus de L2 Sciences de la vie, Métiers du médicament, des BTS, DUT, licence, IMT[17] et proposera 2 parcours supplémentaires :

L3 « Produits de Santé à Base de Plantes » qui répond à un besoin niveau techniciens de l'industrie des PSBP : médicaments, dispositifs médicaux, compléments alimentaires, produits cosmétiques. Les parts de marché en constante progression de ces deux derniers atteignent +8% de croissance en 2016. Cette licence formera des techniciens qui intégreront des départements de recherche et développement, de production, de contrôle qualité des industries du secteur exploitant les ressources végétales, à partir d'un niveau Bac + 2. Pour une adéquation optimale avec les besoins du marché du travail et une intégration dans l'offre de formation existante de l'Unistra, sa construction s'est appuyée sur un groupe de travail réunissant l'IDIP[18], l'équipe pédagogique de Pharmacognosie de notre UFR, des enseignants de l'Unistra et de l'université de Reims Champagne-Ardenne, ainsi que des industriels et le CFA de branche des secteurs ciblés (Weleda, L'Oréal, Boiron, Juva-Santé, CFA Leem, Synadiet). Le portage sera assuré par Catherine Vonthron (Unistra).

L3 « Qualité dans les industries de santé » qui répond également à un besoin niveau techniciens de l'industrie du médicament. Le contenu est proposé sous forme d'unités de compétences du CQP[19], ce qui permettra aux salariés d'une entreprise de suivre tout ou une partie des modules CQP, en même temps que les apprentis.

8- Coopération avec EASE et l'IFIS : Conventions signées en 2017

Il s'agit de répondre aux besoins affichés par les industries en termes de formation de leurs employés pour faire face aux mutations actuelles dans les modes de production et des procédés. Une coopération avec l'usine-école EASE[20], particulièrement dans le cadre de la licence professionnelle et les parcours du master « Analyse du médicament », « Assurance qualité microbiologie des produits de santé », « Ingénierie pharmaceutique » et « Réglementation du droit pharmaceutique et des dispositifs médicaux » ainsi qu'une mise à disposition du matériel avec l'IFIS[21] est effective à ce jour. Nous ciblerons particulièrement trois types de procédés : fabrication de formes sèches (gélules, comprimés), de formes liquides stériles et production de biomolécules.

11 : ARS : Agence Régionale de Santé
12 : DIRECTE : Directions Régionales des Entreprises, de la Conccurence, du Travail et de l'Emploi
13 : ESBS : Ecole Supérieure de Biotechnologie de Strasbourg
14 : ECPM : Ecole européenne de Chimie, Polymères et Matériaux
15 : ENSIC : Ecole Nationale Supérieure des Industries Chimiques
16 : ENSGS : Ecole Nationale Supérieure en Génie des Systèmes et de l'Innovation
17 : IMT : Institut du Médicament de Tours
18 : IDIP : Institut de Développement et d'Innovations Pédagogiques
19 : CQP : Certificat de Qualification Professionnelle
20 : EASE : European Aseptic and Sterile Environment
21 : Institut de Formation des Industries de Santé

L'IFIS est un partenaire privilégié puisqu'il a fermé son centre de formation de Nanterre pour assurer ses formations à EASE en collaboration avec la faculté. L'objectif de ce partenariat est de permettre à des salariés de se former durant leur vie professionnelle et le cas échéant, d'obtenir un diplôme de licence professionnelle en associant un parcours à la fois théorique et pratique.

9- Diversification des voies d'accès aux études de santé

Ces travaux sont menés avec des représentants des syndicats d'enseignants et d'étudiants, des étudiants, de la CPU et des quatre conférences des doyens des facultés de Médecine, Pharmacie, Odontologie et Maïeutique. Les tendances qui semblent ressortir portent sur :

1- Une suppression du redoublement de la PACES (2 concours sur une année ou une réorientation vers une L2 avec possibilité d'une deuxième chance)

2- Une diversification des voies d'entrées basée sur des parcours adaptés (modèle Alter-Paces)

3- Une mise en place d'un système de régulation des flux entrants différent du Numerus Clausus

4- Un mode de sélection basé sur le projet professionnel de l'étudiant (préparé dans les lycées).

L'expérimentation mise en place à la rentrée 2015 dans le cadre de l'article 39 de la loi du 22 juillet 2013 relative à l'enseignement supérieur, est en cours d'évaluation au niveau national. Cette expérimentation, portée par l'université, permet à des étudiants de L2 ou L3 (physique/chimie ou sciences du vivant) d'accéder à la 2ème année des études de santé via une voie d'admission parallèle. Nous proposons 25% du nombre de places ouvertes au concours de PACES, soient 31 places. Cette initiative a depuis été reprise par d'autres universités et à la rentrée 2018, 18 universités proposent des initiatives selon 3 modalités d'admission : la classique PACES, l'AlterPaces (notre modèle) et PluriPass. L'AlterPaces est aussi présente à Aix-Marseille, Caen, Grenoble, Rennes-I, Upec, Clermont-Ferrand, Paris V, Paris VII, Paris XIII, Poitiers, Rouen, Saint-Étienne, Tours et Strasbourg, Lyon-I, Reims, Angers et Brest.

Nous avons intégré 18 étudiants de L2 à la rentrée 2016-2017, 11 à la rentrée 2017-2018 et 13 en 2018-2019.

Le taux de réussite est de 100% aux examens de la première session tandis que les étudiants issus de PACES obtiennent 60% de réussite. Cette expérimentation qui s'achèvera au terme de l'année universitaire 2019-2020 est très bénéfique pour notre composante. D'ores et déjà, il semblerait que cette expérimentation soit pérennisée.

À suivre…

10- Convention Pharmacie/STAPS[22]

Dans le cadre de la convention Pharmacie/STAPS, nous avions créé une UE libre « L'activité physique, un outil de santé » en 6ème année du parcours officine à la rentrée 2016-2017. Cette convention vient d'être renouvelée début avril. Dans ce contexte, nous pérenniserons donc cette UE, sous la responsabilité de Claude Schneider, dans le but d'organiser et de promouvoir l'activité physique, en améliorant le niveau de connaissances de l'activité auprès des professionnels de santé et la mission de conseil des pharmaciens d'officine.

11- Pérenniser notre séminaire pédagogique annuel animé par l'équipe de l'IDIP

L'objectif de ce séminaire est d'accompagner les étudiants et de poursuivre la professionnalisation de nos formations, en continuant à adapter nos enseignements aux besoins de la profession et à son évolution, en adéquation avec les débouchés offerts aux étudiants. Grâce au « Prix d'Excellence Formation » financé par l'IdEx en décembre 2015, nous avons pu organiser un premier séminaire pédagogique « L'étudiant, acteur de sa formation » que nous avons externalisé à Freudenstadt-Lauterbad en Forêt Noire, Allemagne, les 23 et 24 juin 2016 (55 participant dont 33 enseignant-chercheurs , 6 étudiants et 4 conseillers pédagogiques de l'IDIP). Le deuxième séminaire externalisé les 16 et 17 juin 2017 à Liebfrauenberg a porté sur le thème des « compétences » et bénéficié du concours de l'IDIP. Il a rassemblé 59 participants (34 enseignants, 9 BIATSS[23], 12 étudiants élus, 4 membres de l'IDIP). Le séminaire organisé les 22 et 23 juin 2018 était centré sur « la qualité » et a compté 60 participants. Ces journées de travail se révèlent très bénéfiques sur le plan de l'esprit d'équipe pédagogique, au sens large du terme, incluant les étudiants élus de la faculté et les collègues de la scolarité ainsi que les aides techniques de TP.

12- Poursuite de nos autres actions

• Nous poursuivons notre politique « qualité » pour l'amélioration de la qualité des formations et enseignements. Les deux référentes qualité de la composante ainsi que les collèges d'années, instances composées de deux enseignant-chercheurs et de quatre étudiants élus par leur promotion pour chacune des formations portées par la faculté, s'occupent des évaluations des formations, incitent et accompagnent les enseignants-chercheurs pour l'évaluation des enseignements

• Nous poursuivons le développement du réseau social Alumni. Nous comptons actuellement environ 700 anciens étudiants de la faculté.

• Grâce à votre investissement et par le biais de la fondation de l'Université, nous pouvons proposer chaque année des bourses attribuées pour 3 ans à des étudiants en DSFGSP 2 qui rencontrent des difficultés matérielles. L'attribution se fait selon des critères sociaux, académiques et en fonction du projet professionnel de l'étudiant.

Actuellement, 31 étudiants bénéficient de bourses « Officine Alsace », « Univers Pharmacie » ou « Pilâtre de Rozier ».

Un grand merci à tous les donateurs et mécènes.

Je vous remercie toutes et tous pour votre confiance et pour votre implication passée, présente et future.

Samuel Beckett disait :

« *Se donner du mal pour les petites choses, c'est parvenir aux grandes avec le temps.* »

Avec votre aide, nous continuerons ensemble à aller de l'avant.

Bien cordialement

Jean-Pierre GIES, doyen

22 : STAPS : Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives
23 : BIATSS : Bibliothèques, Ingénieurs, Administratifs, Techniciens, de Service et de Santé. Ce sont des personnels administratifs provenant de filières différentes

Le Mot du comprimé

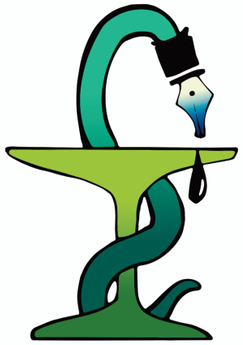
Chers lectrices et lecteurs,

En tant que nouvelle (et première) présidente du Comprimé, j'ai l'honneur de vous présenter le bureau 2018-19, qui se chargera de vous informer et de vous divertir tout au long de cette nouvelle année.
Nous continuerons à relier étudiants, professeurs et officines via nos pages, cela grâce aux fiches conseils, aux différents dossiers et interviews, aux actualités étudiantes, et dans un esprit un peu plus convivial, le barbecue des abonnés.
Mais aussi grâce aux offres d'emplois mises sur notre site web, et aux différentes informations disponibles sur notre page facebook !

Nous continuerons les anciens projets commencés par les bureaux précédents avec la même fougue. C'est ainsi que régulièrement vous pourrez retrouver des articles en anglais pour parfaire vos connaissances pharmaceutiques et linguistiques en même temps.
Vous pourrez aussi trouver régulièrement des compléments aux différents dossiers papiers sur notre site internet.

Au nom du Comprimé, je souhaite la bienvenue aux nouveaux P2, en espérant que vous profiterez autant que nous de cette première année dans la Faculté de Pharmacie.
Pour les PACES qui nous lisent, nous vous souhaitons bon courage, et nous voulons vous rappeler que rien n'est impossible !

Et je voudrais vous remercier, fidèles lecteurs qui nous suivez et qui nous permettez de continuer avec la même envie et la même ardeur qu'aux premiers jours.



Salomé RIESS,
Présidente du journal « Le Comprimé »

Le Mot de l'amicale

Bonjour à vous chers lecteurs, laissez-moi me présenter, Gautier Henky dit Dop, actuel président de l'Association de l'Amicale des Etudiants en Pharmacie de Strasbourg (AAEPS, aussi connue sous le nom de H2S pour les intimes).

AAEPS, H2S, quésaco ? Eh bien c'est avant tout 125 ans d'histoire ! Née en 1893 sous l'occupation allemande, il s'agissait en premier lieu d'une revue étudiante satirique nommée Hazweiess (H2S en allemand), qui mêlait poèmes, chants et illustrations de grands artistes alsaciens de l'époque comme Blumer ou Hansi.

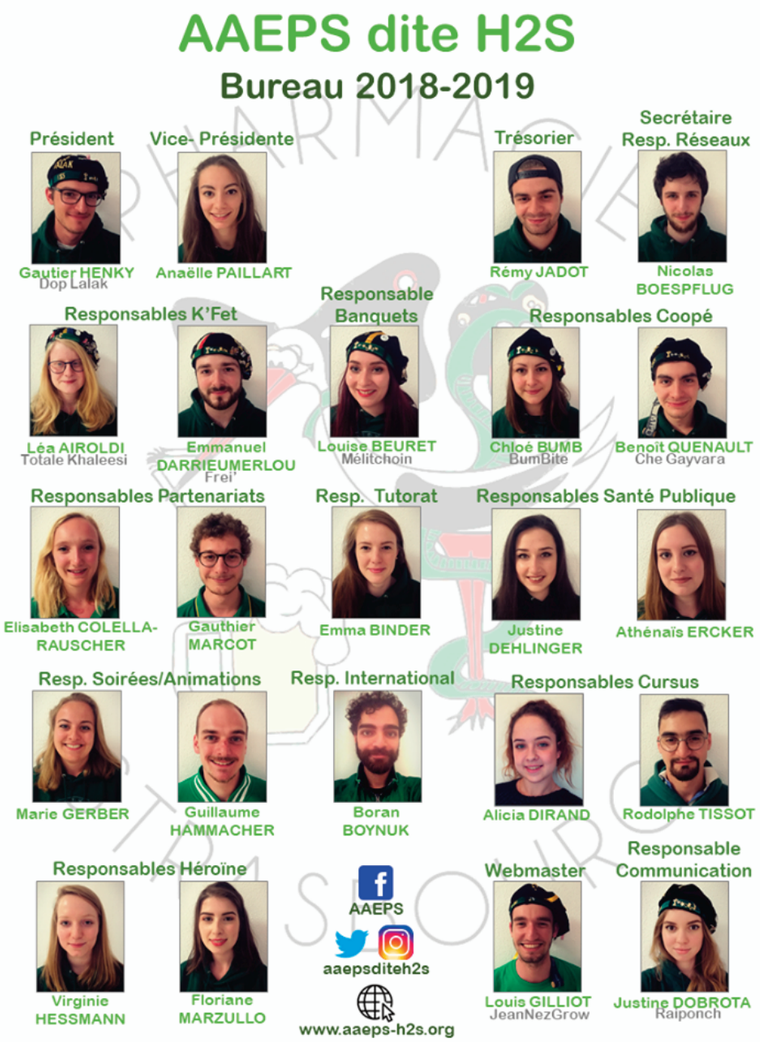
Des générations de joyeux lurons plus tard, qu'est devenue l'H2S ? Aujourd'hui, l'unique vestige journalistique de cette association est un hebdomadaire : l'Héroïne. Nous sommes désormais une association d'animation de la vie étudiante en charge de l'accueil et de l'intégration des deuxième années, des services de restauration dans notre fameuse cafétéria aussi appelée K'fet, de l'organisation de divertissements divers et variés tout au long de l'année, des événements de santé publique pour veiller au bien-être de nos étudiants et pour les sensibiliser aux diverses problématiques qu'ils rencontreront dans leur futur métier, ainsi que du traditionnel Banquet de l'H2S !
Pas la peine d'insister, je ne vous révélerai pas aujourd'hui le thème de cette 52ème édition !

Bref, vous l'aurez compris, nous nous plions en quatre pour le plus grand plaisir de nos étudiants. Mais l'Amicale ce n'est pas seulement la fête, nous proposons également dans notre Coopérative un service de vente de matériel à prix réduit comme les ustensiles de TP, des polycopiés de cours, des annales d'examens, un service de photocopie et bien entendu des blouses arborant fièrement nos couleurs !
En plus de tout cela, nous mettons un point d'honneur à nous investir dans nos études ainsi que dans la défense de la parole des étudiants.

Et c'est au nom de tout le bureau, qui a hâte de vous rencontrer et qui est à votre entière disposition, que je vous souhaite une excellente année universitaire, riche de rencontres et d'épanouissement.

Amicalement,

Gautier HENKY dit Dop,
Président de l'H2S



Les associations de la Faculté de Pharmacie

Bonjour à toutes et à tous,

Le Comité des Étudiants en Pharmacie Industrielle (CEPhI) a été créé en 1995 par un groupe d'étudiants désireux d'élaborer une passerelle entre les étudiants et le monde de l'Industrie Pharmaceutique en facilitant leur rapprochement.
En effet, l'éventail des professions au sein de l'industrie pharmaceutique est vaste, c'est pourquoi le CEPhI s'efforce de fournir aux étudiants les informations nécessaires à l'établissement d'un choix personnel réfléchi, à travers ses différentes manifestations.

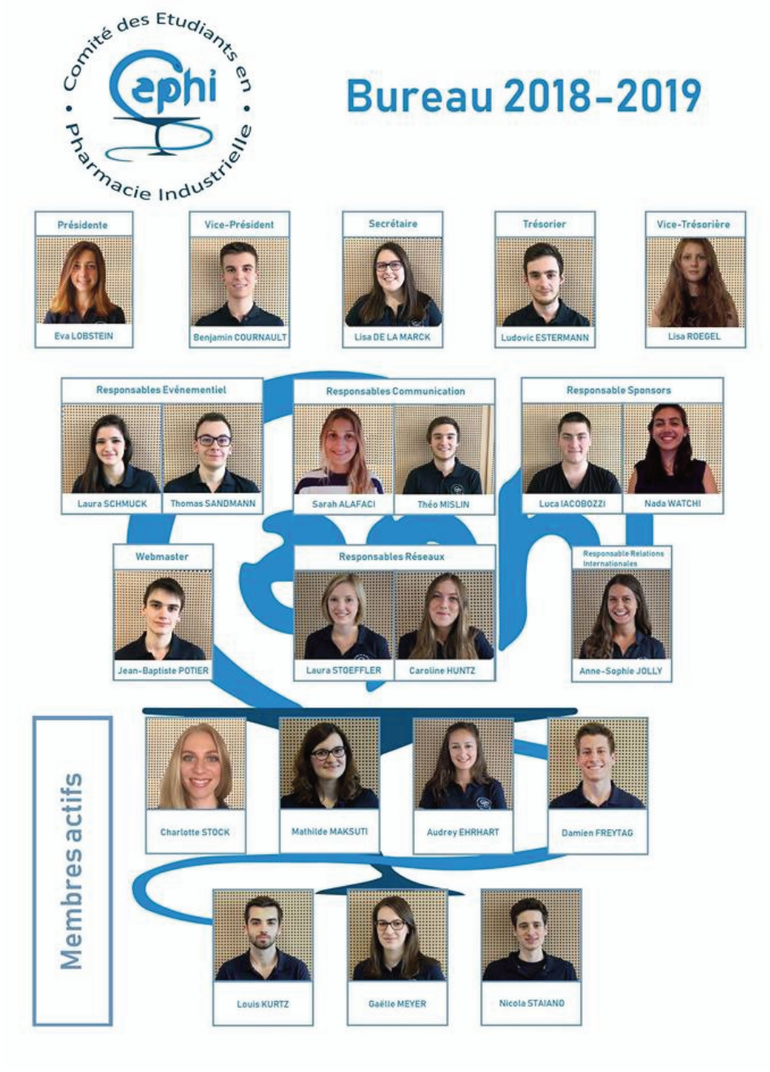
C'est dans cette optique que le CEPhI organise chaque année le Forum des Métiers du médicament au cours duquel les étudiants auront l'opportunité de découvrir les multiples possibilités de carrière lors des conférences ou lors des rencontres avec des professionnels sur les différents stands.

Au cours de l'année, le CEPhI propose également de nombreuses activités telles que : des visites de laboratoires pharmaceutiques (Boiron, Lilly, Roche et Novartis mais aussi des instances pharmaceutiques telles que l'EDQM), un week-end d'initiation au monde industriel dans une ville européenne, ou encore des conférences tout au long de l'année.

Le bureau du CEPhI pour l'année 2018-2019 est composé de 22 membres dynamiques et motivés, qui sont prêts à vous faire découvrir les multiples facettes du monde de l'industrie pharmaceutique.
Nous serons présents dès la rentrée pour vous accompagner dans cette nouvelle année universitaire et serons ravis de partager avec vous nos activités ainsi que des offres de stages et d'emplois.

Toute l'équipe du CEPhI se joint à moi pour vous souhaiter à tous une belle rentrée ainsi qu'une année riche en découvertes et opportunités.

Eva LOBSTEIN
Présidente du Cephi



Le mouvement Junior-Entreprise est le plus grand mouvement étudiant de France et permet d'articuler innovation et entrepreneuriat. MED'Advice est l'unique Junior-Entreprise dans le domaine de la santé, et vous propose :
- d'intégrer l'équipe afin de découvrir le fonctionnement d'une entreprise, vous challenger sur vos compétences entrepreneuriales mais également de profiter de son réseau grandissant.
- ou d'adhérer à l'association afin de pouvoir réaliser les missions proposées, rémunérées et professionnalisantes qui seront un vrai plus pour votre CV !
Cette adhésion vous permettra également de participer à notre afterwork inédit organisé tous les ans en mars.
Nous serons heureux de répondre à vos questions ou de vous expliquer plus en détail nos projets, retrouvez nous en C301, en espérant que les escaliers ne vous découragent pas !

Alexia BURKARD,
Présidente de Med'Advice

Chères lectrices, chers lecteurs,

Après deux ans des bons et loyaux services, Dionysos à Galien inaugure sa troisième année d'activité en accueillant les nouveaux étudiants comme les visages familiers.

Pour ceux qui ne nous connaissent pas encore, qui sommes-nous ?

Nous sommes le fruit de la rencontre entre Dionysos, dieu du vin et de la fête, et Galien, dont nous ne vous ferons pas l'affront d'expliquer l'origine.

De ces ébats sont nés les rêves de faire découvrir aux étudiants et au personnel de la faculté de pharmacie l'œnologie, le bon vin ainsi que le bien manger, le tout dans une ambiance conviviale et décontractée.

Nous organiserons donc tout au long de l'année des évènements (à la fac, visites de caves viticoles, découvertes de bar à vin…) pour vous faire découvrir le monde de la vigne, sa technique, son vocabulaire, mais surtout, son goût, ainsi que les talents culinaires de nos responsables terroir !

Que vous soyez œnophile débutant ou amateur, nous avons hâte de vous rencontrer.

Toute l'équipe de Dionysos à Galien vous souhaite une bonne rentrée.

Mathieu VOGT,
Président de Dionysos à Galien &
Thomas BLUM,
Vice-président de Dionysos à Galien

Association	Local	Réseaux
	F005	Le Comprimé www.lecomprime.com
	K'fet Coopé	Amicale des Etudiants en Pharmacie de Strasbourg - AAEPS aaepsditeh2s www.aaeps-h2s.org
	F005	Cephi Strasbourg cephi_strasbourg www.cephi.fr
	G004	Dyonisos à Galien dionysosagalien
	C301	MED'Advice medadvice_strasbourg www.medadvicefr.com

Un peu d'histoire

L'AFGES (ou Association Fédérative Générale des Étudiants de Strasbourg) est la plus ancienne fédération étudiante encore en activité, qui a fêté ses 95 ans en février 2018.

En 1923 est créée l'AGES (Assemblée Générale des Étudiants de Strasbourg). Étant la seule fédération étudiante sans racines germaniques, elle a très vite été adoptée par le gouvernement Français.

Deux ans plus tard naît le SEC (Strasbourg Etudiant Club) qui permet à tous les étudiants de pratiquer une activité sportive. Après la création de différentes associations de filières, l'AGES change de nom et devient L'AFGES.

Suite à un don généreux du Président du conseil Raymond Poincaré en 1927, l'AFGES a pu racheter le fond de commerce de la Brasserie Schutzenberger qui est devenue par la suite la Gallia, le premier restaurant universitaire laïque !

Pendant la seconde guerre mondiale, elle suit l'Université de Strasbourg à Clermont-Ferrand dans la zone libre, puis par la suite se réinstalle dans la Gallia. Avec la contribution d'autres fédérations et suite à la mise en place de différents dispositifs, l'état accepte de créer le réseau des œuvres aujourd'hui connu sous le nom de CROUS.

1989 est l'année de naissance de la FAGE (Fédération des Associations Générales Étudiante), fondée à l'initiative de l'AFGES et d'autres associations étudiantes telles que l'AGE (Association Générale Étudiante) de Nantes, la FEUCL (Fédération des Étudiants de l'Université Catholique de Lille), l'AGEMP (Association Générale Étudiante Midi-Pyrénée). Elle est de nos jours la première organisation étudiante (on note que son siège juridique se trouve dans notre belle ville de Strasbourg).

En 2013 l'AFGES ouvre la première épicerie sociale et solidaire étudiante : L'AGORAé Esplanade, suivie en 2017 de L'AGORAé Gallia.

L'AFGES perd en 2015 la gestion de son emblématique restaurant « La Gallia », blessure qui s'efface peu à peu et qui laisse place aux nouvelles générations et à de nouveaux projets.

Qui sont-ils ?

Le but premier de l'AFGES est de défendre les différents droits et intérêts étudiants. Cela se fait via une représentation de ceux-ci auprès des instances comme :

- le CFVU (Comission de la Formation et de la Vie Universitaire) qui vote la répartition du budget alloué à la formation, adopte les règles relatives aux examens, adopte les mesures en lien à l'accueil et à la réussite des étudiants présentant un handicap,...
- le CA (Conseil d'Administration de l'université) est l'organe délibérant de l'établissement. À ce titre, il arrête la politique de l'université et vote le budget.

l'AFGES présente aussi des listes d'étudiants militants et formés pour siéger dans les conseils des facultés, de l'université et du CROUS.

Mais aussi par des services et des aides concrètes au quotidien.

Le bureau actuel a été élu le 14 octobre 2017 et est administré par chaque association qui adhère chez eux, proportionnellement au nombre d'adhérents sur le principe d'une démocratie participative.

Parmi ces 35 associations, on y retrouve entre autres des associations de santé comme notre chère H2S.

Beaucoup d'associations étudiantes soutiennent l'AFGES, car elle leur donne un soutien non négligeable et leur permet de faire entendre leur voix. L'AFGES est garante d'un échange avec l'université et défend leurs intérêts; par exemple, le fait que les locaux soient gratuits pour ces dernières.

Quelles sont leurs missions ?

1- La représentation étudiante.

L'AFGES représente les étudiants au sein des instances universitaires, académiques et politiques. Elle essaye au maximum d'améliorer les conditions de vie et d'étude des étudiants et défend le service public de l'enseignement supérieur.

►

Quelques exemples d'association que vous connaissez et qui adhèrent à l'AFGES

2-Les services aux étudiants et l'innovation sociale

Le bureau et les bénévoles de L'AFGES sont disponibles pour répondre aux différentes questions et interrogations des étudiants.

Pour l'innovation sociale, le meilleur exemple est l'AGORAé, lieu de vie et d'échange qui a pour but d'aider les étudiants en dégageant certains frais alimentaires et en leur permettant d'être accompagnés, informés et de trouver une écoute.

Pour des actions plus récentes, Simon Duboue (1er VP) nous raconte que cette année il a organisé deux événements de promotion de l'engagement chez les jeunes pour leur expliquer l'importance du bénévolat ou encore comment s'engager à leur échelle.

Il y a aussi eu la mise en place d'un partenariat avec VRAC, une association qui fait de la commande et distribution de produits de qualité et sans emballages, le but étant de permettre à des personnes de quartiers difficiles d'avoir accès à des produits bio et peu onéreux.

3-L'animation du campus et la prévention par les pairs

De nombreux événements sont organisés. Pour n'en citer que quelques uns :

- BBQ et Garden Culture (4 et 11 septembre 2018)
- Des collectes de dons du sang (3 octobre 2018)
- Des concerts
- La semaine du bien-être étudiant (SBEE) (13 au 15 novembre 2018)

4-La promotion de l'engagement associatif

L'AFGES encourage et soutient les initiatives associatives des jeunes. Elle apporte donc des soutiens techniques et des conseils pour les associations qui le désirent, et propose de nombreuses formations sur différents sujets (communication, travail d'équipe,...) en rapport avec les associations.

Nous vous rappelons que vous pourrez voter pour vos représentants étudiants au cours du mois de novembre, et que vous aurez, entre autre, le choix entre l'AFGES, l'UNI ou encore l'UNEF.

Cet article a été écrit, car nous nous avons constaté que beaucoup de gens ne connaissaient pas les rôles de ces différentes associations, et nous avons pris les représentants en place comme base d'explication et d'exemple.

Salomé RIESS

Sources :
Je remercie tout particulièrement Simon Duboué, Taioh Yokoyama et Théo Zirnheld pour m'avoir aidé dans mes recherches.
Site de l'AFGES : http://afges.org
Site de l'université de Strasbourg :
https://www.unistra.fr/index.php?id=19537
https://www.unistra.fr/index.php?id=26406

Présentation de l'ANEPF

Un peu d'histoire…..

Dans les années 1950, l'ONEPF (Office National des Etudiants en Pharmacie de France) représentait tous les étudiants en pharmacie. L'ONEPF était autrefois un office dépendant de la « Grande UNEPF ».

En 1956, la Grande UNEF s'implique dans la politique du côté de l'extrême gauche. Cela provoque le départ de plusieurs associations étudiantes qui ne se reconnaissent plus dans cette association.

En 1961, la Fédération Nationale des Étudiants de France (FNEF) fut fondée par les corporations des facultés de Médecine, Dentaire, Pharmacie et Droit qui ont quitté l'UNEPF. A ce moment là, les étudiants en pharmacie sont alors représentés à la fois par l'ONEPF, regroupant les associations de Paris, Lille, Montpellier et Grenoble et à la fois par l'UNEPF qui regroupe les autres associations.

Le 5 novembre 1967, l'UNEF et le FNEF décident de fonder une association nationale qui représenterait l'ensemble des étudiants dont le but est de se consacrer à l'étude et à la résolution des problèmes rencontrés par les étudiants. Et c'est ainsi qu'est née l'ANEPF, qui regroupait alors les amicales de Besançon, Bordeaux, Caen, Clermont-Ferrand, Grenoble, Lille, Limoges, Lyon, Marseille, Montpellier, Nancy, Nantes, Paris et Toulouse. Le premier président fut Jean-Pierre LEPARGNEUR.

Le 24 Mars 1968, les premiers statuts de l'ANEPF sont déposés à la Préfecture de Police de Paris. A ce jour, l'ANEPF est la seule association représentant l'ensemble des Étudiants en Pharmacie de France.

Qui sont-ils ?

L'ANEPF ou Association Nationale des Etudiants en Pharmacie de France est une association à but non lucratif. Elle regroupe les 24 associations étudiantes des 24 facultés de pharmacie à travers toute la France.

L'ANEPF est indépendante de tout parti politique, de toute confession et est asyndicale. C'est une association monodisciplinaire. Elle possède également différents réseaux : Santé publique, Humanitaire, International, Tutorat et Industrie.

ANEPF | ASSOCIATION NATIONALE DES ETUDIANTS EN PHARMACIE DE FRANCE

L'ANEPF représente les étudiants de Pharmacie de France auprès des ministères.

Elle s'implique dans la formation et à l'accompagnement des pharmaciens de demain.

L'ANEPF s'exprime par différentes publications tel que :

-*Le D.E.S.I.R* (Des Envies Subites d'Informations Récentes). C'est une publication bimensuelle regroupant l'actualité pharmaceutique.

-*Le Guide pratique de l'Étudiant en Pharmacie et principales Interactions Médicamenteuses*. Un petit guide qui peut s'avérer utile en cas de révisions ou au comptoir en officine.

-*Le Guide des études pharmaceutiques et des masters 2*.

-*Le Guide des professions*. Un guide recensant et décrivant les différentes professions de santé.

-*Le Générique*. Une publication résumant l'Assemblée Générale de l'ANEPF suite à celle-ci.

Au cœur de la santé publique !

L'ANEPF réalise des campagnes de prévention et d'éducation à la santé. Ces actions sont importantes car le pharmacien est un des principaux acteurs dans le domaine de santé publique. Ces actions passent ou encore par la distribution de supports de communication par le biais d'affiches, de mini-films, de conférences, la distribution de préservatifs ou encore par des événements comme le Téléthon ou le Sidaction. De manière à apporter des informations de qualité, l'ANEPF se lie à des associations tel que l'INPES (Institut National pour la Prévention et la Santé) et le CESPHARM (Comité d'Éducation Sanitaire et Sociale de la Pharmacie Française).

L'association participe aux campagnes Médic'Action. Ces campagnes ont pour but de sensibiliser et d'informer la population sur les médicaments en général, sur la vaccination, la contrefaçon de médicaments, l'automédication et la contraception. Ce projet fut récompensé par la FAGE (Fédération des Associations Générales Étudiantes) durant le Project Fair en septembre 2016.

Une dimension internationale !

L'ANEPF se met en relation avec des associations d'étudiants en pharmacie internationales comme l'IPSF (International Pharmaceutical Students' Federation) et l'EPSA (European Pharmaceutical Students' Association). Cette coalition favorise les échanges entre étudiants. Cela apporte également des connaissances concernant les études en pharmacie et les débouchés en Europe ainsi que dans le monde.

L'ANEPF s'intègre dans différentes commissions s'impliquant dans les études pharmaceutiques comme la CNPES (Commission Nationale Pédagogique des Etudes de Santé), la SCPNEP (Sous Commission Nationale Pédagogique des Etudes Pharmaceutiques) et le Conseil National des Maîtres de Stage. Des relations sont également liées entre les Doyens des Facultés de Pharmacie, l'Ordre National des Pharmaciens et l'ANEPF.

L'ANEPF se réunit avec les différentes associations étudiantes en pharmacie de France ainsi qu'avec des associations affiliées (industrie, tutorat, humanitaire) qui représentent l'ensemble de ces membres. Ces rassemblements se répartissent en un congrès annuel et cinq assemblées générales, qui permettent d'apporter des formations aux étudiants des associations, de réaliser des débats et des moments de réflexions.

Une aide dans les études !

Les tutorats ont la possibilité d'adhérer à l'ANEPF par le biais des associations étudiantes en pharmacie. Avec cette adhésion, ils ont la possibilité de participer aux week-ends de formations aux tutorats, appelée WET. De plus, une Mailing-list est à leur disposition afin qu'ils puissent débattre toute l'année.

L'association donne des explications globales sur l'ensemble de l'organisation des études en pharmacie, la composition des unités d'enseignement, l'objectif de la formation ainsi que différentes informations concernant les stages. Afin de représenter les étudiants en pharmacie, l'ANEPF participe à la prise de décision concernant les réformes qui touchent la formation du pharmacien.

Un regard sur le monde de l'industrie …

Différentes aides à la rédaction de CV ou à l'entretien d'embauche sont présentes sur le site de l'ANEPF. L'association travaille avec de nombreuses associations axées sur l'industrie comme le CEPHI de Strasbourg, l'ADIP de Dijon, l'ALEE de Marseille ou l'ALEPI de Nancy. Sans oublier la réalisation du premier forum national des facultés en pharmacie réalisé le samedi 27 janvier dernier à Tours. Cette journée a été organisée afin que les étudiants rencontrent des entreprises pour obtenir de plus amples informations. La participation à cette journée est totalement gratuite. On y trouve des aides à la rédaction d'un CV, des préparations aux entretiens d'embauches ou encore des témoignages.

Une implication humanitaire !

L'ANEPF se lie à des associations telles que la PHL de Lyon, HumaPharma de Paris Descartes, PhaSol de Paris Sud, l'AHNEP de Nantes et PharmaHuma de Montpellier. Cette coalition permet d'envoyer des étudiants en pharmacie en aide humanitaire localement ou dans d'autres pays du globe dans le cadre de nombreux projets internationaux comme la prévention, de la sensibilisation ou l'aide au développement.

L'ANEPF a signé avec le Congrès HOPE. Ce congrès rassemble l'associatif, le scientifique et le solidaire. Le Congrès HOPE a pour objectif de pallier au manque d'informations interprofessionnelles, mais également de faire le lien entre les professionnels et les patients, suite au constat que l'offre de soin n'était plus totalement adaptée à la demande.

Lendor D.

Le bureau 2018/2019 de l'ANEPF

Président
Robin TOCQUEVILLE--PERRIER
president@anepf.org
06 85 40 91 31

Secrétaire Générale
Elisabeth ADENOT
secretaire@anepf.org

Trésorier
Simon DOUILLOT
tresorier@anepf.org

Premier Vice-Président en Charge des Perspectives Professionnelles
Guillaume RACLE
perspectives.profession@anepf.org

Vice-Président en Charge de l'Enseignement Supérieur
Antoine SOULA
enseignement-sup@anepf.org

Vice-Président en Charge du Suivi des Associations
Paul RIQUE
associations@anepf.org

Vice-Président en Charge de la Politique de Formation
Maxence BRETEAU
politique-formation@anepf.org

Vice-Président en Charge de la Communication
Jean-Philippe ROBERT
vp-communication@anepf.org

Vice-Présidente en Charge des Partenariats
Clara SANTINI-LOPES
partenariats@anepf.org

Rédacteur en Chef des Guides
Nicolas GRANGIER
redacteur@anepf.org

Chargée de Mission des Guides
Claire HENRION
redacteur@anepf.org

Vice-Président en Charge des Relations avec l'Industrie
Paul-Louis BOVALIS
relations-industrie@anepf.org

Vice-Présidente en Charge de la Mobilité Internationale
Mounia ACHRAF
mobilite@anepf.org

Vice-Présidente en Charge des Affaires Européennes
Laure-Hélène DAVEZAC
affaires.europeennes@anepf.org

Vice-Président en Charge des Affaires Internationales
Pierre-Marie CRETON
affaires.internationales@anepf.org

Vice-Président en Charge du Tutorat et de la Promotion des Etudes Pharmaceutiques
Assane SECK
vp-tutorat@anepf.org

Vice-Président en Charge des Elections, du Suivi des Elus et des Affaires Sociales
Thibaud MAZZIA
elections@anepf.org

Vice-Présidente en charge de la Solidarité et de la Réflexion Ethique
Marion CASTRO
solidarite.ethique@anepf.org

Vice-Présidente en charge de la Santé Publique
Juliette Guillaumaut
sante-publique@anepf.org

Source :
http://www.anepf.org/

Merci à Théo Z. pour son aide apportée.

Concours Kaléido'scoop

13 juin 2018, 6:30, quatre courageux membres du Comprimé se sont donnés rendez-vous à la fac de pharma de bon matin pour affronter les six heures de routes qui les séparaient de la capitale. Le but ? Se rendre à la cérémonie de remise de prix du concours Kaléïdo'scoop, où ce cher journal de la faculté de pharmacie a été sélectionné parmi les finalistes.

Mais qu'est-ce que Kaléïdo'scoop ? Il s'agit d'un concours national, organisé par l'association Jet d'Encre, dans lequel participent environ 300 journaux jeunes et qui récompense les meilleurs jeunes journalistes de 11 à 25 ans, répartis dans plusieurs catégories : journaux de collège, de lycée, journaux étudiants et journaux de quartier. Dans chaque catégorie étaient récompensés trois journaux papiers et un journal web. Le concours récompense d'autre part les meilleurs dessins de presse pour chaque catégorie. Le but de ce concours est de sensibiliser les jeunes à la presse, outil citoyen et vecteur d'expression et d'information démocratique. Le jury est composé de journalistes professionnels, de journalistes jeunes et d'experts de l'éducation aux médias.

Jet d'Encre, l'association qui organise le concours, soutient depuis de nombreuses années déjà les presses jeunes et œuvre à la promotion et la reconnaissance de cette presse. Consciente des nombreux obstacles auxquels ces dernières sont confrontées, parmi lesquels le manque de visibilité, la censure, l'auto-censure, le manque de moyens ou le manque d'expérience, elle apporte son soutien face à ces freins qui peuvent faire abandonner des projets initiés par de jeunes journalistes.

LE COMPRIMÉ ©

Anaïs Thomas, Gaëtan Weil, Nicolas Boespflug et Taïoh Yokoyama

L'association a donc pour vocation de fédérer, de valoriser, de développer et de défendre ces derniers.

Depuis maintenant quatre ans, Le Comprimé participe chaque année à celui-ci et nous avons été pour la première fois nommés l'année dernière, sans toutefois recevoir de prix. Cette année enfin, après de durs labeurs et de réflexions pour augmenter la qualité de notre journal et de prise en considération des conseils qui ont pu nous être donnés par Jet d'Encre, nous avons enfin été sélectionnés !

Mieux : nous avons remporté le prix du meilleur journal étudiant, une véritable consécration pour notre équipe !!!

L'après-midi s'est ouverte sur un mot de la Défenseure des Enfants, Geneviève Avenard, ainsi que de l'adjointe au maire de Paris, Pauline Veron. S'en sont ensuivis des débats, entre chaque remise de prix par catégorie, autour de notions telles que le droit à l'image, la satire, la caricature, la liberté de presse et d'expression, les difficultés rencontrées en tant que presse jeune, la censure et l'auto-censure. Malgré le jeune âge de bon nombre des participants, beaucoup de propos très pertinents ont alimenté le débat et ces jeunes journalistes ont fait preuve d'une grande maturité face aux problématiques soulevées.

Cette journée a été l'occasion de faire de belles rencontres, de voir des jeunes qui s'engagent dans leurs projets. Encore un grand bravo à tous les lauréats de cette édition : *The Vincent Times, Paroles de…, Le Maness'news, Eugène.com, PPL Actu, La Plume du Peintre, La Gazette Saucisse,*

Mme Geneviève Avenard, Défenseure des enfats, Mme Pauline VERON, adjointe au maire de Paris et une bénévole de l'association Jet d'Encre

LE COMPRIMÉ ©

▶ *Champo Connect, Propos, L'Alouette, Tokonoma, LeLoup Mag, Nactambule, Scarlet, Zoom sur Delorgue, Krakem et Encre Libre,* et merci aux organisateurs du concours pour ce très bon moment.

Taïoh Y.

Jets d'encre
Association nationale pour la promotion et la défense de la presse d'initiative jeune

LE COMPRIMÉ ©

Gaëtan Weil, ex-présedent du Comprimé, tenant fièrement le prix que votre cher journal a remporté.

Dossier spécial : Sexualité

Faites l'amour, pas la guerre ; c'est meilleur pour la santé !

Le sexe, sous toutes ses formes, est un sujet particulièrement bien documenté et étudié depuis une cinquantaine d'années, bien qu'il soit souvent plus difficile d'obtenir des résultats justes du fait du caractère intime des questions (causé par le biais de désirabilité sociale, mis en lumière par Alfred Kinsey lors de la première étude à large échelle sur la sexualité).

Pour l'écriture de cet article, nous avons passé en revue de nombreuses études sur les différents bénéfices du sexe pour la santé, physique et mentale. Nous n'aborderons ici qu'une petite partie des faits mis en lumière par ces publications, ceux qui nous paraissent intéressants, insolites ou amusants.

Il est possible de distinguer deux types de bénéfices: psychologiques et physiologiques. Nous commencerons ici par aborder le pendant psychologique pour finir par le physiologique.

Sensation de satisfaction (de son couple, de sa vie, de son bien-être)

Une étude datant de 2009, menée en Suède sur un échantillon représentatif de la population, a mis en lumière la corrélation entre la satisfaction que l'on éprouve à l'égard de sa vie (tous facteurs confondus) et la pratique régulière d'une activité sexuelle.

L'étude est même allée plus loin, en cherchant à comparer l'influence des différentes pratiques sexuelles (PVI [abréviation pour Penile-Vaginal Intercourse], sexe non coïtal…) sur le bien-être ressenti. Les chercheurs ont non seulement déterminé que le PVI était le plus efficace mais aussi que les autres pratiques n'avaient pas d'effet sur la satisfaction globale des sujets (voir un effet inversement proportionnel).

Confiance en soi ; image de soi

L'image que l'on a de soi, directement reliée à la confiance en soi, est un autre aspect de notre psyché influencé par le comportement sexuel. Il a été démontré par une étude réalisée sur des femmes, qu'une forte corrélation existait entre la satisfaction sexuelle et l'image que les sujets avaient de leur corps (données qui peuvent être évaluées via le BES [Body Esteem Scale] un questionnaire de 35 items auquel on attribue une note sur cinq ; plus le score est élevé, plus l'estime de soi est bonne).

L'inverse est vrai aussi! Selon la même étude, une bonne estime de soi augmente également la satisfaction sexuelle. Un cercle vertueux, donc!

À côté de ces aspects purement psychiques, de nombreux bénéfices physiologiques sont également à relever.

Un meilleur système immunitaire

Peut-être le plus insolite des effets présentés dans cet article. Pourtant, une étude menée sur plus d'une centaine d'étudiants, au préalable répartis en plusieurs catégories en fonction de la fréquence de leur relations intimes, a montré une concentration significativement plus élevée en IgA (un type d'anticorps) dans la salive chez les étudiants dans la catégorie « rapports fréquents ». L'article en question n'avance pas d'arguments pour expliquer ce phénomène mais la cause pourrait être l'exposition plus fréquente et « rapprochée », au microbiome bactérien de son/sa partenaire, entraînant une production plus importante d'anticorps.

Diminution du risque de cancer de la prostate ou du sein

La relation entre une pratique sexuelle régulière et la diminution des risques de cancer du sein ou de la prostate a été entrevue dès le début des années 2000. Cependant, cette corrélation s'est révélée difficile à mettre en évidence pour le cancer du sein. En revanche, de nombreuses études ont démontré des liens importants entre le fait d'être sexuellement actif et l'abaissement du risque de cancer de la prostate. C'est ici la fréquence des éjaculations qui serait en jeu. Une étude menée sur près de 30 000 hommes a montré une diminution de 33% du risque de cancer de la prostate chez ceux ayant eu en moyenne 21 éjaculations ou plus par mois au cours de leur vie (de 20 à 49 ans). Un résultat corroboré par plusieurs autres recherches à large échelle .

En plus de vous faire faire du sport, de renforcer la complicité avec votre partenaire ou tout simplement de vous faire passer un bon moment, le sexe a donc de nombreux bienfaits insoupçonnés pouvant finalement aller jusqu'à augmenter votre espérance et votre qualité de vie ! Marvin Gaye avait ainsi vu juste dès 1982 dans sa chanson « Sexual Healing ». À consommer sans aucune modération, donc !

Samuel K.

Sources :
Brody S. 2010. The relative benefits of different sexual activities. J Sex Med7:1336–1361.
Brody S, Costa RM. Satisfaction (sexual, life, relationship, and mental health) is associated directly with penile?vaginal intercourse but inversely with other sexual behavior frequencies. J Sex Med 2009;6:1947–54.
Pujols Y, Meston CM, Seal BN. The Association Between Sexual Satisfaction and Body Image in Women. The journal of sexual medicine. 2010;7(2 Pt 2):905-916. doi:10.1111/j.1743-6109.2009.01604.x.
Carl J. Charnetski and Francis X. Brennan. Sexual Frequency and Salivary Immunoglobulin A (IgA) Psychological Reports, June 1, 2004: Vol 94, Issue 3, pp. 839 – 844
Leitzmann MF, Platz EA, Stampfer MJ, et al. Ejaculation Frequency and Subsequent Risk of Prostate Cancer. Journal of the American Medical Association 2004;291:1578–86. PMID: 15069045.
Liens vers un article de la Harvard Medical School sur le cancer de la prostate : Link
Anke Hambach, Stefan Evers, Oliver Summ. The impact of sexual activity on idiopathic headaches: An observational study . February 19, 2013

L'Horloge Biologique, chef d'orchestre du vivant

En 1729, un chercheur surnommé Jean-Jacques d'Ortous de Mairan observe que les feuilles de Mimosa s'ouvrent et se ferment à un rythme régulier, en fonction de l'obscurité ou de la lumière à laquelle elles sont exposées. Il sera alors le premier à émettre l'hypothèse d'un rythme végétal circadien, mot ayant pour origine du latin Circa Diem signifiant « environ un jour ».

hobbesworld.com

Photo d'une feuille de mimosa

Depuis, de nombreuses expérimentations sur les plantes, les animaux et l'Homme ont suivi mais ce n'est que dans les années 1950 que la communauté scientifique admet l'existence d'une horloge biologique interne propre aux êtres vivants. Dernièrement, le prix Nobel de médecine 2017 a été attribué aux chercheurs américains Hall, Rosbash et Young pour leurs travaux sur la régulation de l'horloge biologique.

Les être vivants sont régulés par des mécanismes parfois tellement complexes qu'ils semblent chaotiques. Toutefois, même ce chaos a besoin de repères. Un de ces repère est l'horloge biologique, jouant implicitement le rôle de chef d'orchestre du vivant.

Comment pensez-vous que nous nous réveillons spontanément au bout de 9-10h de sommeil ? Ou au contraire, pourquoi le sommeil nous pèse le soir venu ? En plus du sommeil, d'autres aspect de notre corps comme notre sexualité est influencé par cette horloge.

wikimedia.org

Nous pouvons citer par exemple l'érection matinale chez les hommes qui n'est dû à rien d'autre qu'un bon pic de testostérone au matin, ainsi qu'a un relâchement de tous les muscles dont les muscles lisses des corps caverneux du pénis lors du sommeil paradoxal. Chez la femme, le désir sexuel est à son comble lors de la période d'ovulation (14ème jour du cycle menstruel) grâce à l'afflux d'oestrogène et progestérone.

Ce cycle permet aussi la régulation de la sensation de faim toutes les quatre heures, notre température corporelle et bien d'autres choses encore !

Un tout petit organe pas plus gros qu'un grain de riz situé au niveau de l'hypothalamus agit tel un métronome pour notre corps. L'idée est de suivre un cycle de 24 heures environ. Il varie en réalité entre 23h30 et 24h30 et doit donc être « calibré » régulièrement. Sans cette resynchronisation, le cycle circadien dériverait pour atteindre très rapidement un énorme décalage.

Le principal outil de régulation est donc la lumière. Et oui, précisons que le principal intérêt de cette horloge réside en l'adaptation du vivant à son environnement. Or une journée dure 24 heures et quel meilleur repère que la nuit et le jour pour remettre les pendules à l'heure ?

La lumière nous fait produire de la sérotonine, qui va interrompre les phénomènes liés au cycle du sommeil. De manière opposée, dans l'obscurité, notre corps va produire de la mélatonine, hormone du sommeil.

L'arrivée de l'électricité et dernièrement des écrans, téléphones et tablettes a créé un grand déséquilibre dans l'alternance jour/nuit des êtres humains. En effet, la lumière bleue des écrans excite 100 fois plus les cellules de la rétine (les cellules ganglionnaires à mélanopsine) que la lumière naturelle, ce qui a pour conséquence de retarder notre sommeil. Nous estimons que depuis l'arrivée de l'électricité (on ne parle donc même pas des écrans …), nous aurions perdu entre 1 à 2 heures de sommeil. Cette dette de sommeil a de nombreuses conséquences sur les fonctions immunitaires (moins d'anticorps), cognitives, l'endormissement, la vigilance, la mémoire (perte de mémoire), les fonctions cardiovasculaires (hypertension arterielle, risque d'AVC), risque de diabète etc.

Pour une meilleure santé, adoptons donc une meilleure hygiène de vie face à nos écrans : diminuons drastiquement l'exposition à la lumière le soir entre 30 min et 1h avant le coucher et favorisons les lumières de type halogène de couleur orangée, plus propice à l'endormissement.

Ahmed-Burak A.

Source :
"L'horloge biologique", posté le 23 janvier 2012 et modifié le 10 octobre 2014 sur le site file santé jeune
https://www.filsantejeunes.com/lhorloge-biologique-6802
"3 choses à savoir sur notre horloge biologique", posté le 02 octobre 2017 par Camille Gaubert sur le site Sciences et avenir
https://www.sciencesetavenir.fr/sante/3-choses-a-savoir-sur-notre-horloge-biologique_116998
"Les facteurs pouvant affaiblir le système immunitaire", in PONROY. PONROY [en ligne] consulté le 29/07/2018,https://www.ponroy.com/conseils-sante/les-facteurs-pouvant-affaiblir-le-systeme-immunitaire
Horloge biologique et sommeil, Médecine du Sommeil, Volume 14, Issue 4, 2017, Pages 195-196,ISSN 1769-4493, https://doi.org/10.1016/j.msom.2017.10.005.
https://www-sciencedirect-com.scd-rproxy.u-strasbg.fr/science/article/pii/S1769449317302376
Damien Léger, Horloge biologique et rythme veille/sommeil, Cahiers de Nutrition et de Diététique, Volume 40, Issue 3, 2005, Pages 133-136, ISSN 0007-9960, https://doi.org/10.1016/S0007-9960(05)80477-8."Pourquoi les hommes ont une érection le matin ?" du site futura-santé, extrait de l'interview du docteur Béatrice Cuzin
https://www.futura-sciences.com/sante/questions-reponses/sexualite-hommes-ont-ils-erection-matin-6452/

Quand les hormones se mettent "en pause" : ménopause et andropause

La ménopause correspond à l'interruption physiologique des cycles menstruels chez la femme, ce qui signifie l'arrêt définitif des règles. Contrairement à la ménopause, l'andropause est un phénomène beaucoup moins connu affectant les hommes. Elle rassemble les symptômes physiologiques et psychologiques dûs à la baisse de testostérone chez l'homme vieillissant.

La ménopause est un phénomène physiologique naturel survenant généralement entre 40 et 55 ans chez toutes les femmes. Elle se caractérise par l'arrêt de production et de la sécrétion des hormones provenant des ovaires : les oestrogènes et la progestérone.

C'est un phénomène qui s'installe de manière progressive. En effet, l'ensemble de cette période de perturbations hormonales est défini par la "périménopause".

Les manifestations de la ménopause varient d'une femme à l'autre. Les symptômes physiques principalement retrouvés sont des bouffées de chaleur et des sueurs nocturnes, une sécheresse vaginale, une prise de poids ainsi qu'une fatigue associée à un manque d'énergie. Il existe également des symptômes psychiques tels que des insomnies, des troubles de l'humeur et des pertes de mémoires.

Des solutions afin d'apaiser certains symptômes existent : le traitement hormonal substitutif (THS) qui permet de rétablir l'équilibre. Ce traitement, appartenant à la classe thérapeutique gynécologie, utilise des hormones synthétiques (oestrogène et progestérone) qui ne sont plus produites par les ovaires. Ceci permet de diminuer les manifestations de la ménopause. On le retrouve sous différentes formes : comprimé, anneau vaginal, injection intramusculaire, crème vaginale, gel topique. Il permet également de prévenir les risques d'ostéoporose. Le THS possède des molécules se fixant sur les récepteurs naturels des oestrogènes, ces récepteurs exercent également des fonctions au niveau du système immunitaire, du système nerveux central, du tissu adipeux ainsi qu'osseux.

La phytothérapie peut également être une alternative au THS, elle associe des phyto-oestrogènes (souvent du soja) et des phyto-progestatifs.

L'andropause est un phénomène peu connu, mais reste néanmoins une réalité actuelle car de plus en plus d'hommes entreprennent un traitement à la testostérone.

L'andropause est donc le fruit d'une diminution de la production de testostérone, mais aussi de la liaison d'une autre hormone (la SHBG[1]) à la testostérone ce qui a pour conséquence d'inhiber ses fonctions sur le corps.

Elle survient entre la 45ème et la 65ème année de vie de l'homme. Cependant ce phénomène ne les concerne pas tous : seulement 2% des hommes âgés de 40 à 80 ans vivent une andropause en Europe d'après l'European Male Ageing Study (EMAS).

Les symptômes de cette dernière vont d'une baisse de l'appétit sexuel jusqu'à la présence de problèmes érectiles, auxquels s'ajoutent une sensation de manque d'énergie physique, mentale et sexuelle, des insomnies, des troubles cardiaques ou de la mémoire, de l'ostéoporose, des transpirations excessives ou encore une prise de poids.

Le traitement à la testostérone a pour objectif d'améliorer la qualité de vie de ces hommes mais ne convient malheureusement qu'à très peu de personne. Il a aussi comme effet de retarder le processus de vieillissement (perte de masse musculaire, diminution du risque de fractures). Le sujet de l'andropause est assez controversé. En effet selon plusieurs études, certains hommes développent des symptômes d'andropause malgré un taux de testostérone normal.

De plus certains experts affirment que les symptômes de l'andropause peuvent être dûs à de mauvaises habitudes de vie. D'autres hormones comme la DHEA[2], l'hormone de croissance, la mélatonine ou encore les hormones thyroïdiennes auraient une influence sur l'andropause. Le diagnostic de celle-ci repose donc sur un bilan sanguin général dans lequel on dosera toutes ces hormones.

Suite aux essais cliniques, les scientifiques n'ont pu identifier les bienfaits et les risques de ce traitement. Ce dernier aurait potentiellement dans certains cas la conséquence d'accroître le risque de cancer de la prostate ou d'accident vasculaire cérébral et exposerait également le patient à d'autres risques comme le développement des seins, l'atrophie des testicules ou encore des dommages au foie.

On remarque que l'andropause contrairement à la ménopause ne touche qu'une minorité d'homme. Ce phénomène qui ne marque pas la fin de la fertilité est progressif et inconstant, la baisse d'hormones n'étant pas caractérisée par une chute drastique de ces dernières comme chez la femme, mais s'installant petit à petit à partir de la 30ème année de vie.

Ainsi, l'andropause et la ménopause sont deux phénomènes distincts.

[1]Sex hormone-binding globuline : glycoprotéine se liant aux hormones sexuelles

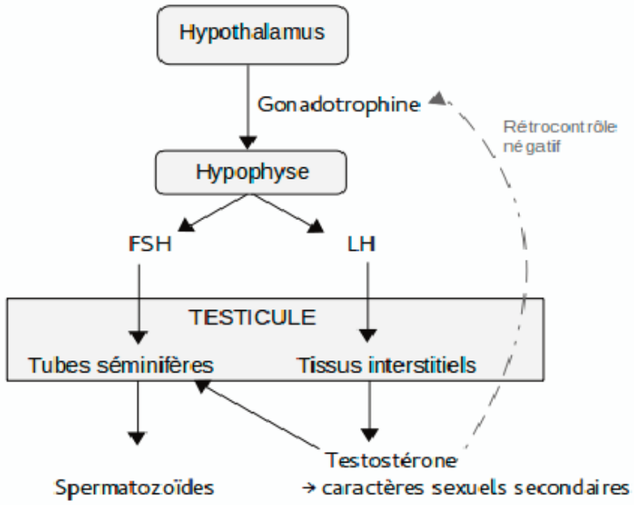
[2]La dehydroepiandrosterone est une hormone stéroïde sécrétée par les glandes surrénales, précurseur des hormones sexuelles

Nellie H, Chahinèse C.

Sources:
Andropause, par Sexplique, 17/06/2018, http://sexplique.org/andropause.html
Ménopause, par Sexplique, 17/06/2018, http://sexplique.org/menopause.html
La ménopause, par PasseportSanté.net, 17/06/2018, https://www.passeportsante.net/fr/Maux/Problemes/Fiche.aspx?doc=menopause_pm
Andropause, qu'est-ce que c'est ? par PasseportSanté.net, 17/06/2018, https://www.passeportsante.net/fr/Maux/Problemes/Fiche.aspx?doc=andropause_pm
Huhtaniemi, I., & Forti, G. (2011). Male late-onset hypogonadism: pathogenesis, diagnosis and treatment. Nature Reviews Urology, 8(6), 335–344. https://doi.org/10.1038/nrurol.2011.47
Bain, J. (2010). Testosterone and the aging male: To treat or not to treat? Maturitas, 66(1), 16–22. https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2010.01.009
Andropause chez l'Homme - symptômes par sante-medecine, 17/06/2018 https://sante-medecine.journaldesfemmes.fr/faq/7431-andropause-chez-l-homme-symptomes

Contraception masculine : où en est la science ?

Lorsque l'on évoque de nos jours la contraception masculine, la méthode majeure qui vient à l'esprit est le préservatif : mais de plus en plus les chercheurs tendent à étudier de nouvelles molécules et méthodes pour permettre à l'homme de bénéficier, à l'instar de la femme, d'une contraception plus large et variée. Ainsi donc, en plus de la vasectomie et d'autres techniques mécaniques, ont vu le jour les premiers tests hormonaux à base de testostérone injectée censée diminuer la production de spermatozoïdes via inhibition de sécrétion de la gonadotrophine (voir schéma). Mais si l'oligospermie recherchée a effectivement été observée, la testostérone en association avec un progestatif, l'énanthate de noréthistérone, s'est avérée posséder beaucoup d'effets négatifs faisant pencher la balance bénéfice-risque en défaveur de la pilule contraceptive pour l'homme jusqu'à l'arrêt des essais cliniques en phase III.



Loin de s'avouer vaincus, les chercheurs ont continué avec de nouveaux analogues. De manière générale les recherches actuelles ont tendance à associer, pour les études cliniques, une molécule analogue de la testostérone (le plus souvent un ester de testostérone) avec un progestatif afin d'augmenter l'efficacité de la contraception. L'efficacité est évaluée en pourcentage de naissance, et l'objectif est d'atteindre pour la pilule hormonale masculine une efficacité proche de celle des pilules féminines (les meilleurs pourcentages pour les contraceptions masculines à l'essai s'approchant des 95%). La molécule en tête de file pour la mise sur le marché de la première pilule masculine est le DMAU (diméthandrolone undécanoate), qui présente à la fois des activités androgénique et progestative faisant diminuer les taux circulants de testostérone, mais dont l'activité contraceptive reste encore à déterminer sur le long terme. Le DMAU est aujourd'hui à la phase II des essais cliniques, testé également en association avec le levonorgestrel ; et ses effets indésirables, comme la prise de poids ou la baisse du HDL, ne semblent pas être suffisants pour stopper les recherches. La conclusion de l'étude sera annoncée au meeting annuel de l'ENDO (Endocrine Society) en septembre 2018.

Mais la pilule, jugée comme étant la méthode la plus pratique par les hommes, n'est pas l'unique voie étudiée pour la contraception hormonale masculine : implants, gels topiques, injections… Bien que la majorité de ces méthodes soient en cours de recherche, la plus susceptible d'atterrir sur le marché est l'implant MENT® : sa substance active, la 7α-methyl-19-nortestosterone, est dix fois plus puissante que la testostérone !

Et c'est cette activité qui lui permet d'être administrée à faible dose pour une diffusion à longue durée, de manière tout à fait réversible pour la fertilité des sujets.

Cependant malgré tous les essais cliniques prévus, il n'est pas impossible que des effets toxiques ou indésirables ralentissent une fois de plus l'arrivée de la contraception hormonale masculine en pharmacie. Et en attendant que la première pilule arrive, il faudra espérer qu'elle rencontre son public attendu et devienne, comme la première pilule il y a 50 ans, un outil indispensable à la société

Juliette D.

Sources :
"Male Hormonal Contraceptive Trial Ending Early" Innovative Study by WHO and CONRAD, 22 avril 2011, conrad.org
Gu YQ et al., A multicenter contraceptive efficacy study of injectable testosterone undecanoate in healthy Chinese men, The Journal of Medical Endocrinology and Metabolis, Février 2003; 88(2):562-8.
Attardi BJ et al., Dimethandrolone undecanoate: a new potent orally active androgen with progestational activity, Molecular Endocrinology Laboratory BIOQUAL, Endocrinology, 23 Février 2006; 147(6):3016-26
Dimethandrolone undecanoate shows promise as a male birth control pill, Endocrine Society, 18 Mars 2018
Sundaram K, 7 alpha-methyl-nortestosterone (MENT): the optimal androgen for male contraception, Population Council, Annals of Medicine, Avril 1993; 25(2):199-205

La recrudescence de la syphilis en France

Un complément web se penchant plus en détail sur la maladie elle-même est disponible sur le site du Comprimé !

La recrudescence des IST durant ces 10 dernières années montre des résultats alarmants, plus particulièrement dans la population des jeunes. Parmi elles, la syphilis, aussi connue sous le doux nom de vérole, connaît une place particulière ; elle représente actuellement un véritable problème de santé publique, alors qu'on la croyait quasi éradiquée en France à la fin du XXe siècle. Il s'agit d'une maladie provoquée par une infection à Treponema pallidum, qui évolue en trois phases : primaire, secondaire et tertiaire, avec la possibilité d'une phase de latence asymptomatique. Zoom sur l'épidémiologie de cette maladie.

Épidémiologie

Treponema pallidum est une bactérie fréquente des zones tropicales et est le témoin d'une sexualité à risque dans les pays développés. Les syphilis précoces (phases primaire, secondaire et de latence) sont surveillées depuis 2000 par le réseau RésIST, coordonné par Santé Publique France. Les études publiées au Bulletin Épidémiologique Hebdomadaire du 29 novembre 2016 et au Bulletin des réseaux de surveillance des IST en avril 2018 portent sur des données relevées auprès de volontaires, ce qui ne permet pas une représentativité en terme de nombre de cas de syphilis total au niveau national, mais permet toutefois une observation fiable des tendances de l'évolution de l'incidence des cas de syphilis.

Alors que seuls 10 cas de syphilis ont été recensés en 2000, plus de 1600 cas ont été observés en 2015. En 2016, les hommes ayant des relations sexuelles avec les hommes (HSH) représentaient 81% des infectés, les hommes hétérosexuels 14% et les femmes n'en représentaient que 5%. L'augmentation du nombre de cas est très marquée entre 2013 et 2015, quelle que soit l'orientation sexuelle, en témoigne l'incidence de la maladie qui a évolué de 78% dans la population générale.

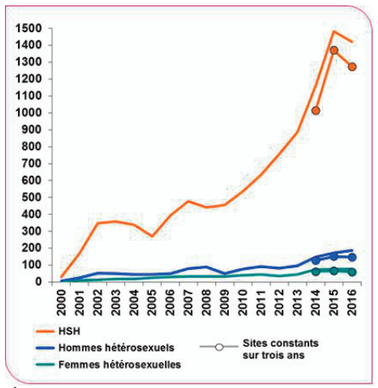
80% des HSH et 71% des hommes hétérosexuels touchés par la syphilis ont entre 20 et 49 ans, tandis que la majorité des femmes (72%) ont moins de 39 ans. La tranche d'âge la plus touchée toutes orientations sexuelles confondues est celle des 20-29 ans avec environ un tiers des cas.

Près d'un tiers des HSH infectés à *T. pallidum* sont également séropositifs au VIH.

La syphilis n'est pas immunisante, ce qui signifie qu'un individu contaminé et guéri reste vulnérable à une potentielle réinfection.

Un problème de santé publique

Cette recrudescence de la syphilis fait suite à l'arrêt de la déclaration obligatoire des IST en 2000, relayée par la surveillance par le réseau RésIST. Elle est à mettre en lien d'autre part avec l'augmentation des pratiques à risques observée chez les HSH dans les années 90. En effet, depuis 1997, on observe une augmentation de la proportion d'HSH qui ne se protègent pas lors de rapports anaux avec des partenaires occasionnels par un préservatif. D'autre part, certaines pratiques telles que la fellation sont rarement protégées, alors qu'il s'agit d'un des modes de contamination majeurs de la syphilis. Malgré le nombre de cas relativement faible dans la population hétérosexuelle, l'incidence de la maladie est aujourd'hui en hausse.



Évolution du nombre de cas de syphilis récente selon l'orientation sexuelle, réseau RésIST, France, 2000-2016

La syphilis n'est pas un cas isolé puisque l'on observe une évolution d'autres IST : gonococcies, infections uro-génitales à *Chlamydia trachomatis*, lymphogranulomatoses vénériennes rectales, infections à méningocoques et hépatites C. L'incidence estimée du VIH est quant à elle stabilisée aux alentours de 6000 cas découverts par an depuis 2011.

Aujourd'hui, le recours au dépistage des populations à risque reste très largement insuffisant, d'où l'importance de campagnes de prévention nationales afin de toucher le plus large public. Identifier les personnes non diagnostiquées et réduire le délai entre l'infection et le diagnostic sont des enjeux majeurs de santé publique.

Depuis janvier 2016, l'offre de dépistage s'est développée et il est possible de dépister une IST grâce à un test dans un laboratoire d'analyse, remboursé sur présentation d'une ordonnance d'un médecin ou un test dans un CeGIDD (Centre Gratuit d'Information, de Dépistage et de Diagnostic), gratuit et anonyme. Pour le VIH, il existe le TROD VIH (Test Rapide d'Orientation Diagnostique VIH) proposé par des acteurs associatifs, ainsi que l'auto-test VIH en vente dans les pharmacies.

Taïoh Y.

Sources :
V. Bianchi, S. El Anbassi, N. Duployez, Bactériologie - Virologie, édition De Boeck, collection Prépa Pharma, 2013, p.109-111
A.Boyssou et al. La Syphilis en France : analyse des données de surveillance sur 10 ans, 2000-2009, BEH 26-27-28, Juillet 2011
N. N. Ngangro et al. Les Infections sexuellement transmissibles bactériennes en France : situation en 2015 et évolutions récentes, BEH 41-42, Novembre 2016
Bulletin des réseaux de surveillance des IST - Données au 31/12/2016 - Santé Publique France, Avril 2018
F. Bourdillon, F. Lot, Point épidémiologique - Infections par le VIH et les IST bactériennes, Santé Publique France, Novembre 2016

Un nouveau moyen de protection contre le VIH ?

Tout le monde a déjà entendu parler du VIH, ce virus qui est la seconde cause de mortalité mondiale. Avec 6003 personnes ayant découvert leur séropositivité en 2016 en France, et 25000 qui ignorent encore la leur, le VIH est un des fléaux de notre époque et tout le monde est concerné.
Le virus est transmis entre autres par rapports sexuels et échanges sanguins. Il entraîne une inflammation qui elle-même va attirer et permettre la maturation des lymphocytes.
Le pathogène va infecter ces derniers et s'y multiplier, puis va entraîner leur destruction; étant des segments clés de l'immunité, cela va mener à une immunodépression.

Les chercheurs de l'université de Waterloo au Canada ont eu une idée innovante de lutte contre le VIH en se basant sur les femmes naturellement résistantes : ces femmes avaient une réponse immunitaire faible au niveau des organes génitaux avec entre autres une expression moindre des marqueurs d'activation des LT et une production moins importante de cytokines et de chimiokines pro-inflammatoires.
Grâce à cela, il y avait moins de LT CD4 attirés au niveau du site de l'infection et donc moins de LTCD4 contaminés puis détruits par le VIH, tout cela en gardant une immunité efficace contre les autres pathogènes !
En partant de ce constat, les chercheurs ont créé un implant vaginal délivrant de manière continue et contrôlée de l'hydroxychloroquine : un antipaludique utilisé dans le traitement de lucites, lupus érythémateux, lupus systémiques ou de polyarthrites rhumatoïdes. Document1

Le principe est d'augmenter l'intégrité de l'épithélium muqueux, atténuer la production de médiateurs pro-inflammatoires, diminuer les marqueurs d'expression d'activation des lymphocytes T et réduire leur recrutement.

En résumé, il va induire un état quiescent des cellules.

Pour l'instant, l'implant a été testé in vivo chez les lapins, et les résultats sont satisfaisants.

Cet implant est clairement une ouverture à de nouvelles façons de lutter contre l'infection au VIH, mais il n'est pas dit que l'implant seul suffira à prévenir la transmission du virus ou s'il devra être associé à d'autres méthodes.

Salomé Rless

Journal of Controlled Release

Différents implants. Le tube central est celui dans lequel est contenu l'hydroxychloroquine.

Sources :
Yufei Chen, Yannick L. Traore, Emmanuel A. Ho, « Implant delivering hydroxychloroquine attenuates vaginal T lymphocyte activation and inflammation », Journal of Controlled Release, 10 may 2018, ISSN 0168-3659, https://doi.org/10.1016/j.jconrel.2018.03.010.
Site du Vidal
Site Sida info service
Medical news today, « Could this implant protect women from HIV? », par Catharine Paddock le 17/04/2018

La reproduction animale : différentes possibilités pour donner vie à une descendance

Lorsque l'on parle de reproduction animale, on pense généralement aux reproductions sexuées représentées par la fécondation interne et la fécondation externe, qui impliquent la présence de cellules reproductrices femelles et mâles. Cependant, de nombreuses espèces sont capables d'avoir recours à d'autres moyens de reproduction, associés ou non à une fécondation de gamètes venant de deux individus de sexe opposé.

La reproduction asexuée

Certaines espèces fréquemment retrouvées en parasitologie sont capables de se reproduire de manière non sexuée. Cette reproduction asexuée peut être le seul moyen de reproduction ou agir en complément d'une reproduction sexuée.

Lors d'une reproduction asexuée, un seul individu donne naissance à sa progéniture qui sera identique à son parent étant donné qu'il n'y a pas de brassage génétique.

Les principales méthodes retrouvées sont la division binaire, la schizogonie et la strobilation.

La division binaire et la schizogonie concernent principalement les espèces unicellulaires.

La division binaire est le moyen de reproduction des ciliés (protistes se déplaçant à l'aide de cils vibratiles) parmi lesquels on retrouve *Balantidium coli* (responsable d'infection du côlon chez certains animaux). Elle consiste en une division d'un individu en deux individus possédant le même matériel génétique que leur parent.

La schizogonie correspond à une division multiple lors de laquelle un noyau parent donne plusieurs noyaux identiques qui se séparent ensuite pour donner plusieurs individus. On retrouve ce type de division chez certains parasites comme les amibes ou les espèces du genre *Plasmodium*, responsables du paludisme.

La strobilation a lieu durant la vie d'espèces pluricellulaires comme la méduse ou certains vers. Elle permet le développement de plusieurs individus à partir d'un seul qui va se segmenter transversalement.

La reproduction à partir de cellules sexuelles

La reproduction sexuée a lieu lors de la rencontre entre des gamètes femelles et mâles. La fécondation peut se faire de manière interne (comme chez la majorité des mammifères) ou externe (la femelle pond ses œufs possédant les cellules sexuelles femelles qui seront ensuite fécondées par le mâle).

Dans certains cas, une reproduction asexuée peut se faire à l'aide de cellules sexuelles, sans avoir recours à une fécondation. Si les cas d'androgenèse (développement d'un embryon à partir d'un génome mâle uniquement) restent très rares et ont principalement été montrés chez les phasmes, les espèces ayant accès à la parthénogenèse sont beaucoup plus fréquentes. La parthénogenèse correspond à un développement embryonnaire issu d'un gamète femelle. Ce moyen de reproduction est important chez certains insectes, parmi lesquels les abeilles. En effet, si les abeilles femelles sont issues d'une fécondation entre une reine et des faux-bourdons, tous les faux-bourdons se développent quant à eux à partir d'œufs non fécondés.

La parthénogenèse est principalement retrouvée chez des espèces invertébrées mais elle a également été observée chez certains vertébrés, principalement des reptiles, dont le dragon de Komodo (*Varanus komodoensis*), majoritairement lorsqu'ils ont été domestiqués et éloignés de leurs congénères. Plus récemment, des individus à l'état sauvage ont été étudiés et ont montré une correspondance suffisamment élevée entre leur ADN et le matériel génétique maternel afin de conclure à la possibilité pour ces espèces d'avoir recours à la parthénogenèse.

Pour le lézard à fouet (*Cnemidophorus spp.*) le recours à la parthénogénèse est obligatoire. En effet, les individus mâles ont tous disparu et les femelles ont ainsi eu besoin de trouver un autre moyen pour se reproduire. Afin de stimuler l'ovulation et de développer un nombre plus important d'embryons, une femelle joue le rôle du mâle en reproduisant la gestuelle de l'accouplement. Cette pseudo-copulation n'est pas nécessaire mais permet une reproduction plus rapide de l'espèce.

Il existe ainsi de nombreuses méthodes de reproduction ne nécessitant pas la rencontre entre gamètes mâles et femelles. Cependant ces moyens de reproduction ne permettent pas de brassage génétique et pourraient à terme et si elles ne sont pas complétées par une reproduction sexuée, provoqués la disparition de l'espèce en question car la reproduction asexuée reproduit le parent à l'identique et ne permet pas l'évolution qui peut être nécessaire à la survie de l'espèce.

Romain R.

Sources :
La parthénogenèse, ou comment faire des petits sans mâle, Science et Avenir, consulté le 06/06/2018, mis à jour le 12/09/2012
https://www.sciencesetavenir.fr/nature-environnement/la-parthenogenese-ou-comment-faire-des-petits-sans-male_8873
Didier Paul, La reproduction asexuée chez les animaux, publié le 01/09/2001
https://www.fondation-lamap.org/fr/page/11283/la-reproduction-asexu-e-chez-les-animaux
Farah Kesri, Sexualité des animaux : se reproduire sans mâle, publié le 04/09/2014, mis à jour le 25/08/2015
https://www.allodocteurs.fr/bien-etre-psycho/environnement-et-sante/animaux/sexualite-des-animaux-se-reproduire-sans-male_14225.html
Définitions sur aquaportail.com
Cours de Biodiversité : Règne animal de Nathalie Boulanger

Le jeu de la séduction, du règne animal à l'Homme

Contrairement aux idées reçues, la séduction, un procédé plus complexe qu'il n'y paraît comme l'illustrent les parades nuptiales dans le règne animal, est loin d'être innée. Ainsi l'acquis et l'expérience servent à perfectionner les stratégies tant chez l'Homme que chez nos amis les bêtes.
Comme le décrit Sylvain Mimoun dans le Petit Larousse de la sexualité, la séduction s'éloigne de l'acceptation initiale, péjorative, évoquant la manipulation visant à pousser à l'adultère ou à la transgression pour évoquer, « dans le langage moderne, la notion de « capacité » à plaire (charme, humour, physique, tactique…) ».
Jusqu'à présent, la majorité des études éthologiques sur la séduction humaine se sont essentiellement focalisées sur la gestuelle, les mimiques et le regard, délaissant les dimensions orales et verbales, jugées peu déterminantes pour la réussite.
Selon Givens (1978), la « parade nuptiale » de l'Homme procède en 5 étapes qui débouchent sur l'acte sexuel.
Pendant la phase d'attention, au moins l'un des deux individus cherche à attirer l'attention de l'autre (vêtements, postures…). Cette phase peut être mise en parallèle avec le monde animal au travers de danses nuptiales chez certains oiseaux ou encore par certains attributs tel que le nez du nasique. Comme son nom l'indique, ce singe arboricole de Bornéo se singularise par la taille de son nez. Celui-ci, retroussé chez le jeune nasique, s'allonge chez le mâle âgé au point de recouvrir sa bouche. Le « Cyrano du monde simiens » gonfle son nez grâce à un afflux de sang important qui le fait rougir (signe de bonne santé).

Plus il est rouge et plus la femelle sera attirée.
La phase de reconnaissance survient suite à l'émission de signaux lors du palier précédent. Les deux protagonistes s'observent et déchiffrent ces signes. Seule une réciprocité dans la reconnaissance (un petit sourire…) garantit un passage à la phase suivante. Chez l'animal ceci se traduit par une réponse de la femelle par un chant, une libération de phéromones ou une position prise. Le paon en offre une illustration notoire. Au printemps, le mâle exhibe ses plumes en déployant ses rectrices et ses plumes sus-caudales en éventail. Les femelles, sous le charme, adoptent alors des postures attestant de leur disposition pour l'accouplement.
S'ensuit la phase d'interaction verbale. Selon Givens, la teneur des paroles est accessoire par rapport à la manière de s'exprimer (intonation, douceur et paralangage). Cependant, à cette vision s'oppose celle basée sur une égale répartition du verbal et du non-verbal. Les compliments, les mots doux, les déclarations d'amour sont aussi percutants que les actes : ce sont eux qui titillent le narcissisme de la personne désirée et lui donnent le sentiment d'être désirable. Et il n'y a pas que chez l'homme que la cour se fait par le langage. En effet, les cobayes mâles émettent un cri rythmique afin de séduire la femelle. De même le cerf, par la vigueur de son brame, permet à la biche de distinguer un reproducteur de qualité d'un autre.
Si cette dernière phase est concluante, les deux protagonistes entrent alors dans une phase primordiale, la phase de contact physique, allant de l'effleurement à un contact plus marqué (prendre l'épaule ou le bras par exemple).
La phase de synchronie corporelle finalise cette approche en cinq étapes.

Ce qui différencie l'Homme de l'animal est la finalité de la séduction. En effet, pour l'animal elle est vitale puisque c'est elle qui est à l'origine de la pérennité de l'espèce mais aussi, et surtout, celle de la lignée du mâle. Or, la reproduction de la femelle contrairement à celle du mâle, est contrainte par un nombre de gamètes limité. Elle doit donc choisir un mâle possédant les meilleurs caractères, essentiels à la survie pour sa descendance ainsi que pour l'espèce (vitalité, force, couleur…) : c'est la sélection sexuelle.
Cette recherche du mâle et de la femelle parfaite se retrouve à l'échelle humaine. Comme le dit Sylvain Mimoun dans son livre Petit Larousse de la sexualité, le cinéma « illustre et cultive les stéréotypes de la séduction masculine basée sur la virilité (force, pouvoir et réussite sociale…) et ceux de la séduction féminine (apparence physique mise en valeur par de nombreux moyens, attitudes corporelles et démarche…) pour attirer l'attention. ». Cependant, « il existe mille et une manières de séduire pour un jour ou pour toujours ».

Clément T.

Sources :
Parpaix, F. (2009). Couple et séduction. Sexologies, 18(3), 203–209. https://doi.org/10.1016/j.sexol.2008.10.003
Éric Loonis. (2017). Les actes de langage dans la parade nuptiale humaine : dédications et codédications. https://doi.org/10.13140/rg.2.2.33185.51046
Futura Sciences, Nasique
http://www.cobayesclub.com/comportement_cobaye_boussarie.htm
Nature-ailes.com
https://www.decodeurdunonverbal.fr/langage-amoureux-du-corps/
http://www.oiseaux.net/oiseaux/paon.bleu.html

Plantes aphrodisiaques

Tout au long de l'histoire, l'Homme a été à la recherche constante d'un aphrodisiaque efficace. Il existe de très nombreux aphrodisiaques, ceux-ci variant selon les cultures. Il peut s'agir de substances qui dérivent de plantes, d'animaux (comme la cantharide, aussi appelée mouche espagnole) ou de minéraux (zinc).
Mais qu'est-ce qu'un aphrodisiaque ? À l'origine, le mot aphrodisiaque dérive d'Aphrodite, la déesse grecque de l'amour et de la sexualité et décrit une substance qui suscite ou augmente le désir sexuel. Une définition plus large inclut les produits qui améliorent ou modifient les performances sexuelles (excitants et toniques sexuels), de manière réelle ou supposée.
À une époque, certains aliments ont été glorifiés comme étant des aphrodisiaques grâce à leur rareté et leur mystère. Par exemple, le chocolat était autrefois considéré comme l'aphrodisiaque ultime mais sa réputation s'est estompée au fur et à mesure qu'il devenait disponible.
Aujourd'hui, de nombreuses plantes ayant une saveur piquante et chaude sont considérées comme excitants et donc comme aphrodisiaques, même si l'effet est indirect. On retrouve par exemple le safran, le clou de girofle ou le gingembre qui n'est donc pas un aphrodisiaque à proprement parlé. Cela repose sur la théorie des quatre humeurs d'Hippocrate, qui énonce que le corps est en bonne santé lorsque les humeurs qui composent les liquides sont en équilibre. Une autre théorie, celle des signatures ou loi de la similitude, de Paracelse, permet de désigner d'autres aphrodisiaques. En effet, il pourrait y avoir une ressemblance entre l'aspect d'un végétal et l'anatomie du corps humain, comme c'est le cas pour le fruit de l'arbre à saucisse, le coco-fesse ou le ginseng. Hormis les plantes, on retrouve la corne de rhinocéros ou les huîtres.

La plupart du temps, les plantes aphrodisiaques vont avoir des effets très généraux, notamment des propriétés stimulantes et de tonique général, pouvant s'expliquer par une forte teneur en vitamine C ou éléments minéraux.
D'autres contiennent des substances hormonales comme les œstrogènes dans la racine d'Angélique qui peuvent influencer la libido féminine.
Parmi les plantes à l'étude, la racine de maca a montré une augmentation de la libido ainsi qu'une amélioration de la fertilité. Le yohimbe ou « viagra à base de plantes », permet, en dilatant les vaisseaux, de traiter l'impuissance et la dysfonction orgasmique.

Léonie G.

Sources :
Influence des médicaments sur la libido féminine, thèse présentée par Aurélie grandvallet, le 16 juin 2008 à l'Université Henri Poincaré Nancy 1 pour le Diplôme d'Etat de Docteur en Pharmacie
-Chauhan, N. S., Sharma, V., Dixit, V. K., & Thakur, M. (2014). A Review on Plants Used for Improvement of Sexual Performance and Virility. BioMed Research International, 2014, 1–19. https://doi.org/10.1155/2014/868062
-Ali, J., Ansari, S., & Kotta, S. (2013). Exploring scientifically proven herbal aphrodisiacs. Pharmacognosy Reviews, 7(1), 1. https://doi.org/10.4103/0973-7847.112832
-https://www.chsourcebook.com/articles/aphro.html

InsuLib : un engagement associatif au service de la santé

Les démarches associatives et collaboratives, aussi bien individuelles que collectives, ne cessent d'intéresser toujours plus de volontaires bénévoles. Parmi tout l'éventail des possibilités, le Comprimé a voulu mettre en exergue l'une d'elles : l'association alsacienne InsuLib, qui promeut l'insulinothérapie fonctionnelle et en diffuse la pratique auprès des diabétiques de type 1. Immersion dans le concept de l'insulinothérapie fonctionnelle et dans ce que proposent ces bénévoles qui la promeuvent.

L'insulinothérapie fonctionnelle : quèsaco ?

Dans le cadre d'un diabète de type I (insulino-dépendant), l'insulinothérapie a pour objectif d'assurer l'homéostasie glycémique, en palliant l'absence de la production d'insuline par l'organisme. L'alimentation est le plus souvent libre et c'est à l'insulinothérapie de s'y adapter. Ainsi, la gestion de l'insulinothérapie est un modèle d'éducation thérapeutique. En effet, le choix de la dose d'insuline à administrer est pris au quotidien par la personne diabétique, après compétences transmises par le diabétologue et la diététicienne. Le pharmacien aide par ses connaissances en terme de cinétique d'action des insulines et le médecin traitant par sa connaissance globale psycho-pathologique de la personne. D'où l'importance de la prise en considération des résultats glycémiques antérieurs, mais surtout des éléments du moment et de la quantité de glucides prévus par l'apport alimentaire.

Dans ce contexte multifactoriel, l'insulinothérapie fonctionnelle a pour objectif de proposer une thérapie la plus proche possible du modèle physiologique, visant à atteindre la normoglycémie de manière la moins contraignante pour le patient. L'approche fonctionnelle de l'insulinothérapie repose sur trois catégories d'insuline différentes, à savoir :
-l'insuline basale, « pour vivre », qui est indispensable entre les repas
-l'insuline prandiale, « pour manger », qui doit être modulée en fonction de la composition des repas
-l'insuline corrective, « pour se soigner », en fonction de l'objectif glycémique personnalisé du patient.

L'instauration de cette approche d'insulinothérapie fonctionnelle nécessite néanmoins une véritable éducation thérapeutique du patient, aussi bien en nutrition qu'en physiopathologie du diabète. Un stage d'introduction à l'insulinothérapie fonctionnelle est proposé au patient intéressé, pendant lequel la consommation basale en insuline est déterminée. Le jeu en vaut la chandelle : à l'arrivée, le patient peut profiter de plus d'autonomie, de responsabilités et surtout moduler le schéma thérapeutique de son traitement, au rythme des variations de sa vie personnelle (activité physique, nature et horaires des repas fluctuant…).

Un projet pluridisciplinaire

L'association InsuLib se veut être une interlocutrice de qualité pour le patient diabétique, afin de le soutenir dans la prise en charge thérapeutique de son diabète, au sens large du terme. Au cœur du dialogue siège l'insulinothérapie fonctionnelle, dont l'association veille à partager une information fiable, valorisée et à la portée de tous.

Au cœur de cet engagement, des hommes et des femmes, professionnels de santé ou non, gèrent depuis 2009 l'association. De composition pluridisciplinaire, le conseil d'administration comprend personnes diabétiques, médecins, pharmaciens et sages-femmes et est ouvert aux familles des personnes diabétiques sous insulinothérapie optimisée et à tout professionnel de santé. Une richesse d'expériences et d'horizons, donc, pour proposer la meilleure information et le meilleur accompagnement possibles .

insulib
ma liberté retrouvée

Des supports de communication variés et une didactique pour tous

InsuLib ne lésine pas sur les moyens ! Tous les supports sont envisagés, aussi bien dans le Bas-Rhin que dans le Haut-Rhin ; groupes de parole , ateliers culinaires, conférences : rien n'est trop beau pour communiquer efficacement avec le patient !

Parmi les plus notables figure sans aucun doute une bande dessinée dédiée à l'insulinothérapie ! Parue aux Éditions Chepe, avec la collaboration d'Insulib, l'Assistance Service Diabète (ASDIA), l'association Vaincre le Diabète et le Centre Européen d'Étude du Diabète (CEED), la bande dessinée propose, depuis août 2017, une information vulgarisée sur l'insulinothérapie fonctionnelle.

Pour plus d'information concernant l'association InsuLib : http://www.insulib.com/

Gaëtan W.

Les aventures de Pmoc et Quetzalcoatl

La page Santé Pub

Initiation au secourisme : réalisée par Melissa DELLA NEGRA pendant la semaine de rentrée pour les P2 en salle B001. Comme d'habitude c'est elle qui s'occupera de cette formation pour les petits nouveaux.

La collecte alimentaire : aura lieu durant le mois de septembre. Un caddy sera mis à votre disposition devant la K'fet où vous pourrez y disposer des denrées non périssables.

DEFI SANG LIMITE

Don du sang aka Défi sang Limite : passage de 3 à 4 dons par an ! Le premier est prévu pour le 18 septembre dans le hall A de la fac.
Il sera également mis à disposition à la K'Fet une boîte pour que vous puissiez ramener une attestation de don si jamais vous le faites à l'extérieur. On vous rappelle qu'on est en compétition avec les autres facs de médecine et de pharmacie de France !

La Strasbourgeoise : prendra place le dimanche 7 octobre 2018. Une partie des frais d'inscription sera reversée à la lutte contre le cancer du sein. Les inscriptions seront possibles via des feuilles qui seront disposées à la coopé ou bien via un formulaire à imprimer qui sera envoyé par mail. Deadline des inscriptions le 21 septembre. Il y aura comme d'habitude une course et une marche, départ à 9h30 !

La Strasbourgeoise

D'autres nouveautés pour octobre rose et Movember, avec des afterworks, la mise en place d'une cagnotte sur le bar de la K'fet pour apporter des dons etc.

Et tout au long de l'année, retrouvez les paniers de légume en collaboration avec l'îlot de la Meinau. Vous pourrez les cherchez un mardi sur deux auprès de notre chère amicale (qui pense à votre ligne).
L'année s'annonce bien remplie en événements santé publique avec nos deux responsables Justine et Athénaïs !

Salomé RIESS

Nous remercions nos partenaires répartiteurs qui nous aident à distribuer Le Comprimé dans toutes les officines d'Alsace

Directrice de Publication : Salomé RIESS
Mise en Page : Romain RICHERT
Responsable Communication et Webmaster : Samuel KIEFER
Responsable Partenariat : Lendor DIOP
Trésorier : Clément TEUBER
Secrétaire : Léonie GEORG
Illustrations : Taïoh YOKOYAMA
Relecture : Juliette DUCLOS, Salomé RICCI, Chahinèse CHOUIT
Responsable ventes : Nellie HAREAU
Membres actifs : Diane WILHELM, Johan NATTER, Louis GILLIOT, Ahmed-Burak AYDOGMUS
Reproduction : Imprimerie SCHEUER DRULINGEN (67)
Date de publication : Semaine du 3 septembre 2018

Numéro d'ISSN : 1633-6178
Numéro édité à 750 exemplaires