

Le saviez-vous?

Soins dentaires à l'âge de pierre

Sources: science.orf.at | doi: 10.1371/journal.pone.0351227

Une molaire de Néandertal datant de 59 000 ans, découverte dans la grotte de Chagyrskaya en Russie, présente une grande cavité circulaire sur sa surface occlusale. Les chercheurs entourant Alisa V. Zubova ont conclu que cette perforation avait nécessairement été pratiquée du vivant de l'individu, au moyen d'un outil rotatif doté d'une pointe en pierre. Cette découverte suggère que les Néandertaliens possédaient les capacités cognitives requises pour pressentir l'origine de la douleur, concevoir la manière de l'éliminer et sélectionner le traitement dentaire le plus efficace.



Dents de Néandertaliens issues de la grotte de Chagyrskaya en Russie.

La lecture est bonne pour la santé

Sources: heilpraxisnet.de | doi: 10.1016/j.socscimed.2016.07.014 | doi: 10.1016/j.socscimed.2016.07.014 | doi: 10.1017/S1041610220000812 | doi: 10.1080/07448481.2020.1728280 | doi: 10.1073/pnas.1418490112 | 10.1186/s13063-021-05831-3

La lecture forge l'esprit, selon un dicton populaire. Comme le démontrent diverses études, la lecture recèle bien d'autres vertus: lire au moins 30 minutes par jour permet d'augmenter l'espérance de vie de 2 ans en moyenne. Les personnes qui lisent présentent en outre un risque minoré de déclin cognitif. De surcroît, la lecture contribuerait à réduire le stress. Par ailleurs, lorsqu'elle n'est pas pratiquée sur écran, elle peut améliorer la qualité du sommeil. Elle permet également de stimuler les émotions «positives» telles que l'optimisme, la pleine conscience et le bonheur, tout en atténuant les émotions «négatives» comme la dépression, le pessimisme et l'anxiété.

Les bourdons sont capables de résoudre des problèmes

Sources: science.orf.at | doi: 10.1126/science.ady1618



Les bourdons (*Bombus terrestris*) se révèlent plus astucieux qu'on ne le pensait jusqu'alors, ainsi que le mettent en évidence des études récentes. Ces hyménoptères, qui appartiennent à la famille des abeilles véritables, sont en mesure de reconnaître des visages, de compter, de jouer avec des balles et possèdent le sens du rythme. Une équipe de chercheurs finlandais menée par Akshaye Bhambore a pu démontrer que les bourdons ont la capacité de résoudre des problèmes. Au cours d'une expérience, les bourdons ont appris à déplacer une balle à l'intérieur d'un anneau bleu – la «fleur» – afin d'obtenir une récompense. Les chercheurs en ont déduit que les bourdons peuvent résoudre spontanément des problèmes complexes, sans entraînement préalable. Cela remet en question le postulat selon lequel seuls les vertébrés dotés d'un grand cerveau disposent de telles facultés cognitives.

Deux habitudes alimentaires favorisent la perte de poids

Sources: sciencedaily.com | doi: 10.1126/sciadv.adr9681

Une vaste étude menée auprès de 7000 personnes âgées de 40 à 65 ans a révélé que le moment de la prise alimentaire peut jouer un rôle déterminant dans le maintien d'un poids normal. Les individus observant un jeûne nocturne plus prolongé et débutant leur journée par un petit-déjeuner matinal présentaient, des années plus tard, une probabilité accrue d'avoir un IMC plus bas. Les chercheurs émettent l'hypothèse que cette corrélation s'explique par une meilleure synchronisation d'une prise alimentaire précoce avec l'horloge biologique interne du corps. En revanche, l'omission du petit-déjeuner dans le cadre d'un jeûne intermittent n'apportait pas le même bénéfice – et pourrait même être associée à des habitudes délétères.

