



## La bourse : ni trop ni trop peu

L'être humain, comme toute espèce vivante de ce monde, est soumis à la loi du juste milieu. Ainsi les plans de tomates de mon potager ou les pivoines de mon jardin peuvent-ils aussi bien mourir par manque d'eau que d'un arrosage excessif.

Il en est de même pour la quantité de stress tolérée par notre organisme. Trop peu de stimulation conduit à un désintérêt pour le monde qui peut mener à la mort comme l'a montré le psychiatre anglais John Bowlby auprès des enfants abandonnés dans les orphelinats à la fin de la dernière guerre mondiale. A contrario un excès de stress est tout aussi mortifère car il peut aboutir par exemple au Karoschi décrit par les japonais et défini comme une mort subite survenue après un excès de travail de plus de vingt-quatre heures consécutives ou de plus de seize heures quotidiennes durant une semaine.

Des auteurs chinois, certainement pétris de Confucianisme, viennent de publier dans l'European Heart Journal de ce mois une étude (1) au premier abord surprenante, mais en fait tout à fait prévisible pour ceux qui connaissent un peu les effets du stress en cardiologie. Wenjuan Ma et ses collaborateurs ont en effet étudié les effets des cours de la bourse chinoise sur la mortalité coronarienne. Ils ont ainsi montré que le risque d'infarctus était corrélé aux fluctuations boursières, qu'une baisse brutale mais aussi une forte hausse étaient néfastes pour le cœur. La vision du spectre de la faillite ou l'exaltation d'une richesse brutale sont générateurs d'infarctus et les boursicoteurs de tout poil devraient s'en souvenir.

Une autre publication récente d'Issa Dahabreh (2) dans le Journal of the American Medical Association a retenu toute notre attention ce mois-ci, même si elle n'a aucun lien avec ce qui vient d'être dit (encore que...). Cette équipe s'est intéressée au risque d'infarctus provoqué par l'activité physique et l'activité sexuelle. Leur conclusion est formelle : il est nécessaire de s'entraîner régulièrement. Les auteurs ne s'aventurent cependant pas à donner un chiffre précis sur le nombre d'entraînements sexuels souhaitables et citent juste le chiffre pudique de trois activités physiques hebdomadaires sans préciser s'il s'agit de footing ou de gros câlins.

Tout étant question de juste mesure, ou de courbe en U comme disent les statisticiens, nous attendons avec impatience la publication des auteurs qui déterminera avec précision le nombre minimal et maximal de rapports sexuels quotidiens, hebdomadaires, mensuels ou annuels (à cocher selon votre âge) à avoir pour ne pas mettre notre cœur en danger.

En attendant je vous conseille simplement à la vue de ces deux publications de ne pas lire les cours de la bourse en faisant l'amour.

### Références :

1. Ma W, Chen H, Jiang L, Song G, Kan H. Stock volatility as a risk factor for coronary heart disease death. Eur Heart J. 2011 Apr;32(8):1006-11
2. Issa J. Dahabreh, Jessica K. Paulus. Association of Episodic Physical and Sexual Activity With Triggering of Acute Cardiac Events: Systematic Review and Meta-analysis. JAMA. 2011;305(12):1225-1233

*Prenez soin de vous...*