

Famille du média : **Médias professionnels**

Périodicité : **Trimestrielle**

Audience : **47503**

Sujet du média : **Médecine**



Edition : **Juillet - septembre**

**2022 P.8**

Journalistes : **LAURENT**

**FENEAL**

Nombre de mots : **479**

**ACTUALITÉS**

**Edition**

**Cerveau et odorat : Comment (ré)éduquer son nez ?**

« Cerveau et odorat : Comment (ré)éduquer son nez ? » est un ouvrage qui propose un regard neuf sur l'ensemble des problématiques relatives à l'odorat. Pour nous en parler, l'un des auteurs, Moustafa Bensafi, directeur de recherche au CNRS, répond à nos questions.

**Quelles ont été vos motivations pour écrire ce livre ?**

Notre objectif était de mieux comprendre le fonctionnement de l'odorat, ce sens discret, mis récemment en pleine lumière par le Covid-19 et que l'on peut perdre, récupérer ou pas. Cet ouvrage a donc pour ambition de faire découvrir au grand public et aux curieux ce sens remarquable par ses relations avec notre cerveau émotionnel mais aussi par le fait qu'il est capable de régénération et de plasticité. Une véritable aubaine pour l'éduquer ou le rééduquer, même à l'âge adulte. Des fiches conseil sont incluses dans ce but.

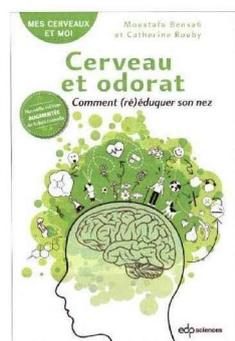
**À qui est destiné cet ouvrage ?**

Il s'adresse à tous les enfants et parents qui aiment scruter et partager leurs expériences olfactives, aux passionnés pour qui les odeurs participent à leur joie de vivre, aux enseignants qui souhaitent une meilleure transmission des savoirs concernant ce sens négligé par nos cultures occidentales, aux professionnels qui utilisent quotidiennement leur odorat pour créer de nouveaux produits parfumés, à ceux qui n'ont jamais eu d'odorat et qui veulent comprendre comment les odeurs impactent nos émotions, notre mémoire et notre vie sociale et, bien sûr, à ceux qui l'ont perdu et qui, soucieux de retrouver le plaisir de manger et de se parfumer, sont motivés pour rééduquer leur nez.

**« Cerveau et odorat :**

**Comment (ré)éduquer son nez ? »**

152 pages, Editions EDP Sciences  
Collection : Mes cerveaux et moi  
Édition augmentée incluant 8 fiches pratiques



**Comment est organisé son contenu ?**

Cet ouvrage propose, de façon complète et détaillée, une première partie sur le cerveau et ses interactions avec les mécanismes de l'odorat. Suit une autre partie sur les molécules odorantes et la façon dont elles sont perçues. Le livre fait ensuite le point sur les différents déficits olfactifs et leurs effets sur la qualité de vie des personnes atteintes d'anosmie. Enfin, une dernière partie est consacrée aux moyens dont nous disposons pour soigner l'odorat.

**Quels conseils donnez-vous aux diététiciens nutritionnistes pour accompagner au mieux les séniors atteints d'agueusie et d'anosmie ?**

Il faut intervenir en trois temps. Tout d'abord, informer la personne en lui expliquant clairement la nature des troubles olfactifs dont elle souffre. Ensuite, établir un diagnostic précis avec l'aide d'un ORL et enfin, expliquer aux patients toutes les possibilités dont ils bénéficient pour retrouver totalement ou en partie leur odorat. On pourra, par exemple, proposer un accompagnement autour de la compensation sensorielle et proposer une offre culinaire adaptée, un peu plus épicée, afin que la personne retrouve tout simplement le plaisir de sentir.

PROPOS RECUEILLIS PAR LAURENT FENEAL

