

Quelque temps après il n'est pas rare de trouver dans un coin une peau de rat momifiée, à l'intérieur de laquelle on trouve un bloc de plâtre de la grosseur d'une petite noix (Dr Donnadieu: Journal des praticiens, 3 déc. 1921).

*Recette pour vivre vieux.*

M. le Dr. Marcel Natier poursuit une enquête sur les centenaires dans la "*Médecine internationale*". Il a observé qu'il existe une relation constante entre l'état physique et intellectuel et les oscillations du poids, relation dont il tire les conclusions pratiques que voici: 1—Jusqu'à 20 ans, il faut gagner du poids; 2—de 20 à 30 ans, on peut gagner du poids; 3—de 30 à 40 ans, on doit rester sur son poids; 4—à partir de 40 ans, on doit perdre du poids et en perdre de plus en plus jusqu'à l'extrême maigreur, si l'on veut parvenir à un âge très avancé, en demeurant alerte d'esprit et suffisamment bien portant.

Des 3 centenaires examinés, il ressort des indications à peu près concordantes. Tous avaient conservé une activité physique en rapport avec leur âge et l'intégrité relative, sinon complète, de leurs facultés; tous ont été généralement sobres; deux présentaient depuis longtemps un état avancé de maigreur; le 3e centenaire, une femme, avait été plutôt replète, mais commença à maigrir un peu avant sa mort, à l'époque de laquelle elle était devenue très émaciée. M. Natier déduit de ses premières investigations, que trois conditions semblent, en apparence, favorables à la prolongation de l'existence: la maigreur, la sobriété et une activité continue.

(Extraits de la "Gazette des Hôpitaux"—3-6-1922).