

**Zeitschrift:** Générations  
**Herausgeber:** Générations, société coopérative, sans but lucratif  
**Band:** - (2016)  
**Heft:** 83

**Rubrik:** Chroniques : mes artères élastiques!

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 21.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Mes artères élastiques !



**Les Fantaisies**

de JEAN-FRANÇOIS DUVAL

Tant pis si c'est de la pub! J'ai fait l'emplette de la balance Body Cardio tout juste mise sur le marché par la société Withings (environ 170 fr.). Ma précédente balance m'indiquait déjà mon poids, mon indice de masse corporelle et mon pouls, mais celle-ci va plus loin : elle me donne la vitesse d'onde de mon pouls! Quésaco? Une donnée, les médecins sont d'accord là-dessus, qui permet mieux que la tension de surveiller son état de santé cardiovasculaire ; bref l'état de ses artères, et donc les risques éventuels de faire un AVC (oui, traitez-moi d'hypocondriaque, mais l'AVC est ma terreur, plus que la mort elle-même).

Cette balance grand public (pour qu'elle vous renseigne totalement, il faut, bien sûr, qu'elle soit connectée à votre téléphone portable, via wifi ou Bluetooth) est donc un peu plus qu'un simple impédancemètre : grâce à ses capteurs et à un courant électrique de très faible intensité qu'elle dépêche de vos pieds à votre cœur et à la pointe de votre crâne, elle est capable de déduire avec fiabilité la plus ou moins grande élasticité de vos artères et de vos vaisseaux sanguins. Autrement dit, leur degré

d'artériosclérose qui, inévitablement, augmente avec l'âge. Plus votre vitesse d'onde de pouls est élevée, plus les parois de vos artères sont en train de se rigidifier, et ce n'est pas bien du tout, ça. Par bonheur, on peut y remédier: par la marche, l'exercice, l'alimentation, etc. Je suis ravi de mon achat, car il m'apprend que je suis «dans la normale». Je veillerai à y rester. Désormais, cette vitesse d'onde relativement basse pour mon âge et l'élasticité de mes artères font partie de ma fierté.

Ce n'est pas tout! Cette balance (mais sur ce point, elle n'ajoute rien aux autres impédancemètres sur le marché) est aussi capable de donner la composition de votre poids. Vous faites 78 kilos au total? Eh bien, en ce qui me concerne, il entre dans ces 78 kilos 23% de masse graisseuse (un peu plus si vous êtes une femme), 53% d'eau (masse hydrique), 73% de muscles (ça semble beaucoup, mais certaines valeurs se recoupent), et, croyez-le ou non, seulement 4% de masse osseuse. Réduit à l'état de squelette dit «sec» (sans «la moelle rouge»), je pèse donc un peu moins de 4 kilos! Décidément, on est bien peu de chose...

Ah, comme je suis heureux d'être devenu assez vieux pour entrer dans un monde qui, dans mon enfance, me semblait relever de la science-fiction!

**Profiter de la vie sans problème.  
La sécurité sur simple  
pression d'une touche.**

**swisscom**



**SmartLife Care Mini**  
le compagnon discret  
avec module GPS

**SmartLife Care Genius**  
le parfait colocataire  
pour une sécurité sur  
mesure

**SmartLife Care Flex**  
le génie flexible avec  
haut-parleur supplé-  
mentaire dans la  
station de recharge

Grâce à Swisscom SmartLife Care, vous obtenez de l'aide immédiatement, dès que vous en avez besoin.

Et ce aussi bien à la maison qu'en déplacement: grâce à ce duo intelligent, vous vous sentez en totale sécurité. Sur simple pression d'une touche, vous êtes mis en relation avec une personne de contact qui vous est dédiée ou avec notre centre de relais. Vous pouvez décrire votre situation via le kit mains libres intégré et obtenir rapidement l'aide adaptée à vos besoins – car chaque cas n'est pas forcément une urgence.

Pour plus d'informations,appelez notre hotline gratuite au 0800 84 37 27 ou consultez le site [www.swisscom.ch/smartlifecare](http://www.swisscom.ch/smartlifecare)