

Edition : **Juillet 2024 P.129**  
 Famille du média : **Médias spécialisés grand public**  
 Périodicité : **Mensuelle**  
 Audience : **1318000**  
 Sujet du média : **Mode-Beauté-Bien être**



## NEUROSCIENCES



### Sentir, comment les odeurs agissent sur notre cerveau

de Hirc Gurden

Neuroscientifique de renom, Hirc Gurden nous emmène dans un voyage au pays des odeurs. Notre nez sert à sentir, aimer, manger, comprendre l'autre, mais aussi à nous mettre en garde. Averti par notre labyrinthe nasal, notre cerveau, telle une gare de triage neuronale, classe les odeurs, produit de la dopamine en cas de plaisir, ce qui crée du lien entre les êtres : c'est le cas du nouveau-né avec sa mère, des amoureux entre eux... Notre mémoire olfactive, elle, reconnaît les effluves de nos goûters, un jardin du passé. Du nez de Cléopâtre aux senteurs d'Istanbul, dont l'auteur est originaire, jusqu'aux parfums contemporains, on revisite ici une multitude d'émotions et de sensations. Comment perfectionner ce sens, lutter contre la perte d'odorat des personnes âgées, recréer le parfum unique de son enfance? Une grande inspiration et laissons-nous guider! **A.B.**

Les Arènes, 256 p., 21 €.