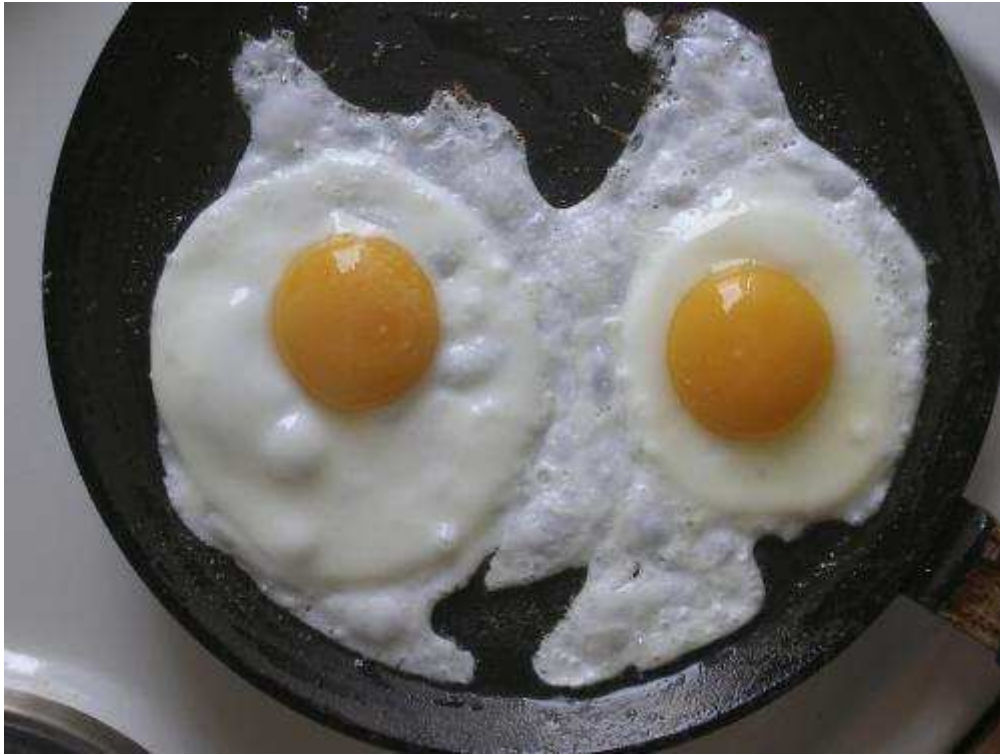


VIVRE JUSQU'À 116 ANS...GRÂCE À TROIS ŒUFS PAR JOUR ?

La doyenne italienne de l'Europe, Emma Morano, vient d'atteindre l'âge de 116 ans. A 20 ans, son médecin lui avait prescrit un régime à l'oeuf...qu'elle a suivi jusqu'à 110 ans.



Elle est une des dernières personnes connue à être née au XIXème siècle. Emma Morano, la deuxième femme la plus âgée du monde, après l'américaine Susannah Mushatt Jones (de 4 mois son aînée), vient de fêter ses 116 ans, a expliqué le quotidien turinois [la Stampa](#). Le secret de sa longévité ? 3 œufs par jours et de l'énergie à revendre !

100 000 œufs ! C'est le nombre d'œufs que la doyenne de l'Europe a englouti en 90 ans ! A 20 ans, cette ouvrière du textile qui souffrait d'anémie, s'est vu recommander un régime à l'œuf par son médecin : 2 œufs crus et 1 œuf cuit tous les matins...pratique qu'elle a suivi jusqu'à ses 110 ans. Si l'on ne peut conseiller un tel régime sans intervention médical (l'œuf étant connu pour [son fort taux en cholestérol](#)), cette habitude d'une des femmes les plus âgées du monde pose question.

Son ADN envoyé à Harvard

Son médecin lui avait également conseillé les abords du lac Majeur pour le climat...c'est ainsi que la localité piémontaise de Verbania, sur les hauteurs du lac, avait vue Emma Morano poser ses valises dans ses jeunes années. Aujourd'hui, Emma n'a pas pu voir le lac depuis 25 ans. Du haut de son appartement 2 pièces, au deuxième étage, elle ne peut descendre sans l'aide d'un ascenseur. Mais cela n'entache pas la force de volonté de cette femme hors du commun qui refuse de quitter son chez elle à 116 ans !

Les gènes ne sont pas non-plus à exclure dans l'explication de la longévité d'Emma Morano : sa mère est décédée à 91 ans et l'une de ses sœurs à 107 ans...son [ADN](#) vient d'être envoyé à Harvard (Etats-Unis) pour y être étudié