

Les conférences de Redon Pour le droit à la santé durable

A l'invitation de la Mutuelle des pays de Vilaine et de l'association De l'assiette au champ : santés durables, des scientifiques de renommée internationale, connus pour leur indépendance, sont venus parler du droit à une santé durable.

Les administrateurs, qui validaient en début d'année 2006 l'engagement de la Mutuelle des pays de Vilaine dans l'information, l'éducation et la prévention sur le thème « Alimentation, vecteur de santé », se sont trouvés confortés dans leur engagement collectif à l'écoute des paroles de **Christian Rémésy, nutritionniste et directeur de recherche à l'Inra de Clermont-Theix**, venu faire une conférence à Redon le 20 mars dernier: « Une bonne nutrition à l'échelle d'une vie permet tout simplement la prévention de la majorité des pathologies ou une forte réduction de leur prévalence. Une bonne alimentation, c'est la première condition pour un bon développement fœtal, un bon départ à la naissance, une garantie pour un développement harmonieux, l'expression d'un beau phénotype, un atout pour un bon fonctionnement intellectuel et physique, un bien-être durable, un antidote à la dépression, une source infinie de convivialité, un accompagnement essentiel pour bien vieillir. » Cela dit, « en pratique, que d'erreurs, que de négligences, d'ignorances, de mauvaises pratiques, de piètre gestion du plaisir, de gâchis, de surcharge pondérale, de statuts nutritionnels peu satisfaisants, de repas sans relief, de mets insipides ou standardisés, de nourriture vide, de troubles digestifs et métaboliques! » Christian Rémésy a conclu en posant un certain nombre de questions: « Pourquoi ne réduirait-on pas les dépenses de santé par une nutrition préventive, puisque c'est possible? Pourquoi les secteurs agricoles et agroalimentaires ne seraient-ils pas organisés pour nous offrir la meilleure alimentation possible? Pourquoi le consommateur ne serait-il pas correctement informé des meilleurs choix à faire? »

Alerter les pouvoirs publics

Gilles Eric Séralini, professeur de biologie moléculaire à l'université de Caen depuis 1991 et chercheur-enseignant à l'interface de la cancérologie et de

l'endocrinologie, étudie les effets des perturbateurs endocriniens et notamment des pesticides associés aux OGM. Comme d'autres scientifiques, il interpelle les pouvoirs publics pour éviter la catastrophe sanitaire qui se profile. Il donnait une conférence à Redon le 7 février dernier: « Nous n'avons jamais autant pollué notre planète en une demi-vie humaine, jamais autant épuisé nos ressources naturelles. Pour la première fois, nous avons modifié notre milieu de vie, provoquant une extinction des espèces à une échelle sans précédent. Au-delà des nitrates, 350 polluants ont été décelés dans l'eau, alors qu'en est-il de la potabilité de l'eau du robinet? Ces polluants sont également mesurés en nombre dans les cordons ombilicaux: la barrière placentaire ne peut rien contre les polluants chimiques, et par conséquent les balbutiements de la vie ne sont pas épargnés. » Gilles Eric Séralini exhorte les politiques à considérer la réalité des pathologies environnementales non microbiennes pour organiser la prévention.

Quatre fruits frais par jour

Henri Joyeux, cancérologue au CHU de Montpellier et spécialiste en nutrition, a également fait salle comble à Redon, le 31 janvier dernier, réitérant sa performance du 1^{er} février 2007. Il intervenait sur le thème « Nutrition et prévention des maladies de civilisation: diabète, obésité, cancer, maladies auto-immunes ». Le leitmotiv de son intervention a été « quatre fruits frais et de saison par jour », riches en eau, en fructose, en minéraux et en vitamines. Il a stigmatisé la trop grande consommation de laitages - deux par jour suffisent -, voire de gluten, et l'aberration que

représentent en nutrition les aliments raffinés (blancs), gras, sucrés, contenant des additifs alimentaires, produits industriellement. Selon le professeur Joyeux, une seule méthode de cuisson permet de conserver aux aliments, notamment aux légumes, au poisson et à la viande, leurs qualités nutritionnelles: la cuisson à la vapeur douce. Pour lui, l'aliment est un véritable médicament et, *dixit* Jean Rostand, « un bon menu vaut mieux qu'une ordonnance ».

Il y a OGM et OGM

Christian Vélot, maître de conférences et enseignant-chercheur en génétique moléculaire à l'université de Paris-Sud, intervenait à Redon le 18 janvier dernier sur le thème des OGM, thème introduit de la façon suivante: « Organisme génial et merveilleux, organisme génétiquement monstrueux ou outil génétique de marketing: les OGM, c'est tout ça à la fois. » En conséquence, « il faut bien séparer les domaines d'utilisation des OGM, parce que les problèmes posés ne sont pas de même nature. Dès lors que ces OGM sont utilisés en laboratoire, en milieu confiné, d'une part, ils sont favorables à la recherche fondamentale et, d'autre part, ils sont le moyen de produire des médicaments comme l'insuline depuis 1981, qui n'est pas un OGM, mais la protéine fabriquée en quantité à l'aide d'un OGM. Par contre, les OGM dans l'agro-alimentaire et en plein champ posent des questions sanitaires et environnementales. En effet, à 99,99 % les plantes OGM sont des plantes à pesticides, mais n'ont pas été évaluées comme des pesticides. Aucun test sanitaire sur les animaux n'a dépassé trois mois. Les OGM de plein champ posent donc des questions de santé publique auxquelles il convient de répondre par des tests suffisamment longs et menés par des laboratoires indépendants des firmes semencières. » ♦

