



## La France Agricole / Actualités

### **Nitrates : de nombreux bénéfices avérés pour la santé (colloque médical)**

Publié le lundi 04 avril 2011 - 16h42



**A contre-courant du dogme sur la prétendue toxicité des nitrates, des communications médicales présentées jeudi à l'hôpital de La Pitié-Salpêtrière ont montré qu'il faut poser un autre regard sur les rapports entre cette molécule, les nitrites, l'oxyde nitrique et la santé. La plupart des contributions ont mis en avant des effets bénéfiques avérés des nitrates.**

A contre-courant du dogme actuel sur la prétendue toxicité des nitrates, de nombreuses communications médicales présentées jeudi à l'hôpital de La Pitié-Salpêtrière ont montré qu'il faut poser un autre regard sur les rapports entre cette molécule, les

nitrites, l'oxyde nitrique et la santé.

La plupart des contributions ont en effet mis en avant des effets bénéfiques avérés émanant des nitrates. Ces interventions avaient lieu dans le cadre d'un colloque médical organisé par l'association Adicare (présidée par le cardiologue Christian Cabrol), sous le patronage de l'Académie nationale de médecine.

De l'eau a en effet coulé sous les ponts depuis un premier colloque scientifique organisé en 2000 sur cette question, où il avait déjà été démontré que la norme de 50 mg/l reposait sur du sable. A l'époque, le docteur Jean-Louis L'Hirondel, à partir des travaux de son père (pédiatre), avait démonté « l'affaire ». Il est revenu jeudi sur cette fameuse méthémoglobinémie du nourrisson (maladie bleue), pathologie invoquée à l'origine aux USA pour justifier une norme en 1962, sur laquelle s'était ensuite calée à peu de choses près l'Union européenne en 1980.

Jean-Louis L'Hirondel a rappelé qu'il fallait une prolifération bactérienne considérable, d'au moins 1.000.000 germes/ml d'eau, et un certain délai d'action, pour permettre la transformation des nitrates en nitrite dans le biberon (il faudrait par exemple laisser une soupe de carottes 48 heures à température ambiante pour atteindre ce seuil) et provoquer la maladie après l'ingestion.

Un déni d'hygiène qu'on ne rencontre heureusement plus dans les pays développés. Pour preuve, cette maladie propre chez les humains aux seuls nourrissons a complètement disparu du paysage européen depuis des lustres. Et ce, d'autant plus que l'eau d'adduction publique doit être servie à moins de 100 germes/ml.

Aujourd'hui, de nouvelles contributions vont encore plus à rebrousse poil. En effet, les conséquences du rôle fondamental du NO (oxyde nitrique) dans la physiologie, objet du prix Nobel de médecine en 1998, donnent lieu ces dernières années à de nombreuses publications, qui bouleversent les croyances anciennes.

Dans son intervention, le professeur Nathan Bryan (Université d'Austin, Texas) a souligné « qu'il y a un nombre d'études – sans controverse – qui montrent l'effet protecteur des nitrates et des nitrites vis-à-vis des risques cardio-vasculaires ».

Andrew Jones (Université d'Exeter, Grande-Bretagne) a montré l'impact favorable sur les performances physiques et sportives d'une supplémentation en nitrate alimentaire (*via* du jus de