

Date: 28.01.2012

**Tribune
de Genève**

La Tribune de Genève SA
1211 Genève 11
022/ 322 40 00
www.tdg.ch

Genre de média: Médias imprimés
Type de média: Presse jour./hebd.
Tirage: 54'068
Parution: 6x/semaine



N° de thème: 525.4
N° d'abonnement: 1073491
Page: 24
Surface: 75'933 mm²

Croyances et science: trions les bons soins de l'ivraie!

Quelques trucs pour juger de l'efficacité du masque au concombre ou du risque d'un vaccin



Le masque au concombre repose-t-il les yeux fatigués? Aucune étude digne de ce nom ne l'a prouvé à ce jour

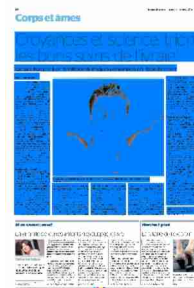
PUSH PICTURES/CORBIS

ARGUS 
MEDIENBEOBACHTUNG

Observation des médias
Analyse des médias
Gestion de l'information
Services linguistiques

ARGUS der Presse AG
Rüdigerstrasse 15, case postale, 8027 Zurich
Tél. 044 388 82 00, Fax 044 388 82 01
www.argus.ch

Réf. Argus: 44935236
Coupage page: 1/2



Anne-Muriel Brouet

Les sels d'aluminium des déodorants favorisent-ils le cancer du sein? Le masque au concombre repose-t-il les yeux fatigués? La viande de porc a-t-elle des vertus aphrodisiaques? Faut-il se faire dépister contre le cancer du sein ou de la prostate? Les questions abondent, nourries par la pléthore d'informations médicales, laissant le lecteur ou l'internaute tout penaud. Il ne sait plus s'il doit changer de déo, acheter la nouvelle crème apaisante à 100 francs ou se bourrer d'antioxydants. Dans son dernier livre, *Santé*, le professeur Alfredo Morabia, ancien médecin-chef de service aux HUG, nous donne quelques clés pour séparer les bons soins de l'ivraie. Et nul besoin d'avoir étudié la médecine pour les comprendre!

«Il y a trois questions auxquelles il faut répondre pour faire la différence entre croyances et connaissances», explique le professeur aujourd'hui nommé à l'Université Columbia de New York, de passage à Genève. «La conclusion énoncée résulte-t-elle d'une étude comparative de population? Quels étaient les groupes comparés? Quels sont les risques ou les fréquences observés au sein des groupes comparés?» Ces questions s'appliquent tant à la prévention (une carence en vitamine D favorise la maladie d'Alzheimer), aux traitements (ce médicament est-il efficace plus efficace que le placebo) ou au dépistage.

La leçon du scorbut

L'épidémiologie - la science qui utilise les études comparatives de population pour identifier les moyens de prévenir ou de guérir les maladies - a mis en place toutes sortes de critères pour mener dans les règles de l'art ces études. Concrètement, le seul moyen de savoir si un produit (ou un masque au concombre) ou un comportement (30 minutes d'exercice par jour, fumer) a un impact sur notre santé, c'est de comparer ceux qui s'y adonnent avec ceux qui ne le pratiquent pas. Ainsi,

à la grande époque de la conquête territoriale britannique, le marin anglais William Hutchinson affirmait que c'est parce qu'il buvait deux tasses de thé par jour qu'il tenait le scorbut éloigné de lui. Certains thés contiennent bien de la vitamine C et nous savons aujourd'hui que le scorbut est causé par une carence en vitamine C. Mais est-ce pour autant de la connaissance? Non!

En 1747, le médecin de bord du *Salisbury*, James Lind, décide de tester différents remèdes sur 12 marins atteints du mal.

Il constitue six paires, soumises au même régime alimentaires adjoint d'un traitement quotidien pour chaque duo: un litre de cidre, 25 gouttes de vitriol, deux cuillères de vinaigre trois fois par jour, un demi-litre d'eau de mer, une potion à base d'ail, graine de moutarde, radis secs, baume du Pérou, myrrhe en gomme et, enfin, deux oranges et un citron. En six jours, cette dernière paire est rétablie, les marins qui ont reçu du cidre mettront quatorze jours. On peut imaginer le sort des autres... Et voilà la base de la connaissance.

La deuxième question à se poser est déterminante car elle permet de mesurer la force de l'association entre une cause et un effet. Ainsi quand on trouve un lien entre le tabagisme et le cancer du poulmon, a-t-on comparé de gros fumeurs à des fumeurs modérés? Des très gros fumeurs à des non-fumeurs? En fonction du groupe étudié, la différence de risque ne sera pas la même.

Enfin, il est essentiel de connaître le risque ou les fréquences observées dans l'étude. C'est grâce à cela que l'on pourra déterminer si oui ou non modifier son comportement peut faire une différence. Un traitement deux fois plus efficace (et deux fois plus cher) qu'un autre pour prévenir un risque vaut-il vraiment son prix si notre risque passe d'un sur 10 000 à deux sur 10 000?

Le problème est que ces paramètres ne sont pas toujours précisés dans les articles de journaux. Il convient alors de mener sa petite enquête: sur Internet, en

se fiant surtout aux sites qui possèdent le «HON Code» (une charte éthique) ou en visitant le site de la Collaboration Cochrane (www.cochrane.org) qui réunit toutes les études sur un sujet et met à disposition du grand public une synthèse en langage non technique (en anglais). Concernant un traitement, n'hésitez pas non plus à cuisiner votre médecin traitant, prescrit Alfredo Morabia.

Cochonnet ou Viagra?

L'épidémiologie, la connaissance donc, renvoie-t-elle les remèdes de bonne femme, les croyances, aux oubliettes? «Les convictions populaires ont parfois précédé les connaissances établies, rappelle Alfredo Morabia. Ainsi, les marins de Sa Majesté pensaient que les citrons étaient bons contre le scorbut sans savoir que c'était pour leur teneur en vitamine C. Mais la médecine officielle pensait que la maladie était due à une alcalinisation du sang par l'air marin, d'où la prescription de traitements acides! Cela dit, s'il y a des exemples positifs, il y a aussi beaucoup d'exemples négatifs.»

Une fois la connaissance établie, une question demeure: que faire de ce résultat? «L'épidémiologie n'y répond pas, confesse le spécialiste. Elle ne permet que d'évaluer un risque ou un bénéfice qui est valable pour une population, pas pour un individu. A ce niveau, le risque reste toujours imprévisible. Mais quand on dispose d'une base objective, on peut changer de groupe de risque en changeant son mode de vie.»

Revenons à nos moutons, ou plutôt aux vertus aphrodisiaques de la viande de porc. C'est Cristina Kirchner, la présidente de l'Argentine, qui l'affirme. Elle a raconté se faire des grillades de porc avec son mari dans leur résidence de Patagonie (Mediapart, 29 janvier 2010) et conclut que «c'est beaucoup plus gratifiant de manger un petit cochonnet grillé que d'ingurgiter du Viagra». Alors croyance ou connaissance?

Santé Distinguer croyances et connaissances, Alfredo Morabia, 310 pages, Editions Odile Jacob.