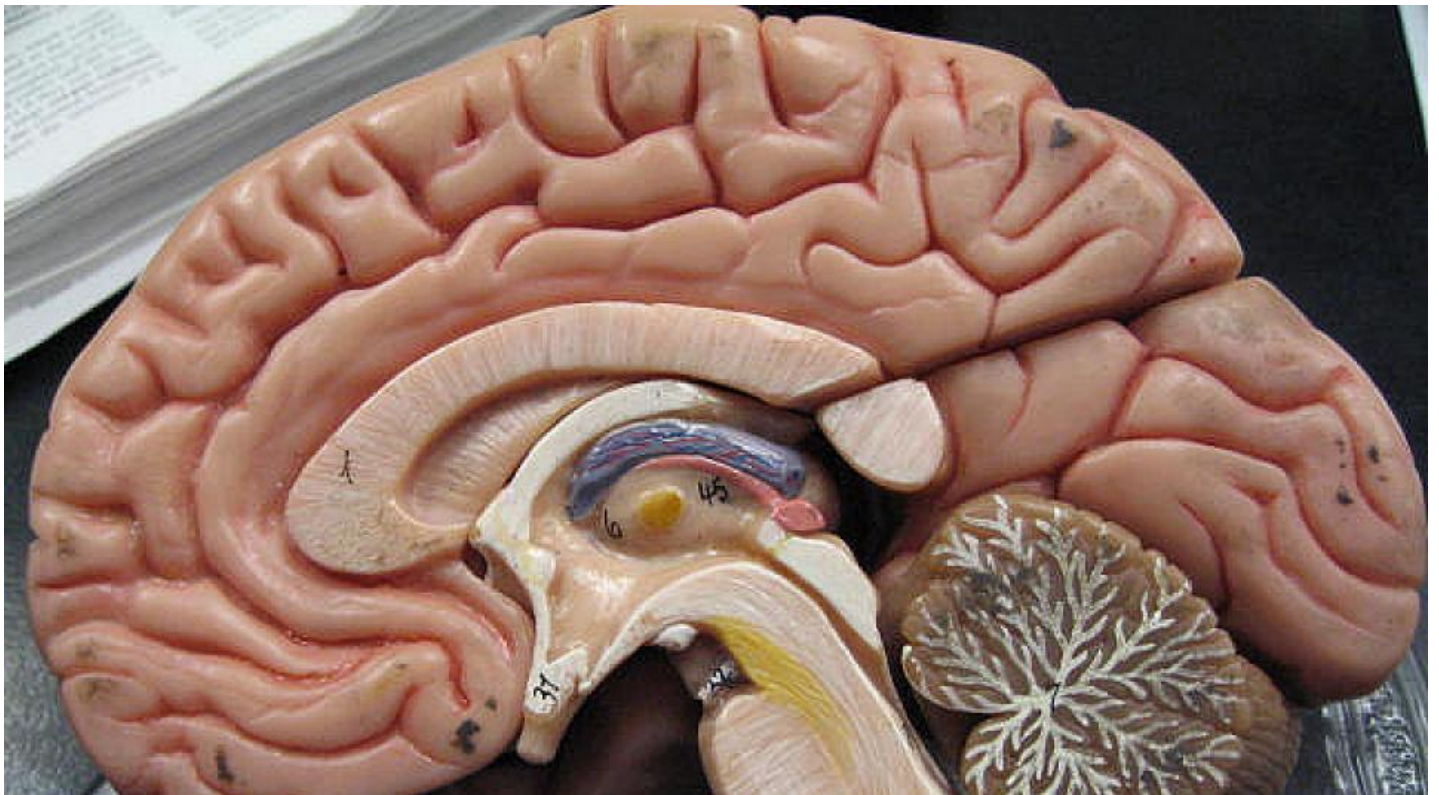


Des millions de points de QI collectif perdus : comment les toxines attaquent nos cerveaux



Des chercheurs de l'université de Harvard ont calculé que 41 millions de points de QI ont été collectivement perdus par les Américains en raison de l'exposition aux plomb, mercure et autres pesticides.

Avec Philippe Grandjean

Atlantico : Quelles sont les substances nocives pour notre cerveau ? Où se trouvent-elles, et y sommes-nous exposés dans la vie de tous les jours ?

Philippe Grandjean : Nous avons jusqu'ici recensé 12 substances entraînant ce que je qualifierais de "fuite chimique des cerveaux" chez les enfants. Il peut s'agir de métal, de pesticides ou des solvants, mais elles sont toutes différentes. Leurs mécanismes diffèrent, tout comme les sources d'exposition. Notre conclusion est la suivante : si des fuites chimiques de cerveau se produisent ce n'est pas à cause de substances isolées, mais parce que le cerveau humain, pendant son développement prénatal et les mois qui suivent, est tout particulièrement sensible aux produits chimiques toxiques.

Dans quelles conditions notre cerveau est-il touché ? Cela se fait-il seulement pendant la grossesse, ou également tout au long de l'existence ?

Le cerveau connaît un développement extrêmement rapide et complexe avant la naissance, tout spécialement au cours des trois derniers mois de grossesse, mais des processus compliqués perdurent pendant l'enfance. Le cerveau n'est pas totalement mature jusqu'à l'âge de 18-20 ans. La vulnérabilité est donc à son paroxysme juste avant et après la naissance, pour ensuite diminuer.

Quelles sont les conséquences sur les capacités intellectuelles et sur la santé en général ? Quels sont les cas extrêmes ?

Dans des cas d'empoisonnement congénital grave, la mère peut s'en tirer indemne, alors que le fœtus peut mourir ou être affecté de paralysie motrice et autres symptômes apparents. Les cas les moins graves ne donneront pas lieu à un diagnostic médical, mais l'enfant pourra être retardé, obtiendra des résultats scolaires médiocres, se comportera étrangement, voire tombera dans la délinquance. On sait déjà que de telles anomalies ou tendances sont liées à une exposition au plomb ou à l'alcool lorsque le bébé est à l'état de fœtus. Les données sur les autres poisons qui affectent le cerveau manquent encore.

Comment se prémunir contre les toxines ? Manger bio, cela sert-il à quelque chose ?

Comme nous n'avons pas encore connaissance de toutes les substances qui empoisonnent le cerveau, il est difficile de délivrer des conseils précis... Nous avons quoi qu'il en soit intérêt à éviter le plomb – toujours présent dans de vieilles peintures et des canalisations, notamment en France. Le mercure est présent dans de gros poissons comme le thon. Une femme enceinte a intérêt à manger des fruits de mer (des crevettes, de préférence), des sardines, du maquereau, du saumon, etc. Ils ont de bons apports nutritionnels et leur teneur en mercure est faible. Je recommande à toute femme enceinte de manger des fruits et légumes bio, afin de se prémunir contre les pesticides.