

Nitrates et santé : allô l'Anses ?

RÉSERVÉ AUX ABONNÉS

🕒 4 h

Plus de cinq ans après avoir été saisie officiellement de la question des nitrates et de la santé, il serait temps que l'Anses (1) sorte du bois et se prononce sur l'état de la recherche médicale à leur endroit. Certes, on peut comprendre que l'Agence ne soit pas pressée de s'emparer d'une telle « patate chaude » : voilà près de cinquante ans que les nitrates sont diabolisés, que l'idée de leur nocivité est profondément enracinée dans la société française et que toute une réglementation a été mise en place pour les encadrer. Il faut donc être prêt à affronter de grosses tempêtes pour oser rouvrir un tel dogme, même si le faisceau de preuves attestant que la science a évolué est désormais bien établi. Aujourd'hui, les plus grands centres de la recherche médicale mondiale, comme le *Karolinska Institute*, le *King's College de Londres*, l'*Université d'Exeter*, etc., ont abondamment publié sur les vertus thérapeutiques (cardiovasculaires) et sportives de l'oxyde nitrique (NO), dont les nitrates alimentaires sont justement des précurseurs. Nitrates, nitrites et NO sont en effet en relation métabolique étroite. Pour mesurer combien la science s'est renversée, il faut lire attentivement la revue exhaustive, sortie en juillet dernier, du *William Harvey Research Institute (Queen Mary University London)* (2).

Si ce sujet devient particulièrement d'actualité, c'est pour plusieurs raisons : l'Académie d'Agriculture a publié, le 9 novembre, un rapport où elle évoque leurs « effets bénéfiques pour la santé ». Première fois à notre connaissance qu'une institution française ose l'écrire... L'autre élément tient à la pandémie de la Covid-19 puisque le NO est testé (sous forme inhalée) dans de nombreux essais cliniques, principalement aux États-Unis et notamment au très réputé Massachusetts General Hospital de Boston. Des résultats intermédiaires probants sont sortis, notamment sur des patients en détresse respiratoire. En France, on a appris *via* une publication que le NO inhalé avait été testé en réanimation à l'hôpital Henri-Mondor de Créteil. Et il y a deux mois, il a été démontré en Suède et en Israël que le NO empêchait *in vitro* la répllication du virus.

En attendant que les preuves de l'utilité thérapeutique du NO inhalé soient complètement apportées, des pistes en amont, moins complexes, consistant à ce que l'organisme fabrique lui-même du NO, sont déjà explorées. C'est ainsi qu'un essai a été autorisé le 26 octobre par la Food and Drug Administration pour tester un comprimé de 30 mg de nitrite de sodium auprès de 840 patients Covid ! Certains médecins américains, dont le prix Nobel Louis Ignarro, suggèrent aussi qu'un régime alimentaire fortement chargé en légumes verts, et donc en nitrates capables de générer du NO, pourrait avoir un effet protecteur. Il est donc plus que temps d'entendre une parole officielle, celle de l'Anses, sur ces « diables » de nitrates !

(1) Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail. Saisine enregistrée sous le numéro 2015-SA-0029.

(2) *The Noncanonical pathway for in vivo nitric oxide generation : the Nitrate-Nitrite-Nitric Oxide pathway* .

par Philippe Pavard

Rédacteur en chef

