

Zeitschrift: Domaine public
Herausgeber: Domaine public
Band: 35 (1998)
Heft: 1346

Artikel: Le régime sans sel
Autor: Escher, Gérard
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1010111>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 29.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Le régime sans sel

Bonne nouvelle en cette saison de tyrannie médiatique des régimes: le régime sans sel a du plomb dans l'aile.

POURQUOI Y A-T-IL tant de méfiance de la science, cette belle et rigoureuse amie du genre humain? Méfiance qui s'est exprimée avec force dans la campagne sur l'initiative pour la protection génétique.

Parmi les causes: d'un côté Hiroshima et Bhopal, les «accidents» de la Big Science; de l'autre, la formidable inculture générale dans les domaines techniques et scientifiques. Mais un autre phénomène sape le crédit de la science biomédicale: sa propension, bien relayée par les médias, à émettre des recommandations sur le style de vie (en particulier alimentaire) qui prennent rapidement des allures de lois, puis ensuite à les nuancer, voire à les abandonner, en laissant les croyants sur la touche.

Sel et mortalité

Exemple parmi d'autres: le chlorure de sodium. «Le sel, le plus mortel des poisons», titrait le *New Scientist* en 1980; la corrélation entre pression sanguine et utilisation de sel était établie par maintes études, études cliniques surtout, qui montraient généralement une baisse de l'hypertension avec la réduction de la consommation de sel. De monumentales études épidémiologiques furent lancées dans les années septante pour détecter l'effet du sel alimentaire sur la mortalité, surtout cardio-vasculaire. La mortalité, plutôt que des paramètres physiologiques intermédiaires tels que la pression sanguine, est en effet une mesure sûre – encore qu'il faille attendre (ici une vingtaine d'années) pour compter les survivants. De 1971 à 1975, 20729 individus furent examinés et leurs habitudes alimentaires notées. Le 30 juin 1992, on se mit à compter les survivants; «les participants qui n'étaient pas morts à cette date furent présumés vivants», dit l'étude. Inutile de garder le suspense: aucune corrélation sérieuse ou explicable ne put être établie entre prise de sel et mortalité, pour les cardiaques comme pour les autres, pour les petits comme pour les grands mangeurs, pour les hommes comme pour les femmes. Aux États-Unis déjà, me dit-on, – bientôt chez nous? –, le sel est de retour. Notons bien que cette étude souffre de faiblesses: le contrôle des habitudes alimentaires sur vingt ans et pour 20000 participants ne peut

pas être exhaustif; on a mesuré une fois, puis on a estimé que les gens gardaient constantes leurs habitudes – ce qui a été montré par d'autres études.

L'étude d'ailleurs conclut, correctement, que ces résultats observationnels ne doivent pas servir à conseiller d'augmenter l'utilisation du sel. Quand la science émet des recommandations grand public, scientifiques et médiateurs oublient de scruter les conditions souvent précaires dans lesquelles des données humaines sont obtenues, oublient de mentionner l'aspect corrélatif et non causal des résultats, et feignent ignorer que le mécanisme cellulaire de l'effet est souvent encore inconnu. ge

Lancet, 14 mars 1998, p. 781-785.

JUNGLE COMMUNALE

Les contradictions de l'écologie militante

LA VILLE DE Lausanne a récemment remplacé tous les anciens abris aux arrêts de trolleybus par un nouveau modèle élégant, aéré et convivial. Cette innovation, certes modeste, contribue à rendre les transports publics plus attractifs. La ville de Berne, renommée pour son sens de l'écologie urbaine, a récemment envoyé une délégation à Lausanne, car elle entend s'en inspirer. Il faut dire que Lausanne a fait très fort, puisque les abris sont entièrement financés par la Société générale d'affichage. Bref, un exemple réussi de la nouvelle gestion publique, dont les Verts aiment également à se réclamer. Il a même valu une photo en 1^{ère} page du *Bund* de Berne. C'était sans compter avec un conseiller communal écologiste: il interpelle la Municipalité pour déplorer le fait que le bois qui recouvre les bancs des «abribus» soit semble-t-il d'origine tropicale. Par souci d'efficacité, il le fait naturellement une fois les travaux achevés, alors que ceux-ci se sont étalés sur deux ans, les arrêts étant modifiés les uns après les autres. On le voit, entre lutte contre les émissions de CO² et sauvegarde des bois tropicaux, l'écologie navigue de Charybde en Scylla. Probablement pour la plus grande joie des nombreux téléspectateurs qui suivent en direct les débats du Conseil communal sur la télévision régionale. m