

*Il n'y a pas de ligne d'arrivée dans le travail de la science. Nous sommes toujours en train de courir. Le travail urgent est de donner à espérer et à répondre à ces nombreuses prières, de chercher un jour où des mots comme "terminal" et "incurable"*



*seront potentiellement à la retraite de notre vocabulaire.* Déclaration du président Barack Obama le 9 mars 2009, à la Maison Blanche, lors de la signature du décret "Éliminer les obstacles à la responsabilité de la recherche scientifique impliquant des cellules souches humaines", signature qui actait la levée de l'interdiction de l'administration Bush pour de telles recherches.

---

**Thème du mois: Principe de prudence, principe de précaution, principe de proaction en matière de santé**

---

Cette lettre n'approche la problématique liée au principe de prudence, de précaution ou de proaction que dans le domaine de la santé et non pas pour ce qui concerne les questions relatives à l'environnement.

En cette année 2015, la durée moyenne d'une vie d'un citoyen du monde est d'environ 70 ans, celle d'un citoyen français, belge ou canadien d'environ 80 ans. Nous savons, même si cela n'est pas toujours avec certitude, que certains comportements, certaines activités, certaines consommations ont des effets sur la durée et sur la qualité de la vie.

Certains actes sont interdits, limités ou découragés par les spécialistes médicaux ou par les autorités publiques. C'est ce qui se rapproche le plus du principe de précaution au sens traditionnel du terme. Par exemple:

- Ne pas absorber certaines substances: tabac, alcool, autres drogues, aliments et additifs cancérigènes ou toxiques, ...
- Ne pas commettre certains actes dangereux; circulation automobile trop rapide, baignade dans des lieux non-sécurisés, sortie dans un lieu arboré en cas de tempête, ...
- Ne pas utiliser certains objets: appareils électriques non sécurisés, objets produisant des rayonnements dangereux...

Mais il est d'autres comportements nombreux qui correspondent aussi au principe de précaution mais qui sont positifs. Ainsi:

- Le port de la ceinture de sécurité et l'utilisation de nombreux équipements de protection des personnes: airbags dans les voitures, casques pour les motocyclistes, balises dans les voiliers de plaisance, alarmes-incendies,...
- La vaccination contre certaines maladies, défense à la fois des individus mais aussi de la collectivité; cette défense a été globalement tellement efficace que beaucoup de citoyens s'inquiètent de rares effets secondaires

sans plus percevoir les conséquences positives de l'éradication de maladies souvent mortelles

Il est même certaines mesures "positives" obligatoires dont l'objectif principal n'est pas la sauvegarde des personnes directement concernées mais bien la sauvegarde de la collectivité. Les "boîtes noires" (en fait rouges) des avions de ligne ne servent pas à la sécurité des passagers eux-mêmes, mais bien à déterminer la cause d'un éventuel accident ce qui peut ultérieurement aider à sauver la vie d'autres passagers (outre les aspects de détermination des responsabilités).

Nous ne percevons généralement plus ces obligations comme intrusives. Cependant lorsqu'elles ont été édictées, elles n'allaient pas de soi. Chaque jour, elles sauvent des vies, tellement de vies, que les décès dus à d'autres causes que le vieillissement sont de plus en plus exceptionnels.

Pour vivre encore plus longtemps et en meilleure santé, nous appliquons aujourd'hui de plus en plus efficacement le principe de prudence et de précaution, entendu dans le sens étroit de l'interdiction. Nous prohibons assez rapidement tout ce qui semble néfaste à la santé aux personnes faibles dont les personnes âgées. C'est encore insuffisant en ce qui concerne les pollutions atmosphériques dues aux particules fines. C'est par contre fort bien fait et fort efficace dans d'autres domaines, notamment pour l'alimentation.

Mais pour aller plus loin, pour faire gagner aux octogénaires, aux nonagénaires et aux centenaires d'ici et d'ailleurs beaucoup d'années de vie en bonne santé, le principe de précaution doit comprendre beaucoup plus d'actions positives, beaucoup plus de recherches dans le domaine des produits, des cellules-souches, des thérapies géniques pour pouvoir préserver de mieux en mieux du temps. Par exemple le fait que la directive REACH protège de nouveaux produits nocifs est extrêmement utile, mais pourquoi une directive n'obligerait-elle pas aussi à faire connaître tout produit ayant un impact potentiellement positif pour la longévité?

Certains se diront qu'aller plus loin est artificiel. Ils ont raison, il est artificiel. Comme presque toute la médecine préventive et proactive de l'aspirine aux greffes en passant par les vaccinations, l'anesthésie et la naissance sans douleur. Ce n'est artificiel que depuis à peine deux siècles, pour la première fois de l'histoire de l'humanité, la majorité des enfants vivent jusqu'à l'âge adulte. Il est artificiel de remplir le corps d'un enfant, qui allait mourir naturellement, d'un sang étranger stocké dans un environnement artificiel, sang pris du corps d'une personne qui ne le connaît même pas.

Adieu mort des enfants, poux du pubis, ténias, peste, choléra et variole qui nous aviez fidèlement accompagné durant trois cent mille ans. Et un jour peut-être également adieu aux maladies d'Alzheimer et de Parkinson, aux maladies cardiovasculaires et aux cancers que nous n'avions eu le temps de vraiment connaître que depuis quelques millénaires parce qu'avant presque personne ne mourrait des suites d'une vieillesse avancée.

Adieu, sauf pour ceux qui le souhaitent bien sûr. Le droit au bonheur et au bien-être ne doit pas devenir une obligation au bonheur et au bien-être.

---

## La bonne nouvelle du mois : Livre "de cuisine" pour la longévité

---

Les mouvements en faveur de la longévité se multiplient, s'intensifient et se diversifient. Maria Konovalenko, une chercheuse enthousiaste et dynamique a lancé une campagne de financement participatif (crowdfunding) pour un "Longevity cookbook", un livre de cuisine pour la longévité qui abordera toutes les méthodes pour gagner en longévité depuis l'alimentation (bien sûr) jusqu'aux recherches scientifiques les plus en pointe.

La campagne a déjà le soutien de personnalités aussi diverses que le disc-jockey et producteur américain Steve Aoki et Brian Kennedy, président du Buck Institute for Research on Aging. Maintenant, c'est à vous de les imiter si vous le souhaitez!

---

### ***Pour en savoir plus:***

- *De manière générale, voir notamment:*  
[heales.org](http://heales.org), [sens.org](http://sens.org) et [longecity.org](http://longecity.org)
- *Le principe de précaution notamment dans le domaine de la santé:*  
[en.wikipedia.org/wiki/Precautionary\\_principle](http://en.wikipedia.org/wiki/Precautionary_principle)
- *Le financement participatif du Longevity Cookbook:*  
[www.indiegogo.com/projects/longevity-cookbook#/story](http://www.indiegogo.com/projects/longevity-cookbook#/story)
- *Source de la citation de Barack Obama*  
[www.nytimes.com/2009/03/09/us/politics/09text-obama.html?pagewanted=all&r=0](http://www.nytimes.com/2009/03/09/us/politics/09text-obama.html?pagewanted=all&r=0)