

l'ai déjà mentionné : Ancel Keys, directeur de l'Étude des Sept Pays, aurait tout aussi bien pu promouvoir le régime toulousain, puisque le Sud-Ouest français présentait les mêmes résultats que la Crète. On y mange pas mal de graisses, saturées qui plus est. Difficile à intégrer dans un système de croyances figé, avouez... Vraiment peu rigoureux, Keys avait restreint sa publication à quelques pays seulement, alors qu'en compilant les résultats la totalité des 22 pays initialement étudiés, il n'obtenait pas les mêmes conclusions. Il voulait démontrer que la mortalité était directement proportionnelle aux doses de graisses ingérées au quotidien... Les coulisses de cet exploit sont décrites dans tous les ouvrages des lipidophiles auxquels je me réfère ici (voir «Les hérétiques de la Théorie Lipidique» (p. 100)).

DISCERNER DANS LE FOUILLIS D'INFORMATIONS

Une étude publiée dans le *Journal of the National Cancer Institute*, réalisée par le *Fox Chase Cancer Center* de Philadelphie, indique que, sur la base de modélisation sur rongeurs, un régime alimentaire pauvre en matières grasses dans l'enfance diminue le cancer du sein à l'âge adulte. Leur hypothèse serait que ce type de diète modifie le fonctionnement de l'axe hypothyréoïde-ovarien, donc la production d'hormones sexuelles chez les adolescentes. Ces taux faibles en œstrogènes et progestérone réduiraient la vitesse de division des cellules et la probabilité d'apparition d'une mutation cancérogène.

Comment prendre du recul par rapport à de telles informations, sachant que ces données sont contredites par les faits historiques documentés ? Les régimes ancestraux sont tous riches en graisses (hors famine, bien sûr); le cancer y est quasi inconnu. Outre qu'on pourrait déduire erronément du modèle rongeur que les jeunes filles n'auront pas de cancer ovarien, on oublierait de comprendre qu'un système hormonal si gravement mis à mal par un régime si maigre risque de les rendre stériles. Un peu de bon sens ne peut faire de tort quand on étudie la littérature scientifique, n'est-ce pas ?