

LE GLUTATHION ET VOTRE ENVIRONNEMENT LES RISQUES DE SANTÉ ASSOCIÉS À L'EXPOSITION CHRONIQUE AUX TOXINES

Par Jimmy Gutman MD, FACEP

Les mesures prises par la science médicale et la santé publique ont considérablement réduit le taux de décès et allongé la durée moyenne de vie, particulièrement dans les pays développés. Toutefois, le développement a aussi des côtés négatifs. Notre environnement contient des dizaines de milliers de substances toxiques, et le marketing visant le consommateur publicise, souvent inconsciemment, des mauvaises habitudes, que beaucoup d'entre nous adoptent.

L'image émergée de l'organisme humain du vingtième siècle, choyé par une durée de vie moyenne plus longue que celle de ses ancêtres, est toutefois alourdie de maux chroniques. La promesse de longévité est émoussée.

Ce qui est étonnant est que nous ne succombions pas plus tôt à l'impact quotidien des toxines dans notre nourriture, notre air et notre eau. Une fois encore, nous devons remercier le mécanisme de défense de notre corps, et pas des moindres, le procédé de détoxication du GSH. Mais comme tous les systèmes biologiques, même ce système peut être dépassé par des attaques constantes et étendues, et fonctionner faiblement.

Le monde moderne est de plus en plus néfaste pour notre santé. Ce que les hommes de science avaient établi comme les normes d'expositions aux agents chimiques et de contamination, est maintenant reconsidéré. Des recherches récentes rapportées par la *Table Ronde de l'Environnement et de l'Économie canadienne* suggèrent que les expositions quotidiennes à ces substances accumulent un « niveau subtilement toxique », particulièrement chez les enfants. Un autre rapport du *Conseil Amérique des ressources de défenses naturelles et de la Coalition pour de l'Air Propre*, soutient que les enfants qui vont à l'école dans des autobus au diesel peuvent être exposés à des niveaux critiques de toxicité. « Les enfants sont particulièrement sensibles aux risques de l'environnement, car malgré tout, ce sont eux qui sont les plus exposés lorsqu'ils se rendent à l'école, » dit Gina Solomon, une scientifique senior du Conseil.

En énumérant les incidences des maladies telles que l'asthme, l'emphysème, les allergies, les troubles de concentration et les cancers, les rapports nous incitent à revoir nos façons de nous occuper de ces problèmes de toxicité. « Les nouveaux problèmes exigent de nouvelles stratégies car les défaillances dans les approches traditionnelles seront irréversibles et impardonnables. » dit le président de la Table Ronde, le Dr Stuart Smith. « Le trop plein de polluants », dû aux constantes expositions aux produits toxiques, pourrait découler en un QI plus faible, à des problèmes d'apprentissage, à la modification du système immunitaire et à des anomalies reproductives. Bien que le glutathion a été découvert en 1888 par le Dr Rey Pailhade, ce n'est qu'en 1970 que son rôle de détoxiquant a été reconnu. Au cours des trente dernières années, la compréhension de ce procédé s'est lentement dévoilée, toutefois un immense regain d'intérêt a fait surface pour les nouvelles découvertes.

Le foie et les reins sont les organes principaux de détoxification et d'élimination, ils ont le plus haut niveau intracellulaire de GSH du corps. Le GSH est la protéine de soufre dans un corps vivant. Il joue un rôle important, non seulement chez les humains et les animaux, mais chez tous les vertébrés, même les insectes, les plantes et les micro-organismes.

L'équipe biochimiste de Jones Brown et Steinberg de l'*École de Médecine Emory de l'État d'Atlanta* a dit : « Le GSH (glutathion) a de multiples fonctions en détoxification et son épuisement est associé à un risque accru de toxicité chimique... Le GSH peut être réduit par différents facteurs et les niveaux de plasma varient selon le sexe, l'âge, la race et les habitudes alimentaires. » Cette équipe suggère que le fait de mesurer le niveau de glutathion est un indicateur du risque qu'une personne puisse avoir de devenir la proie des toxines environnementales.

D'ailleurs, Lew et Quitanihila, physiologistes de l'Université de Californie, démontrent que l'augmentation de GSH chez des individus actifs, en bonne forme physique, leur donne une meilleure défense