



**ASSOCIATION** —————  
**VÉGÉTARIENNE** —————  
**DE FRANCE**

**Pour diffusion immédiate :**

le 9 novembre 2009

**Contact :**

André Méry (Président) : 06 77 43 64 26 - [president@vegetarisme.fr](mailto:president@vegetarisme.fr)

Alice Rallier (porte-parole) : 06 61 85 94 02 - [avf.medias@vegetarisme.fr](mailto:avf.medias@vegetarisme.fr)

## **LA GRIPPE H1N1 N'EST PAS UNE FATALITE**

La grippe H1N1 a déjà tué au moins 6 000 personnes, selon l'Organisation mondiale de la Santé<sup>1</sup>, et menace de multiplier les décès dans les mois qui viennent.

Que peut-on faire pour nous protéger ? Rester chez soi, se laver les mains, faire une réserve de Tamiflu ? Ces actions, bien qu'avisées, ne font qu'esquiver une seule voiture qui roule à grande vitesse. Aux trousse de cette dernière, il y aura une autre, puis une autre et encore une autre. Les épidémies virales se succèdent sans fin. Et tous les virus subséquents seront plus perspicaces et mieux adaptés pour vaincre nos défenses immunitaires.

Pour arrêter les vagues récurrentes des virus, il faut s'attaquer à la source du problème. Les virus ne proviennent ni du laboratoire d'un scientifique fou, ni d'une expérience gouvernementale, ni de l'espace intersidéral. Comme leurs noms le suggèrent, la grippe porcine provient des porcs et la grippe aviaire provient de la volaille. Dans les élevages industriels, les animaux sont des éprouvettes vivantes dans lesquelles les virus se multiplient et se combinent, créant de nouveaux virus qui voyagent d'un animal à l'autre et ensuite se propagent aux éleveurs, à leur famille, à leurs proches, et enfin à l'ensemble de la communauté.

Pourquoi les élevages industriels sont-ils devenus gigantesques ? Pourquoi y a-t-il tant de porcs et de volaille ? Parce que des millions de personnes font leurs achats dans les rayons de viande aux supermarchés, commandent du jambonneau au restaurant et achètent des kilos de poulet frit dans les fast-foods. Leurs achats financent ces grands incubateurs viraux que sont les élevages industriels.

Les virus ont pour origine les intestins des oiseaux. Il est facile pour un oiseau migrateur d'introduire un virus dans un élevage de poulets ou de porcs. Là, le virus se combine avec d'autres virus en un processus appelé « réassortiment » pour arriver à une autre forme plus virulente. En 1918, le virus H1N1 s'est transmis des oiseaux aux hommes et est devenu tristement célèbre sous le nom de la « grippe espagnole ». En 1957, ce virus s'est combiné avec un autre virus aviaire pour produire un nouveau virus meurtrier, que l'on appelait « la grippe asiatique ». En 1968, le même processus nous a donné « la grippe de Hong Kong ».

---

<sup>1</sup> [http://www.who.int/csr/don/2009\\_11\\_06/en/index.html](http://www.who.int/csr/don/2009_11_06/en/index.html) [au 6 novembre 2009]



Il est trop tard pour arrêter la grippe porcine H1N1. Elle est déjà sortie des élevages. Mais c'est le bon moment pour prévenir les autres gripes, celles qui vont inévitablement suivre et qui peuvent être encore bien plus dangereuses.

Il faut remarquer qu'il n'y a aucune « grippe légumineuse », « grippe épinard », ou « grippe spaghetti arabiata ». Et voilà la solution ! Il faut réduire le nombre d'animaux qui grandissent dans les élevages industriels où ils se transforment en incubateurs viraux créant ainsi les conditions idéales pour le développement de nouvelles espèces de virus. Cela veut dire aussi faire nos achats dans les rayons d'alimentation saine. Il n'est ni nécessaire, ni prudent de fréquenter les rayons de viande.

Les virus ne sont pas les seuls malfaiteurs qui se cachent dans la viande. Si l'on faisait un prélèvement de viande dans n'importe quel magasin, on trouverait, dans environ un tiers des échantillons, des bactéries vivantes, surtout les salmonelles, des campylobacters, et l'E. coli. Toutes ces bactéries ont leur origine dans les élevages intensifs. Ces microbes vivent dans les intestins des animaux jusqu'au moment où le boucher coupe les abats et laisse s'éparpiller le contenu des intestins partout.

C'est peut-être difficile d'imaginer un monde sans élevages. Mais dans les années quarante, quand les Américains faisaient de leur mieux pour faire la guerre, le gouvernement américain a fortement réglementé le marché des pneus, de l'alimentation, de l'essence et de plusieurs autres secteurs, parce que les priorités étaient tout à fait claires. Pourquoi maintenant, quand la mort pointe le bout de son nez, ne pouvons-nous pas fournir un effort semblable ?

Si on laisse de côté la viande, et si les éleveurs, petit à petit, trouvent d'autres métiers, comme l'ont fait les agriculteurs qui ont dû abandonner les champs de tabac pour le bien-être de tous, on arrivera à un monde plus sain avec moins de virus mais aussi un monde dans lequel les gens seront en meilleure santé. Imaginez un monde sans cholestérol, sans matière grasse de source animale. Un monde où le risque de crises cardiaques, d'hypertension, de cancer et d'obésité n'est qu'une fraction de ce que l'on connaît aujourd'hui.

Si nous arrivons à ce monde sain et sage, nos efforts pour lutter contre la grippe nous auront bien servi. ■

*Dr Neal Barnard, Président du « Comité de Praticiens pour une Médecine Responsable », États-Unis, ([www.pcrm.org](http://www.pcrm.org)). Courrier adressé à l'Association Végétarienne de France.*

**Plus d'informations sur** [www.vegetarisme.fr](http://www.vegetarisme.fr)  
[www.unjoursansviande.fr](http://www.unjoursansviande.fr)

