



L'hiver, vu de l'extérieur  
les arbres semblent morts.  
Cependant, nous savons tous que la vie y est encore,  
au ralenti et en cheminement,  
pour s'exprimer prochainement.

Il en est parfois ainsi  
de nos périodes de retour à soi,  
auxquelles la saison hivernale nous invite.

## 1- CETTE INFLUENCE COLLECTIVE BIEN REELLE QUI DEPASSE NOTRE RAISON



Nicholas A. Christakis\*, professeur de sociologie médicale au *Harvard Medical School*, a orienté ses recherches sur la relation entre facteurs sociaux et santé. À partir de faits observés et analysés, il a établi des modèles mathématiques pour objectiver le rôle du réseau social. Il apparaît un lien évident entre les comportements d'un individu et son environnement. Et, de manière plus surprenante, une influence de la communauté sur la biologie des organismes.

On sait déjà que les comportements, bénéfiques ou néfastes, peuvent se répandre assez vite dans un groupe humain. Le réseau social est un ensemble dans lequel les individus ont une réelle autonomie, liée à leur conscience. Cependant, leur inconscient qui influe sur les comportements automatiques, les désirs, les peurs, est dépendant de cet ensemble auquel il appartient. Cela est compréhensible pour notre raison, car elle peut imaginer des liens directs qui conditionnent le psychisme et ses manifestations. Mais si on y regarde de plus près, on voit que ces liens chers à notre raison linéaire ne peuvent pas tout expliquer.

Nicholas Christakis et son équipe sont allés plus loin en montrant une contagion communautaire de l'obésité. Le risque d'un adulte qui n'est pas en surpoids de le devenir augmente en fonction du nombre de ses contacts, via les réseaux sociaux, avec des personnes déjà atteintes de surcharge pondérale. Cette composante sociale de la propagation de l'obésité est loin d'être négligeable, puisqu'il y a un accroissement de 0,4% du risque à chaque contact social établi avec une personne en surpoids. On pourrait, là aussi, trouver des liens directs, comme l'influence alimentaire, mais cela est bien insuffisant pour expliquer les faits observés.

Dans les communautés traditionnelles, il a été constaté que lorsque des femmes vivent en grande proximité, leurs cycles menstruels finissent par s'harmoniser sur un même rythme. Difficile à expliquer !

Cette influence du groupe sur l'individu, ajouté à celle plus évidente des individus sur le groupe, est bien connue de l'approche systémique. Pour l'accepter sans réticence, il faudrait tout simplement admettre qu'une communauté humaine se comporte comme un système complexe, c'est-à-dire un "superorganisme" dans lequel les individus reçoivent une influence liée à la place qu'ils occupent dans l'ensemble.

Cette influence qui tend à homogénéiser le groupe n'est pas la seule observée. Un individu peut aussi cristalliser sur lui un problème de sa communauté et apporter ainsi une solution qui maintient la stabilité de l'ensemble. Les thérapies systémiques familiales, issues de l'école de Palo Alto, exploitent avec succès ce principe. Des enfants sont ainsi pris en charge en considérant avant tout la place qu'ils occupent dans la famille, et leurs troubles psychiques sont traités en modifiant cette place par implication de toute la communauté.

De façon plus générale, on pourrait se poser la question de l'influence du groupe humain sur la maladie individuelle. Dans la continuité de ce qui a été évoqué précédemment, deux effets différents et de nature opposée sont envisageables : le fait de développer plus facilement certaines maladies dans certains contextes, comme une "habitude" du groupe, et le fait que la maladie d'un individu puisse être une solution de réparation transitoire d'un problème de la communauté à laquelle il appartient.

Avec une application évidente en thérapie générale : prendre plus en compte l'environnement humain dans la santé d'un individu, et impliquer positivement l'entourage dans la stratégie thérapeutique adoptée.

\* <http://christakis.med.harvard.edu/>

## 2. ACTUALITE : FAITS DE SOCIETES, ET ECHO DE PUBLICATIONS

### ► **Psychose et facteurs sociaux ?**

Une étude sur plus de 200.000 Suédois montre que les psychoses (schizophrénie et autres) sont plus nombreuses dans les populations urbaines. En analysant de plus près les facteurs, la fragmentation sociale semble jouer un rôle évident. Ressentir un certain degré de sécurité, de cohésion sociale et d'esprit de communauté, pourrait bien optimiser la santé mentale de tous.

Zammit S & al : Individuals, schools, and neighborhood: a multilevel longitudinal study of variation in incidence of psychotic disorders – Arch Gen Psychiatry 2010, 67(9) : 914-22 – [www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20819985](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20819985)

### ► **Peut-on faire confiance à l'Académie de médecine ?**

L'Académie de Médecine, plus précisément la sous-commission des vaccinations de la *Commission VII Maladies infectieuses et tropicales* (on voit le niveau de segmentation de cette institution !), s'est intéressée au rôle de l'aluminium présent dans les vaccins et à son implication possible dans certaines maladies comme la myofasciite à macrophages. S'appuyant sur quelques études ne pouvant montrer un lien direct et le fait que les adjuvants à base d'aluminium sont utilisés massivement depuis 1926 sans conséquence apparente, elle en conclut un "circulez, il n'y a rien à voir", solidement prouvé par une absence de preuve !

Combien faudra-t-il de Mediator pour prendre enfin en compte que l'absence de lien direct prouvé par des études publiées n'est pas une preuve d'innocuité et que des observations répétées d'effets indésirables constituent une véritable alerte ?

Rapport de l'Académie de médecine : [www.academie-medicine.fr/detailPublication.cfm?idRub=27&idLigne=2016](http://www.academie-medicine.fr/detailPublication.cfm?idRub=27&idLigne=2016)

### ► **La qualité de mort, critère d'évolution des sociétés ?**

Plus de 100 millions de patients, ainsi que leur famille, auraient besoin de soins palliatifs chaque année, mais seulement 8% d'entre eux en bénéficient. Une enquête de *l'Economist Intelligence Unit* a évalué la "qualité de mort" dans 40 pays. C'est le Royaume Uni qui arrive en tête, grâce à la qualité de son accompagnement des personnes en fin de vie, aux soins prodigués aux mourants et au professionnalisme des hôpitaux publics. Viennent ensuite la Nouvelle Zélande et l'Irlande. La France, souvent citée en exemple pour la qualité de son corps médical et son système de sécurité sociale, n'arrive qu'en douzième position ! On le sait, il y a un marge de progrès du côté des valeurs humaines dans la médecine française, apparemment plus préoccupée par la réussite statistique de ses soins que par leur impact sur la qualité de vie.

[www.lalibre.be/societe/sciences-sante/article/596362/le-royaume-uni-est-le-meilleur-endroit-pour-mourir.html](http://www.lalibre.be/societe/sciences-sante/article/596362/le-royaume-uni-est-le-meilleur-endroit-pour-mourir.html)

### ► **Une trop grande crédulité face aux neurosciences**

Les neurosciences impressionnent, et il est vrai qu'elles apportent beaucoup dans la connaissance du psychisme humain, en corrigeant notamment des idées empiriques de la psychologie introspective qui sera toujours subjective. Toutefois, il ne faut pas oublier ses limites, et que son désir d'objectivité ne change pas la virtualité de ses modèles et la subjectivité (aussi !) des interprétations qui en sont faites.

Un groupe de chercheurs a montré qu'il suffit simplement d'ajouter une image de cerveau pour augmenter notre crédulité face à une explication de phénomène psychologique, indépendamment que l'explication soit fondée ou erronée !

Cela peut nous interroger de manière plus globale sur notre crédulité face aux informations scientifiques, et ne pas oublier que la science n'est qu'une vision des choses, souvent très éclairante, mais qui en aucun cas est la vérité absolue !

David P. McCabe, Alan D. Castel Seeing is believing: The effect of brain images on judgments of scientific reasoning Cognition 107 (2008) 343–352 - doi:10.1016/j.cognition.2007.07.017

## 3. NOUVEAUTES SUR SANTE-VIVANTE.FR

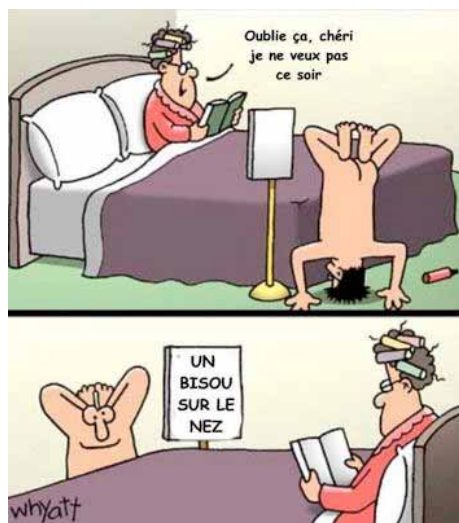
Rien de vraiment neuf depuis la mi-décembre...

Toujours en début de blog, les articles sur l'eau et la question posée sur la validité des travaux d'Emoto.

[www.sante-vivante.fr/blog/](http://www.sante-vivante.fr/blog/)

## 4. HUMOUR & LEGERETE

Deux dessinateurs à découvrir...



Tim Whyatt: [www.whyatt.com.au](http://www.whyatt.com.au)



Flock: [www.dessincretin.com](http://www.dessincretin.com)

Rédaction et mise en page : Jacques B. Boislève

Abonnement à la lettre d'info : <http://www.sante-vivante.fr/newsletter/?p=subscribe>

Désabonnement : <http://www.sante-vivante.fr/newsletter/?p=unsubscribe>