

L' OLIGOTHÉRAPIE

Depuis toujours, l'homme a utilisé les minéraux de façon empirique afin de profiter de ses propriétés thérapeutiques: entre les VIIème et VIIIème siècles a. C., les Chaldéens de la basse Mésopotamie portaient un bracelet en cuivre; au XVIème siècle, Paracelse recommandait l'usage de sept métaux pour traiter diverses affections; à la fin du XIXème, Gabriel Bertrand découvrit que plusieurs minéraux, même présents en quantités infimes, avaient un rôle essentiel chez les êtres vivants. Plus récemment, c'est pendant les années 30 lors du siècle dernier que le Docteur Jacques Ménétrier étudia du point de vue clinique et biologique le rôle des oligoéléments.

Étymologiquement, les oligoéléments sont des minéraux présents dans l'organisme en très petites quantités, de là qu'on les appelle aussi des éléments trace. Citons, par exemple, le zinc, le cuivre, le manganèse, l'or, le sélénium, le germanium, le cobalt, le bore, l'argent, la silice et le molybdène. Même s'ils représentent seulement un pourcentage minime sur la totalité des constituants organiques, les oligoéléments sont indispensables au bon fonctionnement de l'organisme, garantissant les nombreuses fonctions biologiques.

Les différents oligoéléments possèdent quatre grands types d'action: catalytique, hormonale, plastique et une action sur les canaux ioniques. Ainsi, par exemple, le zinc catalyse plus de 200 réactions enzymatiques, l'iode possède un effet régulateur sur la glande thyroïde, la silice favorise la formation du tissu conjonctif et le magnésium participe dans les équilibres neuropsychique et neuromusculaire.

Aujourd'hui, les subcarences en oligoéléments sont fréquentes. Cela est dû, premièrement, à un apport insuffisant à cause des habitudes alimentaires modernes (augmentation de la consommation de viande et diminution de la consommation de fruits et légumes frais et de saison) et à la pauvreté nutritionnelle des aliments provoqué par le raffinement, la récolte des fruits non mûrs, de l'épuisement de sols, etc. Deuxièmement, lesdites subcarences peuvent être la conséquence d'une insuffisance dans l'assimilation due à l'âge avancé, à des troubles digestifs, au stress ou à l'ingestion de médicaments qui empêchent l'assimilation des oligoéléments. Les diverses pollutions (atmosphérique, de l'eau, agricole, industrielle, conservateurs, stabilisants, amalgames dentaires,...) produisent l'inactivation des oligoéléments par chélation chimique. Il peut y avoir aussi une élimination excessive des éléments trace due au stress (psychique et physique) et à une acidose toxique tissulaire. Et il existe des situations où il y a une augmentation des besoins en oligoéléments, comme c'est le cas des femmes enceintes, des enfants en pleine croissance, des sportifs, des malades et des convalescents, et pour lesquelles il faut être plus attentif afin d'éviter les subcarences.

Comme conséquence, on observe une baisse globale des fonctions organiques (fatigue, asthénie, manque de dynamisme...), suivie de l'apparition de pathologies fonctionnelles dues au mauvais fonctionnement cellulaire et, à long terme, ces désordres se traduisent par des nombreuses maladies graves. Cet enchaînement d'événements est en lien avec le développement des dites « maladies de civilisation »: cancer, maladies cardiovasculaires, diabète, rhumatismes, allergies...

Eva Notario Pardo

<http://www.naturholistica.com>
naturholistica@hotmail.com

Donc, l'oligothérapie est une méthode thérapeutique qui consiste en l'administration des oligoéléments nécessaires pour le bon fonctionnement des cellules. Il existe trois écoles principales: l'oligothérapie réactionnelle, basée sur les diathèses définies par Ménétrier; l'oligothérapie pharmacologique, qui apporte des minéraux à hautes doses (avec le risque de provoquer quelques déséquilibres); et l'oligothérapie bionutritionnelle, qui consiste en l'apport de l'ensemble d'oligoéléments que l'organisme nécessite, à doses physiologiques, ce qui permet de restaurer l'intégrité biochimique de la personne et, comme conséquence, renforcer le terrain et restaurer l'équilibre biologique.

* L'oligothérapie n'exclue ni ne remplace tout traitement médical ou pharmacologique.

POUR EN SAVOIR PLUS:

- Binet, Claude. *Oligoéléments et oligothérapie*. Editions Dangles, 1999.
- Padrazzi, Pierre. *L'oligothérapie réactionnelle*. Editions Similia, 1999.

