

## Nitrates et trouble bipolaire<sup>1</sup>

Grâce à une étude épidémiologique portant sur 1.100 personnes âgées de 18 à 65 ans, Robert Yolken et ses collègues ont constaté que les personnes hospitalisées pour un virage maniaque avaient trois fois plus de chances d'avoir mangé des viandes aux nitrates, que les personnes n'ayant pas de troubles psychiatriques.

Des expériences menées chez le rat par les mêmes chercheurs ont montré une hyperactivité maniaque après seulement quelques semaines de régime alimentaire enrichi en nitrates.

Les nitrates sont des composés utilisés par l'industrie agro-alimentaire pour conserver la plupart des viandes transformées comme les charcuteries, le bœuf séché, le salami, les hot dogs, etc.

Un virage maniaque est caractérisé par la survenue, souvent après une période dépressive, d'une euphorie avec hyperactivité, souvent associée à une insomnie. Le trouble bipolaire est relativement fréquent : 0,2% des femmes et 0,12% des hommes en souffrent.

En attendant confirmation de ces études préliminaires, il peut être dorénavant conseillé aux personnes sujettes à des périodes maniaques ou hypomaniaques, de réduire leur consommation de nitrates ; ceux-ci se trouvant aussi dans les légumes et fruits traités.

---

<sup>1</sup> *Molecular Psychiatry* du 18 juillet 2018