

## Faut-il manger ... des Myrtilles ?

Billet écrit et enregistré pour Radio-Présence, la radio chrétienne de Midi-Pyrénées

Les myrtilles, ces drôles de ptites boules violettes, qui tâchent les doigts des gourmands en montagne. Ces myrtilles sont presque magiques, car elles protègent le cerveau et pourraient même redonner la mémoire aux vieux.

Je vous raconte comment on a trouvé ça. C'est le Docteur *Joseph*, un chercheur américain qui travaille avec des vieux rats à Boston. Trois ans pour un rat, c'est comme 90 ans pour nous : Les vieux rats de trois ans perdent la mémoire, et n'arrivent pas à retenir un chemin compliqué. Alors que les jeunes rats de trois mois y arrivent facilement. Oui, comme chez nous, les vieux perdent la mémoire et les jeunes apprennent vite.

Pendant tout un mois *James Joseph* a remplacé l'eau de boisson des rats par du jus de myrtilles. Et bien après un mois de myrtilles, croyez-moi si vous voulez, les vieux rats de Joseph sont devenus aussi agiles du ciboulot que leurs arrière-petits-enfants ! On l'a refait dans d'autres labos : ça a marché pareil. On a testé aussi d'autres « petits fruits rouges » comme le cassis, les framboises ou les fraises : ça marche aussi, mais moins bien que les myrtilles.

Du coup, pour protéger sa mémoire, Monsieur Joseph mange chaque jour son bol de « blueberries », ces énormes myrtilles américaines, cultivée dans le Michigan : on les trouve aussi congelées, dans nos boutiques. Et pourtant il n'y a toujours pas de preuve que ce qui marche chez les rats marche aussi chez les gens. Car l'étude chez l'Homme coûterait très cher, et les producteurs de myrtilles n'ont pas les reins aussi solides que les labos pharmaceutiques. Mais moi je crois bien qu'il faut manger des Myrtilles. Or en France les myrtilles coutent dix fois plus cher qu'en Amérique, car nos délicieuses petites myrtilles sauvages sont très longues à ramasser. Alors, faut-il les cueillir soi-même en montagne ?

Mais que faites vous de la terrible échinococcose alvéolaire ? é-ki-no-ko-koze, quesacco ? C'est un ver parasite du renard, qui pond ses œufs microscopiques dans les crottes. Et les baies ou les salades sauvages contaminées par ces crottes de renard peuvent infester ceux qui les mangent. C'est pourquoi dans l'Est de la France et dans le Massif central, on ne mange les myrtilles qu'en tartes ou confitures. Mais dans les Pyrénées ? Ici on a du bol, car on ne trouve pas d'échinocoque chez les renards des Pyrénées. Et pas de cas humains dans le Sud-Ouest : Super ! Oui, on peut donc manger sans crainte les myrtilles qu'on ramasse ici, et peut-être ainsi garder sa mémoire de 20 ans.