



PAR MARTIN VANIER

Professeur à l'École d'urbanisme de Paris

AU BON AIR DES ALPES

La montagne, c'est bon pour la santé! Même si cette affirmation souffre quelques contradictions, elle ne devrait pas être trop démentie en ces temps de canicules à répétition.

C'est peu de vivre au large et en sûreté dans nos vallons et sur nos montagnes, nous y respirons encore un air sain, nous y buvons des eaux pures, nous y avons des aliments salutaires : tout en un mot contribue à affermir et à conserver la santé des habitants des montagnes, jusqu'à l'âge le plus avancé. Dans les plaines, l'air est ordinairement plus dense et plus pesant, souvent surchargé de vapeurs grossières et de particules hétérogènes. » De quand date cette déclaration d'amour écologique que personne ne récuserait en ces temps de pandémie? De 1754, et on la doit au pasteur vaudois Élie Bertrand (1713-1797) dans son *Essai sur les usages des montagnes*. Et il poursuit avec l'explication de la maladie du pays dont souffrent les Suisses exilés : « Cette maladie, qu'on a appelée nostalgie, naît en partie de la différence du poids de la colonne d'air, que l'on soutient dans des pays moins élevés au-dessus de la mer. »

C'est l'historien genevois François Walter qui nous rappelle la genèse de cette conviction simple, toujours si actuelle : les Alpes, et la montagne en général, c'est bon pour la santé. Elle date donc de la seconde moitié du XVIII^e siècle, et s'est déployée avec les progrès de la médecine, de la science, du tourisme... et de l'urbanisation, tout au long du XIX^e siècle.

CLIMATISME

Car ce qui distingue alors ces régions de grande nature pure et sauvage que sont en Europe les massifs de montagnes comme une part des zones littorales, c'est qu'elles échappent plus longtemps à la profonde transformation – et pollution – que connaît le premier continent industriel, et qu'elles y acquièrent dès lors le statut de refuges sanitaires. Les bienfaits des bains comme de l'altitude vont converger

dans le « climatisme ». Souvenons-nous qu'avant de représenter une promesse de salubrité en ces temps de Covid-19, les Alpes ont été au front de la lutte contre ce qui reste toujours la première cause de mortalité dans l'histoire de l'humanité : la tuberculose. Le premier sanatorium s'est ouvert en Allemagne en 1854 à Görbersdorf, dans les Sudètes (aujourd'hui Sokolowsko, en basse Silésie polonaise), après qu'un médecin allemand eut fait l'expérience de la guérison en Himalaya. Le premier en France est celui de Berck-Plage, dans le Nord, mais les Alpes ont, de leur côté, accueilli plus que leur part des 250 sanatoriums construits en France de 1900 à 1950. Le plateau d'Assy en fut le phare européen, avec ses 3 000 lits, sa demi-douzaine de « paquebots » longs ou hauts immeubles audacieusement lancés dans la pente durant les années 1930, dont celui aux 71 victimes de l'éboulement du 16 avril 1970. L'invention des antibiotiques en 1940-1943, puis leur diffusion ■■■



LE BON AIR C'EST BIEN, MAIS LES MOYENS MODERNES D'ACCÉDER EN TOUT POINT DE LA MONTAGNE À LA MÉDECINE DE POINTE, CE N'EST PAS MAL NON PLUS.

■ ■ ■ rapide après la guerre furent fatales à la grande époque du climatisme, mais le bon air n'a rien perdu de son attrait, et l'attractivité résidentielle des Alpes en a pris, somme toute, le relais.

OXYGÈNE, OXYGÈNE...

Aujourd'hui, on sait mieux évaluer les bienfaits de l'air alpin, et plus précisément de l'altitude entre 1 000 et 2 000 m, sur la santé humaine. Une vaste étude réalisée en 2010 par l'Institut de médecine sociale et préventive de l'université de Zurich sur un échantillon de 1,5 million de Suisses estime à 22 % la diminution du risque de mourir d'un infarctus pour les populations vivant en montagne, et à 12 % celle du risque de mourir d'une attaque cérébrale. À quoi s'ajoutent d'autres résultats produits en Autriche sur la diminution de la mortalité des cancers du côlon et du sein, et aux États-Unis sur le gain d'espérance de vie des personnes vivant dans les comtés au-delà de 1 500 m (gain de 1,2 à 3,6 ans pour les hommes et de 0,5 à 2,5 ans pour les femmes). Mais pour être tout à fait complet, une autre étude, de l'université de l'Utah, s'est penchée, elle, sur les troubles anxiodépressifs liés à l'altitude et à son déficit en oxygène. On y dénomme « Suicide Belt » l'ensemble des États des Rocheuses qui vont du Montana

au Nouveau-Mexique (Wyoming, Colorado, etc.), où l'on vit fréquemment au-dessus de 1 500 mètres. L'hypoxie (le manque d'apport en oxygène dans les tissus de l'organisme) affecterait la production de sérotonine, plus couramment connue comme « hormone du bonheur », d'où une hausse des suicides de l'ordre de 30 %, progressivement au-delà de 900 m d'altitude. On connaît le mal des montagnes au-dessus de 3 000 m, sans parler de la « zone de la mort » au-dessus de 7 000 m, mais même dans les zones habitées entre 1 000 et 2 000 m, le bon air des montagnes n'a pas que des bons côtés.

Ce que confirment d'autres études et observations conduites en Espagne et en Autriche notamment.

Il est cependant très probable que les Alpes, comme d'autres massifs de montagnes en Europe, redoublent d'attractivité résidentielle en cette ère de réchauffement climatique accéléré et de canicules à répétition.

Il y aura de plus en plus de réfugiés climatiques à l'échelle de la planète, mais aussi de plus en plus de trajectoires résidentielles moins dramatiques à l'intérieur de chaque pays, qui conduiront si possible, au moins pour une partie de l'année, ou pour une deuxième ou troisième partie de vie, un peu plus haut vers le frais, loin des vallées

étouffantes. Mais sans doute à certaines conditions qu'une société vieillissante et de plus en plus soucieuse de l'accès aux soins ne manquera pas de vérifier ou de réclamer : le bon air, d'accord, mais quid de l'offre de soins ? L'autre grande caractéristique de la montagne qu'est l'éloignement, voire l'isolement, vient tempérer ici quelques idéaux. Les touristes aisés de la fin du XIX^e siècle trouvaient très exotiques les hautes vallées inaccessibles et les romantiques adulaient les « déserts », mais les exigences de la société des accès sont désormais tout autres.

Le bon air des Alpes appelle déjà des réponses et des formes d'équipement qui succèdent à celles décrites pour la première moitié du XX^e siècle : une bonne couverture satellitaire et en fibre optique, pour une télé-médecine convaincante... et une pratique banale de l'hélicoptère pour mettre le réseau des établissements de la région à portée de main des usagers d'altitude en cas d'urgence, sans tergiversation ni pénurie d'appareil. Autrement dit, le bon air c'est bien, mais les moyens modernes d'accéder en tout point de la montagne à la médecine de pointe, ce n'est pas mal non plus.

Il y avait, avant-guerre à Aix-les-Bains, un « solarium tournant », croisement entre la soucoupe volante et le moulin flamand géant, avec ascenseur, bras articulé horizontal et cabines individuelles s'orientant toujours face au soleil. Il était une parfaite expression de l'engouement du temps pour le climatisme, et sa variante « l'actinothérapie » – les soins par les rayons solaires. Il fera même un émile à Vallauris à la même époque. Tombé en désuétude après la guerre, il est démantelé dans les années 1960.

Le bon air des Alpes stimule les projets. Espérons que ceux de notre siècle soient moins icariens et plus durables. Le bon air sera toujours là, c'est ce que nous ferons en son nom qui continuera d'évoluer, et contribuera ainsi à la permanente invention des Alpes. ■

