



# Pourquoi les odeurs nous mettent sens dessus dessous

**SANTÉ** L'olfaction est une expérience sensorielle très particulière et personnelle qui nous ramène avec force à des souvenirs et des émotions.

PAR ANNE.DEVAUX@LACOTE.CH

**D**e tous nos sens, l'olfaction fait figure de parent pauvre. Elle occupe une toute petite place très stratégique dans notre anatomie et se distingue de tous les autres sens. Nous reconnaissons certaines odeurs, mais nous ne pouvons pas nous les représenter en tant que telles, ni même de les catégoriser. «Contrairement à la vue, l'ouïe, le toucher et le goût qui passent par des synapses, l'odorat est directement relié au cerveau par les filets olfactifs qui rejoignent le bulbe olfactif», explique la docteure Micaela Ödman-Jaques, spécialiste en ORL. L'épithélium olfactif est située au sommet de la cavité nasale et composé de cellules réceptrices qui captent les molécules odorantes. Une fois dans notre nez, elles remontent rapidement et déclenchent un afflux nerveux. «Nous disposons d'une muqueuse d'environ 10 cm<sup>2</sup> alors que celle d'un chien berger allemand est de 2 m<sup>2</sup>, précise la docteure. Cependant, elle reste primordiale pour assurer notre sécurité en détectant des odeurs qui nous mettent en danger, comme la

nourriture avariée, la fumée ou le gaz, par exemple.» L'odorat remplit une autre fonction essentielle à notre bien-être, celle de donner de la saveur aux aliments, complétant le sens du goût qui détecte seulement les goûts primaires: sucré, salé, amer, acide et umami.

## Un agitateur émotionnel

L'olfaction est reliée au cerveau dans une région cérébrale très impliquée dans les émotions. Ce qui explique la force des émotions positives et négatives suscitées par les odeurs, au point même d'être envahissantes. «L'imagerie olfactive n'a jamais été démontrée, contrairement à celle de la musique qui active une zone du cortex. Un nez de parfumeur



**L'odorat reste primordial pour assurer notre sécurité en détectant des odeurs qui nous mettent en danger.**”

**DRE MICAELA ÖDMAN-JAQUES**  
SPÉCIALISTE ORL

pourrait avoir des représentations olfactives avec du travail», précise Didier Grandjean, professeur à la Faculté de psychologie et des sciences de l'éducation à Genève.

En agitant nos émotions, les odeurs agissent sur nos humeurs et nos comportements. «Nous savons que les odeurs corporelles sollicitent l'activité sexuelle», précise le chercheur. Raison pour laquelle tous les effluves ne sont pas socialement bienvenus dans certains lieux, comme la place de travail, par exemple.

La puissance olfactive est aussi instrumentalisée. L'arôme du pain chaud diffusée dans le rayon boulangerie des supermarchés est très efficace.

## La madeleine de Proust

«Les odeurs, en nous ramenant à des émotions, ouvrent une partie des voies de la mémoire. Cela nous met dans une attitude réceptive qui débriade d'autres sensations – auditives, visuelles – et permet ainsi le surgissement d'un souvenir



complet», explique Jean-François Demonet, directeur du Centre Leenards de la mémoire au Chuv.

C'est la fameuse madeleine de Proust. Cependant, le phénomène n'est pas systématique. Le professeur insiste sur notre incapacité à décrire une odeur autrement que par des comparaisons ou des métaphores. «La façon dont nous interrogeons ce sens passe uniquement par le langage. Le vin est un très

bon exemple, je viens d'entendre à la radio que le Beaujolais nouveau de cette année a un parfum de banane.»

Néanmoins, en l'absence des molécules odorantes dans l'environnement, il est quasiment impossible de les évoquer. L'olfaction se distingue des autres sens par l'impossibilité de la manipuler mentalement. L'odeur s'impose à nous telle qu'elle est présente et chacun en aura une expérience sensorielle personnelle.

L'odorat est un sens fragile. Diverses causes, maladies ou accidents, peuvent l'affecter temporairement ou provoquer une anosmie, c'est à dire une perte totale de l'odorat. Certaines personnes réagissent moins bien que d'autres, et privées de toute la subtilité des goûts vont jusqu'à se détourner de la nourriture. Pour Jean-François Demonet, «on perd une partie de l'univers qui nous entoure et cela joue aussi sur la mémoire».



**Le nez est une porte d'entrée pour vivre et revivre de multiples émotions.** ARCHIVES SIGFREDO HARO



## Pour son travail d'œnologue, il lui faut du nez

Même s'il n'est pas ce qu'on appelle un «nez» en parfumerie, l'œnologue Rodrigo Banto fait partie de l'équipe des talents qui officie pour la coopérative Cave de La Côte. «Un jour, je discutais avec mes collègues à propos de la possibilité d'assurer nos organes olfactifs et gustatifs, parce que ce sont nos outils de travail», plaisante-t-il. Pour autant, Rodrigo Banto, âgé de 49 ans, affirme ne pas prendre un soin particulier de son nez, tout en portant une attention à rester en bonne santé. Si nécessaire, il privilégie les médecines alternatives, car «les médicaments peuvent parasiter le goût». Cependant, les gênes peuvent être multiples lors des dégustations. «Les fragrances trop nombreuses autour de nous perturbent l'olfaction et l'analyse du vin devient plus difficile. Il faut que l'environnement soit le plus neutre possible. J'évite d'utiliser du parfum ou du déodorant parfumé pendant la semaine pour ne pas être embêté moi-



même, mais aussi pour ne pas interférer dans le travail de dégustation de mes collègues.»

Au Chili, où il a suivi sa formation d'œnologie, il a appris à développer ses capacités olfactives plus finement. «Il faut connaître ses forces et ses faiblesses.» L'apprentissage consiste, à travers des séries de tests, à détecter le seuil de perception olfactif et l'identifier. En revanche, travailler la mémoire olfactive met en route toute une série d'opérations sensorielles et intellectuelles. «Pour retenir une odeur de fleur,

par exemple, il faut la sentir, la regarder, la toucher et parler d'elle.» Rodrigo Banto, évoque aussi les odeurs que le cerveau neutralise, tant elles sont présentes, constantes et intégrées. Mais, précise-t-il, «ce processus naturel peut interférer avec d'autres molécules qui doivent donc dégager des odeurs très fortes pour être senties».