La suralimentation peut tuer aussi sûrement que la faim

Partage international n° 147 – Novembre 2000

par Mark Sommer

Le monde entier observe, ou plus souvent se refuse à voir la faim régner dans les rues d'Ethiopie ou de Harlem-Est. Cependant, nombreux sont ceux, parmi ces observateurs, qui souffrent d'un mal épidémique moins apparent mais tout aussi mortel : ils mangent trop et mal. A travers le monde, environ 1,2 milliard de personnes souffrent d'excès de poids, mettant ainsi leur vie en danger.

La suralimentation n'est pas seulement un mal de riches. Bien que le pays le plus riche au monde (les États-Unis) soit celui où il y a le plus d'obèses (55 % de la population adulte), d'autres rivalisent sur ce point comme au Moyen-Orient et en Colombie, qui présentent le même taux que l'Europe occidentale, soit 41 %. Même en Chine, à la suite des réformes économiques, la proportion d'adultes obèses a bondi de 9 à 15 % entre 1989 et 1992. Ainsi, plus de la moitié des obèses vivent dans le Sud.

La génération fast-food

Autrefois limitée aux riches, la suralimentation affecte maintenant toutes les classes sociales. L'accessibilité grandissante à une nourriture bon marché, riche en graisse mais sans valeur nutritive, et l'accès généralisé à une publicité télévisée associant le prêt-à-manger (fast-food) à une vie sans soucis, ont exercé un effet séducteur sur les pauvres et les travailleurs. Dans le monde en développement, les ruraux, fuyant la pauvreté des campagnes, migrent vers les villes, adoptant des modes de vie sédentaires et délaissant les nourritures simples, mais nourrissantes, de leurs aïeux pour les burgers, les frites et les bonbons, dont ils voient la publicité défiler sur leur téléviseur. Pour beaucoup d'entre eux, qui vivent en marge de la société, cette nouvelle façon de vivre leur donne l'impression de faire partie de cette grande foule mondiale à la mode.

Le coût de l'excès

Mais les coûts sanitaires de cette épidémie d'excès sont énormes et vont croissants. Le cancer, les maladies coronariennes, les hémorragies cérébrales, le diabète, tous provoqués ou amplifiés par l'obésité, comptent pour la moitié des décès aux États-Unis, et coûtent à ce pays 118 milliards de dollars par an en dépenses médicales et en pertes de revenus. En fait, la suralimentation est responsable, mondialement, d'autant de maladies que la faim. Et parce qu'elle affecte une population plus vaste, les coûts pourraient s'accroître davantage. Car alors que les gens qui souffrent de la faim vivent en dehors des systèmes de santé, les victimes de maladies cardiaques et autres maladies dues aux excès épuisent ces systèmes depuis des décennies avec des mesures onéreuses pour prolonger la vie. Qu'en coûtera-t-il pour soigner les adolescents d'aujourd'hui après qu'ils auront passé toute une vie à consommer une nourriture dévitalisée et bourrée de toxines ?

Ce qui aurait pu représenter l'extraordinaire bénédiction d'une agriculture bon marché et hautement productive est devenu une pilule empoisonnée, car les producteurs de cette corne d'abondance sont motivés par les profits, aux dépens de la santé publique.

Les industries alimentaires, comme Archer Daniels Midland, qui gèrent toutes les étapes de la transformation des aliments, de la production à la distribution, utilisent un mélange sophistiqué de substances reconnues pour créer une accoutumance (le sucre et le sel), des saveurs améliorées chimiquement, des portions géantes et une publicité destinée à stimuler les ventes, et qui s'adresse particulièrement aux enfants, les consommateurs les moins capables de discernement.

Le courant grandissant du bio et des slow-food

Aux Etats-Unis, où les producteurs alimentaires représentent la majorité des annonceurs, 90 % des 10 000 spots publicitaires que voient chaque année les enfants proposent des bonbons, des céréales enrobées de sucre et autres nourritures sans valeur nutritive. Cherchant des marchés à l'étranger, les producteurs alimentaires américains exportent massivement avec l'appui inconditionnel du gouvernement. Quatre des cinq restaurants McDonald's qui ouvrent chaque jour dans le monde

se trouvent à l'extérieur des Etats-Unis, alors que Coca Cola considère l'Afrique frappée par la sécheresse comme *« une terre d'opportunité pour nous »*.

Fort heureusement, il existe des courants contraires. Le mouvement en faveur des aliments biologiques touche le grand public. On estime que la culture biologique, qui occupe 3 % du marché des produits alimentaires aux Etats-Unis (davantage en Europe occidentale), occupera plus de 10 % du marché américain d'ici dix ans. Cependant, l'intérêt pour les aliments naturels s'est limité, jusqu'à maintenant, aux nations occidentales riches, qui seules peuvent assumer les coûts plus élevés de ce mode de culture, nécessitant une main d'œuvre plus abondante. Mais la minorité qui choisit des habitudes alimentaires plus saines peut déjà laisser présager des changements sociaux plus importants.

Au même moment, la résistance au phénomène du prêt-à-manger se développe à partir de sources plus traditionnelles en Europe occidentale. L'an dernier, un fermier activiste français, José Bové, est devenu subitement un héros folklorique mondial pour l'assaut théâtral qu'il a mené sur un restaurant McDonald's en construction. En Italie, un mouvement en faveur du slow-food (par opposition au fast-food) croît rapidement. De nombreux Européens de l'Ouest s'opposent à l'infiltration des habitudes alimentaires américaines et aux aliments génétiquement modifiés en tant qu'expression insidieuse d'un impérialisme culturel.

Mais devant les politiques gouvernementales qui négligent l'éducation nutritionnelle et font la promotion du prêt-à-manger à l'étranger dans le but de préserver l'expansion des exportations, les consommateurs ont bien peu de marge de manœuvre pour renverser les courants actuels. Comme pour le tabac, il faudra peut-être le spectre dissuasif des taux croissants de morbidité et de mortalité pour faire comprendre la simple vérité : que plus n'est pas mieux, et que la modération est préférable.

Auteur : Mark Sommer, auteur d'ouvrages et journaliste, est directeur du Mainstream Media Project, un projet américain qui s'efforce de faire entendre de nouvelles voies et d'apporter de nouveaux points de vue aux médias.
Thématiques : Sciences et santé
Rubrique : Point de vue