

Pourquoi les Français ont été poussés à la malbouffe... y compris parfois par ceux qui prétendaient la combattre



Le cas de ce parent qui nourrissait ses enfants à base de gâteaux et de soda rappelle quels effets dévastateurs peut avoir la malbouffe.

Avec Christophe
Brusset

Atlantico : A quel point la culture de la junk-food a-t-elle un impact chez les gens, notamment ceux en position vulnérable ?

Christophe Brusset : Au-delà de ce cas pathologique, la malbouffe a un effet dévastateur certain sur la santé de tout un chacun. L'ONU constate que 50 % des européens sont en surpoids et 20% carrément obèses. Nous sommes face à une véritable épidémie de maladies diverses liées à cette mauvaise alimentation dans nos sociétés, comme le diabète, les maladies cardiovasculaires, caries dentaires, cancers... Selon l'OMS, la malbouffe est aujourd'hui la première cause de mortalité dans le monde avec plus de 12 millions de morts par an et cela ne fait qu'empirer.

Pour augmenter ses profits l'industrie alimentaire cherche à produire le moins cher possible et fabrique ainsi des produits de très mauvaise qualité nutritionnelle, totalement déséquilibrés, trop sucrés, trop gras, trop salés, extrêmement pauvres en nutriments (vitamines, fibres, minéraux ou autres antioxydants), et bourrés d'additifs chimiques.

Les sodas sont certainement ce qui se fait de pire en la matière. Ce ne sont que des confiseries liquides sans aucun bénéfice santé; du sucre et des additifs (arômes, colorants, acidifiants....). Il faut s'en passer le plus possible et rappeler qu'aucune boisson n'est aussi saine que l'eau.

Malheureusement les personnes les plus vulnérables, les enfants et les catégories sociales défavorisées, n'ont pas la culture santé nécessaire pour se prémunir de ces dangers. Et bien entendu l'industrie fait tout son possible pour cacher la vérité sur la qualité de ses produits et enjoliver la réalité par une propagande omniprésente.

Quelles sont les causes, sociétales ou économiques, de cette omniprésence de la junk-food en France ?

Les multinationales de l'agroalimentaire et de la distribution disposent de moyens financiers quasi illimités. Cela leur permet de lancer d'innombrables campagnes de publicité dans les médias qui, en retour, se montreront peu critiques.

Elles dépensent également des centaines de millions par an en « lobbying » via des « associations », des « syndicats professionnels », ou des « fondations », qui en réalité ne servent qu'à corrompre et influencer chercheurs, politiques et autres leaders d'opinions. Les représentants des industriels et leurs affiliés sont partout où se prennent les décisions, dans les universités, les médias, les commissions politiques, les comités scientifiques... pour écrire et faire voter les lois et règlements qui servent leurs intérêts mercantiles.

Le « lobbysme », synonyme édulcoré de « corruption », est l'ennemi de la démocratie. Il permet aux intérêts privés puissants de primer sur l'intérêt général.

Face à cela les consommateurs sont bien démunis et nullement protégés par les politiques qu'ils ont élus, comme en témoignent les fiascos des récentes lois sur l'alimentation.

La société française peut-elle se réorienter vers une culture gastronomique plus saine ?

J'ai constaté, à la sortie de mon nouveau livre il y a quelques jours, « Et maintenant, on mange quoi ? », que la société avait sensiblement et positivement évoluée par rapport à il y a trois ans, lorsque mon premier livre « Vous êtes fous d'avaler ça » était sorti. Une vraie prise de conscience est en train de se faire et je suis résolument optimiste.

Les citoyens n'attendent plus grand-chose de la classe politique et s'emparent de toutes les questions sociétales au sens large, que ce soit pour l'écologie avec les pesticides, l'alimentation ou la corruption par exemple.

Des associations nouvelles véritablement militantes, comme Foodwatch (contre la malbouffe) ou Anticor (contre la corruption) par exemple, mènent des campagnes d'information et vont jusqu'au combat judiciaire pour améliorer les choses, et sont très efficaces. Il faut les soutenir.

Les consommateurs se tournent de plus en plus vers les produits bio, les circuits courts, le local et délaissent les produits nocifs ultra-transformés, les fruits et légumes bourrés de pesticides...