

L'obésité, un gros problème



Du 17 au 29 novembre, le Palais de Tokyo rend hommage à Gérard Rancinan dont les « Métamorphoses » adaptent les grands classiques de la peinture aux préoccupations de l'époque.

Interview Caroline Gaudriault - Paris Match

Paris Match. Un milliard d'individus dans le monde souffrent de surpoids et, parmi eux, 300 millions d'obèses. Les chiffres sont exponentiels et aucun continent n'est épargné. Tout semble avoir commencé aux Etats-Unis, le pays qui a créé la culture du fast-food...

William Reymond. Je m'y suis installé il y a quelques années et, comme tout le monde, j'ai commencé par prendre du poids. Ici, on décomplexé ! La norme, c'est l'excès. On vit dans l'univers positif du surpoids. Le "gros" montre une "cool attitude" ; les boutiques XXL n'ont rien de honteux. La conversion de tailles entre l'Europe et les Etats-Unis n'est pas la même : un "medium" américain équivaut à un extra-large européen. On comprend comment sont prises, très jeunes, les mauvaises habitudes alimentaires. Le système éducatif met lui-même en place la perversion : les écoles passent des contrats avec des industriels qui mettent en avant leurs produits. En cours de mathématiques, on calcule avec des M&M's ; les goûters se font avec les sodas et confiseries sous contrat... La restauration rapide constitue le moteur de l'économie.

Si la restauration rapide est en développement, elle s'accompagne également du "supersize"...

Le "supersize" est un phénomène social. Tout est plus grand ici qu'ailleurs. Les voitures en premier lieu, les routes par voie de conséquence, et tout le reste : maisons, vêtements... jusqu'aux hamburgers. On a inventé les menus "supersize". Le génie du principe du glouton s'appelle David Wallerstein. Il avait été embauché par une chaîne de cinéma du Texas, dans les années 1960, pour reconquérir les spectateurs. Il allait développer les produits dérivés : boissons, glaces et pop-corn, et il eut cette idée merveilleuse du "supersize", plus grand et plus cher. Double dose de pop-corn, de Coca-Cola et de glace. Décomplexé, le spectateur achète. Wallerstein ne mit pas longtemps pour se

retrouver à la tête de la compagnie cinématographique, avant d'être appelé par une autre chaîne, alimentaire cette fois, McDonald's.

Ce qui inquiète, c'est la progression du phénomène. Et pas seulement aux Etats-Unis...

Le modèle américain devrait être une sonnette d'alarme. La progression de l'obésité y est de 30 % ces dix dernières années ! En 2006, 127 millions d'Américains étaient en surpoids, 60 millions étaient obèses et 9 millions étaient suivis pour obésité sévère. Le Texas, où j'habite, est l'Etat le plus touché. Mais ils le sont tous : aucun Etat d'Amérique n'arrive à faire tomber son taux d'obésité à moins de 15 % ! Aujourd'hui, nous pouvons scientifiquement faire un lien direct entre obésité et hypertension, diabète, problèmes cardiaques ou certains cancers. L'obésité devient donc la première cause de mortalité en Amérique, avant le tabac et les accidents de la route : 400 000 personnes en meurent chaque année. Tous les pays du globe sont touchés car les mêmes produits sont diffusés partout, jusqu'en Afrique. On arrive à des aberrations : dans un pays comme le Brésil, on mène à la fois un combat contre la faim et l'obésité. Voulez-vous que je vous parle des Inuits d'Alaska qui connaissent la même "contamination" ?

La crise a fait émerger de nouveaux cas d'obésité. Les instituts de sondage américains parlent de 5,5 millions d'obèses en plus sur leur sol. Le surpoids touche particulièrement les pauvres...

Dans les pays occidentaux, il y a un lien direct entre pauvreté et obésité. Les quartiers les plus populaires ont moins de choix alimentaires. Aux Etats-Unis, les fast-foods et échoppes de "junk food" pullulent par rapport aux supermarchés classiques, surtout dans ces quartiers. On trouve à profusion des McDonald's et des Burger King, mais très peu de grandes surfaces. Le gouvernement californien vient de légiférer pour qu'il n'y ait plus de nouvelles implantations de fast-foods dans les quartiers populaires, déjà saturés. La nourriture industrielle devient bien moins chère ici que les produits frais. Un menu frites-hamburger coûte, dans un fast-food, 99 cents. Avant, le repas classique et bon marché était constitué de légumes et de fruits. Aujourd'hui, c'est un luxe qui, en plus, demande de la disponibilité. Souvent, les familles cumulent deux emplois. Elles n'ont plus le temps de cuisiner.

Où commence la responsabilité individuelle et où finit la responsabilité collective ?

La responsabilité personnelle est l'arbre qui cache la forêt. Il y a la responsabilité de l'éducation, il y a la tentation personnelle, mais le problème se situe aussi dans nos assiettes. Notre consommation calorique ne cesse d'augmenter, et des facteurs autres que "manger plus" et "se dépenser moins" sont responsables. Des épidémiologistes prouvent qu'il existe une relation entre toxicité des aliments et prise de poids. Les toxines provoqueraient un dérèglement cérébral empêchant le cerveau de transmettre à l'organisme les informations sur la satiété. Et aujourd'hui, pesticides, herbicides, édulcorants, colorants et conservateurs sont complètement intégrés à notre alimentation. Les sodas sont la première source de calories des Américains. Ils en boivent à chaque repas.

Mais ces boissons extrêmement sucrées devraient écœurer rapidement, ce qui n'est pas le cas. C'est logique, le sucre a été remplacé par du sirop de maïs, du glucose-fructose, qui ne provoque pas la même satiété. On peut en boire plusieurs litres, là où le sucre donnerait envie de vomir. Ces produits sont donc fabriqués avec l'intention de contourner les résistances naturelles de l'organisme. L'obésité peut survenir sans qu'on s'en rende compte, sous la forme d'une prise de poids, mais aussi de problèmes cardiaques, les acides gras s'accumulant dans le sang. Il faut aussi parler de l'élevage industriel, qui entraîne des dégâts écologiques considérables. Entre l'utilisation d'eau, d'engrais chimiques à base d'azote... Cette industrialisation place le rendement en priorité et ne s'inquiète pas de la qualité. Les producteurs n'hésitent pas à donner des antibiotiques aux bêtes pour qu'elles ne tombent pas malades, des hormones pour qu'elles grossissent...

La vigilance de chacun est de mise, de la part de celui qui produit comme de celui qui se nourrit.

Oui, et pour cela la bataille doit se gagner dans les écoles pour apprendre à bien se nourrir. C'est - notre alimentation qui a changé. Aujourd'hui, nous avons besoin de lois mettant l'industrie face à ses responsabilités. New York a été la première ville à réagir, puis l'Etat de Californie a suivi : les fast-foods sont dans l'obligation d'écrire le nombre de calories sur chaque menu ; les messages gouvernementaux de mise en garde sont plus nombreux ; certains distributeurs de confiseries sont enlevés des écoles... On n'en est qu'aux balbutiements, mais, au moins, la prise de conscience de l'obésité mondiale fait qu'on en parle. Car, pendant vingt ans, on a ignoré le problème.