

3 - LA SANTÉ POUR FORMATER ? MISES EN GARDE DE PAUL ARIÈS (SUITE)

* De l'hygiène à l'hygiénisme p.408

Conçues pour la grande industrie, les normes d'hygiène s'imposent dorénavant à toutes les formes de restauration

- elles éliminent les produits naturels réalisables par les paysans ou les auto-producteurs : cette **idéologie mortifère de la maîtrise des risques sanitaires** est responsable de la faillite de nombreuses fromageries, charcuteries, boulangeries, abattoirs de proximité, élevages de plein air, etc.

- elles créent le vide en éradiquant toute forme de vie, tout microbe, tout champignon : les premiers organismes à coloniser ces espaces vierges sont évidemment des organismes pathogènes. La seule solution est alors de faire appel à des **produits dangereux** pour les combattre !

- elles exigent la traçabilité des marchandises mais aussi du bétail : marquage par des puces électroniques. Pour Paul Ariès, cet hygiénisme est la **version alimentaire de l'idéologie sécuritaire**.

La liberté et la santé se ressemblent : on n'en connaît le prix que lorsqu'elles vous manquent.

Georges Simenon, 1903-1989

Aujourd'hui, le modèle agricole industrialisé ne peut plus cacher ses ravages sur la santé. Il s'est imposé dans les pays « développés » parce que nos sociétés ont « oublié » la complexité de l'alimentation : la quantité n'est pas le seul critère.

Il est remarquable que si la définition du droit à la santé reste stable depuis 1946, celle du droit à l'alimentation ne cesse d'être enrichie par la **prise de conscience progressive d'anciennes évidences** : la santé repose sur la « bonne » relation à son environnement ! Se nourrir n'est pas remplir un estomac ! L'humain n'est pas une machine ! La nourriture industrielle standardisée peu nutritive intoxique ! Etc.

Conseil des droits de l'homme de l'ONU, 2019 :

« Le droit à l'alimentation est le droit de toute personne, seule ou en communauté avec d'autres, d'avoir physiquement et économiquement accès en tout temps à une quantité suffisante d'aliments qui soient **adéquats, nutritifs et conformes, entre autres à sa culture, ses convictions, ses traditions, ses habitudes alimentaires et ses préférences et qui soient produits et consommés de façon durable**, afin de préserver l'accès des générations futures à la nourriture. »

Organisation Mondiale de la Santé, Constitution du 22 juillet 1946 :

« Les gouvernements ont la responsabilité de la santé de leurs peuples ; ils ne peuvent y faire face qu'en prenant les mesures **sanitaires et sociales** appropriées. »

S'il est aisé de constater que l'agrobusiness détruit la santé, on ne peut y remédier d'un coup de baguette magique car le développement de l'agrobusiness accompagne des **transformations profondes de la société. Stopper les dégâts sanitaires exige de changer de modèle de vie, de repenser démocratiquement nos exigences alimentaires, individuelles et collectives.**

Haine du gras et sexisme p. 409

La haine du gras (visible) est l'une des principales caractéristiques de l'alimentation moderne. De nombreux chercheurs nord-américains tentent de comprendre ce que signifie cette diabolisation. On sait qu'elle accompagna (et même semble-t-il accompagne encore) la haine de la sensualité et celle de la sexualité. L'historienne Linda Murray-Berzok a pu établir l'importance de ce lien : « [...] **la minceur a été idéalisée pour mieux réprimer le désir féminin sexuel, à l'opposé des autres cultures où les formes opulentes ont toujours été le symbole de la séduction et de la réussite.** »

Enfin je me rappelle le pis-aller d'une grande princesse à qui l'on disait que les paysans n'avaient pas de pain, et qui répondit : **qu'ils mangent de la brioche.**

Les Confessions, Jean-Jacques Rousseau, 1712-1778

Sources:

- site de l'ONU
- <https://victimepesticide-ouest.ecosolidaire.fr/>
- CFSI-Fiche thématique Alimenterre *Faim et malnutrition*, 2019
- Paul Ariès : Une histoire politique de l'alimentation, 2017
- Manifeste de l'Atelier Paysan. Reprendre la terre aux machines, 2021
- Rapport de l'Assemblée nationale Alimentation industrielle : qualité nutritionnelle, rôle dans l'émergence de pathologies chroniques, impact social et environnemental de sa provenance, Septembre 2018

LES DESSOUS D'ASSIETTE N°3 : ALIMENTATION ET SANTÉ

*** LA SANTÉ COMME BUEN VIVIR**

Que l'alimentation influe sur l'état de santé est une évidence. N'est-ce pas pour le rappeler qu'on cite si souvent la maxime d'Hippocrate (460-370 av. J.-C.) ?

Que ton alimentation soit ta première médecine

Hippocrate avait conscience des inégalités sociales : *Si nous pouvions donner à chaque individu la bonne quantité de nourriture et d'exercice, pas trop peu et pas trop, nous aurions le plus sûr moyen pour la santé.*

La santé, c'est la vie dans sa plénitude et dans sa liberté.

George Sand 1804-1876

La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie et d'infirmité.

Constitution de l'Organisation Mondiale de la Santé, 22 juillet 1946

* POUR LES VENTRES AFFAMÉS, LES LOIS DU MARCHÉ N'ONT PAS D'OREILLE

Longtemps, dans les sociétés dominées par une caste accaparatrice, de mauvaises récoltes furent à l'origine d'émeutes ou insurrections : le peuple sous-alimenté souffrait rapidement de disette voire de famine du fait des **aléas climatiques**.

La problématique de notre temps est différente : 1) la **production des denrées alimentaires est largement suffisante**

2) MAIS la distribution, **régie par les lois du marché, ne s'adresse qu'à ceux qui ont les moyens de payer** : l'objectif de l'agroalimentaire n'est pas de satisfaire les **besoins nutritionnels** de l'ensemble de la population française mais de conquérir ou préserver une part du marché national ou international.

Production de plus en plus pléthorique et vente de plus en plus restreinte provoquent un tel **gaspillage** qu'une coûteuse politique publique s'est mise en place pour écouler les surplus vers le bétail, puis vers les pays du Tiers-Monde et aujourd'hui vers l'aide alimentaire gratuite.

Ainsi, dans une société de plus plus inégalitaire et segmentée, l'abondance ne règle en rien la **fracture sociale autour de l'alimentation** et, parce que dans notre société l'économie prime sur le social, les lois du marché bafouent délibérément le **droit humain à l'alimentation**, un droit pour tous précisé par l'ONU. Cf. p.4

La société est composée de deux grandes classes : ceux qui ont plus de diners que d'appétit et ceux qui ont plus d'appétit que de diners. Nicolas Chamfort, 1741-1794



I - SOUS-ALIMENTATION ET MALNUTRITION, CONSTANTES DES SOCIÉTÉS INÉGALITAIRES

Sac vide ne tient pas debout

Proverbe anglais

Lorsque la faim est à la porte, l'amour s'en va par la fenêtre.

Proverbe français

* MANGER À SA FAIM POUR JOUIR PLEINEMENT DE SA VIE

Depuis 1960, le Comité Français pour la Solidarité Internationale (CFSI) mène un plaidoyer pour la mise en oeuvre de la Déclaration des Nations unies sur les droits des paysans : les agriculteurs et les agricultrices du Sud sont capables de fournir l'essentiel de l'alimentation de leurs concitoyens, **la faim dans le monde est un problème d'organisation politique, nationale et internationale.**

- afin d'être en bonne santé, l'être humain doit disposer d'un minimum 2 000 calories/jour
- à l'échelle de la planète, on produit en moyenne 3 500 calories/jour par personne
- et pourtant** plus de 800 millions de personnes souffrent de la faim (il s'agit pour moitié de paysannes et de paysans d'Afrique et d'Asie). Ce chiffre augmente aujourd'hui, car les effets du Covid 19 et du dérèglement climatique se rajoutent à la destruction systématique de l'agriculture familiale paysanne.

Le système agricole mondial est en surproduction.

Mais une évidence passe (souvent) inaperçue : partout, des cultures d'exportation régies par les lois de la compétitivité et du rapport de force ont tendance à supplanter les cultures vivrières, celles qui nourrissent sur place.

D'où la faim des paysans ... et le gaspillage.

En France, le baromètre de la pauvreté Ipsos/Secours populaire publié chaque année renseigne sur l'état réel du pays. La publication 2021 est passée quasi-inaperçue alors qu'elle révèle combien la crise sanitaire aggrave la pauvreté et les difficultés **de près d'un tiers de la population** pour se nourrir :

- 32 % ne peuvent pas consommer des fruits et des légumes frais tous les jours (+5 points par rapport à 2018)
- 30 % sont dans l'impossibilité de se procurer une alimentation saine en quantité suffisante pour faire trois repas par jours (+7 points)
- un Français sur cinq est même obligé de sauter des repas** (+6 points), en particulier les jeunes (34 % des moins de 35 ans).

2 - LES MALADIES APPARUES AVEC L'INDUSTRIALISATION DE L'ALIMENTATION

PARCE QU'ELLES SE PENSENT SUPÉRIEURES AUX LOIS DU VIVANT, LES MÉTHODES INDUSTRIELLES APPLIQUÉES AU « COMMENT SE NOURRIR » ONT DES EFFETS RAVAGEURS SUR LA SANTÉ DE LA POPULATION.

* LES MOLÉCULES CHIMIQUES TUENT LES PAYSANS ET SALARIÉS DE L'AGRICULTURE

En septembre 2021, au tribunal d'Angers, une audience se tient pour obtenir la reconnaissance de **maladie professionnelle** pour une agricultrice de 65 ans morte d'une **tumeur au cerveau** après 47 ans d'exposition aux pesticides, reconnaissance que la Mutualité sociale agricole (MSA) lui avait refusée. FNSEA et MSA, très liées, ne veulent surtout pas que les pesticides soient accusés de **tuer des gens** !

Depuis 2015, l'Association Collectif de l'Ouest - Soutien aux victimes des pesticides - alerte sur le **déni** qui persiste aussi bien de la part de la MSA que de l'État face aux **cancers agricoles**. Le collectif combat pour l'interdiction de ces molécules chimiques et des pesticides dans l'agriculture et va régulièrement devant les tribunaux pour faire admettre l'évidence : *“ces produits-là rendent malades et tuent des gens !”* Source : Breizh-info. Des cancers agricoles liés aux pesticides ?

* LES INNOVATIONS AMÉLIORENT IMMÉDIATEMENT PRODUCTIVITÉ ET CIRCULATION DES MARCHANDISES MAIS MENACENT À LONG TERME LA SANTÉ DE (PRESQUE) TOUTE LA POPULATION

Partout, des citoyens s'organisent collectivement pour protester contre le **désengagement de l'État** face aux dégâts sanitaires de l'agroalimentaire.

IRRADIATION. Elle détruit les bactéries ... et les vitamines ! Le Collectif français contre l'irradiation des aliments (qui fédère une vingtaine d'associations et de collectifs) s'est constitué en 2004. Ayant constaté *“l'absence de recherches sérieuses et indépendantes”*, il a pour objectif d'obtenir l'interdiction de l'irradiation des aliments en France et dans le monde **par application du principe de précaution**. Pour connaître les produits concernés par l'arrêté du 20 août 2002 cf. *Les dessous d'assiette n°1, p.4.*

NANOÉLÉMENTS. Ils servent à obtenir des matériaux plus solides, plus transparents, plus « hygiéniques » ... Association de veille et d'information civique sur les enjeux des nanosciences et des nanotechnologies, AVICENN, appelle à la **vigilance**. Et si les nanomatériaux migraient des emballages (ou des revêtements de surface des instruments de cuisine) jusqu'aux denrées ? *“Les modalités de ce transfert et les risques qu'ils pourraient entraîner sont encore largement méconnus [...] Des effets néfastes très préoccupants ont déjà été mis en évidence mais aucune réelle restriction n'est aujourd'hui mise en œuvre par les pouvoirs publics, qui encouragent même les industriels à accélérer leur emploi via des financements importants.”*

EAU NON-POTABLE. En avril 2021, l'UFC Que Choisir fait état de la pollution de l'eau du robinet par les pesticides dans 24 communes du Maine et Loire (6 de l'Agglo Saumur, dans le Val d'Authion). Dans une lettre envoyée aux élus, l'association Saumur Terre d'Avenir (STA) s'indigne de **l'inertie politique face aux preuves de toxicité qui s'accumulent** :

- “ Dans les prélèvements **pourtant réputés conformes**, 22% contiennent des perturbateurs endocriniens. [...] Il est **pourtant établi** que les perturbateurs endocriniens ont **des effets sur les organismes vivants** à des doses extrêmement faibles, potentiellement inférieures aux limites autorisées. ”
- “ Depuis 2008, l'utilisation des pesticides en France a **augmenté de 25 %** alors que la loi (Ecophyto) prévoyait une réduction de 50 % en 2018 ! [...] Les pollutions agricoles restent donc la première source de **non-conformité** de l'eau du robinet [...] ”

* L'ALIMENT MIS AU SERVICE D'UNE INDUSTRIE SANS CONTRÔLE POLITIQUE : LES CLASSES POPULAIRES PRINCIPALES VICTIMES

Les méthodes industrielles permettent de fabriquer une nourriture à **très bas prix**, abondamment vendue en grande surface avec le soutien d'un marketing mensonger. Publié en septembre 2018, un rapport de l'Assemblée nationale sur l'alimentation industrielle s'inquiète d' *“une alimentation plutôt sûre mais pas saine [...] Aujourd'hui, l'aliment est au service d'une industrie qui lui inflige d'excessives transformations”* p.31 :

- nombreux **additifs** peu recommandables : colorants, conservateurs, édulcorants, antioxydants, agents de texture, exhausteurs de goût
- résidus de **pesticides** et **huiles minérales** potentiellement cancérogènes, mutagènes et perturbatrices du système endocrinien
- beaucoup d'**acides gras trans** (AGT) : augmentent le “mauvais cholestérol”, le risque de diabète ...
- **perte de nutriments** mais trop de sel, de sucre, de gras (d'où l'appellation “*faux aliments*”)
- *cracking*, processus de fabrication par fragmentation des aliments puis leur recombinaison, ou encore par des processus haute-température qui peut aboutir à la création de composés chimiques néoformés (risque d'effets cocktail). Hors à l'heure actuelle il n'existe aucune réglementation sur ces processus de transformation.

“ Le cadre réglementaire (national comme européen) n'est pas suffisamment contraignant pour les industriels, ni assez protecteur pour les consommateurs ”, p.14.

L'ensemble de ces éléments explique le développement d'une “*épidémie mondiale de maladies chroniques*”. Pour l'affirmer, le rapport parlementaire s'appuie sur les travaux d'Anthony Fardet (chercheur INRA) qui définit la “*mauvaise alimentation*” comme une “*intoxication chronique par des cancérogènes, mutagènes et reprotoxiques ou par des perturbateurs endocriniens, un mauvais équilibre nutritionnel, un excédent calorique ou tous ces aspects à la fois*”. Pour 2010, en France, elle est cause :

- de **36% des décès** directement ou indirectement
- de 24% des maladies cardiovasculaires, 10% des cancers, 2% de diabète
- du fait que les Français vivent moins longtemps en bonne santé.

C'est pourquoi la commission parlementaire accuse “*la mauvaise alimentation d'être, en France, la première cause de mortalité*” (p.48) et insiste sur le constat que ces pathologies touchent en premier lieu les classes populaires : **l'alimentation est devenue un marqueur de classe.**

Si l'on boit une bonne partie du contenu d'une bouteille portant l'étiquette : poison, ça ne manque presque jamais, tôt ou tard, d'être mauvais pour la santé. Alice au pays des merveilles, Lewis Carroll, 1832-1898

Si quelqu'un désire la santé, il faut d'abord lui demander s'il est prêt à supprimer les causes de sa maladie. Alors seulement il est possible de l'aider. Hippocrate

Qui est maître de ce qu'il mange et boit est maître de sa santé. Proverbe

3 - LA SANTÉ POUR FORMATER ? MISES EN GARDE DE PAUL ARIÈS

La santé de l'homme est le reflet de celle de la Terre. Héraclite, 544-480 av. J.-C.

Ne pas creuser votre tombe avec votre propre couteau et une fourchette. Proverbe anglais

On mange tellement de choses toxiques, que ce n'est pas bon appétit que j'ai envie de dire aux gens, mais bonne chance ! Pierre Rabhi, 1938-2021

* *Diététique ou diététisme* p.408 à l'opposé d'une approche globale de la personne “être social”, le diététisme privilégie la dimension individuelle de la maladie en réintroduisant une vision déterministe, selon le principe “une maladie, une cause unique”. **Cette vision morcelée du corps humain sous-estime que celui-ci est avant tout un système intégré et auto-régulé** ; en revanche, elle est féconde sur le plan commercial, car à chaque pathologie peut correspondre un “produit-miracle”.

* La biologisation du mangeur p.407-408

Le rapport à l'alimentation s'est beaucoup modifié au cours du XX^e siècle, caractérisé par une **tendance à la biologisation** qui s'impose en empruntant deux voies distinctes :

- l'aliment perd toutes ses significations traditionnelles (sociale, culturelle, religieuse, politique) au profit d'une seule, réduite au minimum : la fonction nourricière. L'homme mange pour se remplir l'estomac et s'il s'oppose aux OGM, c'est pour des raisons de santé. La matière brute l'emporte sur la culture et le plaisir : généralisation des coupe-faim !
- l'aliment est surchargé de potentialités nutritionnelles ou médicales, au point d'en faire un moyen de façonner l'homme, c'est-à-dire de nier sa fatalité biologique (vertus illusoire de nombreux “aliments-santé”). Cette idéologie de la “grande santé” surfé sur le refus d'être malade, de vieillir et de mourir, qui caractérise une humanité prête à céder au transhumanisme et à sa promesse d'humain augmenté.

On a beau avoir une santé de fer, on finit toujours par rouiller. Jacques Prévert 1900-1977

Aliment « ultra-transformé ». C'est un aliment déstructuré puis recombéné à partir d'ingrédients isolés d'aliments complexes originaux souvent ultra-raffinés au point de profondément modifier l'aliment d'origine. [...] Cet aliment ultra-transformé est le stade ultime de la pensée réductionniste qui consiste à concevoir l'alimentation comme une simple somme de nutriments. ...

Cette question des aliments ultra-transformés est essentielle dans la compréhension de l'émergence de pathologies chroniques. [...] La consommation d'aliments ultra-transformés a été associée avec un risque global plus élevé de cancer » (accru de 6 à 18 %) avec des données précises sur le cancer du sein accru de 2 à 22 %. [...] La corrélation entre les courbes de progression des maladies chroniques comme le diabète de type 2 et l'augmentation de la consommation de produits ultra-transformés est avérée. Etc. etc.

Rapport parlementaire Alimentation industrielle p.11&14 & 49