SANTĒ, MENSONGES ET PROPAGANDE

Déjà des réactions favorables

« Le sujet de ce livre est extrêmement important et il est formidable que cette question soit soulevée en France. Je suis persuadé que cet ouvrage aura un impact. »
Pr Walter Willett – Président du département de nutrition
de l'École de santé publique de Harvard (Boston, Massachusetts)

« Enfin un livre de qualité qui tranche dans le vif ! Thierry Souccar et Isabelle Robard y exposent de manière détaillée et sans pitié à quel point l'information sur ce qui est vraiment essentiel pour notre santé, est déformée pour servir des intérêts économiques ou conforter les préjugés de personnes au pouvoir qui craignent de perdre leur influence en admettant les données scientifiques réelles. *Santé, mensonges et propagande* nous montre à quel point nous devons être critique vis-à-vis de toutes les recommandations diététiques et médicales officielles gouvernementales ou industrielles. C'est un livre essentiel que toute personne réellement préoccupée de sa santé et qui cherche à bien s'alimenter et à corriger ses déficits par des suppléments naturels, devrait lire. »
Dr Thierry Hertoghe – Président de l'Académie européenne pour la qualité de vie
et la longévité (EAQUALL, Bruxelles)

« Les altérations de l'image du produit agroalimentaire, de la vache folle à la dioxine, les nécessités criantes de la santé publique (surpoids, allergies, maladies dégénératives) et les coûts de plus en plus insupportables entraînés ; avant tout l'immense corps de nouvelles données claires qui pourraient donner des orientations plus radicales, mais plus durables au profit de la santé et du consommateur, de l'agriculture et des industries dérivées, offrent plus que jamais l'opportunité d'une mutation historique : à vous de jouer ! »
Dr Jean-Paul Curtay – Président de la société de Médecine nutritionnelle (Paris)

« Chaque cellule vivante, pour assurer son homéostasie et sa croissance exige des systèmes de rétrocontrôles négatif et positif. Cette balance assure l'équilibre et l'harmonie des cellules dans l'organisme. Thierry Souccar et Isabelle Robard ont réussi, avec un ouvrage clair et précis, à déclencher un système de "rétrocontrôle" qui sera bénéfique pour l'ensemble du monde nutritionnel, de même qu'il est indispensable à la cellule pour son développement. »
Dr Marvin Edeas – Président de la société française des Antioxydants (Paris)

« La société de consommation est partout, dans l'alimentation, la nutrition, la diététique comme le reste. Je déteste la société de consommation, mais j'ai beaucoup aimé le livre de Thierry Souccar et Isabelle Robard, *Santé, mensonges et propagande*. Il dénonce avec justesse les intrications entre l'industrie agroalimentaire et des conseils de nutritionnistes à la solde de cette industrie, et qui cherchent en fait à nous faire consommer le plus possible, que ce soit des produits courants, dits allégés ou de régime, jusqu'à l'indigestion. Ils ne nous orientent pas forcément vers ce qui convient le mieux à notre santé, mais vers ce qu'ils ont le plus besoin d'écouler. »
Pierre Boutron – CNRS (Grenoble)

« Le rôle du politique est, en démocratie, de veiller à l'intérêt général. En matière de santé publique, il s'agit au-delà des législations et des mesures à prendre visant à la promouvoir, d'inciter les citoyens à adopter des comportements et une hygiène de vie bénéfiques pour leur santé et celle de leurs enfants. Inciter ne signifie pas contraindre et encore moins manipuler à des fins étrangères à l'objectif poursuivi. À cet égard, le rôle des scientifiques et des experts est capital. Conseiller les politiques et prendre position dans les instances d'orientation voire de décision (agences et comités spécialisés) exige de leur part une honnêteté intellectuelle de tous les instants et une prise de distance par rapport à leurs intérêts personnels. L'indépendance des experts à l'égard de groupes d'intérêt économique influents (industrie pharmaceutique, groupes agroalimentaires) est un préalable incontournable que le politique doit prendre en compte avec rigueur. À défaut, la méfiance des citoyens ne pourra que s'accroître et la légitimité de leurs décisions sera de plus en plus contestée. Le livre de Thierry Souccar et Isabelle Robard illustre bien la dérive liée à la non-indépendance d'experts dotés par ailleurs d'un pouvoir exorbitant. À cet égard, il constitue un outil essentiel pour le citoyen et pour le politique. »

Paul Lannoye – Député européen, (Bruxelles)

« Les Français soucieux de leur santé, se préoccupent de leur alimentation. Ils sont réputés être protégés par l'une des meilleures législations de santé publique du monde. Mais ils restent le plus souvent les spectateurs du théâtre de l'agroalimentaire. Que savent-ils des coulisses ? Les auteurs en éclairent les recoins où l'intérêt public est mis à mal par la mésinformation : les experts sponsorisés, les lobbies de l'agroalimentaire, sans omettre l'arbitraire administratif et l'insécurité juridique. Enfin, une investigation pertinente et salutaire. »

Un ex-inspecteur de la Répression des fraudes (France)

Thierry Souccar & Isabelle Robard

SANTĒ, MENSONGES ET PROPAGANDE

ARRÊTONS D'AVALER N'IMPORTE QUOI !



SEUIL

ISBN 978-2-02-129368-5

© Éditions du Seuil, avril 2004

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

www.seuil.com

J'écris un livre parce qu'il y a un mensonge que je veux dénoncer, un fait sur lequel je veux attirer l'attention, et mon souci premier est de me faire entendre.

GEORGE ORWELL

À Paul et à Louis
À la mémoire d'Anne Bousquet (1889-1983),
leur trisaïeule, qui se méfiait des médecins
et qui n'aimait ni les mensonges ni la propagande.

THIERRY SOUCCAR

À Charles et à Jade
À ma grand-mère, modèle de courage
À mon grand-père, pour qui la corruption
et l'injustice étaient les pires des calamités.

ISABELLE ROBARD

Sommaire

Avant-propos 11
Introduction 15

Nutritionnistes et agrobusiness : le grand flirt

Nutritionnistes et industriels, des liens étroits 21
Le livre, la presse et les parcs d'attractions : de puissants outils de promotion 30
La propagande commence à l'école 39
Des médecins transformés en panneaux d'affichage par les industriels 44
L'éthique et le droit mis à mal 50

Aliments et santé : ce qu'on vous fait avaler

Laitages et os : une hystérie collective 57
Maudites graisses ! 87
Maigrir après 40 ans : ce qu'on ne vous dit pas 94
Les aliments du goûter nourrissent l'épidémie d'obésité 105
Sucres, céréales et diabète : le sujet tabou 120
L'huile de tournesol, une huile à ne pas prendre à la légère 140

Comment la France part en guerre contre les plantes et les compléments alimentaires

Haro sur la créatine ! 157
Les plantes de la France d'outre-mer discriminées par l'AFSSAPS 168
Vitamines : le mythe de l'alimentation « équilibrée » 183
Dangereuses vitamines 197
L'étude SU.VI.MAX, ou comment manipuler médias et public 223
Antioxydants et médicaments importés : le dernier rideau de fer 235
Stupéfiant : des sels minéraux assimilés aux drogues dures ! 251

À quand une vraie politique de santé et de prévention dans l'intérêt exclusif des consommateurs français ?

Agences sanitaires françaises : une indépendance en trompe-l'œil 275
Des agences sanitaires à reformer et à démocratiser 299
Un entretien avec le premier directeur général de l'Agence du médicament 315
Le guide pour manger sainement, de Harvard 323

Conclusion 339
Agissez 343
Notes 345

Table 363

Avant-propos

Nous avons fait un mauvais rêve.

L'industrie agroalimentaire sponsorisait les scientifiques chargés par le gouvernement de nous dire ce qu'il fallait manger.

Nos enfants étaient encouragés par la classe politique à consommer des aliments pour en écouler les surplus.

Des recommandations alimentaires qui auraient pu sauver des milliers de vie étaient étouffées pour satisfaire aux intérêts économiques de quelques multinationales.

Des agences gouvernementales de sécurité sanitaire interdisaient à des malades du sida l'accès à des produits nécessaires à leur survie.

Le gouvernement menaçait de prison des médecins et des commerçants pour avoir vendu des vitamines pourtant indispensables à la santé.

Des Antillais se voyaient interdire l'usage de plantes médicinales qui poussent sur leur île.

Sauf que ce n'est pas un mauvais rêve, mais la situation de notre beau pays telle que nous l'avons découverte au terme de trois années d'enquête, et telle que nous vous la restituons dans les pages qui suivent.

Mais disons d'abord ceci : nous sommes fatigués de souligner les dérapages de notre système sanitaire. Ce n'est pas de gaieté de cœur que nous avons entrepris au printemps 2002 l'écriture de ce livre, qui représente autant de jours et de soirées soustraits à nos proches.

Nous y avons été contraints par une sorte d'obligation morale face aux graves dysfonctionnements que nous avons rencontrés, et aussi parce que nous avons la chance de disposer de tribunes médiatiques et de regards complémentaires

sur le système de santé. Qu'on le veuille ou non, nous étions idéalement placés pour accomplir ce travail. Alors nous l'avons fait.

Quelques exemples de ce que nous avons trouvé ?

Les avis de l'Agence sanitaire des aliments revêtent parfois des contenus tellement aberrants qu'on peut légitimement se demander sur quelles bases ils sont rendus.

Parfois, ce qui plus grave encore, des avis ou des rapports sont rendus dans des conditions qui rappellent plus un procès inquisitorial qu'un débat équilibré mené dans la transparence.

Ou encore ceci : un petit groupe de médecins et chercheurs issus du même creuset est en charge de la nutrition « officielle » française. Ce petit groupe entretient pourtant les meilleures relations avec quelques poids lourds de l'agro-alimentaire.

Ces scientifiques, qui se font parfois le relais de messages douteux avec la bénédiction des ministères et des agences gouvernementales, constituent une menace pour l'équilibre de l'information à laquelle tous les Français ont droit.

Pour autant, on aurait tort de voir en ce livre une attaque en règle contre l'industrie et les experts avec lesquels elle collabore. Nous ne sommes pas choqués que l'industrie finance les études de chercheurs français. Un très grand nombre d'unités de recherche dépendent, pour leur développement, de ces fonds privés. Nous ne sommes pas plus choqués que l'industrie enrôle ces mêmes scientifiques et experts pour cautionner ses messages comme c'est le cas chaque jour dans les salons et les congrès médicaux, les conférences de presse, les médias et même la publicité, mais à trois réserves près.

D'abord, restons vigilants sur les résultats des études sponsorisées. Il est établi que les chercheurs dont l'étude est financée par des intérêts privés sont quatre fois plus enclins à publier des résultats favorables à leur sponsor que lorsque le financement est indépendant[1]. Plus de mille articles scientifiques ont été décortiqués pour parvenir à cette conclusion.

Ensuite, exigeons des agences de publicité dont le métier est de promouvoir les produits alimentaires, une communication véritablement éthique, comme nous devons l'exiger des experts qui collaborent avec ces agences. Comment accepter qu'une friandise au chocolat soit présentée comme un aliment santé de l'enfant sous le prétexte qu'elle contient du lait en poudre ?

Enfin, il est anormal que la collaboration entre experts et industries se poursuive lorsque ces mêmes experts sont amenés à formuler des recommandations officielles concernant la santé de tous. Il est anormal que ces recommandations soient directement ou indirectement influencées par les liens tissés de longue date avec tel groupe industriel ou telle organisation corporatiste. Il est inacceptable que le grand public ne soit pas tenu informé de ces liens, d'autant que les conseils de « bonne santé » sont parfois, on le verra, si peu soutenus par la recherche qu'ils risquent de faire le lit de l'obésité, du diabète et d'autres maladies chroniques.

Ce livre plaide pour une remise en cause aussi bien de certains messages nutritionnels que du système français d'expertise scientifique. D'autres pays, qui nous ont précédé dans cette démarche, nous y encouragent.

En octobre 2003, le Sénat des États-Unis a commencé l'audition de spécialistes de la nutrition qui réclament une refonte en profondeur des recommandations nutritionnelles en cours dans ce pays et de l'organisme qui les a établies. Parmi ces experts figure le professeur Walter Willett (université Harvard, Boston, Massachusetts), auquel ce livre doit beaucoup et qui depuis le début de l'année 2003 n'a pas ménagé ses critiques à l'encontre des conseils alimentaires en cours.

Aux États-Unis comme en France, ces conseils visent à augmenter la consommation de céréales et de féculents et à diminuer celle des graisses. Ce type de recommandation serait, selon le professeur Willett, responsable de l'épidémie d'obésité qui affecte les pays développés. « Lorsqu'on regarde certaines de ces recommandations, a-t-il déclaré aux sénateurs, on a l'impression que ceux qui les ont formulées ont oublié qu'on nourrit des hommes, pas des chevaux. »

Le sénateur Peter Fitzgerald, représentant républicain de l'Illinois, souhaite faire voter un texte qui retirera au ministère de l'Agriculture des États-Unis la responsabilité des recommandations nutritionnelles. Le ministère de l'Agriculture soutient en effet les producteurs de céréales, de lait et de sucre, ce qui, selon le sénateur, conduit à un conflit d'intérêts. « Donner au ministère de l'Agriculture la mission d'édicter des conseils nutritionnels, estime Peter Fitzgerald, c'est un peu comme donner au renard la mission de diriger le poulailler. »

Nous vous invitons maintenant à découvrir en France qui dirige le poulailler…

Thierry Souccar et Isabelle Robard,
janvier 2004

Introduction

Nutrition, comment s'y retrouver ? On ne peut plus ouvrir un magazine, écouter la radio ou regarder la télévision sans être abreuvés de publicités pour des aliments de toutes sortes, tous plus alléchants les uns que les autres, nous promettant santé, minceur et beauté à grand renfort d'études scientifiques, de blouses blanches et de produits labellisés « santé ». Pourtant, si l'on en juge par la masse de courrier que nous recevons, vous êtes nombreux à perdre pied dans le concert cacophonique des études contradictoires et des messages incohérents dont nous sommes bombardés. Le plus drôle, c'est que vous ne devriez pas vous sentir perdus car, ces dernières années, les autorités sanitaires ont accompli des efforts méritoires pour éclairer la population.

En 1997, l'Organisation mondiale de la santé épinglait la France pour son inaction dans le domaine de l'information nutritionnelle : « Il n'y a [en France], relevait-elle, aucune initiative politique, académique ou gouvernementale en rapport avec l'alimentation et les maladies chroniques comparable aux efforts entrepris ailleurs [1]. » Ce temps est bien révolu. À la passivité a succédé un activisme de tous les instants. Jamais les pouvoirs publics n'ont autant communiqué sur la nutrition, soulignant à juste titre l'impact de l'alimentation comme moyen de prévention des maladies.

En 2000, l'Agence française de sécurité sanitaire des aliments (AFSSA) a publié dans un volumineux ouvrage ses recommandations nutritionnelles pour la population française. Un an plus tard, les ministères de la Santé, de l'Éducation nationale et de l'Agriculture, en liaison avec l'AFSSA, lançaient leur programme national Nutrition-Santé, destiné à améliorer, par des choix alimentaires judicieux et scientifiquement fondés, la santé des Français. En principe, ces recommandations

supposées objectives et fiables devraient dissiper toute ambiguïté dans le public puisque les experts nutritionnistes qui les ont mises en place sont réputés compétents et indépendants. D'où vient alors que ces recommandations officielles ne suffisent pas à balayer les doutes et les interrogations ?

Cette question s'est imposée à nous à la faveur d'un événement survenu en avril 1999. Le docteur Jean-Paul Curtay et Thierry Souccar venaient de publier *Le Programme de longue vie*[2], leur tout nouveau livre sur la prévention du vieillissement. Dans ses conseils alimentaires, fondés sur des études récentes, le docteur Curtay dressait les contours d'un régime alimentaire « optimisé ». Moins de graisses saturées, de sel, de sucres rapides et de céréales raffinées. Plus de fruits et de légumes, d'huiles d'olive et de colza, de poissons gras (pour les désormais célèbres « oméga-3 ») et de céréales complètes. Un régime de bon sens, très éloigné de l'avalanche de produits transformés, raffinés, cuits et recuits, salés, sucrés et gras que fait pleuvoir sur nous l'agrobusiness et que l'on soupçonne de faire flamber les épidémies d'obésité et de diabète.

Ces conseils (en tous points confirmés depuis) auraient dû être applaudis par les nutritionnistes français. À la place, un petit groupe d'entre eux parmi les plus influents fit circuler une pétition stigmatisant les « mensonges », « tromperies », « inepties », « absurdités » et « contrevérités » qui caractérisaient, selon eux, ce livre. Et d'en réclamer à cor et à cri la censure. Cette pétition ne recueillit que soixante-dix signatures, et l'ouvrage, un best-seller dans son domaine, est devenu une référence.

Restait une question : pourquoi une telle hystérie chez des médecins nutritionnistes réputés sérieux ? Quels intérêts supérieurs ce livre avait-il, sans le savoir, dérangés ? Nous avons mené l'enquête.

Et nous voici rendu à la première partie de cet ouvrage. Quelles sont les méthodes de promotion utilisées par l'industrie alimentaire ? Quelle est l'influence réelle de l'industrie dans les recommandations nutritionnelles et dans la recherche française ? Pourquoi les recommandations les plus fermes des nutritionnistes « officiels » portent-elles sur des aliments et des groupes d'aliments produits par des filières dont ils sont, à titre privé, les conseillers ? Est-il normal que le ministère de l'Agriculture intervienne dans les recommandations faites aux Français ?

Les initiatives gouvernementales n'ont guère apaisé les inquiétudes des Français sur leur alimentation, et nous voici à la deuxième partie de ce livre, celle

qu'ont inspiré vos questions les plus nombreuses. Des lettres sur les laitages, nous en avons reçu des centaines. « Ma fille a développé une allergie aux produits laitiers à l'âge de deux ans, dit Isabelle B. Depuis, je me suis aperçue qu'il y avait foule de choses en anglais à ce sujet mais pratiquement rien en français. Comme si en France on se voilait la face par rapport à ce problème ou que le lobby des produits laitiers est si puissant qu'il interdit toute information contraire à la sacro-sainte loi du lait égale calcium. » Et Sacha L. est stupéfaite : « Je ne comprends pas. Ma mère a bu du lait toute sa vie et elle fait de l'ostéoporose ! » Alors nous sommes allés, avec l'aide de chercheurs indépendants, regarder du côté des laitages.

D'autres courriers encore portaient sur les sucres, les biscottes, le pain, complet ou pas, au levain ou à la levure, de seigle ou bis, les sucres de fruits, les édulcorants… Nous avons poursuivi avec plusieurs autres « idées reçues » notre analyse, en recherchant l'existence ou non de validations scientifiques et les implications juridiques.

Cette démarche de questionnement portant sur quatre grands thèmes (lait, graisses, sucres/glucides et régimes) se situe dans un mouvement déjà avancé aux États-Unis et promu pour l'essentiel par les chercheurs de l'École de santé publique de Harvard (Boston, Massachusetts). Dans la plupart des cas, en liaison avec eux, nous avons adopté leurs préconisations et leurs critiques parce qu'elles reposent sur la science la moins contestable à nos yeux. Vous lirez dans ce livre ce qu'ils pensent de notre alimentation actuelle et ce qu'elle devrait être idéalement.

La troisième partie de ce livre est consacrée aux plantes, aux vitamines et aux minéraux, autres sujets de grandes controverses. « J'ai entendu le docteur X dire hier à la télévision que les compléments de vitamines et de minéraux ne servent à rien si l'on mange varié et équilibré », nous écrit Linda B. Il fallait bien sûr explorer la réalité de cette fameuse alimentation « variée et équilibrée » que nous servent les nutritionnistes. Le résultat n'est pas triste. Au cours des quatre dernières années, de nombreux séropositifs nous ont fait part de leur difficulté à se procurer des vitamines et des antioxydants à l'étranger. Avec eux, grâce à eux, nous avons mené l'enquête auprès des Douanes et de l'Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé (AFSSAPS). Ce que nous rapportons est grave et consternant.

Le livre se nourrit aussi de notre propre expérience. Le chapitre consacré à la créatine est un bel exemple d'aberration scientifique diffusé par une agence sanitaire que nous avons, seuls de toute la presse, dénoncé dès mars 2001 dans *Sciences et Avenir.*

L'affaire des minéraux appelés « orotates » constitue une caricature de procès de santé publique qui fait froid dans le dos. Nous vous invitons à assister en direct à la manière dont la justice peut être rendue en matière de compléments nutritionnels. Vous découvrirez pourquoi et par quels artifices juridiques la France livre une guerre sans merci contre les compléments alimentaires au mépris du droit européen.

Les résultats de la célèbre étude SU.VI.MAX – première étude française sur les effets de la consommation de vitamines et de minéraux antioxydants – ont fait couler beaucoup d'encre. Notre enquête montre comment cette étude entre au triste record de la manipulation informative.

La France d'outre-mer n'est pas oubliée dans ce dédale de dysfonctionnements des institutions sanitaires françaises, tout d'abord pour des raisons historiques tenant à l'esclavage, ensuite parce que l'agence française compétente, l'AFSSAPS, prétend faire des plantes de nos îles des plantes dangereuses alors qu'elles sont utilisées là-bas depuis des centaines d'années.

Enfin, dans une dernière partie abordant le thème des deux agences sanitaires (AFSSA et AFSSAPS) qui, comme vous l'aurez compris, sont au cœur de nos préoccupations, nous expliquons qu'elles constituent les deux structures les plus importantes du paysage sanitaire français. Elles détiennent un pouvoir-clé sur le devenir de notre santé et de celle des générations futures. Certes, tout n'y fonctionne pas mal, mais nous avons voulu savoir comment ce pouvoir était réellement utilisé dans notre intérêt. Nous avons également interrogé le premier directeur de l'Agence du médicament qui, même sans texte de loi l'y contraignant, a eu le courage de mettre en place un système de filtrage des conflits d'intérêts de nos experts.

Au terme de près de trois années d'enquête vient le moment où le livre échappe à ses auteurs pour devenir la propriété de ses lecteurs. L'heure est donc venue pour vous d'ouvrir les yeux sur les messages qui vous sont adressés, histoire de ne plus avaler n'importe quoi !

Nutritionnistes et agrobusiness : le grand flirt

Nutritionnistes et industriels, des liens étroits

Les médecins qui prennent part à des études sponsorisées par les industriels deviennent souvent les porte-parole de ces sociétés ou rejoignent leurs conseils scientifiques. En prenant de l'importance, ils participent à la rédaction de recommandations officielles, investissent les organisations professionnelles. Ils rédigent des articles et des livres, tous soutenus par l'industrie.

Docteur JEROME P. KASSIRER,
ancien rédacteur en chef du *New England Journal of Medicine* (1991-1999)

Jamais la connivence entre experts, médecins, nutritionnistes, professeurs et industriels de l'agroalimentaire n'avait été poussée à ce point. Voici quelques exemples choisis qui prouvent comment les uns et les autres, avec la bénédiction des pouvoirs publics, nous font croire et avaler n'importe quoi.

« Français, vous mangez mieux qu'avant »

« Les Français mangent plus équilibré qu'avant. » Le 15 mai 2002, *Le Parisien* se faisait l'écho d'une étude de l'Institut national de la statistique et des études économiques (INSEE). Le soir même, la bonne nouvelle était reprise sur France 3 et au journal télévisé de TF1. À croire qu'aucun de ces médias n'avait réellement lu l'étude de la division Synthèse des biens et services de l'INSEE.

Son titre seul annonce la couleur : « La consommation alimentaire depuis quarante ans : de plus en plus de produits élaborés. » Selon l'INSEE, les Français abandonnent peu à peu les produits alimentaires frais – leur consommation a baissé de 60 % – pour consommer des plats préparés (+ 5,5 % par an depuis les années 1960) ou des produits très transformés. En quarante ans, la consommation de confiseries et de pâtisseries industrielles a augmenté de 200 %. Celle de sodas a progressé de 4,5 % par an. Les produits laitiers, riches en graisses saturées, ont fait un bond spectaculaire : + 200 %.

Bref, non seulement les Français ne mangent pas plus équilibré qu'avant, mais ils s'alimentent probablement plus mal. Pour preuve, la progression des maladies liées à des facteurs alimentaires comme le diabète, le cancer ou l'obésité, qui touchent 10 % des adultes et ont augmenté de 3,2 % entre 1997 et 2000.

Qui sont les pourvoyeurs de cette surabondance d'aliments hautement transformés, sucrés et gras, à l'origine des désordres métaboliques dénoncés par les chercheurs indépendants ? Les grandes multinationales de l'industrie agroalimentaire. Celles-là mêmes qui, nous assurent-elles, « œuvrent pour la nutrition », main dans la main avec la nouvelle caste des « nutritionnistes ».

Pour pousser ses produits dans les assiettes des Français soucieux d'équilibre et de santé, l'industrie agroalimentaire enrôle des scientifiques et les traîne de colloques grand public en salons médicaux, où ils vantent les qualités de ses produits. Pourquoi pas ?

Cela devient gênant lorsque ces experts occupent en même temps des postes-clés dans les institutions gouvernementales ou dans les agences sanitaires et qu'ils sont amenés à émettre des recommandations nutritionnelles…

Qui n'a pas son conseil scientifique ?

Évian, une marque du groupe Danone, a créé en 1999 le Centre Évian pour l'eau, une association loi 1901 dont l'objectif est de « faire progresser la recherche sur l'eau et les minéraux et rendre ces connaissances accessibles à tous ». Pour accomplir cette mission, le Centre Évian pour l'eau édite des « brochures pédagogiques destinées à aider les médecins à conseiller leurs patients ». Ces brochures sont « disponibles dans les salles d'attente ».

Le Centre Évian pour l'eau s'appuie sur un conseil scientifique qui ne comprend pas moins de trente experts. Que font-ils ? Ils corrigent les comportements alimentaires de certains de nos concitoyens. Prenons le cas d'Éric, « 19 ans, 1,80 m, 66 kilos, étudiant non sportif » qui consomme trop de « sucreries » et de « boissons sucrées ». L'expert du Centre Évian pour l'eau propose à Éric une refonte en profondeur de ses habitudes alimentaires : il devra, par exemple, choisir au déjeuner « une bouteille d'eau faiblement minéralisée de type Évian » avec « une bouteille de yaourt aromatisé à boire », tandis que le repas du soir sera agrémenté de « trois petits suisses à 40 % de matières grasses » et de « deux verres d'eau minérale gazeuse calcique de type Salvetat », tous produits estampillés Danone ou figurant en bonne place dans le catalogue du groupe alimentaire.

Lorsqu'ils ne sont pas occupés à œuvrer pour le chiffre d'affaires de Danone, un cinquième des membres du conseil scientifique du Centre Évian pour l'eau élaborent, pour ces mêmes Français, les recommandations gouvernementales officielles en matière de choix alimentaires. Ainsi, 20 % des membres du conseil scientifique du Centre Évian pour l'eau ont-ils participé en parallèle à l'élaboration des très officiels *Apports nutritionnels conseillés pour la population française* de l'Agence française de sécurité sanitaire des aliments (AFSSA).

Amour du bœuf

Créé en 1987 à l'initiative des professionnels de la filière viande et avec l'aide des pouvoirs publics, le Centre d'information des viandes (CIV) a pour mission de diffuser auprès du public des informations sur la viande et les abats des bovins et des ovins. Il utilise les relais d'information que constituent les médias, le corps médical, le corps enseignant et les associations de consommateurs. Le CIV s'est doté d'un conseil scientifique qui « valide le contenu scientifique et la valeur informative des brochures » qu'il diffuse.

Les membres du conseil scientifique du CIV aiment la discrétion. La composition de cette assemblée n'apparaissant sur aucun des documents diffusés par le Centre, il a fallu la demander expressément à son directeur, Louis Orenga, qui nous l'a aimablement adressée non sans préciser qu'il recueillait d'ordinaire l'assentiment des membres du conseil scientifique avant de divulguer leurs noms.

Cette discrétion est-elle liée à la présence sur la liste de l'ancien directeur scientifique et actuel membre du conseil d'administration de l'AFSSA, Gérard Pascal ?

Monsieur Pascal est considéré comme un chercheur sérieux et compétent. Il est coprésident du comité scientifique directeur de l'Union européenne et directeur du département Nutrition et Sécurité alimentaire de l'Institut national de la recherche agronomique (INRA). Que fait-il donc dans une structure financée à 75 % par les producteurs de viande et tournée vers la promotion de ses intérêts particuliers ? La même question se pose pour un ex-membre du conseil scientifique et actuel membre du conseil d'administration de l'AFSSA, le chercheur Claude Fischler, qui conseille le Centre d'information des viandes.

Conseil national des charcuteries ?

Le comité scientifique du Centre d'information sur les charcuteries (CIC), dont l'un des objectifs avoués est « d'intégrer les charcuteries dans une alimentation équilibrée », a été mis sur pied par une agence de communication parisienne pour vanter les atouts de la charcuterie auprès du corps médical et du grand public. Elle a placé à sa tête le docteur Jean-Marie Bourre, familier de l'agence, chercheur à l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (INSERM) et membre de l'Académie de médecine. Le docteur Bourre a participé pour l'AFSSA à l'élaboration des *Apports nutritionnels conseillés pour la population française.*

Ce comité scientifique du CIC compte quelques membres particulièrement bien introduits dans les agences gouvernementales qui traitent de notre alimentation : Gérard Pascal, ancien président du comité scientifique et actuel membre du conseil d'administration de l'AFSSA ; le professeur Christian Cabrol, qui, de 1995 à 2000, alors qu'il assurait le lundi la valorisation scientifique des charcuteries, présidait le mardi le Conseil national de l'alimentation (CNA), une instance gouvernementale qui a pour mission « d'adapter la consommation aux besoins nutritionnels » ; le professeur Jean-Jacques Bernier, qui avait lui-même présidé le CNA jusqu'en 1995.

Grâce à ses experts, le Centre d'information sur les charcuteries ne manque pas une occasion d'informer les Français sur l'intérêt qu'ils ont de consommer des charcuteries pour rester en bonne santé, mais ces mêmes experts sont plus

discrets sur le fait qu'une consommation élevée de charcuteries est associée à un risque accru de cancer colo-rectal [1], et peut-être de diabète [2].

Un authentique omniscient

La même agence s'occupe de la promotion du pain pour le compte de l'Association nationale de la meunerie française. Et qui retrouve-t-on dans le « comité scientifique du pain » mis sur pied pour la circonstance en 1999 ? Le professeur Christian Cabrol, bien entendu, accompagné du docteur Serge Hercberg, qui n'est pas le premier venu puisqu'il est responsable au ministère de la Santé du programme national Nutrition-Santé (PNNS). Le PNNS a pour mission de donner des conseils nutritionnels aux Français dans le but de prévenir les maladies chroniques.

Mais un comité scientifique n'en serait pas un sans la présence de l'incontournable Jean-Marie Bourre, lequel est d'ailleurs titulaire d'une espèce de record : ce véritable cumulard du conseil scientifique est un authentique omniscient puisqu'on le retrouve aussi à la tête du comité scientifique du Comité national pour la promotion de l'œuf mis en place par les producteurs d'œufs en 1998. Preuve que, sur le plan diététique également, œufs, bacon et pain font bon ménage !

Le docteur Bourre préside aussi le « comité scientifique de l'huître » *(sic),* mis en place par le conseil régional de Poitou-Charentes pour mettre en valeur les « vertus sanitaires » de l'huître. En fait, rien ne semble pouvoir arrêter le docteur Bourre dans sa soif de communiquer sur les qualités nutritionnelles des aliments, souvent ceux des clients de la même agence. En 2002, elle a hérité du budget du Bureau national interprofessionnel du pruneau avec la mission d'assurer la promotion de ce fruit sec. Le 18 septembre 2002, le pruneau était donc à l'affiche des Entretiens de Bichat sous le thème « Pruneau et fonctionnement cérébral ». Un dossier qui passionne la communauté scientifique, bien sûr, et qui ne peut avoir aucun lien avec de sombres considérations de marketing !

« Quelle est l'action directe de ces glucides au niveau du fonctionnement cérébral ? » s'interrogeait gravement le programme de la conférence. « Comment les autres atouts nutritionnels du pruneau renforcent-ils ce rôle ? » Des questions palpitantes auxquelles l'agence avait confié le soin de répondre à son conseil scientifique vedette, Jean-Marie Bourre, qui se prêtait récemment, dans un magazine

féminin[3], à des commentaires scientifiques sur le pruneau dans le cadre d'un communiqué publicitaire. On y apprend que « le professeur Bourre […] note que le cerveau consomme en moyenne 5 grammes de sucre à l'heure ». On y apprend aussi que « le professeur Bourre a […] remarqué que la nature même des glucides contenus dans le pruneau d'Agen (harmonieusement répartis entre glucose, fructose et sorbitol) lui conférait un effet intermédiaire entre les sucres lents et les sucres rapides ». En somme, le docteur Bourre passe un temps important dans son laboratoire à traquer les substances actives du pruneau. À croire qu'à conduire toutes ces recherches, toutes ces actions en faveur des œufs, des oméga-3, de la charcuterie, des pruneaux, des huîtres, etc., il a transformé les locaux de l'INSERM en véritable épicerie.

Des études épatantes

Marketing et science n'ont jamais fait aussi bon ménage qu'aujourd'hui car, pour « communiquer » sur les vertus d'un aliment, rien n'emporte plus la conviction qu'une étude scientifique ; cela fait sérieux et crédibilise. Encore faut-il que les résultats soient au rendez-vous.

C'est ainsi que l'étude Fleurbaix Laventie Ville Santé, une expérience menée auprès de deux mille cinq cents habitants du nord de la France, a pour objectif de « mieux comprendre les mécanismes impliqués dans la prise de poids excessif et la répartition des graisses ». L'étude est sponsorisée, entre autres, par le Centre d'études et de documentation du sucre (CEDUS), Lesieur et Brasseurs de France, et elle est animée par le docteur Jean-Michel Borys. Ce dernier, l'un des responsables de l'agence de communication Protéines, spécialisée dans le marketing agroalimentaire, est membre du groupe de travail sur les glucides (sucres) mis sur pied par l'AFSSA et y est chargé d'analyser les « relations entre glucides et état de santé ».

L'étude Fleurbaix Laventie Ville Santé aurait montré que les enfants qui consomment le plus de glucides sont les plus minces, y compris lorsque ces glucides sont des sucres simples, ce qui est une bonne nouvelle pour le CEDUS. L'étude a aussi trouvé que les enfants qui mangent le plus de graisses présentent plus de risques d'être gros. *A priori,* rien de bon pour le sponsor Lesieur, qui

commercialise des huiles végétales, mais les chercheurs ont tenu à préciser que seules les graisses animales « semblent jouer un rôle ».

Enfin, l'étude a montré, à la grande satisfaction des Brasseurs de France, que les hommes et les femmes qui boivent chaque jour leur chopine de bière sont plus minces que celles et ceux qui ne boivent pas.

À la soupe !

Parmi les études sponsorisées qui ont servi de bannière publicitaire à quelques poids lourds de l'industrie, SU.VI.MAX (Supplémentation en vitamines et minéraux antioxydants) tient une place à part. Cette étude très médiatisée a eu pour objectif principal de tester, entre 1994 et 2002, les effets sur la santé d'un complément alimentaire antioxydant. Elle a été mise sur pied par un chercheur du Conservatoire national des arts et métiers (CNAM), le docteur Serge Hercberg, devenu depuis le « Monsieur Nutrition » français puisqu'il dirige le programme national Nutrition-Santé mis en place par le ministère de la Santé pour conseiller le public dans ses choix alimentaires. En plus de ses compétences de chercheur, le docteur Hercberg sait faire preuve de qualités de persuasion rares : pas moins de vingt et un sponsors ont accepté d'apporter de l'argent à son étude.

Mais un sponsor, ça veut des retombées. L'un des moyens imaginés pour « rentabiliser » l'investissement de cette étude a été de « louer » à des organismes et à des entreprises de l'agroalimentaire les milliers de volontaires qui ont participé à l'étude, sous le prétexte d'enquêtes scientifiques dont les résultats sont habilement exploités. « Moyennant plusieurs dizaines de milliers d'euros par enquête, commentait récemment *Le Canard enchaîné,* les industriels de l'agro ont ainsi fait le plein d'arguments de vente sur le dos des cobayes de SU.VI.MAX. »

Voici un exemple pris parmi d'autres : le fabricant de soupes Knorr étant « partenaire » de SU.VI.MAX, nos nutritionnistes se sont lancés dans une enquête grandeur nature sur la consommation de soupe en France. Grâce à eux, Knorr saura que 35 % des hommes et que 38 % des femmes prennent de la soupe de deux à quatre fois par semaine et surtout, élément important pour la communication de la marque, que ceux qui consomment de la soupe gardent mieux la

ligne que les autres, qu'ils répartissent mieux leurs calories dans la journée et qu'ils dînent légèrement le soir. C'est tout juste s'ils ne sont pas aussi plus grands, plus forts, plus beaux et plus riches !

Charcuteries : la vérité scientifique

Pour n'être pas en reste, le Centre d'information sur les charcuteries a lui aussi puisé dans le vivier des volontaires SU.VI.MAX pour mener une grande enquête sur la « consommation française de charcuteries ». Le 26 juin 1997, le docteur Serge Hercberg révélait les résultats de cette remarquable enquête conduite dans l'intérêt de la science.

Sous le titre « Les Français et les charcuteries : des préjugés à la réalité scientifique », le chercheur révélait que les Français « consomment en moyenne des quantités très raisonnables de charcuteries », sans préciser sur quels critères se fonde la « raison » en matière de charcuteries. Quoi qu'il en soit, assurait le chercheur, la consommation de charcuteries n'a pas d'influence directe sur les taux de cholestérol ou de triglycérides, pas plus que sur la glycémie (taux de sucre sanguin). Les charcuteries n'apportent pas beaucoup d'acides gras saturés (les mauvais), mais elles constituent « une source en fer de bonne qualité ». En conclusion, cette étude conduite dans le cadre de SU.VI.MAX et sponsorisée par les charcutiers « fait la preuve que l'on peut concilier charcuteries, alimentation équilibrée et santé ». Aucun aliment « n'est à lui seul diabolique », ce qui arrange bien les affaires des nutritionnistes en mal de sponsor.

La cohabitation entre sponsors de la même étude n'est cependant pas toujours aisée. Ainsi Fruit d'Or, qui sponsorise alors aussi SU.VI.MAX, conseille-t-il d'éviter la charcuterie pour prévenir l'« excès de cholestérol ».

Mais on n'en est pas à une contradiction près, comme on va le voir. En 1997, le docteur Serge Hercberg apportait son soutien aux charcutiers, lesquels finançaient en partie son étude. Six ans plus tard, c'est un certain docteur Hercberg Serge, responsable (sans l'aide d'aucun charcutier) du très officiel PNNS, qui attirait l'attention sur les risques des charcuteries. Dans le livret *Alimentation, nutrition et cancer* du PNNS, publié en 2003 et qu'il a cosigné, le docteur Hercberg découvre que les charcuteries augmentent probablement le risque de cancers ;

il indique qu'elles « sont composées de plusieurs éléments qui sont susceptibles d'expliquer l'augmentation du risque de cancers observée dans les travaux épidémiologiques ».

Ces études épidémiologiques qui montrent une association entre la consommation de charcuteries et les risques de développer un cancer étaient pourtant bien connues dès 1997, à l'époque où le même docteur Hercberg stigmatisait ceux qui voulaient « diaboliser » les charcuteries. Elles sont toutes citées et analysées dans le volumineux ouvrage consacré à l'alimentation et au cancer édité par le Fonds mondial de recherche sur le cancer et paru en 1997[4]. Il suffisait de lire…

Plus on goûte, plus on maigrit

Lu, la marque de biscuits de Danone, a également fait appel aux ressources inépuisables de SU.VI.MAX. Il s'agissait de savoir si les Français qui goûtent régulièrement sont plus gros ou plus minces que les autres. Lu en a eu pour son argent : non seulement l'étude sur les goûters qu'il a financée dans le cadre de SU.VI.MAX a trouvé que les personnes qui goûtent sont plus minces que les autres, mais il y est aussi déclaré que plus on s'alimente entre les repas plus on est mince (voir p. 106) !

Bref, une avalanche de résultats épatants, à peine ternie par la publication dans le *Journal of the American Medical Association,* en janvier 2003, d'un article sur les conflits d'intérêts dans le monde de la recherche médicale. Selon ses auteurs, les chercheurs qui ont reçu des fonds pour conduire leur étude rapportent, par comparaison avec des chercheurs indépendants, près de quatre fois plus souvent des résultats favorables à leurs sponsors[5].

Le livre, la presse et les parcs d'attractions : de puissants outils de promotion

Le succès de l'industrie de la propagande à nous persuader, depuis si longtemps, que nous sommes libres de toute propagande est l'une des réussites propagantistes les plus significatives du XX^e siècle.

ALEX CAREY

Communiquez, il en restera quelque chose

Pour communiquer sur les vertus des aliments, le livre reste une valeur de référence. Il y a bien sûr les classiques, qui annoncent la couleur. En 2000, le CIV (Centre d'information des viandes) a réalisé un ouvrage de promotion intitulé *Viande et santé.* D'abord encarté dans l'hebdomadaire *Impact Médecin,* il a ensuite été tiré à deux cent mille exemplaires et distribué dans quarante mille pharmacies[6]. « Une première, commente le CIV, puisqu'il n'existait pas encore de documents du CIV spécifiquement destiné aux officines. »

Autre exemple : en 1998, l'éditeur Lec a réalisé un « info-guide » intitulé *l'Invitation au goûter* dont le véritable commanditaire était Lu, la marque de biscuits de Danone. Objectif : inciter la population à consommer des produits Lu sous le prétexte nutritionnellement correct du goûter « facteur d'équilibre ». On y trouve en effet toutes les incitations à manger des « aliments céréaliers », entendez des biscuits et des gâteaux. Le livre cible bien sûr les enfants, comme

« Marc-Alexis, 8 ans », dont le goûter ne se compose pas d'un fruit frais et de noisettes, mais de deux Oursons au chocolat (Lu), ou de deux Prince (toujours Lu) ou de six Barquettes à la fraise (encore Lu), additionnés de divers laitages (toujours chez Danone). Comme modèle d'équilibre, il y a mieux !

L'avez-vous bien Lu ?

Les femmes enceintes ne sont pas oubliées, comme « Sonia, 32 ans, enceinte de six mois. » Que mange Sonia au goûter ? Un fruit frais ? Des noix ? Du soja ? Une crudité ? Pas du tout ! Trois Véritable Petit-Beurre (Lu) ou trois Croquant goût chocolat (Lu).

« Arnaud, 35 ans, [est] cadre dans une entreprise. » Que prend-il à quatre heures pour effacer « une sensation de faim » ? Une tisane accompagnée d'une poignée d'amandes ? Vous n'y êtes pas. Trois Beurré Nantais (Lu) ou Trois Pim's à l'orange (Lu) arrosés de café.

Le livre se termine par une ode aux « chercheurs de Lu », auxquels les Français sont redevables de l'avalanche de biscuits et de gâteaux à emporter partout avec soi qui s'est abattue depuis dix ans sur les rayons de supermarchés. On les soupçonne pourtant de contribuer à l'obésité…

Vous l'avez compris, on cherchera en vain dans cet « info-guide » une réhabilitation des aliments non transformés qui devraient idéalement composer un goûter équilibré. Le plus étonnant réside dans la caution scientifique accourue pour bénir cette littérature. La préface est en effet signée du docteur Serge Hercberg, qui dirigeait alors l'étude nutritionnelle SU.VI.MAX. Il y salue « un guide […] riche en informations pratiques » qui sera « particulièrement utile à tous ceux qui souhaitent développer leurs connaissances dans le domaine de la nutrition pour pouvoir les appliquer dans leur vie quotidienne : enfants, adolescents, jeunes adultes, futures mamans ou jeunes mamans, seniors, sportifs ».

Cette contribution n'a bien sûr rien à voir avec le fait que Lu est depuis 1994 le sponsor des études conduites par Serge Hercberg : l'étude SU.VI.MAX jusqu'en 2002 et l'étude SU.FOL.OM3 depuis. Rappelons que le docteur Hercberg est aujourd'hui à la tête du PNNS (programme national Nutrition-Santé) mis en place par le gouvernement français pour guider les choix alimentaires des Français…

Du lait à la « une »

La presse est l'une des cibles privilégiées de l'information agroalimentaire, à commencer par la presse médicale dont certains articles sont souvent « inspirés » par les laboratoires et les annonceurs.

Le 25 septembre 2002, à l'occasion du salon mondial du lait Congrilait, *Le Quotidien du médecin* a publié un numéro spécial sur le thème « produits laitiers, nutrition et santé ». Dans sa préface (non signée), le journal rappelle que « les professionnels de santé ont un rôle important à jouer dans le domaine de l'information et de la formation nutritionnelles ». À condition bien sûr de rapporter les messages du Centre interprofessionnel de documentation et d'information laitières (CIDIL), avec lequel *Le Quotidien du médecin* confesse, en petits caractères, avoir « réalisé » ce numéro très spécial.

L'objectivité règne d'ailleurs à toutes les pages de ce monument érigé à la gloire de l'industrie laitière. On y apprend que l'intolérance au sucre du lait, le lactose, est souvent « psychosomatique », et qu'elle permet de toute façon de « tolérer l'équivalent d'un quart de litre de lait ». Et voilà allègrement évacué le fait que l'intolérance au lactose, qui se manifeste par des troubles digestifs, ne concerne – excusez du peu ! – que les trois quarts de la population de la planète.

On apprend aussi dans ce numéro que le lait contient des acide gras, les CLA (acides linoléiques conjugués), qui « auraient un effet protecteur vis-à-vis […] du cancer, de l'obésité, des maladies cardio-vasculaires, du diabète ». Pas un mot en revanche sur les études montrant que les laitages sont soupçonnés d'augmenter le risque de plusieurs cancers.

Le calcium des laitages, nous indique aussi le CIDIL par l'intermédiaire du *Quotidien du médecin,* aiderait au contrôle du poids. Par quel mécanisme ? Probablement par « une diminution de l'activité de la 1,25-dihydroxyvitamine D ». En clair – et les rédacteurs ne s'y attardent bien sûr pas –, vous échangez grâce au calcium laitier quelques centaines de grammes sur la balance contre une baisse de votre taux de vitamine D active, l'une de nos meilleures armes anticancer…

Mais ce tableau des effets bénéfiques du lait ne serait pas complet sans l'inévitable couplet sur la « protection osseuse ». Et le quotidien de citer une poignée d'études témoignant du « bénéfice durable sur l'os » de la consommation de cal-

cium laitier. Bizarrement, pas un mot sur les études moins réjouissantes que nous citons dans ce livre (voir p. 63 à 65), et qui sont pourtant à la portée d'un journal aussi bien informé que *Le Quotidien du médecin.*

Les recettes d'un nutritionniste éclairé

Le 5 avril 2001, un grand hebdomadaire publie sous le titre « Les recettes d'un nutritionniste éclairé » une longue hagiographie du dernier livre du docteur Jean-Marie Bourre, expert auprès de l'AFSSA (Agence française de sécurité sanitaire des aliments) présenté par l'auteur de l'article comme « chercheur à l'INSERM » sans qu'il soit fait mention de sa fonction de président du conseil scientifique du CIC (Centre d'information sur les charcuteries). Les charcuteries, elles, ne vont pas se faire oublier.

« Voici un livre, commence avec ferveur le journaliste, qui étonne par rapport à la profusion de tous ces ouvrages pseudoscientifiques écrits par des gourous qui n'y connaissent rien et prétendent nous dicter nos menus. Il est en effet rarement arrivé qu'un nutritionniste de premier plan s'avise d'éclairer directement le grand public sur la meilleure façon de manger. »

Mais en quoi consistent les « avis éclairés » de ce phare de la nutrition ? Eh bien, tout d'abord, que la « secte des végétariens » n'est rien moins qu'une réunion de « pauvres idiots » (il est vrai qu'ils n'alimentent pas le budget de fonctionnement du CIC). Les végétariens, ajoute le docteur Bourre, accumulent les tares : non seulement ils sont carencés en vitamine B12, mais ils manquent d'albumine et, preuve suprême qu'ils sont dans l'erreur, « les exemples sont innombrables de végétariens sanguinaires (Hitler, le révolutionnaire Saint-Just, l'anarchiste Bonnot), et [à l'inverse] de doux pacifistes, carnivores acharnés. Ceci sans compter le célèbre Paco Rabanne, lequel, malgré ses divagations apocalyptiques démenties par les faits, s'autoproclame sain d'esprit sous prétexte qu'il a cessé de manger de la viande depuis vingt ans. » On appréciera le niveau…

Mais, nous direz-vous, quels sont les préceptes de ce grand lama de la nutrition ? Que « la viande est indispensable à l'équilibre nutritionnel, et [que] la tripaille, c'est encore mieux. » Et d'une pour le CIC. Trois lignes plus loin, on apprend que le grand manitou de la nutrition « se méfie des aliments crus […]

et autres « inepties nutritionnelles » tellement à la mode. Il vante à l'inverse […] les charcuteries les plus périssables. » Et de deux pour le CIC. Très inspiré, le docteur Bourre « dresse une couronne aux produits tripiers, malheureusement de plus en plus délaissés par les consommateurs ». Et de trois pour le CIC.

Conclusion du journaliste : « Par son prix, le livre du docteur Bourre équivaut […] à quatre ou cinq repas équilibrés. D'où le dilemme : aller manger dans un néfaste-food ? Ou acheter le livre ? » En ce qui nous concerne, le choix est fait : ni l'un ni l'autre.

En famille

Les journalistes se font parfois tout simplement abuser sur l'identité réelle de leurs intervenants, comme dans cette émission de France 5 consacrée à la vache folle qui réunit, entre autres, le président du CIV, Louis Orenga, et le chercheur Gérard Pascal, présenté par France 5 comme étant le président du conseil scientifique de l'AFSSA et celui du comité scientifique directeur de l'Union européenne. Personne ne saura ce jour-là que Gérard Pascal est aussi membre du conseil scientifique du CIV. Évidemment, c'est tellement plus consensuel de débattre entre amis !

Des parcs d'attractions enchanteurs

Des parcs éducatifs et des expositions pédagogiques fleurissent un peu partout en France à l'initiative des industriels, qui y voient l'occasion de « communiquer ». L'Espace des sciences de Rennes bénéficie du soutien du ministère de la Recherche et de celui du ministère de la Culture. Il a abrité, du 9 janvier au 3 avril 2002, l'exposition *La Vie lactée,* sponsorisée par le CIDIL (Centre d'information et de documentation de l'industrie laitière). Le public le plus jeune pouvait y découvrir « dans un décor enchanteur » que le lait est « pour les enfants synonyme de croissance et de bonne santé ». Quant au rôle du lait dans le risque de diabète de l'enfant, on n'en disait bien sûr pas un mot (voir p. 76). Et en plus, l'entrée de l'exposition était payante !

Il en va de même pour Terre de Lait, le parc d'attractions situé près de Nantes et dédié au lait. Moyennant un droit d'entrée, il valorise un corps de ferme du seizième siècle (tant mieux) et y accueille petits et grands sur dix hectares. L'initiative en revient à la mairie, qui finance en partie les installations, mais le support logistique (matériel réfrigérant, microscopes, etc.) et les brochures informatives sont fournis par le CIDIL, organisme financé par les producteurs de lait.

Autre décor enchanteur, celui de l'exposition *Sucres… en corps* conçue par la Fondation pour la recherche médicale (FRM), afin, selon l'un de ses porte-parole, de rétablir la vérité sur les sucres. Quelle vérité ? Eh bien, toujours selon la FRM, les sucres ne sont responsables ni du diabète ni de l'obésité, contrairement à ce que pense le public. Cette initiative a tout de suite plu au CEDUS (Centre d'études et de documentation du sucre), le comité de promotion de l'industrie sucrière, lequel a mis la main à la poche pour que l'exposition itinérante voit le jour. Généreux, le CEDUS a même fourni « un médecin nutritionniste qui a participé au conseil scientifique » dont s'est dotée l'exposition.

Ce conseil scientifique est visiblement peu empressé de se pencher sur les études liant la consommation de produits sucrés à l'obésité et au diabète, que nous rapportons dans cet ouvrage (voir p. 90, 122 et 130) et qui font dire à l'Organisation mondiale de la santé (OMS) que « le niveau de consommation de boissons sucrées par les enfants de nombreux pays est une sérieuse source d'inquiétude » et que « chaque verre supplémentaire de boisson sucrée qu'ils consomment chaque jour augmenterait le risque d'obésité de 60 % »[7]. Dommage pour les visiteurs que l'OMS n'ait pas été invitée à participer au conseil scientifique de *Sucres… en corps*.

Les enfants du mauvais goût

Les Enfants du Goût est un salon organisé chaque année depuis 1999 pour « donner envie aux enfants d'adopter une bonne hygiène de vie ». Impossible d'en douter : le salon se déroule sous la multiple et rassurante bénédiction du ministère de l'Agriculture, de l'Alimentation, de la Pêche et des Affaires rurales, de la Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes, du Centre français d'éducation pour la santé, du

Comité d'éducation pour la santé, du Sénat, du ministère de la Jeunesse et des Sports et de l'Éducation nationale !

Si l'on en croit le site e-sante, qui s'enthousiasme pour la manifestation, les Enfants du Goût ont une mission noble : « Au-delà du plaisir du jeu et de la dégustation, écrit la rédactrice, ils s'inscrivent aussi dans une démarche d'information et de prévention. En effet, l'obésité des enfants a été multipliée par trois en à peine dix ans, si bien qu'aujourd'hui 12 % des enfants sont concernés. Il est fondamental de donner [à l'enfant] une image attrayante des aliments sains et bénéfiques pour sa santé. Il est également important de lui faire comprendre combien sont néfastes les effets du grignotage : surcroît de graisses alimentaires, de sucre, de sel et au final de calories. »

Pour bien faire comprendre à l'enfant les méfaits du grignotage, des graisses alimentaires, du sel et du sucre, les Enfants du Goût font bizarrement confiance à des « partenaires » parmi lesquels figurent Lu, La Confiturerie, Univers Céréales, le CIC ou encore Croustipâte, qui commercialise notamment des mini-croissants pur beurre. De quoi faire douter sur les bonnes intentions consistant à éradiquer des comportements le grignotage entre les repas chez les enfants…

Le salon est abrité par une association loi 1901 créée pour la circonstance mais, lorsqu'on compose le numéro de téléphone des Enfants du Goût, on se retrouve au standard de l'agence de publicité Nutrilys, filiale du groupe Protéines, qui se spécialise dans la promotion de l'industrie agroalimentaire à l'aide d'arguments santé. L'association les Enfants du Goût ne serait-elle donc qu'une banale manifestation commerciale ?

Merveilles de l'alimentation équilibrée

Pour en avoir le cœur net, nous avons ouvert le premier guide de cette « exposition ». Il commence par un message du Comité français d'éducation pour la santé (CFES), enrôlé on ne sait comment ni pourquoi dans cette aventure. « Le CFES […] souhaite vous faire comprendre qu'une alimentation variée et équilibrée, consistant à manger de tout et de façon modérée, est un facteur important pour la santé. » Pour ce qui est de manger de tout, les enfants vont être servis, car le guide est en soi une merveille d'ingéniosité marketing. Du petit déjeuner

au dîner en passant, bien sûr, par le goûter, le contenu rédactionnel du « guide » – donc les conseils de nutrition – a été confié aux « partenaires » qui ont bien voulu payer pour y figurer. Le tout constitue une merveille d'alimentation « variée et équilibrée » comme l'annonce le CFES, et comme on va le voir.

La rubrique petit déjeuner a ainsi été vendue par les organisateurs à Nestlé, qui s'en donne à cœur joie : « Un produit laitier, c'est bien ! Un yaourt à emporter c'est mieux ! » Coïncidence ? Nestlé est l'un des poids lourds des yaourts à emporter.

Les céréales, le matin, quoi de mieux ? Eh bien des céréales « au délicieux goût de pommes au four qui apportent tous les matins huit vitamines, du fer et des nutriments indispensables à la croissance ». Mais où trouver ce trésor de bienfaits ? Chez Nestlé bien sûr !

Et le lait ? « Le lait, on le sait, c'est plein de calcium indispensable pour la croissance. Mais additionné de poudre cacaotée, le lait devient encore plus rigolo ! » Comme les choses sont bien faites, c'est encore chez Nestlé que l'on a le plus de chance de trouver la poudre cacaotée qui rend le lait « rigolo ».

Yaourts et chocolat sucrés, céréales extrudées, il ne manque à ce modèle de petit déjeuner « équilibré » que les biscottes, un aliment qui élève si brutalement le sucre sanguin qu'il exerce sur le pancréas de l'enfant un stress presque aussi intense que le glucose pur. Fort opportunément, Heudebert, une marque de Danone, s'est installée en page 24 avec son Biscoto salé ou sucré, « naturellement riche en céréales et […] en cinq vitamines ».

« Halte au grignotage ! »

Après cette entrée en matière, la rubrique déjeuner de ce « guide » s'ouvre sur un autre canon de la nutrition : la pizza, promue par Avenance, une société de plats préparés pour les collectivités et les cantines scolaires. On y apprend avec curiosité que la pizza, qui fait partie des aliments soupçonnés de favoriser l'obésité et dont le fromage fournit des graisses saturées (les « mauvaises »), est en réalité « un modèle d'équilibre » car elle apporte notamment « du fromage ».

Le fromage, les enfants n'en manqueront pas, car le voilà en vedette de la page 35, page achetée par le CIDIL. Le fromage, y lit-on, est « indispensable à la

constitution et à la protection de tes os ». Et tant pis pour les enfants chinois ou japonais, qui ne consomment pas de fromage et ont des os en parfaite santé…

Mais l'heure du goûter est arrivée. « Halte au grignotage ! » déclarent les organisateurs du salon… avant de vendre une pleine page à Lu pour la promotion de ses biscuits, une autre à Nutribio pour faire la réclame de ses barres chocolatées Yeah ! (« C'est comme si tu mangeais autant de calcium qu'il y en a dans un verre de lait ! »), une troisième au Syndicat des fabricants industriels de glaces, de sorbets et de crèmes glacées (« une excellente façon de consommer du calcium »). Et voilà un goûter « équilibré », garanti anti-grignotage !

Pour conclure cet instructif guide, la rubrique consacrée au dîner échoit notamment à Germicopa, qui présente ses pommes de terre (associées, dans plusieurs études, à un risque accru de diabète), et au CIC pour la charcuterie, aliment dont la consommation régulière est liée à un risque accru de cancers digestifs.

Pour la petite histoire, l'agence Protéines, à l'origine de cette manifestation, n'est pas conseillée par n'importe qui puisque son « conseil scientifique » compte en son rang les deux principaux responsables de la politique nutritionnelle du gouvernement français : le docteur Serge Hercberg, patron du PNNS (au ministère de la Santé), et Gérard Pascal, ancien président du comité scientifique et actuel membre du conseil d'administration de l'AFSSA. Sans compter un autre membre de l'AFSSA (au conseil scientifique de l'Agence jusqu'en novembre 2002, et à son conseil d'administration depuis juillet 2002) et du comité stratégique de suivi du PNNS, le chercheur Claude Fischler.

Et encore bravo !