

ALIMENTATION. Les scientifiques débatteront des équilibres et du plaisir de manger, aujourd'hui et

Dijon : notre alimentation

Incontournable. Le congrès goût nutrition santé est le rendez-vous international des professionnels de l'alimentation.

Ateliers. Les professionnels de santé et les industriels étudient des axes de recherche en phase avec la réglementation.

Des experts vont échanger le résultat de leurs découvertes sur un sujet intéressant tout le monde : l'alimentation et ses troubles.

Dans nos sociétés d'abondance, le plaisir et la gestion du stress par l'alimentation ont pris une importance accrue. Comme l'explique le Pr. Daniel Rigaud, on s'alimente depuis la nuit des temps pour satisfaire un besoin vital. Chacun sait que ce n'est pourtant pas l'unique mobile !

« La prise alimentaire dépend aussi de facteurs éducatifs qui apportent une gratification. Elle est sensorielle, émotionnelle et intellectuelle. L'offre plaisir de l'alimentation s'est accrue dans des proportions gigantesques en peu de temps. La société nous incite à manger plus et fait nouveau, elle nous culpa-

« La pression sociale est aussi l'une des causes de ces troubles, je le vois avec mes patients qui sont en panne. »

Pr. Daniel Rigaud

bilise de le faire. La culture fait aussi varier nos comportements. On le voit avec les repas de fêtes du début du XX^e siècle. Personne ne mangerait plus autant aujourd'hui ! »

Autant dire que le sujet de cette étude est complexe. Le 6^e congrès Goût nutrition santé va explorer le bien-être sous l'angle des équilibres et du plaisir alimentaire. Pour cela, Luc Pénicaud, directeur du Centre des sciences du goût et de l'alimentation a réuni des experts scientifiques dont les préoccupations sont complémentaires. Ainsi, peut-on parler d'addiction alimentaire, face au cycle stress-compensation-culpa-



J.-F. Mitanchey, boucher-charcutier dijonnais travaille une gastronomie de terroir éloignée de toute addiction. Photo Roxanne Gauthier

bilité ? Le Pr. John Blundell (université de Leeds au Royaume-Uni) abordera le thème de la dépendance alimentaire et expliquera combien le choix du vocabulaire influence notre approche de la maîtrise de l'appétit. Serge Ahmed (CNRS) présentera ses travaux sur le potentiel addictif du sucre. Le sel sera également sur la

sellette, car la diminution des apports alimentaires en sel est devenue un enjeu de santé publique. Les maladies cardio-vasculaires et rénales sont directement impactées. En fabricant des plats cuisinés et des aliments moins salés, il sera possible de diminuer la fréquence de nombreuses maladies, comme l'hypertension alimentaire ou les accidents vasculaires cérébraux, mais aussi le cancer de l'estomac et même l'ostéoporose qui touche les femmes ménopausées.

Reste une question centrale : comment modifier les comportements alimentaires ? Des spécialistes di-

sent que l'éducation ne suffit pas. Certaines approches essayent d'amener les consommateurs à changer, en faisant valoir des avantages matériels ou l'amélioration de l'image de soi. Des chercheurs en économie expérimentale ont développé de nouveaux moyens pour mesurer l'évolution des comportements.

FRANCK BASSOLEIL
f.bassoleil@lebienpublic.fr

PRÉCISION Tous ces travaux, sauf la conférence du Pr. Khayat, sont réservés aux professionnels de santé inscrits sur le site www.gout-nutrition-sante.com.

REPÈRES

UN PÔLE LEADER EN FRANCE

Le pôle de compétitivité agroalimentaire Vitagora bourguignon est leader en France. Son siège est situé à la Maison des industries alimentaires de Bourgogne à Dijon. Il mobilise ses acteurs autour d'un thème novateur : le bien-être. Il rassemble sur la Bourgogne cent-dix entreprises. Ce pôle développe 132 projets labellisés, dont 29 projets d'intérêt national ou européens. Ces projets représentent 102 M € d'investissement et 546 emplois créés ou attendus d'ici 2012. Ses axes de recherches sont le goût, tout au long de la vie, la santé et bien-être, la technologie au service de l'alimentation et l'empreinte des pratiques agricoles.

demain au palais des Congrès de Dijon, sous les auspices du Pôle de compétitivité Vitagora.

examinée "au microscope"

||| **Cancer.** Alimentation et cancer, c'est le thème d'une conférence exceptionnelle du Pr. David Khayat au cours de ce congrès. ||| **Dépendances.** Face à l'offre alimentaire pléthorique, notre cerveau utilise des systèmes de dépendance pour garder le plaisir.

UN REGARD MÉDICAL SUR L'ANOREXIE ET LA BOULIMIE QUI ÉVOLUE

Avec un sourire malicieux, le Pr. Daniel Rigaud dit que la seule prévention efficace contre les troubles du comportement alimentaire consisterait à fermer tous les supermarchés et à rendre plus difficile, l'accès à la nourriture. Propos évidemment provocateurs qui illustrent pourtant le fond de sa pensée : « Il y a trop de propositions et d'incitations. On arrive à la frontière de la liberté du mangeur. Devant cet afflux, certains finissent par tout refuser. » On pense alors à l'anorexie mentale : « Chez ces femmes, car ce sont en général des femmes qui en souffrent, il y a une incroyable envie de manger, mais elles s'en privent. On ne trouve des anorexiques que dans les pays riches. La boulimie est une sorte d'anorexique qui s'est manquée, car elle cède à une crise et juste après, elle se fait vomir. Il n'y a plus de notion de plaisir dans cette alimentation. » Gastro-entérologue de forma-



Le Pr. Rigaud interviendra dans ce congrès, sur le plaisir et les pathologies. Photo F.B.

tion, le Pr. Daniel Rigaud a été amené à s'intéresser aux troubles alimentaires : « Je suis entré par la porte de l'anorexie mentale. Aux jeunes chercheurs, je leur conseillerais de s'intéresser aux troubles du compor-

tement, car on n'a pas beaucoup évolué sur cette connaissance. » Quels ont été les progrès de la médecine dans le traitement de ces maladies ? « Il y a 20 ans, 10 % de ces personnes atteintes d'anorexie mouraient. On a réduit cette proportion à 2 ou 3 %. On commence à mieux traiter cette maladie. On arrive à 60 % de taux de guérison. Pour la boulimie, on a fait des progrès en psychothérapie cognitive et comportementale et de très gros progrès sur le plan de la médication et on est passé de 30 % de guérison, il y a plus de vingt ans, à 60 % aujourd'hui. » Une nouvelle question est débattue depuis quelque temps : peut-on parler d'addiction au sucre ou au sel ? « Je ne le crois pas, car je n'ai jamais vu personne, être addict juste au sucre ou au sel. En revanche, elles souffrent d'addictions alimentaires, plus larges. »

FRANCK BASSOLEIL

Alimentation et cancer

Le Pr. David Khayat donnera ce soir, à partir de 18 h 30, au palais des Congrès de Dijon, une conférence ouverte au public sur les alimentations qui favorisent certains cancers. On apprendra ainsi, comment certains poissons, comme le flétan, l'espadon, le thon rouge ou le saumon, qu'il soit d'élevage ou sauvage, contiennent des métaux lourds, dans des concentrations parfois élevées. Les saumons sont responsables en France de 70 % de la contamination des consommateurs par les Polluants organiques persistants (POP). Dans son livre, le Pr. David Khayat explique que la cuisson dans un wok n'est pas à pratiquer quotidiennement, car la préparation des aliments dans un wok permet de monter à des températures considérables de l'ordre de 300 °C, alors qu'une poêle atteint une température d'environ 120 °C. Ainsi la cuisson au wok de certains aliments va provoquer l'apparition notamment d'amines aromatiques et d'hydrocarbures polycycliques qui sont des produits hautement cancérigènes. En revanche, des quantités raisonnables de viande rouge et de vin n'augmentent pas les risques de cancer.

OPINIONS

Êtes-vous agacés par ces scientifiques ?



JEAN-PIERRE BILLOUX

Chef étoilé à Dijon

« Ils font le grand écart »

« Leur démarche apporte une connaissance positive sur certaines choses, mais ils font quelquefois le grand écart. On le voit avec les sucres de synthèse. Il y a aussi l'industrie agroalimentaire qui utilise de grands chefs comme caution. Mes clients savent équilibrer leurs repas. »



WILLIAM FRACHOT

L'Hostellerie du Chapeau rouge

« Ils ont raison »

« Je pense que les scientifiques ont raison. Quand on parle du mal du dos, comme du mal du siècle, il faut savoir que c'est généré par une mauvaise alimentation et le stress qui influent sur la digestion, par le biais de problèmes intestinaux. Il est essentiel aussi que les gens retrouvent le goût de cuisiner chez eux. »



LAURENT PEUGEOT

Étoilé à Pernand-Vergelesse

« Attention aux normes »

« Je suis d'accord pour qu'on dise la vérité sur la malbouffe. Je suis inquiet devant la multiplication des normes qui sont de plus en plus difficiles à respecter. Exemple : l'Europe veut qu'on cuise à plus de 50 °C, c'est impossible pour un foie gras. On va casser le produit ! »

DIJON - SANTÉ

Mouvement de grève nationale dans les hôpitaux: le CHU ne serait pas concerné



Les deux principaux syndicats du secteur de la santé (CGT, CFDT) ont déposé un préavis de grève pour une journée nationale d'actions, mardi, sur les conditions de travail baptisée «22 de tension, une journée pour tout dire». Grèves, rassemblements, pique-niques, prises de parole sont prévus dans de nombreux hôpitaux de France.

«Nous sommes dans une situation de réformes et de restructurations permanentes avec une diminution des personnels», a indiqué Nadine Prigent (CGT Santé, Action sociale).

Selon ses calculs, 35.000 emplois seront supprimés au total entre 2009 et 2011, alors même que l'activité, dans les hôpitaux publics, aura augmenté de 13%. Le CHU de Dijon devra quant à lui attendre la fin de son transfert à l'hôpital du Bocage pour faire ses comptes.

Selon nos informations, le CHU de Dijon n'aurait pas prévu de raler ce mouvement de grève.