

10juin17bonbons

## BONBONS, LA GUERRE CONTRE LES ENFANTS

10 juin 2017

Il y a 20 ans, mon neveu affirmait à son instituteur qu'il buvait de la « mort subite » ! Il avait seulement beaucoup aimé le nom de la bière bue par son papa...

Aujourd'hui, et depuis plus plus de 40 ans, tous les adultes sauf très rares exceptions font manger et boire à leurs enfants de la « mort différée », en leur offrant un avenir chargé de pathologies diverses dont le TADH pour l'immédiate.

Le TADH, le Trouble et Déficit d'Attention avec Hyperactivité, est ce qu'une grand-mère zen persiste à appeler le comportement d'un enfant normal. Il y a évidemment différents degrés d'importance de ce « trouble », mais il est tout aussi évident qu'il atteint davantage d'enfants chaque année et que cela perturbe les apprentissages nécessaires à la vie sociale dès la maternelle. L'industrie pharmaceutique américaine ne s'y est pas trompée en patronnant le fameux DSM, dès 1992 (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Diseases* – maladies). La première édition décrivait 60 pathologies ; chaque révision augmentait le nombre de maladies mentales jusqu'aux 400 du tome 5 de 2013, immédiatement surnommé « le manuel qui rend fou » par la gent psychologue qui n'est pas dépourvue de bon sens. Le TADH, épaulé par le médicament miracle, la Ritaline, a grossi à chaque édition.

Le fauteur (de troubles) n'est pas loin ; il est même très près : bonbons, sodas et gâteaux industriels dont nos enfants raffolent, sauf exceptions très rares, sont dispensés sans limites à notre chère marmaille par des parents affectueux, des mamies gâteaux, voire des instits généreux. Les anniversaires devenus concours de consommation sucrée débordent de gâteries empoisonnées. Même d'innocents éléments de décoration à ajouter sur le gâteau, « maison », portent sur leur étiquette (à lire avec des lunettes, voire une loupe), les indications fatidiques d'additifs alimentaires : E122 et E129.

Depuis juillet 2008, l'Efsa (autorité européenne de sécurité alimentaire) a entrepris la réévaluation de tous les additifs en usage ; elle espère terminer ce travail en 2020 ; elle impose que l'étiquetage soit complet, mentionnant tous les additifs. Cette info provient de Books.Google.Book qui présente un résumé en français d'un livre américain paru en 2015 *Health and Fitness*.

L'étiquetage devenu obligatoire révèle des surprises : une sucrerie comportant E 122 et E 129 porte l'avertissement suivant : « may have an adverse effect on activity and attention in children », évidemment compréhensible par tout un chacun, mondialisation oblige.

Traduction « pourrait avoir un effet nocif sur l'activité et l'attention chez les enfants ».

Ce ne sont donc pas les informations qui manquent : plusieurs guides des additifs jalonnent les années passées, à intervalles quasi réguliers, où l'hyperactivité figure parmi d'autres pathologies possibles (cancer, obésité, diabète). Et où la liste exhaustive des additifs (dernier guide, celui de Que Choisir de **janvier 2017**) noie toutes les conséquences dans un continuum qui va du vert au rouge.

**Mars 2007**, Anne-Laure Denans publie chez Thierry Souccar un *Nouveau guide des additifs*, où elle signale que les bonbons, comprenant E102, 104, 124... pourraient favoriser l'hyperactivité chez l'enfant. Ce guide est basé sur plus de 45 études, lesquelles ? elles ne sont pas mentionnées dans les textes collectés par Google. Il signale que certains colorants ont été interdits en Australie et aux Etats-Unis, lesquels ? l'info donnée par Google ne rentre pas dans ces détails.

Puis, coup de tonnerre, vient l'étude publiée dans *The Lancet*, en **septembre 2007**, il y a donc 10 ans. Expérience qui n'a jamais été refaite (e-santé.fr 17 septembre 2007), car elle transformait en cobayes de très jeunes enfants : un groupe de 153 enfants de 3 ans, un autre de 144 enfants de 8/9 ans et un groupe témoin. Les deux premiers groupes recevaient des bonbons additionnés de E110, 122, 102, 124, 104, 129, et E 211, un conservateur. L'hyperactivité a été très vite visible. Il s'agit bien de bombes neurologiques à retardement. Mais, pas d'effolement ! L'Efsa, l'autorité européenne de sécurité alimentaire, monte au créneau pour soutenir les additifs, à deux reprises, le **7 mars 2008** et le **14 mars 2008** par une conférence de presse. Bien évidemment, l'étude anglaise (faite à Southampton, par McCann et al. L'Efsa ne daigne pas en donner le titre), est fautive. (efsa.europa.eu/fr). Le choix des enfants, la durée, les incertitudes statistiques, les résultats variables, etc. Depuis que le glyphosate est devenu un personnage médiatique, on connaît les arguments « scientifiques » de ses adorateurs. Bref, pour l'Efsa, « les résultats de cette étude peuvent être pertinents pour certains individus présentant une sensibilité aux additifs... il n'est pas possible à l'heure actuelle, d'évaluer l'étendue d'une telle sensibilité sur l'ensemble de la population ». Il n'y a (donc) pas lieu de diminuer les DJA en cours (dose journalière admissible, qui est, évidemment, infime, s'agissant d'additifs) et encore moins d'interdire quoi que ce soit. Le calcul de la DJA repose sur une étude de l'Union des associations européennes de boissons, non publiée. Ben voyons, la rigueur des études non publiées de Monsanto fait autorité, aussi bien pour le glyphosate que pour les OGM... Le calcul du « risque » pathologique ne doit pas gêner le succès de l'agro-alimentaire. La responsabilité est renvoyée d'une part à l'individu porteur d'une sensibilité particulière (C'est votre léthargie, comme disait déjà Molière), et d'autre part à l'acheteur qui n'a qu'à lire les étiquettes. Qui sont donc conformes à la réévaluation menée entre 2008 et 2020.

Home-naturopathe.over-blog qui relate ces faits, le **11 janvier 2012**, nous apprend aussi que beaucoup d'étiquettes ne sont pas fiables et que, par ailleurs, 40% des confiseries ne sont pas conformes aux normes en vigueur. Une citation d'un certain Andrew Wadge décrit admirablement la (notre) situation : « Légalement, tous les additifs alimentaires doivent être lisibles sur les étiquettes afin qu'ils (les parents) puissent faire le choix d'éviter certains produits, s'ils le veulent ». Admirable constat : « s'ils le veulent » ! L'info disponible sur Google et ailleurs, est si parcellaire, incomplète, rebutante qu'il est plus simple de faire confiance au producteur et à la glotonnerie enfantine, disons l'appétence des enfants pour les sucreries.

Si l'expérience de McCall n'a pas été refaite, d'autres pratiques d'information dynamique ont eu lieu : le même site offre une vidéo, l'histoire d'un test dans les écoles qui fait l'effet désiré, la diminution de bonbons et sodas demandée par les enfants eux-mêmes. Et conclut : faites vous-même vos gâteaux et confiseries (avec du sucre bio). Et on peut ajouter : ne vous laissez pas attendrir par votre enfant qui se roule par terre devant un distributeur de bonbons, petite comédie assez fréquente dans les hyper et dans les magasins ruraux parasités par un fabricant généreux pour ses actionnaires.

Quoi d'autre ? Le logarithme de Google, asservi au nombre de consultations propose, en bas de chaque page des « recherches associées » aux mots-clés du demandeur, ici : additifs alimentaires et hyperactivité. La liste varie à chaque page, oui, oui. Le E 122 : danger, et E 129 : danger figurent une fois et d'autres E sont signalés aux pages suivantes. Dans un autre document qui liste les additifs, le conservateur, E 211, benzoate de sodium, présent dans tous les bonbons de l'agro industrie, est décrit « d'origine inconnue ». Heureusement pour nous, et notre progéniture, il est limité par une quantité maximale autorisée, la DJA, bien que : « en association avec certains colorants, les benzoates seraient impliqués dans un grand pourcentage de cas du syndrome d'hyperactivité chez les enfants ». Il serait nécessaire pour

conserver les aliments au-delà de trois jours ! les bonbons ont, comme chacun sait, une date limite de vente très courte.

Lesmoutonsenragés.fr, le **16 octobre 2016**, propose 8 additifs à « bannir de votre alimentation ». La photo des bonbons est accompagnée des E 120 et E 129, mais pas du E 211. Ils nous indiquent pourtant le nom « vulgaire » du benzoate de sodium : ce serait tout bonnement « un sirop de maïs à haute teneur en fructose ». Exit le benzène (qui ne serait plus libéré dans les aliments depuis quelques années, info aussi inquiétante qu'isolée), ainsi que le sodium qui est du sel. Erreur des moutons enragés ? Hélas oui, mais ils s'inquiètent surtout des graisses.

Nous voilà bien renseignés : les 2 colorants désignés parmi les 6 utilisés, ne seraient nocifs que par l'ajout d'un conservateur que le bon sens, non scientifique bien sûr, estimerait inutile dans une sucrerie. La fiche établie par additifs-alimentaires.net précise : Le benzoate de sodium est un sel chimique « produit par la neutralisation d'acide benzoïque avec du bicarbonate de sodium. Ce sel n'existe pas à l'état naturel ». Or les infos fournies par les-additifs-alimentaires-com affirment que l'acide benzoïque est présent dans certaines plantes et dans la propolis... Lancer un site chargé de répandre une information concurrente, presque vraie, en jouant sur les mots, fait partie de la stratégie des firmes agro-alimentaires. Naturopathie.holistique.fr rectifie, et déclare que la création chimique E 211 est « bien plus toxique que les sources naturelles contenues dans certains végétaux ». Les 6 colorants listés dans l'étude de 2007 ne sont pas non plus persona grata dans tous les pays. E 110 est interdit aux Etats-Unis, E 122 au Japon, Norvège, USA, le 102 en Autriche, Suisse, Finlande, Norvège, le 104 aux USA, Australie, le 109 au Danemark, Allemagne, Autriche, Belgique, Norvège. Pour le E 124, hélas, je n'ai pas noté. Il se fait tard et l'enquête pourrait se poursuivre indéfiniment.

De tout cela, l'info à retenir : ne gavez plus vos enfants de bonbons ni de sodas. Il existe des sirops bio.

Achetez-vous une loupe quand vous allez dans un Hyper, ou cessez d'acheter.

Formule express : dès qu'un aliment a plus de trois E..., laissez-le pour vos congénères malheureux (voir ci-dessous).

Cherchez des produits sans E ; il en existe, ou avec des E fléchés en vert dans les guides existants.

Faites vos bonbons et vos gâteaux vous-même avec des produits bio

Et parlez-en, parlez à saouler vos interlocuteurs

Il faut que l'information circule.

Chacun de nous est porteur d'une bombe à retardement

Faisons qu'elle n'explose pas dans la tête de nos enfants- et dans celle des autres