

Super Size Me - 1/2

Tout est plus gros aux Etats-Unis : on a les plus grosses voitures, les plus grosses maisons, les plus grosses sociétés, la plus grosse bouffe,... Et les gens les plus gros...

Film documentaire de/et Morgan Spurlock, 2004.

Tout est plus gros aux Etats-Unis : on a les plus grosses voitures, les plus grosses maisons, les plus grosses sociétés, la plus grosse bouffe,... Et les gens les plus gros...

L'amérique est la nation la plus grosse du monde. Félicitations : 100 millions d'américains sont en surpoids ou obèses. Ce qui représente plus de 60% des adultes. Depuis 1980, le nombre d'obèses a doublé : il y a trois fois plus d'enfants et deux fois plus d'adolescents trop gros. La palme revient à l'état du Mississippi où un adulte sur quatre est obèse. L'obésité est la deuxième cause de mortalité après la cigarette : 400 000 personnes meurent chaque année de mal-bouffe.

Les causes : le m omniprésent

Comment en est-on arrivé là ? Chaque jour, un américain sur quatre mange au fast-food. Mais cela ne s'arrête pas là : le grand M s'est largement propagé sur les 6 continents de la planète. Plus de 30 000 enseignes réparties sur le globe. 46 millions de personnes servies chaque jour dans le monde.

Morgan Spurlock ne réalise pas un simple pamphlet contre McDonald. Ce brûlot contre le géant du Hamburger est le résultat d'une démarche presque citoyenne, la réponse à une question : pourquoi les américains sont-ils si gros ? A la manière de son prédécesseur, Michael Moore, Spurlock est parti d'un fait divers : en 2002, deux fillettes portent plainte contre McDonald's qu'elles jugent responsable de leur obésité. Ce procès absurde - véritable hobby sociétal aux Etats Unis - donne tort aux adolescentes, au nom de la responsabilité personnelle. Spurlock ne trouve rien à redire, bien au contraire. Mais lorsque McDonald's se met à fanfaronner, arguant de la nature "saine et nourrissante" de ses menus pour renforcer son innocence, le film trouve son double point de départ. Spurlock démontre l'immense responsabilité indirecte de la firme dans la déséducation alimentaire des américains : les produits dérivés ciblent les enfants dès leur plus jeune âge (cadeaux, dessins animés), les conditionnent et les rendent accro. Accro à un goût, d'abord, et accro à une dose, ensuite : les fast-foods proposent des quantités toujours plus grosses à leurs clients. McDonald's en tête, avec le menu Supersize : Big Mac, énormes frites, et 1,47 l'de soda...

L'expérience humaine

Mais le fil rouge de ce documentaire est une expérience que Morgan Spurlock décide de mener sur lui-même. Sous la surveillance attentive de trois médecins, le voilà donc au régime MacMuffin, Big Mac, Royal Cheese, frites et coca, avec un minimum d'activités physiques quotidiennes. Des exemples, prenons le cas de Don Gorske qui aurait mangé 19852 BigMac, dont le cholestérol avoisine les 140 grammes par litre de sang, ou Bruce Howlett qui aurait pris l'habitude d'ingurgiter entre 6 et 8 litres de soda par jour. Et, bien sûr, des résultats : pendant un mois, Spurlock a mangé au McDo. Il a pris 11 kg, son foie a doublé de volume, et son cholestérol a augmenté de 0,65g par litre. Sa graisse corporelle est passée de 11% à 18%, ce qui est toujours supérieure à la moyenne nationale américaine, qui est de 22% pour les hommes et 30% pour les femmes. Il a doublé les risques de problèmes cardiaques, il s'est senti déprimé et épuisé.

Ce qu'on mange au fast-food n'est pas forcément atroce : cela peut aussi être nutritif. Ce n'est pas cher, et on

Super Size Me - 2/2

en a pour son argent. Mais malheureusement, on s'abîme le foie, le coeur, et le sang.