

## Crispation sociale : et si la malbouffe rendait violent et agressif ?

Article rédigé par Marianne, le 02 novembre 2023

Source [Marianne] : En plus de rendre malade, la malbouffe influe sur le comportement, avec une incidence probable sur certains mécanismes mentaux. De quoi s'interroger sur son lien avec la crispation sociale, voire la violence.

« *Dis-moi ce que tu manges, je te dirai ce que tu es* » affirme la maxime de Jean Anthelme Brillat-Savarin, premier décrypteur de l'acte alimentaire et fondateur du récit culinaire français dans sa *Physiologie du goût* parue en 1826 chez l'éditeur Auguste Sautet. Combien de fois la formule n'a-t-elle pas été reprise, à toutes les sauces, pour consacrer le flot de théories et de suppositions liées aux incidences du contenu de l'assiette sur la personnalité ? S'il est acquis que la façon de se nourrir peut agir sur le tempérament, il n'est pas question d'insinuer ici que la malbouffe pousse au crime ou arme la main des terroristes. Pour autant, les études lancées sur la corrélation sociologique entre une alimentation donnée et des phénomènes comportementaux ouvrent des perspectives inattendues. Restons prudents, il n'est pas de théorie établie, mais une somme de constats et d'observations laissant à penser qu'un repas propre et sain a plus tendance à rendre les gens sereins qu'une nourriture constituée de produits industriels transformés et saturés d'additifs douteux.

[Lire la suite](#)

02/11/2023 01:00