

POUR LA SCIENCE

HORS-SÉRIE

MAI-JUIN 2021 - N° 111



GRAND TÉMOIN
Michel Bras
Chef cuisinier

Du champ à l'assiette

LES DÉFIS DE L'ALIMENTATION

- Santé
- Environnement
- Démographie

AGROÉCOLOGIE
**UNE AGRICULTURE
FONDÉE SUR
LA BIODIVERSITÉ**

LIPIDES
**LE GRAS,
C'EST BON
POUR LA SANTÉ**

CONSOMMATION
**CALCULER
L'EMPREINTE
DE SON ASSIETTE**

L 13264 - 111 H - F: 7,90 € - RD



Édition française de Scientific American

BRAINCAST

La voix des neurones

en partenariat avec l'Institut du Cerveau

Disponible sur www.cerveauetpsycho.fr/sr/braincast/
ainsi que sur toutes les plateformes de podcast

Braincast est le rendez-vous des amateurs des sciences du cerveau et de leurs derniers développements, qui transforment notre société et expliquent d'une façon nouvelle nos comportements, nos pensées, nos émotions, nos désirs...

Ce podcast emmènera l'auditeur dans une conversation avec un chercheur qui a marqué sa discipline, pour revenir sur sa vie, son parcours, ce qui l'a passionné dans le monde des neurosciences.

Ce moment privilégié, axé sur l'homme ou sur la femme dans leur dimension humaine et sur les fondements de la recherche en neurosciences, va ouvrir pour l'auditeur des fenêtres sur le fonctionnement de son propre cerveau.



GROUPE POUR LA SCIENCE

Directrice des rédactions: Cécile Lestienne

HORS-SÉRIE POUR LA SCIENCE

Rédacteur en chef adjoint: Loïc Mangin

Révisseuses: Maud Bruguère, Anne-Rozenn Jouble, Caroline Vanhoove

POUR LA SCIENCE

Rédacteur en chef: Maurice Mashaal

Rédactrice en chef adjointe: Marie-Neige Cordonnier

Rédacteurs: François Savatier, Sean Bailly

Stagiaire: Théo Torcq

Développement numérique: Philippe Ribeau-Gésippe

Community manager: Aëla Keryhuel

Conception graphique: William Londiche

Directrice artistique: Céline Lapert

Maquette: Pauline Bilbault, Raphaël Queruel, Ingrid Leroy, Charlotte Calament

Révisseuse: Anne-Rozenn Jouble

Marketing & diffusion: Charline Buché

Cheffe de produit: Eléna Delanne

Direction du personnel: Olivia Le Prévost

Secrétariat général: Nicolas Bréon

Fabrication: Marianne Sigogne et Zoé Farré-Vilalta

Directeur de la publication et gérant: Frédéric Mériot

Anciens directeurs de la rédaction: Françoise Pétry et Philippe Boulanger

Conseiller scientifique: Hervé This

En couverture:

@ Getty Images/filo

PRESSE ET COMMUNICATION

Susan Mackie

susan.mackie@pourlascience.fr • Tél. 01 55 42 85 05

PUBLICITÉ France

stephanie.jullien@pourlascience.fr

ABONNEMENTS

Abonnement en ligne:

www.boutique.groupepourlascience.fr

Courriel: serviceclients@groupepourlascience.fr

Tél.: 01 86 70 01 76

Adresse postale:

Service abonnement
Groupe Pour la Science
56 rue du Rocher
75008 Paris

Tarifs d'abonnement 1 an (16 numéros)

France métropolitaine: 79 euros - Europe: 95 euros

Reste du monde: 114 euros

DIFFUSION

Contact kiosques: À Juste Titres; Alicia Abadie

Tél. 04 88 15 12 47

Information/modification de service/réassort:

www.direct-editeurs.fr

SCIENTIFIC AMERICAN

Editor in chief: Laura Helmut

Acting president: Stephen Pincok

Executive vice president: Michael Florek

Toutes demandes d'autorisation de reproduire, pour le public français ou francophone, les textes, les photos, les dessins ou les documents contenus dans la revue « Pour la Science », dans la revue « Scientific American », dans les livres édités par « Pour la Science » doivent être adressés par écrit à « Pour la Science S.A.R.L. », 162 rue du Faubourg Saint-Denis, 75010 Paris.

© Pour la Science S.A.R.L. Tous droits de reproduction, de traduction, d'adaptation et de représentation réservés pour tous les pays. La marque et le nom commercial « Scientific American » sont la propriété de Scientific American, Inc. Licence accordée à « Pour la Science S.A.R.L. ».

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement la présente revue sans autorisation de l'éditeur ou du Centre français de l'exploitation du droit de copie (20 rue des Grands-Augustins, 75006 Paris).

Origine du papier: Italie

Taux de fibres recyclées: 0%

« Eutrophisation » ou « Impact sur l'eau »: Ptot 0.008kg/tonne

Ce produit est issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées.



10-32-2813

/ Certifié PEFC / pefc-france.org



**LOÏC
MANGIN**
Rédacteur
en chef adjoint

Le miroir du monde

« **D** is-moi ce que tu manges, je te dirai qui tu es. » C'est le quatrième des vingt aphorismes que Jean Anthelme Brillat-Savarin place en avant-propos de sa célèbre *Physiologie du goût*, éditée en 1825. Le gastronome avait vraisemblablement en tête l'idée que la nourriture d'un individu est un révélateur de sa personnalité, de son tempérament, de sa façon d'être... Mais on peut aller plus loin dans l'interprétation, car notre alimentation influe sur notre organisme de bien des manières, notamment par les constituants essentiels qu'elle apporte à notre corps.

Ce que nous mangeons indique aussi où nous sommes et dans quelle société nous vivons. Force est de constater que la nôtre offre à chacun d'entre nous de multiples occasions de perturber notre comportement alimentaire: mode de vie moderne aux trop nombreuses sollicitations, offre pléthorique notamment dans les supermarchés, piètre qualité de certains produits de l'industrie agroalimentaire... Les conséquences aussi bien mentales que physiologiques sont parfois désastreuses.

Ce qui vaut pour un individu, vaut aussi pour le monde entier, comme l'affirme le troisième aphorisme de Brillat-Savarin: « La destinée des nations dépend de la manière dont elles se nourrissent. » Il y a là aussi de quoi s'inquiéter. En effet, l'agriculture mondiale a pris un virage dans les années 1950 qui lui a certes permis de nourrir une grande partie de la population sinon promise à la famine, mais au prix d'une dégradation importante de l'environnement.

Tout n'est cependant pas perdu, et une fois le diagnostic posé, ce numéro fait l'inventaire des solutions pour, d'une part, rétablir l'équilibre dans notre façon de manger au quotidien et, d'autre part, concilier l'agriculture avec les préoccupations environnementales, même quand il s'agira de nourrir 10 milliards d'êtres humains. Chacun peut prendre sa part, d'abord en faisant sien avec discernement le septième aphorisme de Brillat-Savarin: « Le plaisir de la table est de tous les âges, de toutes les conditions, de tous les pays et de tous les jours; il peut s'associer à d'autres plaisirs, et reste le dernier pour nous consoler de leur perte. » Bon appétit! ■