

Un lien entre la consommation de glucides raffinés et l'attractivité faciale.

30 octobre 2020

RÉSULTATS SCIENTIFIQUES ECOLOGIE DE LA SANTÉ

La surconsommation actuelle de glucides raffinés est à l'origine de nombreuses pathologies. Les mécanismes physiologiques associés à cette surconsommation suggèrent que des traits non médicaux impliqués dans la vie sociale pourraient également être affectés, tels que l'attractivité du visage. C'est ce qu'ont montré des chercheurs de l'Institut des Sciences de l'Evolution de Montpellier (ISEM-Université de Montpellier/CNRS/IRD/EPHE) dans des travaux publiés dans la revue *Evolutionary Psychology*.

Depuis la seconde moitié du XXe siècle, une augmentation massive de la consommation de glucides raffinés s'est produite, générant des effets indésirables sur la santé maintenant bien décrits (e.g. obésité, résistance à l'insuline, diabète de type II, maladies cardiovasculaires...). Certains mécanismes physiologiques associés à cette surconsommation, notamment les hyperglycémies et hyperinsulinémies chroniques, suggèrent que des traits non médicaux comme l'attractivité du visage pourraient également être affectés.

Afin d'explorer cette possibilité, des chercheurs de l'Institut des Sciences de l'Evolution de Montpellier (ISEM-Université de Montpellier/CNRS/IRD/EPHE) ont étudié l'attractivité du visage chez des hommes et des femmes, en fonction de leur consommation de glucides raffinés. L'attractivité a été mesurée au moyen de l'évaluation de leurs visages par des juges de sexe opposé. Les estimations de leur consommation de glucides raffinés se sont basées sur la charge glycémique (marqueur des réponses glycémiques et insuliniques) de trois repas à risque glycémique plus élevé (petit-déjeuner, goûter et collation entre les repas).



Échantillon de produits riches en glucides raffinés.
© CNRS-Valérie Durand

Dans un article paru dans *Evolutionary Psychology*, les chercheurs ont mis en évidence que les individus ayant une alimentation induisant des charges glycémiques plus élevées lors des collations entre les repas, ont des visages évalués comme étant plus attractifs. Ceci reste valable en contrôlant statistiquement pour l'âge chronologique, l'âge apparent, un indice de féminité/masculinité et le statut socio-économique. Les analyses suggèrent que ce résultat est peut-être lié à une augmentation de l'âge apparent pour les hommes et une augmentation de la féminité pour les femmes. Relativement aux autres repas étudiés, les collations entre les repas pourraient mieux refléter la consommation chronique de glucides raffinés de par leur écologie particulière.

Expliquer l'association entre une consommation élevée de glucides raffinés (responsable de nombreux problèmes de santé), et une plus grande attractivité du visage, demeure un paradoxe à éclaircir.

Les objectifs de développement durable



■ ODD 3 : Santé et bien-être

Ces recherches contribuent à l'objectif 3 santé et bien-être. En effet, cette étude montre que les glucides raffinés affectent potentiellement en plus des effets délétères sur la santé, des traits impliqués dans la vie sociale. Or, l'importance des relations sociales sur la santé est maintenant reconnue : les personnes ayant un bon niveau de relations sociales ont une survie augmentée. La qualité des relations sociales intervient également : les relations sociales négatives sont associées à une plus forte mortalité.

Références

Berticat C, Durand V, Raymond M. Refined carbohydrate consumption and facial attractiveness. *Evolutionary Psychology*.

[DOI:10.1177/1474704920960440](https://doi.org/10.1177/1474704920960440)

Contact

Claire Berticat

Equipe Biologie Evolutive Humaine Institut
des Sciences de l'Evolution de Montpellier
(ISEM - Université de
Montpellier/CNRS/IRD/EPHE)

claire.berticat@umontpellier.fr

Michel Raymond

Equipe Biologie Evolutive Humaine -
Institut des Sciences de l'Evolution de
Montpellier (ISEM - Université de
Montpellier/CNRS/IRD/EPHE)

michel.raymond@umontpellier.fr

Fadéla Tamoune

Communication - Institut des Sciences de
l'Évolution de Montpellier
(CNRS/Université de
Montpellier/IRD/EPHE)

04 67 14 36 31

fadela.tamoune@umontpellier.fr