

## Avant propos de

Jean-Pierre Poulain,

Socio-anthropologue<sup>1</sup>, Université de Toulouse-Le Mirail

---

### L'acte alimentaire mobilise plusieurs types de rationalités

---

Le fait que **les transformations de l'alimentation dans les sociétés industrielles développées seraient peut-être la cause du développement de l'obésité** est une idée assez facilement admise dans les milieux médicaux et dans la presse spécialisée. On regroupe généralement ces transformations sous l'expression à forte connotation négative de "déstructuration de l'alimentation moderne". Transformation de la composition des repas, montée du grignotage, repas sautés, progression de la consommation des matières grasses et des produits sucrés, de la "junk food"... en seraient les caractéristiques principales.

Au regard des conséquences qualitatives sur l'apport nutritionnel de ces mutations, la tentation est grande de condamner les "nouvelles pratiques alimentaires", décodées comme la dégradation d'un "ordre alimentaire" initial, et de restaurer le modèle traditionnel. Ce discours rencontre dans les médias et le corps social un écho attentif. Son

"efficacité" sociale tient à sa fonction désangoissante. Il répond à une demande naïve du corps social que l'on pourrait formuler en ces termes "Monsieur le nutritionniste, dites nous que la science recommande de manger comme avant".

Le mangeur moderne est soumis à un **foisonnement de discours contradictoires sur le mode du "il faut"**. La multiplication des discours hygiénistes, esthétiques, identitaires, et les modes qui les traversent, participent à ce que Fischler désigne comme une "cacophonie alimentaire". La modernité alimentaire n'est donc pas une absence de règles sociales mais plutôt, par une surabondance de normes, d'injonctions plus ou moins contradictoires, un "trop plein" et surtout une perte de légitimité de l'appareil normatif traditionnel.

L'étude DGAL/OCHA « Manger en France Aujourd'hui » confirme, s'il en était besoin, que les mangeurs sont largement surdéterminés dans leurs comportements par leurs goûts, leurs modes de vie, leur culture,

---

<sup>1</sup> Jean-Pierre Poulain a participé à l'expertise collective de l'INSERM sur l'obésité de l'enfant et il est l'auteur du chapitre 5 intitulé « Dimensions sociales de l'obésité » (INSERM/Expertise collective, Obésité : dépistage et prévention chez l'enfant, Editions INSERM, 2000, 325 p., bibliogr.)  
le mangeur-ocha.com Dossier d'information. Les français et les matières grasses. Attitudes, comportements et représentations en relation avec le poids et l'obésité, 2001

leurs groupes sociaux d'appartenance, leurs régions..., qu'ils mangent rarement seuls et que l'alimentation est aussi le support d'un vaste système de communication et d'échange. On ne mange pas seulement parce qu'on a faim, mais parce qu'il est l'heure de se mettre à table, parce qu'on est invité à le faire, et d'abord peut-être parce qu'on en retire du plaisir...

**Accepter de considérer l'acte alimentaire avec toutes ses finalités et toutes ses rationalités - la santé, le plaisir, la symbolique et la socialité** - c'est, pour les sciences de la nutrition, renouer avec la grande tradition humaniste instaurée au moment de leur fondation par le Professeur Trémolières qui n'a cessé, tout au long de sa carrière, de pointer l'importance cardinale des dimensions symboliques et sociales de l'alimentation humaine. C'est aussi se donner les meilleures chances de succès dans le conseil et la prévention parce que c'est tenir compte de la réalité des comportements.

Mais c'est également moins simple dans la mesure où on prend acte de **l'utopie du choix alimentaire rationnel** ... Prendre en compte la réalité des comportements, c'est en effet se défaire de cette conception implicite trop fréquente dans l'univers médical d'un mangeur libre de ses choix, seul devant ses aliments et mobilisant des connaissances pour construire des décisions rationnelles. Il faut abandonner la croyance naïve qui considère que, si un individu fait des choix alimentaires

erronés, il suffit d'augmenter son stock d'informations nutritionnelles pour le voir adopter des nouveaux comportements conformes aux règles qu'on lui a inculquées.

Un autre point important vient compliquer encore la situation en matière de prévention de l'obésité : c'est le fait que **les messages nutritionnels lancés à cet effet sont entendus davantage par les personnes qui n'en ont pas besoin que par celles qui devraient les entendre**, ce qui entraîne un développement préoccupant des troubles du comportement alimentaire. Si le discours sur la prévention de l'obésité est compris comme une légitimation scientifique de la pression sociale des normes esthétiques de minceur, dont l'effet est déjà considérable, il est à craindre que ces troubles se développent encore davantage.

C'est la raison pour laquelle le Professeur Arnaud Basdevant, dans sa contribution à l'expertise collective de l'INSERM sur l'obésité de l'enfant, recommandait de **centrer les actions de prévention sur la promotion de la santé en général plutôt que de les focaliser sur l'obésité**. « Préconiser la « maigreur » pour éviter « l'obésité » serait une proposition irréaliste, sans fondement et dangereuse. Il n'existe aucun argument pour définir un poids théorique auquel chacun devrait se référer de manière univoque : la zone de poids recommandable est large. Au risque d'être caricatural, nous proposons de « démedicaliser »

les messages de prévention, c'est à dire de ne pas faire référence à la maladie mais plutôt au bien-être. Il faut valoriser la culture culinaire et les aspects positifs des modèles alimentaires qui ne favorisent pas l'obésité. »<sup>2</sup>

*L'étude DGAL/OCHA<sup>3</sup>, qui croise des données anthropométriques avec des données sociologiques et cognitives, est l'occasion de connecter concrètement l'approche sociologique et l'approche nutritionnelle.*

---

<sup>2</sup> INSERM, op. cit., p.298

<sup>3</sup> Sont présentés ici seulement des résultats partiels de cette étude, en relation avec le poids et l'obésité. L'étude DGAL/OCHA « Manger en France Aujourd'hui » sera publiée par l'OCHA dans son intégralité en octobre 2001.

lemangeur-ocha.com Dossier d'information. Les français et les matières grasses. Attitudes, comportements et représentations en relation avec le poids et l'obésité, 2001