

PLUS DE FRANÇAISES MINCES, PLUS D'AMÉRICAINES OBESES : POURQUOI ?

**Leçons à retenir d'un siècle d'histoire comparée
pour éviter une dérive française à l'américaine**

Présenté par Peter N. STEARNS

Peter N. STEARNS est historien, diplômé de l'Université de Harvard, professeur à George Mason University, Fairfax, Virginie, USA, membre du comité de rédaction du Journal of Social Sciences et auteur de très nombreux ouvrages, parmi lesquels *Fat History, bodies and beauties in the Modern West* (New York University Press) où il compare, sur un siècle d'histoire, Américains et Français dans leur rapport au poids et à l'alimentation. Son dernier ouvrage, paraît en 2003 : *Anxious parents : a history of modern childrearing in America*, New York University Press.

Pour l'historien, comparer France et Etats-Unis est pertinent car les similarités rendent les écarts de résultat – la prise de poids des Américains s'opposant à un meilleur contrôle chez les Français – d'autant plus frappants et pose clairement le défi de l'analyse comparative. L'intérêt de cette comparaison est d'identifier des repères utiles à toutes les sociétés concernées par la progression de l'obésité, y compris aux Américains eux mêmes, afin d'éviter ou d'inverser la tendance actuelle, sachant que les USA ne représentent qu'un cas extrême au sein d'une tendance mondiale.

La complexité tient à la plus grande diversité culturelle des USA ou la plus grande – et probablement préférable – uniformité de la France. Dès 1991, la moitié des afro-américaines et 48% des hispano-américaines souffrent de surpoids contre 33% des femmes blanches. Ces écarts s'expliquent par des différences culturelles et économiques. La France ne connaît pas d'écarts de cette amplitude. Il n'y a donc pas de conclusion particulière à en tirer, si ce n'est au niveau interne pour les Etats-Unis. Néanmoins, il ne faut pas exagérer l'impact de ces différences : dans la période récente, la prise de poids a touché plus fortement les Américaines de race blanche que les minorités, même si le taux d'obésité reste supérieur chez ces dernières, et la prise de poids est plus forte chez les femmes blanches américaines que chez les Françaises.

Même s'ils tendent à se mondialiser, les comportements à ce jour ne sont encore pas uniformisés. Aux USA, la taille des plats dans les restaurants a augmenté. Pourquoi les Américains ont-ils si aisément accepté de plus grosses portions, préférant manger plus que payer moins ? Cet exemple, comme celui d'Eurodisney, obligé de battre en retraite après avoir échoué à imposer les habitudes alimentaires américaines au public européen, permet raisonnablement de suggérer que l'écart entre la France et les USA découle davantage des différences relatives au modèle alimentaire qu'aux effets de l'industrie agroalimentaire.

Lors du symposium de l'Ocha au Palais de la Découverte, Peter N. Stearns nous propose de retenir quatre leçons/conclusions :

• **L'importance du temps libre pour favoriser la cuisine fait maison**

L'augmentation du temps de travail et la réduction du temps libre que subissent les Américains depuis 20 ans les rend particulièrement dépendants de sources d'énergie et de réconfort simples et rapides. Dans la désaffection pour la cuisine faite maison et l'augmentation des snacks et du « prêt à manger », elle s'ajoute aux facteurs classiques : nouveaux modes d'alimentation et d'éducation, développement du travail féminin.

• **Les valeurs culturelles, plus faciles à conserver qu'à importer**

Certaines traditions françaises salutaires peuvent être mises en exergue et préservées, sans doute grâce à une dose régulière d'anti-américanisme. Certaines sont menacées par l'influence américaine mais aussi par les changements dans l'éducation des enfants. Leur maintien n'a donc rien d'acquis.

• **L'intégration des problèmes de poids dans des débats politiques plus larges**

En effet, dans des sociétés où le travail devient inévitablement plus sédentaire, les choix des modes d'habitat et de transport exercent un impact important sur la sédentarité.

• **Les niveaux de priorité au niveau individuel et collectif**

Conscients de leurs problèmes de poids et parfois mécontents de leur corps, de nombreux Américains ont pourtant décidé que le contrôle de leur poids n'était pas une priorité. Pour certains, cela implique clairement l'idée que les critères d'un sous-groupe prévalent sur l'adhésion aux normes nationales, ou que l'affirmation féministe de soi est plus importante. A l'échelle nationale, les priorités ne sont pas clairement définies non plus. Or, dans des sociétés où les courbes de poids évoluent encore graduellement, bien que dans une direction inquiétante, et où la préservation de la culture et non ses bouleversements requièrent une attention particulière, la définition de priorités adéquates pourrait avoir un impact important.

QUELQUES REPERES DANS LE TEMPS

Fin du XIX^e siècle : aux Etats-Unis comme en France, on commence à se soucier de son poids. La France a une longueur d'avance, en partie grâce à une structure de recherche médicale plus développée à l'époque. C'est aussi en France que naissent de nouvelles modes exigeant des femmes en particulier qu'elles soient plus minces.

Deuxième moitié du XX^e siècle : les femmes américaines prennent, en moyenne et à taille égale, environ un demi-kilo par décennie ; les Françaises, elles, perdent en moyenne un kilo durant une partie de cette période, notamment dans les années 70 et 80. Autrement dit, dans un contexte médical et esthétique équivalent, les Américaines s'éloignent, bien que de façon modérée, du but affiché, tandis que les Françaises semblent l'avoir intégré et mis en pratique.

A partir de 1990 : les choses se compliquent légèrement car les Français commencent eux aussi à prendre du poids. Mais la prise de poids aux Etats-Unis a commencé plus tôt, dans les années 80, et a connu une progression plus rapide, pour les adultes mais aussi pour les enfants.

DIFFERENCES CULTURELLES : L'EDUCATION, UN FACTEUR CLE

Des différences de longue date entre USA et France

Aux USA, malgré les avertissements pressants lancés dès 1900 quant au poids des adultes, pendant plus de 70 ans, presque aucun expert ou parent ne s'inquiète que les enfants puissent trop manger. Les conseils des manuels visent à s'assurer que les enfants, en particulier les filles, ne soient pas trop maigres, mais le souci inverse n'apparaît pas. La recherche médicale américaine ne commence à se pencher régulièrement sur le problème que dans les années 40, et c'est seulement dans les années 70 que les commentaires médicaux se concentrent véritablement sur ce sujet.

Les parents consacrent leur énergie à pousser leurs enfants à manger plutôt qu'à leur apprendre la modération. On est plutôt laxiste sur le grignotage et l'argent de poche qui permet d'acheter bonbons et sodas, et on utilise communément la nourriture comme récompense quand les enfants sont sages, ou comme diversion quand ils ne le sont pas. Cela se traduit, avant même la récente poussée d'obésité infantile, par une série de problèmes de poids.

En France, les postulats dominants diffèrent complètement durant la plus grande partie du XX^e siècle. Les spécialistes de la puériculture, dès les années 20, tout en se montrant très soucieux de ce que les enfants aient assez à manger, affirment clairement que les parents doivent contrôler l'alimentation des petits par des portions calibrées, des repas à heures fixes, peu de grignotage en dehors du goûter, objet de débats récurrents, y compris dans des foyers qui ont les moyens de manger plus.

Des différences encore aujourd'hui malgré les convergences

Malgré les convergences de modes de vie entre les deux pays, le phénomène de l'obésité aux Etats-Unis va plus vite et revêt d'emblée de plus grandes proportions. La France va-t-elle finir par les rattraper ou peut-elle sauver certains aspects de sa culture dans ce contexte nouveau ?

Peut-être pas car la socialisation alimentaire reste globalement très différente en France et aux USA.. Les Français sont attachés aux repas et notamment aux dîners en famille, ils sont parvenus à assouplir le code de conduite à table, à gagner un côté plus informel, selon un schéma proche de celui observé aux Etats-Unis, mais en limitant la permissivité concernant les choix alimentaires des enfants et les heures de repas. Les repas à heures fixes auxquels sont présents les deux parents et les enfants sont beaucoup plus courants en France. Aux Etats-Unis, les emplois du temps des enfants, le laxisme des parents, leurs horaires de travail et leur temps de trajet poussent à un fonctionnement beaucoup plus informel. Le contrôle familial y est aussi rendu plus compliqué par le fait que les Américains préfèrent dîner tôt.

COMPORTEMENTS ALIMENTAIRES DES ADULTES : AUTRES DIFFERENCES

La différence des attitudes envers l'alimentation est antérieure à l'émergence du problème de l'obésité. Au risque de simplifier à outrance, deux traits caractérisent traditionnellement le mode d'alimentation de l'Amérique moyenne : la quantité et la rapidité.

Devant l'abondance de nourriture disponible en Amérique, *manger en quantité* a été érigé en symbole de réussite par les immigrants européens, imités ensuite par les autres. Les conséquences de l'abondance sur le taux d'obésité ne se sont fait sentir que lorsque les structures de travail et de transport ont évolué. Ainsi, y compris au cours de la première moitié du XX^e siècle, des groupes d'immigrants tels que les Grecs offrent des types physiques qui se distinguent du modèle européen. Largement commenté par les voyageurs au début du XIX^e siècle, la culture du *manger vite*, plus difficile à expliquer, a généré des innovations telles que fast-foods et offres de "A volonté" dans d'autres restaurants. Les « snacks » font leur apparition aux Etats-Unis dès les années 1880. Dans

les années 1990, l'apparition de portions plus grosses joueront un rôle primordial dans la prise de poids.

Cette culture s'oppose à celle de pays comme la France, où, une fois encore, au risque de simplifier à outrance, on préfère prendre son temps et privilégier la qualité plutôt que la quantité. Ces traits caractéristiques du mode d'alimentation des adultes tendent à exacerber les surcharges pondérales accumulées durant l'enfance et favorisent le laxisme envers les enfants.

CAMPAGNES « MINCEUR » ET « ANTI-MINCEUR » AUX USA

Dès les années 50, les régimes deviennent aux USA une industrie nationale majeure, caractérisée par :

. *Une forte tendance – en principe – à l'action héroïque.* Le fossé entre la réalité et les idéaux est énorme, et les exemples les plus vantés en matière de régime sont des cas de perte de poids massive.

. *Un moralisme endémique.* Les gros sont présentés comme manquant de caractère et de volonté, voire souffrant de troubles psychologiques. Dans une culture particulièrement axée sur la responsabilité individuelle, être gros devient une faute.

La méthode américaine est manifestement inopérante face à l'ampleur nationale du phénomène : il est difficile de remédier aux schémas et aux réflexes alimentaires acquis durant l'enfance et qui perdurent ; des objectifs trop ambitieux avec des chances de succès limitées découragent : beaucoup abandonnent et se consolent en mangeant.

Les résultats suggèrent que les attitudes françaises, qui font moins de place à la morale et plus à l'esthétique, sont plus efficaces. Autre spécificité américaine, les campagnes des féministes et libertaires dans les années 80, avec une contre-attaque de grande ampleur dénonçant l'injustice des pressions esthétiques et morales exercées sur les femmes, complot masculin impliquant les médecins. Ce mouvement s'est calmé mais influence toujours le débat ; certaines femmes et certains groupes y ont sans doute trouvé une façon de légitimer un poids excessif. Il est révélateur que les mouvements comparables en France se soient manifestés plus tard, moins violemment, et avec moins d'impact.