

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

Peter N. Stearns*

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

On sait que les Américains, et notamment les femmes américaines, souffrent de problèmes d'obésité plus importants que les citoyens d'autres sociétés industrialisées comme la France. De cet écart apparu dans le courant du XX^e siècle et qui s'est creusé dans les années 1990, on peut tirer une analyse comparative, voire quelques recommandations prudentes. Il est en effet possible d'expliquer la particularité américaine, bien que la tentative ne soit pas simple. Bon nombre des principaux facteurs qui sous-tendent la situation aux États-Unis pourront servir de repères aux autres sociétés, ainsi qu'aux Américains eux-mêmes, afin d'éviter ou d'inverser la tendance actuelle. Cet article propose une analyse de ce type

en s'intéressant au développement de l'obésité aux États-Unis au regard de contrastes importants avec la France. Il s'agit, grâce à l'histoire comparative, d'isoler les facteurs spécifiques au cas américain qui puissent servir d'avertissement aux autres sociétés.

La tâche n'est pas simple surtout si l'on souhaite s'en tenir à un article de taille raisonnable. Le cadre initial du problème demande à être nuancé. Les Européens, récemment en froid avec les États-Unis en tout cas, peuvent de fait avoir tendance à exagérer les difficultés américaines pour stigmatiser l'avidité des États-Unis. Il importe donc de préciser que les États-Unis ne représentent qu'un cas extrê-

* Texte traduit par Cécile Babel

me au sein d'un mouvement contemporain mondial. On constate en effet que l'obésité gagne du terrain parmi les classes moyennes en Chine, en Inde et bien sûr en Europe, suivant le schéma américain, même si le phénomène est décalé dans le temps et ne revêt pas la même ampleur. Dans ce contexte, l'analyse comparative s'avère subtile - il ne s'agit pas d'une exception américaine monstrueuse - et d'autant plus fascinante que la nécessité d'échapper au modèle américain devient à la fois plus urgente et plus exigeante.

Le contexte de l'analyse comparative est heureusement assez précis. Aux États-Unis comme en France, on commence à se soucier de son poids vers la fin du XIX^e siècle. 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, telles, au début du XX^e siècle, la grande offensive contre le corset et le débat qui s'ensuit. Pourtant, il n'est pas absurde d'associer la France et les États-Unis, car, tout au long du XX^e siècle et jusqu'à nos jours, les deux pays se rejoignent dans une réflexion similaire autour du poids et partagent modes et découvertes scientifiques. Ces 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. Il ne s'agit pas, en effet, de deux sociétés fonctionnant sur des modèles médicaux ou des critères esthétiques si différents que la comparaison en devienne trop grossière pour avoir un sens¹.

Commençons, même brièvement, par décrire les phénomènes. Il est difficile de rentrer dans une comparaison détaillée, car les données varient, surtout avant la fin du XX^e siècle. Je n'aspire pas à une précision irréaliste. Cependant, les tendances générales sont très claires et particulièrement intéressantes.

Durant la 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. En 1990, 9% des Françaises sont considérées comme obèses contre 19% des Américaines².

¹ Peter N. Stearns, *Fat History: Bodies and Beauty in the Modern West* (revised edition, New York, 2002); Richard Cummings, *The American and His Food* (Chicago, 1940); Howard Jones, *American and French Culture, 1750-1848* (Chapel Hill, NC, 1917), 92-94; Harvey A. Levenstein, *Revolution at the Table* (New York, 1988), 11-14; Yves Grosrichard, *L'Amérique insolite* (Paris, 1958), 31.

² David F. Williamson, « Descriptive Epidemiology of Body Weight and Weight Change in U.S. Adults », *Annals of Internal Medicine* (1953): 646-49; « Trends in Average Weights, Insured Men and Women », *Statistical Bulletin of the Metropolitan Life Insurance Company* (1966): 1-3; « Trends in Average Weights and Heights of Men: an Insurance Experience », *Statistical Bulletin of the Metropolitan Life Insurance Company* (1970): 6-7. Une réflexion importante sur les tendances : Robert Kuczmarski et al., « Increasing Prevalence of Overweight Among US Adults », *Journal of the American Medical Association* 272 (July 20, 1994): 205-211; Society of Actuaries and Association of Life Insurance Medical Directors of America, *Build Study 1979*, (New York, 1980); Edward A. Lew, « Mortality and Weight: Insured Lives and the American Cancer Society Studies », *Annals of Internal Medicine* (1989): 1024-29; Charraud et Valdelièvre, « La taille et le poids du français », 23-38; Corine Postel, *Poids et taille des Français en 1970* (Master's Thesis, Paris V Medical School, 1970), #38; Marceline Bocher, « Le Corps change, son image aussi », INSEE *Première* (Institut national de la statistique et des études économiques) (Jan. 1995): 356; S. M. Retchin et al., « Health Behavior Changes in the United States, United Kingdom, and France », *Journal of General Internal Medicine* (Nov.-Dec. 1992): 615-22; Dominique Laurier et al., « Prevalence of Obesity: A Comparative Survey in France, the United Kingdom, and the United States », *International Journal of Obesity* 16 (1992): 568; M. F. Rolland-Cachera et al., « Body Mass Index Variations: Centiles from Birth to 87 years », *European Journal of Clinical Nutrition* 45 (1991): 13-21; J. Delarue et al., « Anthropometric Values in an Elderly French Population », *British Journal of Nutrition* (1994): 295-302; C. Bonithon-Kopp et al., « Relationships between three-year longitudinal changes in body mass index, waist-to-hip ratio, and metabolic variables in active French female population », *American Journal of Clinical Nutrition* (1992): 475-82.

Les choses se compliquent légèrement à partir des années 90, car les Français commencent eux aussi à prendre du poids. La prise de poids aux États-Unis a commencé plus tôt, dans les années 80, et a connu une progression plus rapide. Ainsi, entre 1980 et 2002, le taux d'obésité aux États-Unis va subir jusqu'à 100% d'augmentation, selon certaines études, tandis qu'en France, il augmente de 17%, principalement après 1997. Chez les enfants, la progression du taux d'obésité est plus inquiétante, puisqu'elle atteint 50% en France, ce qui reste cependant deux fois moins élevé que la progression enregistrée aux États-Unis pendant la même période. Sans verser dans une vision simpliste des querelles culinaires transatlantiques, et malgré les changements survenus en France, les railleries du Nouvel Observateur en 2000 ne sont pas sans fondement : «Les États-Unis ne sont rien d'autre qu'une gigantesque machine à manger.» Aussi bien pour l'ensemble du XX^e siècle que pendant la période où, partout dans le monde, la prise de poids s'accélère, les États-Unis et la France présentent des différences qui nécessitent une explication comparative.

COMPLEXITÉS

L'axe principal permettant d'expliquer les différences entre la France et les États-Unis et d'en tirer des leçons s'articule autour des attitudes et des comportements. Les facteurs impliqués dans le phénomène américain sont nombreux et ne peuvent pas toujours se réduire à des schémas simples. Deux types de facteurs requièrent une attention particulière : l'industrie alimentaire et les sous-ensembles culturels.

Dans ce problème de poids des femmes, l'un des facteurs qui différencient les États-Unis de la

France tient à la plus grande diversité culturelle des premiers ou plus grande - et probablement préférable - uniformité de la deuxième. Ces deux sociétés présentent des divergences internes similaires. Les gens sont plus lourds en milieu rural qu'en milieu urbain, dans les milieux modestes que dans les milieux aisés. En France, comme aux États-Unis, on se rebiffe contre les exigences de la mode qui impose des modèles de corps et des contraintes alimentaires impossibles. Y compris dans ce domaine, la France semble s'être montrée capable de plus de changements radicaux que les États-Unis. Dans le sud du pays, au début du XX^e siècle, le poids est plus élevé que la moyenne, mais l'influence grandissante des citadins et des touristes inverse la tendance. Au contraire, plusieurs États ruraux américains, avec pour chef de file le Mississippi, sont demeurés en tête des statistiques, laissant moins de prise aux influences extérieures.

Le phénomène américain est largement conditionné par les profondes différences de culture et de critères de poids des principaux sous-ensembles culturels, notamment afro-américain et hispano-américain. Dès 1991, la moitié des afro-américaines et 48% des hispano-américaines souffrent de surcharge pondérale contre 33% des femmes blanches. Ces écarts s'expliquent par de profondes divergences en matière d'alimentation, d'accès aux soins et d'attitude face à la médecine, ainsi que de canons de beauté³. 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 États-Unis.

Néanmoins, il ne faut pas exagérer l'impact des divergences ou des convergences internes. Ainsi, le récent mouvement d'augmentation du poids a touché les femmes blanches plus que celles des minorités bien

³ Pour preuve de la confiance en son pouvoir de séduction malgré un excès de poids, S. K. Kumaryika, F. F. Wilson, and M. Guildford-Davenport, «Weight-Related Attitudes and Behaviors of Black Women», *Journal of the American Dietetic Association* 93 (1993): 416-22.

qu'elles n'aient pas encore atteint le même taux global d'obésité et d'excès de poids. Cela implique également que le poids des femmes blanches américaines augmente plus rapidement que celui des Françaises. Une explication comparative ne peut s'arrêter aux différences culturelles entre sous-ensembles.

Les efforts de l'industrie alimentaire constituent un autre défi. Il ne fait aucun doute que ce schéma américain, et d'une certaine manière mondial, est dû, en grande part, aux changements intervenus dans cette industrie. Il faut en noter plusieurs. La taille des plats dans les restaurants a augmenté. Depuis 1971, l'utilisation d'un nouveau sirop de maïs a augmenté le nombre de calories dans de nombreux aliments pour enfants. Déjà courants, les «snacks», à savoir tout ce qui se grignote ou se mange sur le pouce, sont désormais disponibles partout. En 2000, la plupart des bâtiments publics aux États-Unis sont munis d'un point de vente à cet effet, ou du moins de distributeurs automatiques sophistiqués. La popularité grandissante des cafés et de leurs infusions riches en calories n'est qu'une intrusion supplémentaire du commerce dans les habitudes alimentaires⁴.

La France n'a pas échappé à ce type de changements. La propagation étonnamment rapide des fast-foods, depuis les années 70 - que ce soit des chaînes américaines ou des versions locales - est le signe d'une agressivité similaire de la part des fournisseurs de produits alimentaires⁵. Il serait souhaitable et intéressant de comparer plus précisément les initiatives. Cependant, il est presque certain que l'industrie alimentaire américaine, composée d'énormes entreprises agroalimentaires, a beaucoup plus travaillé à la création de nouvelles occasions de manger et à l'augmentation des quantités dans les situations déjà établies. En conséquence, aux

États-unis, des voix ont commencé à s'élever pour exiger de nouvelles régulations au sein de l'industrie alimentaire, afin d'aller au-delà de l'obligation de fournir aux clients des informations détaillées quant à la teneur en calories et en lipides des produits. On a suggéré de poursuivre en justice certains fournisseurs tels que Mac Donald's, au motif d'incitation irresponsable à la consommation, suivant un raisonnement analogue à celui utilisé contre l'industrie du tabac.

Toutefois, dans quelle mesure ces initiatives industrielles sont-elles un facteur primordial dans le changement des habitudes et dans quelle mesure reflètent-elles de nouveaux besoins? C'est une problématique familière lorsqu'on étudie les évolutions des sociétés de consommation. Les facteurs impliqués ne sont pas faciles à distinguer. Pourquoi les Américains ont-ils si aisément accepté de plus grosses portions, préférant manger plus que payer moins? L'industrie alimentaire est-elle un facteur premier ou second dans l'ingestion de plus grandes quantités de nourriture? De la même manière, quelle part de responsabilité attribuer aux différences entre les industries dans la comparaison franco-américaine par opposition aux différences d'habitudes et d'attentes en matière d'alimentation? Sans prétendre à une précision scientifique, il semble raisonnable de postuler une responsabilité partagée, les modèles alimentaires - y compris les nouveaux besoins - venant compléter de façon indépendante les offensives et capacités nouvelles de l'industrie au cours des vingt dernières années. Il serait donc raisonnable de suggérer que l'écart entre la France et les États-Unis découle davantage des différences relatives aux modèles alimentaires que des différences relatives à l'industrie agroalimentaire, distinctes ou antérieures à l'apparition de ces modèles alimentaires.

⁴ Greg Critser, *Fatland: How Americans Became the Fattest People in the World* (New York, 2003).

⁵ Pascale Pynson, *La France à table, 1960-1986* (Paris, 1987), 17-32, 259. MacDonald's apparaît en France en 1972. En 1983, 45 % des repas servis dans les restaurants français sont des plats principaux vite préparés, les fasts foods en tant que tels constituant une part grandissante de ce total.

La fascinante querelle transatlantique concernant la consommation d'organismes génétiquement modifiés, bien qu'elle n'ait pas de lien direct avec les problèmes de poids, montre l'influence exercée par les critères des consommateurs sur le comportement des producteurs. En ce sens, l'expérience initiale d'Eurodisney, qui a cru pouvoir imposer les habitudes alimentaires américaines au public européen et a dû battre en retraite face à la résistance des consommateurs, s'est révélée tout aussi fascinante. A long terme, une industrie alimentaire offensive saura sans doute vaincre ces réflexes de consommation et réduire les différences entre sociétés. C'est peut-être déjà là l'un des facteurs de la mondialisation de l'obésité. A ce jour, toutefois, les comportements ne sont pas uniformisés et constituent un élément primordial des tendances en matière de poids. Tout en reconnaissant la complexité industrielle, il ne faut pas négliger un autre type d'investigation.

Restent quelques questions en suspens, difficiles à intégrer dans les repères comportementaux. Les Américains sont les premiers à faire remarquer que, depuis les années 70, ils sont beaucoup plus zélés que les Français dans la lutte contre le tabagisme, se concentrant sur ce danger parmi les plus redoutés pour la santé, point focal de nouvelles exigences envers les individus. Or, ce choix joue un rôle dans l'accélération de la prise de poids. Il est à noter que les Américains éprouvent pour les bars européens où l'on fume la même horreur que les Européens pour la graisse américaine. Par ailleurs, le taux de natalité aux États-Unis reste plus élevé qu'en France, ce qui a un impact évident sur les courbes de poids féminines. Encore une fois, il faut garder à l'esprit, lorsqu'on passe des faits aux facteurs qui les sous-tendent, qu'aucune conclusion n'est simple.

DIFFÉRENCES CULTURELLES

En dépit de l'importance des échanges transatlantiques, des préoccupations de principe communes autour du régime alimentaire, et de tendances au consumérisme et à l'abondance qui se rejoignent, les habitudes des Français et des Américains se distinguent sur des points fondamentaux. Cela explique une grande partie des écarts considérables en matière de poids. Il est impossible de hiérarchiser les facteurs avec précision mais plusieurs catégories requièrent toute notre attention.

TRANSPORTS ET MARCHÉ

Le développement des banlieues américaines à partir de la fin des années 40 a considérablement favorisé la dépendance à la voiture, réduisant le besoin et les occasions de marcher. Le contraste avec les schémas de résidence et de déplacement en France est manifeste. Bien que certains Américains aient converti certains Français aux pratiques sportives de compensation, à grande échelle, le mode de vie plus sédentaire a clairement des conséquences désormais familières sur les corps. Ce ne sont pas les préoccupations pour le corps mais les espaces disponibles, une certaine abondance et des inquiétudes quant à la vie urbaine qui ont favorisé l'adoption par les Américains de la «vie banlieusarde et motorisée». Cela s'est avéré une cause majeure et durable de prise de poids. Plus récemment, l'effet a été accentué par des formes de loisirs passifs comme la télévision, par le nombre croissant d'activités professionnelles sédentaires et par l'utilisation d'appareils qui réduisent les efforts physiques - tendances également présentes en France, bien sûr.

ÉDUCATION

Une différence cruciale entre les modes américains et français de contrôle du poids, au moins pour la plus grande partie du siècle dernier, réside dans des

attitudes diamétralement opposées envers les enfants. Parmi la multitude de types individuels d'éducation, des divergences d'ensemble apparaissent très vite et persistent. Il est bien connu que le poids des enfants est intimement lié aux problèmes des adultes. La comparaison révèle ainsi le rôle de ce facteur dans le contexte social et historique.

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 du fait que les enfants puissent trop manger. Les manuels d'éducation multiplient les conseils visant 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.

Il est clair que les parents américains s'accommodent de critères de rondeur ancrés dans la tradition comme synonymes de bonne santé chez l'enfant et comme témoins de leur compétence. Cela explique pourquoi on attache une telle importance aux cas de trop grande maigreur censés révéler des carences qui peuvent et doivent être corrigées. On ne fait pas souvent le lien entre ce que les enfants mangent et les problèmes de poids, auxquels les parents sont eux-mêmes confrontés. Des évolutions spécifiques recentrent régulièrement les préoccupations populaires vers l'abondance de nourriture plutôt que l'inverse. La crise de 29 s'accompagne d'images de malnutrition impressionnantes bien que sans rapport avec la vie de la majorité des Américains. Plus tard, l'anorexie - plus répandue aux États-Unis qu'en France même si les incidences de la maladie elle-même ne varient

guère - suscite des inquiétudes et constitue une nouvelle raison de se concentrer sur le problème du «bien manger» et d'oublier celui du «trop manger». Car le problème est réel et atteint douloureusement les parents qui s'enorgueillissent de bien pourvoir aux besoins de leurs enfants. Il est alors facile de perdre le sens de la mesure et de reporter toute l'attention sur l'anorexie en négligeant le phénomène plus répandu de l'obésité infantine⁶.

C'est dans ce contexte que les parents consacrent leur énergie à pousser leurs enfants à manger plutôt qu'à leur apprendre la modération, mission sans doute plus délicate. Finir son assiette est un devoir puisqu'on meurt de faim ailleurs dans le monde ; se resservir fait honneur à la prospérité familiale. On est plutôt laxiste sur le grignotage et on donne aux enfants de l'argent de poche qui leur permet d'acheter bonbons et sodas de manière autonome. 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 infantine, par une série de problèmes de poids, chez les garçons comme chez les filles, plus importants que ceux constatés en France.

En effet, à en juger par les conseils des manuels et le fonctionnement de la grande distribution, les postulats dominants en France 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 encore privés de la capacité à réguler leur alimentation. Portions calibrées, repas à heures fixes, peu de grignotage en dehors du goûter, objet de débats récurrents, telles sont les mises en pratiques courantes de cette approche,

⁶ Peter N. Stearns, *Anxious Parents: A History of Modern Childrearing in America* (New York, 2003).

y compris dans des foyers qui ont les moyens de manger plus⁷.

Le début du XXI^e siècle voit les schémas américains se détériorer davantage, tandis que la façade française commence à se fissurer, nonobstant un décalage important dû aux différences de postulats et de comportements. Dans les deux sociétés, l'augmentation constante de consommation de nourriture, avec chez les jeunes Français un engouement accru pour les sodas, se combine à des modes de vie de plus en plus sédentaires étant donné l'omniprésence de la télévision et d'Internet. Les parents, surtout les mères, travaillent de plus en plus et ont des difficultés à maintenir une discipline alimentaire. Ils autorisent souvent le grignotage car ils se sentent coupables de ne pas être assez présents par ailleurs. L'obésité gagne du terrain, encore une fois chez les garçons comme chez les filles. Mais aux États-Unis, le phénomène va plus vite et revêt d'emblée de plus grandes proportions. La question est de savoir si la France va finir par les rattraper ou si elle peut sauver certains aspects de son approche précédente dans ce contexte effectivement nouveau.

La question des enfants demeure cruciale. Malgré ces signes limités de convergence, la socialisation française reste globalement très différente de l'américaine. Les Français s'attachent aux repas et notamment aux dîners comme à des moments de vie familiale vitaux, ce qui contraste de facto avec le fonctionnement des Américains dont les idéaux ne sont pourtant pas si éloignés. Les Français sont parvenus à assouplir le code de conduite à table, à gagner un côté plus informel, selon un schéma proche de celui observé aux États-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 qu'aux États-Unis, où les emplois du temps des enfants et le laxisme des parents poussent à un fonctionnement beaucoup plus informel. De plus, les horaires de travail et les temps de trajet des parents fournissent peu d'occasions de partager des repas. Il faut également noter que les Américains préfèrent dîner tôt, ce qui complique encore le contrôle familial. Il n'est pas surprenant que les habitudes des adultes reflètent ces différences dans l'éducation des enfants. Ainsi, contrairement aux Français, les Américains sont généralement persuadés que l'on mangeait mieux avant, et notamment avant la déroute du dîner familial. En France, la discipline et la qualité des repas sont restées une composante de la vie familiale, qui s'avère vitale dans la lutte contre les formes d'obésité qui explosent aux États-Unis. L'éducation joue ici un rôle fondamental⁸.

MODÈLES ALIMENTAIRES DES ADULTES

Bien avant l'émergence des problèmes d'obésité actuels, les adultes américains et français, en moyenne une fois encore, ont évolué vers des attitudes différentes envers l'alimentation. L'attitude américaine se met en place avant que l'obésité n'apparaisse comme un problème. Pendant plusieurs décennies, tant que le travail physique reste la règle, elle ne présente pas de risques particuliers. Mais avec le XX^e siècle et la diminution de l'activité physique, cette attitude contribue largement à la prise de poids moyenne, surtout lorsqu'elle est combinée au laxisme envers les enfants et exacerbée par les tentations de l'industrie alimentaire.

⁷ J. Renault et C. de Tannenbergh. *Alimentation des enfants* (Paris, 1923); Comité national de l'enfance, *Cours de puériculture en dix leçons* (Paris, 1939), 45; Raoul Mercier, *Conférences d'hygiène et de puériculture* (Paris, 1908); Augusta Moll-Weiss, *L'Alimentation de la jeunesse française* (Paris, 1931); Comité national de l'enfance, *Problèmes et aspects de la puériculture moderne* (Paris, 1942), 110; Dr. Rocaz, *L'Hygiène de l'enfant* (Paris, 1935), 85.

⁸ Claude Fischler, «Le repas familial vu par les 10-11 ans», *Les Cahiers de l'Ocha N° 6* (Paris, 1996); <http://www.lemangeur-ocha.com>

Au risque de simplifier à outrance, deux traits caractérisent traditionnellement le modèle alimentaire américain : la quantité et la rapidité. Plusieurs chercheurs suggèrent que devant l'abondance de nourriture disponible en Amérique (du Sud comme du Nord), les immigrants européens ont rapidement érigé le fait de beaucoup manger en symbole de réussite sur une terre par ailleurs étrangère⁹. De nombreux groupes d'immigrants ont suivi ce mouvement, qui est aussi un vecteur de plaisir dans un environnement nouveau et une manière de prouver qu'on a bien fait de quitter celui, plus pauvre, laissé derrière soi. Cette tendance à l'abondance n'a pas eu de conséquences sur le taux d'obésité tant que le travail physique est resté très exigeant. Elles ne s'est 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. Quand au fait de manger vite, largement commenté par les voyageurs au début du XIX^e siècle, il est plus difficile à expliquer, bien qu'il soit clairement associé au rythme de vie américain en général.

Dès le XX^e siècle, cette culture est bien établie et contribue à générer des innovations telles que les fast-foods et les offres de «A volonté» dans d'autres restaurants. C'est le creuset idéal pour les «snacks» qui font leur apparition aux États-Unis dans les années 1880. Ensuite, ce sera l'apparition de portions plus grosses citées plus haut qui joueront un rôle primordial dans la prise de poids dans les années 1990. 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. Une attitude différente qui s'avère salutaire à une époque où la surabondance s'associe à un mode de vie plus sédentaire. Bien que certaines évolutions commencent

à estomper la différence française vers la fin du XX^e siècle - importation du fast-food, réduction du temps accordé aux repas, augmentation de la consommation de «snacks» - le comportement américain n'a pas totalement gagné.

Quantité et rapidité sont responsables de la prise de poids chez les hommes plus que chez les femmes. Mais les femmes sont atteintes en particulier, peut-être parce que leur rôle dans la préparation des repas a décliné à la fin du XX^e siècle en faveur d'une hausse rapide du nombre de repas pris dans les restaurants et de la consommation de plats préparés. Ces traits caractéristiques du modèle alimentaire des adultes tendent à exacerber les surcharges pondérales accumulées durant l'enfance et favorisent le laxisme envers les enfants.

CAMPAGNES MINCEUR

L'impact de ce dernier type de facteurs est particulièrement intrigant et comporte des caractéristiques notées par des observateurs français dès les années 40. Ces facteurs ont certainement joué un rôle dans les problèmes de poids des Américains. Cependant, leur incidence est plus malaisée à évaluer que celle des habitudes alimentaires.

Dès les années 50 - et aujourd'hui encore - un phénomène flagrant émerge au sein de la société américaine. Traînant parfois un excès de poids depuis l'enfance, empêtrés dans des schémas de surconsommation à l'âge adulte et pourtant très conscients du handicap social et médical que représente l'obésité, les Américains se lancent à corps perdu dans les régimes qui, de ce fait - à travers les manuels et autres produits spécialisés - deviennent une industrie nationale majeure. A tout moment, plus de la moitié des Américains adultes se considèrent comme étant dans une certaine phase de régime - y compris bien sûr, celle qui consiste à songer à l'entreprendre.

⁹ John C. Super, *Food, Conquest and Colonization in Sixteenth-Century Spanish America* (Albuquerque, 1988), 84-85.

L'objectif «minceur» a tôt fait de s'installer en tête de liste des résolutions du Nouvel An.

Outre son statut d'obsession nationale, du moins en principe, quelques caractéristiques de la pulsion de régime des Américains méritent d'être commentées. Tout d'abord, notons la forte tendance - encore une fois, en principe - à l'action héroïque. Le fossé entre le corps des Américains, en moyenne, et les idéaux qu'on leur assène est énorme. Les images de top models et d'actrices au corps de liane se superposent aux critères toujours plus draconiens des tables actuarielles et médicales, qui ôtent régulièrement quelques kilos aux objectifs fermement préconisés. Dans ce contexte, peut-être en accord avec une tendance plus générale à en faire trop, il n'est pas surprenant que les exemples les plus vantés en matière de régime soient des cas de perte massive où l'on passe d'un corps désespérément obèse à un corps admirablement svelte. C'était le cas dans les magazines féminins des années 50. C'était l'argument d'une campagne de publicité réussie d'une chaîne de restaurant ces deux dernières années. C'est également le thème des récits de croisades contre le poids menées par des icônes médiatiques telles que Oprah Winfrey.

L'autre dimension de l'obsession américaine du régime se prêtant au commentaire est le moralisme endémique. Bien qu'officiellement toujours affaire de santé et/ou d'apparence, l'excès de poids est la cible d'une croisade morale récurrente qui présente les gros comme manquant de caractère et de volonté, voire, à partir des années 50, souffrant de troubles psychologiques. Dans une culture particulièrement axée sur la responsabilité individuelle, être gros devient une faute. Cette dimension morale est présente dans les activités de nombreux groupes d'entraide. Certains, comme Weight Watchers, s'inspirent de programmes

conçus à l'origine pour vaincre l'alcoolisme et dans lesquels l'exposition publique de ses efforts devient le mécanisme clé pour se motiver et atteindre son but.

Si cette façon américaine d'aborder le régime convient à certains, elle est manifestement inopérante face à l'ampleur nationale du phénomène. L'une des raisons de cet échec est claire : il est difficile de remédier aux schémas et aux réflexes alimentaires acquis durant l'enfance et qui perdurent. En France, le besoin de régime se fait moins sentir qu'aux États-Unis et les Français sont moins nombreux que les Américains à suivre un régime. Mais il semble aussi qu'aux États-Unis, la façon d'aborder les choses limite les chances de succès. Canons de beauté et objectifs irréalistes découragent beaucoup d'Américains de faire le moindre effort ou s'avèrent si difficiles à atteindre qu'ils abandonnent et se consolent en mangeant. C'est particulièrement le cas pour les femmes, car ce sont d'elles qu'on exige le plus en terme d'esthétique et de morale. Lorsqu'un régime ne donne pas de résultats rapides et durables, le sentiment d'échec personnel et d'infériorité les pousse à chercher une compensation en mangeant, d'autant que leur culture associe étroitement la nourriture et le réconfort.

Les spécialistes français essayent explicitement depuis longtemps d'échapper au moralisme américain, insistant sur le fait que les patients doivent être encouragés à envisager leur problème de poids sans l'entacher de morale et de psychologie. Les résultats suggèrent que cette évaluation est juste et efficace¹⁰. De manière intéressante, il semble probable que la forte dimension esthétique inhérente à l'attitude française, même superficielle, soit plus efficace que le moralisme américain. Bien que les Américains envisagent également le poids d'un point de vue esthétique, des études comparatives montrent que les

¹⁰ Jacques Moron, *La Clef du Poids* (Paris, 1974); Léone Bérard, *Pour Maigrir* (Paris, 1977); A. D. Herschberg, *Maigrir et rester mince* (Paris, 1977); Albert Francis Creff and Léone Bérard, *Les Kilos de trop* (Paris, 1977); Gérard Debuigne, *Vivre mince et belle* (Paris, 1978); Gilbert-Dreyfus, *Pourquoi l'on grossit et comment mincir* (Paris, 1977); Jean Trémolières, *Diététique et art de vivre* (Paris, 1975).

Américaines sont légèrement moins susceptibles d'y trouver une motivation que les françaises. De plus, aucune motivation alternative n'a été trouvée¹¹.

Un dernier point de comparaison mérite un bref commentaire bien qu'il s'inscrive peut-être davantage dans une tentative de différenciation que d'explication. Au cours des années 80, les féministes et les libertaires américains lancent une contre-attaque de grande ampleur contre les campagnes relatives au poids et à l'obésité. Ils dénoncent l'injustice des pressions exercées sur les femmes à travers les canons de beauté et la morale, complot masculin dans lequel les médecins sont dûment impliqués. Ils engagent des actions en justice contre des entreprises où des femmes fortes ont subi des discriminations, gagnant plusieurs procès dans le secteur de l'aviation touristique et de la police. Plusieurs livres très convaincants défendent l'idée selon laquelle les femmes n'ont pas à répondre à des canons de beauté¹². Bien que ce mouvement se soit calmé, il influence toujours le débat aux États-Unis. La pression incitant à la minceur ne s'est guère relâchée mais certaines femmes et certains groupes ont sans doute trouvé une forme de légitimité dans ce que les autres considèrent comme un poids excessif. Il est révélateur que les mouvements comparables en France se soient manifestés plus tard et moins violemment, avec encore moins d'impact sur les canons dominants. Privé d'un mouvement féministe aussi vigoureux et hors du contexte plus large de la lutte pour les droits civiques, le conformisme français persiste.

LEÇONS ET CONCLUSIONS

La question essentielle pour l'avenir consiste à savoir si les États-Unis, malgré leurs particularismes, ouvrent d'ores et déjà la voie à des évolutions similaires dans les autres sociétés industrielles. L'influence américaine et l'ampleur avec laquelle les phénomènes apparus aux États-Unis préfigurent des évolutions plus mondiales dans le domaine alimentaire, laissent présager une convergence grandissante. La plupart des observateurs, y compris Américains, espèrent bien entendu que cela ne sera pas le cas.

TEMPS DE TRAVAIL, TEMPS LIBRE, CUISINE

Un point n'a pas été approfondi qui doit contribuer à cette conclusion : pourquoi ce phénomène de l'obésité a-t-il pris une telle ampleur aux États-Unis ces 20 dernières années? De nouveaux modes d'alimentation - sous l'influence de la grande distribution - et d'éducation des enfants exacerbent une vulnérabilité existante et poussent enfants et adultes à manger plus. La désaffection pour la cuisine faite maison contribue à augmenter le nombre de repas pris sur le pouce au restaurant et de plats préparés. Les femmes travaillent et se préoccupent moins de ce qu'elles et leur famille consomment. Mais un dernier facteur réside dans l'augmentation du temps de travail et la réduction du temps libre que subissent les Américains depuis 20 ans. Cela les rend particulièrement dépendants de sources d'énergie et de réconfort simples et rapides - d'où la multiplication des points de vente de nourriture sur les lieux de travail et de loisir.

¹¹ Marlène Delboug-Delphis, *Le Chic et le look: Histoire de la mode féminine et des moeurs de 1850 à nos jours* (Paris, 1989), 39, 108; Lois Banner, *American Beauty* (New York, 1983); Gerald Mendelsohn, Françoise de la Tour, Geneviève Coudin, and François Baveau, «A Comparative Study of the Adaption to Breast Cancer and Its Treatment in French and American Women», *Cahiers d'Anthropologie et Biométrie Humaine* 2 (1984): 71-96. A noter également les différences révélatrices dans la pratique des "seins nus" à la plage, à la fois comme cause et comme effet dans les différences d'attitude envers le corps féminin.

¹² Hillel Schwartz, *Never Satisfied: A Cultural History of Diets, Fantasies, and Fat* (New York, 1983); Roberta Seid, *Never Too Thin; Why Women are at War With their Bodies* (New York, 1989); Claude Fischler, *L'Homnivore* (Paris, 1990), 372; Marcia Millman, *Such a Pretty Face: Being Fat in America* (New York, 1980).

Cette combinaison est en partie proprement américaine - l'augmentation du temps de travail, par exemple, s'oppose à la situation du Japon contemporain - et en partie mondiale, comme dans le cas du travail des femmes et de l'accès toujours plus facile à la nourriture dans les pays riches. Voilà pourquoi les Américains sont les premières victimes, dans le temps et en ampleur, de la nouvelle crise de l'obésité, ce qui ne veut pas dire que d'autres ne la subiront pas. C'est peut-être la première leçon comparative à tirer.

VALEURS CULTURELLES

La deuxième leçon met bien sûr l'accent sur les différences culturelles dans la façon de penser l'alimentation, la médecine et la mode. Il est beaucoup plus facile de conserver des valeurs culturelles saluables que de les importer. Certaines traditions françaises, comme les habitudes alimentaires, les règles de discipline pour les enfants et une approche prudente des régimes, peuvent être mises en exergue et, il faut l'espérer, préservées sans doute grâce à une dose régulière d'anti-américanisme. Les attitudes critiquables avec le recul, comme le conformisme et l'insistance sur les canons de beauté, voire leur exploitation, ont une utilité évidente dans le monde moderne. Or certains de ces comportements culturels sont menacés, non seulement par l'influence américaine mais aussi par les changements intervenus dans l'éducation des enfants. Le maintien de ces attitudes n'a donc rien d'acquis.

CHOIX SOCIAUX APPAREMMENT SANS LIEN AVEC L'ALIMENTATION

La troisième leçon concerne l'importance de choix sociaux apparemment sans rapport avec l'alimentation. Le lien n'est pas établi mais l'évolution du temps de travail et du temps libre est peut-être un facteur important dans le mode d'alimentation des Américains aujourd'hui. Les choix de lieux d'habitation et de moyens de transport, dans des sociétés où le travail devient inévitablement plus sédentaire,

exercent aussi un impact important. Il est donc pertinent de prendre en compte les problèmes de poids dans les débats politiques plus larges tout en n'oubliant pas le problème de l'industrie alimentaire.

LES NIVEAUX DE PRIORITÉ

La quatrième leçon est la clé de voûte de l'ensemble et concerne les niveaux de priorités. 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. Cela ne se traduit pas seulement par le choix délibéré de manger plus que ne le recommandent les spécialistes ou la tolérance envers les «gros» malgré les images relayées par les médias. 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, cela se traduit par une décision claire, même si elle reste implicite, selon laquelle il est plus important de servir les intérêts des producteurs agricoles en proposant une nourriture bon marché et très calorique dans les écoles que d'encourager un meilleur équilibre alimentaire. A cela s'ajoute que la lutte contre le tabagisme, menée avec succès par les Américains qui sont parvenus à influencer sur les habitudes culturelles et les comportements, importe plus que la lutte contre l'excès de poids. Or, il est possible, et pour beaucoup souhaitable, de travailler sur des priorités différentes parmi lesquelles le contrôle du poids aurait une meilleure place. 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, même si l'alimentation reste un domaine très personnel.