

Le colloque des 12 et 13 octobre présente les principaux résultats d'AlimAdos, un programme de recherche de l'Ocha, (Observatoire Cniel des Habitudes Alimentaires) mené avec deux laboratoires du CNRS (Alsace et Provence-Alpes-Côte d'Azur) et l'ANR (Agence Nationale de la Recherche). AlimAdos, c'est plus de 15 chercheurs, plus de 500 familles enquêtées, plus de 1500 entretiens menés sur 3 ans, un travail de recherche exceptionnel par sa richesse et son ampleur, qui vise à comprendre la relation des adolescents à leur alimentation et à leur corps, à décrypter leurs logiques et leurs ambivalences, sans jugement de valeur.

## Et si les inquiétudes sur l'alimentation des jeunes Français étaient un peu exagérées ?

### Les résultats de la recherche AlimAdos invitent à dépasser les stéréotypes

Parmi les préoccupations sociétales des dernières années, la « malbouffe » et la dramatisation de la progression de l'obésité d'un côté, de l'autre la montée d'une « halal attitude » et la crainte d'une évolution vers un communautarisme à l'anglo-saxonne peu compatible avec les valeurs de la République, ont pesé lourdement sur le regard porté sur les jeunes par les adultes mais aussi par les jeunes sur eux-mêmes.

À l'issue de 3 ans de recherche, exceptions mises à part, l'équipe AlimAdos conclue de façon rassurante sur ces deux points :

- L'alimentation de nos adolescents relève davantage du plaisir, de la construction de soi et de l'interaction sociale que de l'obésité et des troubles du comportement alimentaire,
- Les jeunes Français revendiquent des appartenances culturelles multiples et fluides qui s'additionnent sans s'exclure : la tendance au communautarisme n'est pas vraiment dans leur façon de penser.

La méthodologie qualitative choisie pour le projet de recherche AlimAdos a permis d'ancrer les résultats dans le terrain, le réel et le quotidien. Le projet AlimAdos porté par l'Ocha dès 2006 a été sélectionné par l'Agence Nationale de la Recherche en 2007. Ses principaux résultats, présentés au colloque « Alimentations Adolescentes » des 12 et 13 octobre 2009, permettent de comprendre les attitudes et les comportements alimentaires des adolescents et de faire des propositions pour redonner à l'alimentation tout son sens au-delà d'une simple fonction nutritive. Les résultats d'AlimAdos permettent aujourd'hui de dire :

**Non, les jeunes Français de 12 à 19 ans ne sont pas les adeptes exclusifs de la malbouffe !** Bien sûr, ils fréquentent les fast-foods ; certes, la street-food se développe, et avec elle des habiletés corporelles des jeunes dont les adultes devraient davantage prendre conscience ... Mais le repas familial résiste bien et les petits plats des mères et plus encore des grands-mères exercent sur les jeunes une attractivité inégalée pour le plaisir du goût, la découverte de nouveaux mets et plus encore leur dimension affective.

**Non, il n'y a pas de communautarisme alimentaire chez les adolescents, ni au niveau d'une culture adolescente ni au niveau des cultures familiales, qu'elles aient été marquées ou non par des parcours migratoires.**

Les adolescents revendiquent plusieurs appartenances, à définir comme des contextes plutôt que comme des cultures, passant de l'une à l'autre avec facilité comme dans des jeux de rôles, jouant avec les positionnements et les aliments adéquats à des mises en scène de soi et à la recherche d'un style.

**Oui, on peut parler de cultures alimentaires adolescentes ... au pluriel !** Les jeunes Français sont attachés à des aliments doudous qui apportent du réconfort et à des aliments navette qui marquent les passages. Ils attendent aussi des aliments adaptés à leur besoin de mobilité, de nomadisme et de partage entre copains. Et du ludique et du fun au travers desquels se construisent et se reconnaissent les groupes d'âge. Le lait a un statut particulier : faisant trop bébé à partir de la classe de 5<sup>e</sup> pour être consommé en public, il retrouve sa place chez les 18/19 ans qui n'ont plus à prouver qu'ils ne sont pas des enfants ...

**Non, il n'y a pas de rupture de la transmission entre adultes et adolescents. Et le plaisir est essentiel dans cette transmission :** plaisir alimentaire des jeunes, plaisir des parents et des équipes de restauration scolaire à faire plaisir aux jeunes. Les jeunes ne sont pas en manque de règles et de normes. Que ces règles et ces normes soient négociées avec les adultes, réinterprétées et réinventées constamment, c'est leur permettre de s'adapter et de durer à travers ce qui est, pour les jeunes, la fois un jeu et l'apprentissage de l'autonomie. En revanche, vouloir transformer les jeunes en agents de changement des habitudes alimentaires familiales, c'est les mettre en situation de tension entre diverses normes, une tension trop lourde à porter.

**Oui, il faut rassurer les adolescents et les parents sur les changements morphologiques normaux liés à la puberté : ce n'est pas le début de l'obésité !** Grossir, prendre du poids est normal à un moment de la vie adolescente mais à force de culpabilisation et de stigmatisation, même la croissance normale devient dans leur esprit pathologique ! Les stresser et les culpabiliser en faisant de l'alimentation un risque n'est ni nécessaire ni efficace : aussi bien les ados que leurs parents savent ce qui est bon et mauvais pour la santé, pour ne pas grossir, pour rester mince.

**Oui, il faut donner aux jeunes une éducation alimentaire plutôt que nutritionnelle, et cette éducation alimentaire est en fait une éducation à la vie tout court.** Nous ne sommes pas des êtres purement rationnels vivant dans un monde simple où il suffirait de choisir entre bons et mauvais aliments. Les jeunes sont lucides et critiques vis-à-vis de leurs parents, des institutions et d'eux-mêmes. Ils sont conscients de l'influence de leurs émotions sur leurs comportements alimentaires, ils sont capables aussi de comprendre les paradoxes d'une société où cohabitent des intérêts parfois contradictoires.

Au terme de 3 ans d'immersion parmi les jeunes Français et leur environnement familial et social, les chercheurs d'AlimAdos ont envie d'inviter les parents et tous les professionnels concernés par l'éducation et l'alimentation des jeunes à un peu moins de pression et à un peu plus de confiance envers les adolescents ... !

---

**L'Ocha –Observatoire Cniel des Habitudes Alimentaires –** est un programme à long terme d'études et de publications créé en 1992 au sein de l'interprofession laitière (le Cniel) pour explorer les relations des mangeurs à leur alimentation avec une approche pluridisciplinaire privilégiant les sciences humaines et sociales. Ses travaux sont disponibles pour l'essentiel en ligne sur son site [www.lemangeur-ocha.com](http://www.lemangeur-ocha.com)

Le Cniel – Centre National Interprofessionnel de l'Economie Laitière – est l'émanation de la Fédération Nationale des Producteurs de lait, de la Fédération Nationale des Coopératives laitières et de la Fédération Nationale de l'Industrie Laitière. La recherche fait partie des missions du Cniel qui participe à de nombreux programmes co-financés par l'Agence Nationale de la Recherche.

L'Unité d'anthropologie bioculturelle, UMR 6578, laboratoire du CNRS et de l'Université de la Méditerranée. Pôle marseillais du CNRS pour les recherches en anthropologie, l'UMR 6578 conduit des recherches à l'interface des processus biologiques et culturels, que ce soit dans une perspective diachronique ou synchronique...  
[www.anthropologie-biologique.cnrs.fr/recherche/](http://www.anthropologie-biologique.cnrs.fr/recherche/)

Le laboratoire « Cultures et sociétés en Europe », laboratoire du CNRS et de l'Université de Strasbourg : pôle strasbourgeois dont les thèmes de recherche ont été inspirés par les multiples implications symboliques d'un ancrage à la fois régional, dans un pays frontalier marqué par une histoire de conflits et de cohabitations, et européen, ouvert sur un avenir fait de la rencontre des cultures et de la construction commune.  
<http://umr7043.u-strasbg.fr/presentation.htm>

• **Vient de paraître**

*Alimentations Adolescentes* - Sous la direction de Nicoletta DIASIO, Annie HUBERT et Véronique PARDO  
Dans la collection des cahiers de l'Ocha n°14 – 217 pages - 20 euros

• **Service presse Ocha** (Observatoire Cniel des Habitudes Alimentaires)

Annie Blaise : 01 49 70 71 67 - 06 64 98 68 35 - [ablaise@cniel.com](mailto:ablaise@cniel.com)

Béatrice Gros : 01 49 70 71 59 - [bgros@cniel.com](mailto:bgros@cniel.com)