

Les aliments décomposés : l'omnivore médicalisé ?

Jesus Contreras

Résumé

Manger, s'alimenter a toujours été un fait important au fil de l'histoire et le reste. Pour cette raison, l'expérimentation et la recherche pour améliorer et garantir l'alimentation ont été également une constante. Aujourd'hui, cependant, dans un contexte dominé par la mondialisation et des avancées scientifiques extraordinaires en génétique, la biotechnologie et la nutrition peuvent imaginer des scénarios complètement nouveaux et concordants sur l'alimentation humaine et ses effets sur la santé et la maladie, la sécurité et l'insécurité, le plaisir et la satisfaction, et sur le bien-être général ou le mal-être ; Et également dans la façon de penser son alimentation et les aliments.

Le fait alimentaire est extrêmement complexe. Ceci est une évidence. Cependant, on pourrait ajouter, qu'aujourd'hui, le fait alimentaire est plus complexe qu'il y a ne serait-ce que quelques années. On pourrait dire également que si la complexité traditionnelle du fait alimentaire est une conséquence du caractère omnivore de l'homme (Rozin, 1995 ; Fischler, 1995), la plus grande complexité d'aujourd'hui vient du fait qu'au lieu de parler de l'homme comme omnivore au singulier, il devient impératif de parler d'omnivores au pluriel : c'est-à-dire avec des différences, des besoins et des possibilités différentes entre les uns et les autres. Les avancées de la génétique d'un côté et de la nutrition de l'autre – se réunissant en une nouvelle discipline, toujours en formation, la nutriginomique – nous obligent à parler de l'omnivore au pluriel. Dans un autre ordre, le marketing agroalimentaire est également en train de contribuer à cette pluralité.

D'une manière très simple et schématique, nous pourrions dire que les choix alimentaires qui se sont développés, qui ont été appris et transmis au fil de l'histoire de l'espèce humaine ont pris en compte deux types de processus qui sont les suivants :

1. Apprendre à obtenir les aliments (lesquels, où, comment, quand...ce qui équivaut à connaître le milieu et les relations de cause à effet qui le caractérisent...) ; augmenter l'inventaire des aliments disponibles (que ce soit en dépassant la néophobie caractéristique du paradoxe de l'omnivore ou bien en apprenant à les préparer, et éliminer leur toxicité, indigérabilité... etc ce qui revient à un apprentissage de leur transformation) ; augmenter ou maintenir stable la disponibilité des aliments inventoriés dans un milieu donné (en facilitant leur développement ou leur épuisement ce qui revient à développer des modes ou des techniques de conservation, de stockage, de rationnement, de domestication, d'intensification, de mécanisation, d'insémination, en posant des interdictions, des limites, des tabous...) ; augmenter l'attrait de l'aliment, le goût, de l'inventaire disponible (c'est le rôle de la cuisine :

Jesus CONTRERAS est Anthropologue, Professeur à l'Université de Barcelone et directeur de l'Observatoire de l'alimentation.

Spécialiste en anthropologie économique et anthropologie de l'alimentation, il travaille dans les Andes péruviennes et en Espagne.

Il a récemment publié :

- *Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas* paru chez Ariel, 2005
- *Los sabores del Mediterráneo*, édité par l'Institut Européen de la Méditerranée (Barcelone, Espagne), 2005

rôtir, frire, bouillir, fumer, assaisonner, assaisonner, mélanger...).

2. Apprendre à reconnaître les différentes sortes d'aliments en fonction de leurs changements d'état (par exemple, vert, de saison, mûr, flétri, pourri, frais, passé, fermenté, jeune, vieux.....) et les différents effets sur l'organisme de chacun de ces états....et apprendre à reconnaître les spécificités des organismes humains en fonction de leur nature et de leurs changements d'état : âges, sexes, capital génétique, santé ou maladies, disponibilités, activités....

En accord avec ces deux types de processus, les effets précis et différents de chaque type d'aliment et de ses différents modes de consommation sur chaque individu, en vue de permettre le meilleur approvisionnement possible selon des circonstances particulières,..correspond à la définition de la diététique.

Cependant aujourd'hui notre relation aux aliments est, ou commence à être, très différente de celle qui a été la notre jusqu'à présent. Il suffit de penser à des nouveaux termes comme *gastronomie moléculaire* (en ce qui concerne la cuisine) ou à *nutrigénomique* (en ce qui concerne la diététique) pour prendre conscience de ces nouvelles relations entre l'homme, son alimentation et sa santé. Un autre exemple également avec un nouveau concept hybride, *l'aliment*, pour se représenter les façons de penser les aliments, leurs fonctions, leurs contenus, leurs images...

En effet, jamais autant qu'aujourd'hui nous avons eu une telle connaissance sur les aliments, les maladies et sur la biologie et la physiologie humaine. Les avancées scientifiques permettent aujourd'hui des analyses extraordinairement détaillées, de telle façon que l'on peut connaître jusqu'au moindre détail la composition qualitative et quantitative de n'importe quel aliment ou produit. De cette façon et si l'on se réfère à la publicité scientifique, à son écho dans les médias et à la publicité alimentaire, notre société contemporaine ne semble plus « manger » des pommes, de la viande de poulet ou de porc, du thon, du chou-fleur, des yaourts ou du vin mais plutôt du calcium, du fer, des polyphénols, des flavonoides, des vitamines, du carotène, des glucoses, des fibres, des graisses saturées ou insaturées, de l'acide oléique, du phosphore, de l'alcool éthylique, des protéines, de antioxydants, des tanins, du bifidus, des oméga 3, des phytostérols, AGS, AGLI, LDL, DGLA, etc. Ou aussi et de manière plus intelligible, des barres hypocaloriques, des produits avec « moins », ou « sans » ou « plus » ou « enrichis », etc. Les catégories relatives des aliments semblent avoir été modifiées dans le sens d'une plus grande scientification et médicalisation.

En conséquence avec toutes ces informations, aujourd'hui, les scientifiques, les responsables de la santé publique et les industries agroalimentaires recommandent avec plus de précision et de conviction ce que l'on doit ingérer pour être

sain et prévenir les différentes maladies. Ce que l'on retrouvait autrefois mais d'une autre manière. Les proverbes populaires sont un exemple de comment l'on pensait l'alimentation et comment on parlait des aliments. Par exemple, « le melon du matin, or ; celui du midi, argent et celui du soir, mata. », « Une pomme par jour garde le médecin loin », « Marmite sans sel fait plus de bien que de mal », etc. Aujourd'hui cependant, la nouveauté avec les aliments fonctionnels est que nous ne parlons plus des aliments proprement dits mais de leurs composantes concrètes. Cela constitue un changement qualitatif important dans la perception des aliments et par conséquent de toute notre alimentation.

Au temps où nous connaissons mieux chaque jour la composition des produits alimentaires, nous connaissons également de mieux en mieux les effets des différents nutriments et substances sur notre organisme. Et comme nous l'avons déjà souligné, les scientifiques, les responsables de la santé publique et les industries agroalimentaires recommandent avec plus de précision et de conviction ce que l'on doit ingérer pour être sain et prévenir les différentes maladies. Les médias de leur côté divulguent cette connaissance et ces nouvelles approches de l'alimentation. Par exemple, « *Imaginez-vous qu'en plus de prendre du plaisir avec un jus rafraîchissant, une sauce exquise ou un yogourt, votre cholestérol, votre système immunitaire, votre pression sanguine s'améliorent considérablement ?* » ou encore « *Le régime alimentaire du futur ne sera pas pensé pour perdre du poids mais plutôt pour éviter la mort. Dans les prochaines années, les scientifiques en utilisant leurs connaissances, chaque jour plus grandes, sur la génétique humaine et celles sur l'usage médical des aliments pourront élaborer des régimes capables d'empêcher ou de soigner des maladies. Aux individus avec un risque génétique de développer des problèmes de coagulation sanguine, ils recommanderont de manger des aliments avec des anticoagulants naturels. Et ceux qui souffrent d'allergies chroniques, de migraines ou d'arthrite pourront suivre un régime permanent avec des aliments qui contreront ces maladies.* »

Les recommandations des responsables de la santé publiques et des industries agro-alimentaires sont précises et visent à prévenir certaines maladies, à rester sains. Bien que nous ayons aujourd'hui dépassé les problèmes d'autrefois de pénurie alimentaire, l'alimentation est considérée comme un problème majeur de santé publique. L'inadéquation des pratiques alimentaires est considérée comme la cause de l'augmentation de nombreuses maladies, depuis divers cancers et pathologies cardiovasculaires jusqu'à l'obésité, considérée aujourd'hui comme une épidémie. Aujourd'hui, l'omnivore ou au moins certains d'entre eux, ne veulent pas se plier à un environnement médicalisé plus ou moins contraignant. Aujourd'hui, avec la mondialisation des marchés, l'environnement est presque le même pour tous les omnivores du monde. L'adaptation

future de l'omnivore consistera à connaître sa carte ADN et bientôt à adapter son alimentation à cette dernière pour prévenir « ses propres » maladies ; au contraire, son ignorance ou sa paresse seraient les coupables