

INTRODUCTION

La modernité alimentaire fait débat

En 1975, au terme d'une vie consacrée aux « sciences de la nutrition », Jean Trémolières écrivait : « L'expérience de l'alimentation "scientifiquement rationalisée" fait dire que le jour où la science organisera le monde, il cessera de tourner, car il aura perdu le désir de vivre. »

Un quart de siècle plus tard, c'est au nom de la science et de la raison que se répand la contestation de la *modernité alimentaire* pour notre plus grand bien à tous : notre santé. Les hommes modernes, semble-t-il, ne savent plus manger. Ils sont malades de l'abondance, malades de la civilisation. Vivant depuis des millénaires dans un contexte de rareté, ils seraient mieux armés pour vivre dans le manque. L'abondance alimentaire aurait donc perturbé leur boussole comportementale, résultat d'un long façonnage entre gènes, milieux et cultures. Si les hommes ne savent plus manger, il faut donc leur apprendre ! Le raisonnement est simple et s'impose comme une évidence. Des politiques nutritionnelles de santé publique et des programmes d'éducation pour nous réapprendre à manger se mettent donc en place partout dans les pays occidentaux. Même la France qui, fière de sa gastronomie, s'était jusqu'ici relativement tenue à l'écart de cette tendance, emboîte le pas aujourd'hui avec le lancement d'un *Plan National Nutrition Santé*.

Mais la *modernité alimentaire* n'est pas contestée seulement au nom de la santé ; d'autres enjeux, d'autres angoisses, d'autres doutes rendent le débat passionné, voire passionnel, depuis plusieurs années. La succession de crises que nous venons de vivre cristallise le sentiment de l'urgence à poser des diagnostics et à trouver des solutions. Quels sont donc les maux regroupés sous ce terme de *modernité alimentaire* ? Quels sont les termes du débat ou plutôt, car il y en a plusieurs, des débats ? Ces questions concernent chacun de nous car nous sommes tous condamnés à manger pour vivre : « Au cours de son existence, rappelle Léo Moulin, l'homme mange de 75 000 à 100 000 fois et consacre à cet exercice de treize à dix-sept années de sa vie éveillée... »

Précisons d'emblée que nous entendons le terme de *moderne* au sens le plus courant, c'est-à-dire dans le sens de *contemporain*, sans faire référence au débat - très intense outre-Atlantique - entre chercheurs sur les relations entre modernité et postmodernité. Dans ce débat, la modernité renvoie à des sociétés où la rationalité domine les décisions des acteurs sociaux, la postmodernité s'appliquant quant à elle à des sociétés où le relativisme culturel est accepté

comme un principe central. Notre objectif ici n'est pas de nous positionner dans cette problématique. Nous n'utiliserons pas non plus – même si nous évoquerons l'histoire de notre alimentation – le terme de moderne au sens que lui donnent les historiens lorsqu'ils parlent d'*histoire moderne*, celle qui s'intéresse aux trois siècles dits classiques, de la Renaissance à la fin du XVIII^e siècle. *Moderne* est donc pris ici au sens premier du terme, *qui appartient au temps présent*¹, et renvoie à la fois aux mangeurs actuels et à l'état d'organisation de la filière aujourd'hui.

Une remise en cause de l'ensemble de la société

Sur le front de l'alimentation, le climat de ce début de siècle est plutôt agité. Jusque-là plus habituée à la quiétude des rubriques « gastronomie » ou « santé » des magazines, l'alimentation fait désormais les gros titres et se pose en sujet de société. La *malbouffe* bouscule les certitudes occidentales et questionne les sociétés modernes sur leurs choix d'organisation les plus fondamentaux. Il est vrai que les préoccupations s'accroissent : épizootie d'encéphalopathie spongiforme bovine (ESB), plus célèbre sous le nom de « crise de la vache folle », accueil pour le moins nuancé des organismes génétiquement modifiés (OGM) par une importante partie des consommateurs, recrudescence de l'épidémie de fièvre aphteuse...

Le procès de l'agriculture productiviste est instruit. *Ne sommes-nous pas allés trop loin ?*

Les agriculteurs ne reviennent pas de ce retournement de situation, eux qui, après la Seconde Guerre mondiale, avaient réussi, avec l'aide de la recherche agronomique, à faire disparaître le spectre de la faim des horizons occidentaux. À l'échelle de l'histoire longue, c'est un événement d'une portée considérable dont il est parfaitement légitime d'être fier. Alors que, dans son histoire, l'espèce humaine a eu beaucoup plus d'occasions de fréquenter la rareté, elle doit maintenant apprendre à gérer l'abondance. Les angoisses du manque oubliées, les sociétés développées s'interrogent désormais sur la qualité de leur alimentation.

Le « démontage » d'un modeste restaurant McDonald's dans une petite préfecture du sud de la France est devenu le symbole international de la lutte contre la mondialisation et l'américanisation des mœurs. Face à l'alimentation moderne insipide, le roquefort prend tout à coup des saveurs d'ambrosie. Des jeux contradictoires se tissent entre une mondialisation des goûts et une revitalisation du terroir. On n'a jamais autant mangé de pizzas, de hamburgers et bu de Coca-Cola. Mais parallèlement, on n'a jamais sans doute autant parlé – et peut-être même mangé – de produits dits *de terroir*, de cuisines dites *régionales*...

Les industries agroalimentaires, pourtant soumises à des normes d'hygiène toujours plus contraignantes, sont engagées dans une lutte permanente contre des souches microbiennes de plus en plus sournoises. Avec la concentration des volumes de production et la complexification des réseaux commerciaux, les risques d'intoxication alimentaire s'amplifient. Ils ont changé d'échelle et peuvent concerner des dizaines, des centaines, voire des milliers de personnes. Une

1. Première définition donnée par le *Grand Larousse universel*, 1993-7009.

listériose s'annonce aujourd'hui dans le journal de vingt heures, les numéros des *lots suspects* sont publiés par les médias, la grande distribution retire les produits concernés des rayons. Traçabilité et contrôles sont plus que jamais renforcés. La République y veille. Elle s'est dotée d'une Agence de sécurité sanitaire des aliments, l'AFSSA, qui pourrait même servir de « modèle pour une structure européenne équivalente ». En même temps, la formule qui a fait les beaux jours de l'économie politique libérale, *trop d'impôt tue l'impôt*, se décline aujourd'hui sur le thème *trop d'hygiène tue l'hygiène*.

À travers les crises alimentaires, c'est toute l'organisation des sociétés modernes qui est mise en cause. Les formidables gains de productivité de l'agriculture intensive permettent à une infime partie de la population de nourrir le plus grand nombre, libérant ainsi une main-d'œuvre pour le développement du secteur tertiaire. Rappelons qu'en cinquante ans les agriculteurs sont passés de 40 % à moins de 3 % de la population active française (INSEE, 2001) et cette tendance est la même partout en Europe. L'industrialisation de la transformation alimentaire, en assumant une grande partie des tâches culinaires, a libéré un temps considérable utilisable pour des activités de travail mais aussi de loisir. Ce sont les femmes qui en ont été les premières bénéficiaires, même si elles continuent à travailler plus que les hommes lorsque l'on additionne le temps de travail professionnel et le temps passé à des activités domestiques. La structure de la société, les modes de vie mais aussi les rôles sociaux des hommes et des femmes sont largement dépendants de cette organisation. Peut-on revenir en arrière ?

Un malheur n'arrivant jamais seul, la faculté nous annonce qu'une épidémie d'obésité, certains parlent même de pandémie, menace le monde moderne. Lui qui ne rêve que de minceur, de sveltesse... Dans le domaine de l'obésité, les États-Unis sont loin en tête. Mais la France, qui s'est longtemps crue protégée de cette pathologie grâce à son modèle alimentaire, apprend avec stupeur que l'obésité infantile a, durant la décennie 1990, connu une montée spectaculaire (INSERM, 2000). Nous mangeons trop et mal, et si nous ne réagissons pas rapidement, notre avenir est scellé : nous allons mourir gros et malades, et sans doute faudrait-il ajouter... vieux, beaucoup plus vieux. Car l'espérance de vie ne cesse d'augmenter. Dramatique destin pour une société qui n'aime ni les gros, ni les malades, ni les vieux. La situation est pour le moins paradoxale, alors que l'espérance de vie n'a jamais été aussi longue et que l'abondance alimentaire y est probablement pour quelque chose.

La malbouffe et l'américanisation de notre alimentation : un débat vieux de trente ans

Ces interrogations sur la *modernité alimentaire* ne sont peut-être pas aussi récentes qu'il y paraît. La société de consommation à peine née, dans les soubresauts de 68, et déjà quelques fissures apparaissent. L'industrialisation de la production alimentaire est pointée du doigt. Parmi cette génération, beaucoup rêvent de retour à la terre, très peu tentent l'expérience, et ils sont encore moins nombreux à avoir tenu le coup. Cependant, tous gardent de cette expérience une sensibilité aux questions d'écologie. Dans les années 1970, un mouvement prônant une alimentation saine, plus ou moins patinée de végétarisme, se pose en modèle alimentaire alternatif. C'est d'ailleurs dans ce creuset que le terme de *malbouffe* a été créé par Stella et Joël de Rosnay. Des questions donc,

des interrogations sur le type de société, mais on est encore loin de cette cristallisation sur l'alimentation derrière laquelle se profilent des enjeux en termes de santé, de sécurité. La nouveauté aujourd'hui tient sans doute au renversement de l'intérêt porté aux modèles alimentaires traditionnels posés aujourd'hui comme des patrimoines culturels. La construction de l'Europe tout d'abord, puis la mondialisation des marchés alimentaires ont fait surgir des risques identitaires. L'homogénéisation des pratiques alimentaires serait en train de saper les fondements même des cultures européennes. Les modèles alimentaires *méditerranéen, crétois, latin, français, gersois...* sont brandis tels les étendards de la résistance à l'américanisation des mœurs.

Cette américanisation de nos mœurs alimentaires, qui serait l'expression de la modernité alimentaire, est pourtant loin de faire l'unanimité. C'est un sujet d'interrogations et d'inquiétudes depuis trente ans. Les premiers signaux d'alarme ont été lancés dans les années 1970 par des chercheurs américains dont les travaux attiraient l'attention sur l'évolution des mœurs alimentaires aux États-Unis. Dès 1979, Claude Fischler s'en faisait l'écho à travers un article publié dans la revue *Communication* : « Le repas composé et commensal, écrivait-il, est pratiquement en voie de disparition aux États-Unis. Dans les familles de couche moyenne citadines, il arrive que l'on ne se trouve réunis autour de la table du dîner familial que deux ou trois fois par semaine et le repas ne dure guère alors plus de vingt minutes. Les mêmes travaux nous montrent que la moyenne du nombre de prises alimentaires (*food contacts*) dans la journée est d'une vingtaine et que, dès lors, le rythme supposé des trois repas quotidiens n'est plus qu'une survivance. Des phénomènes, peut-être du même ordre quoique d'une échelle moindre, sont d'ores et déjà observables en Europe... » (Fischler, 1979.)

Au début des années 1980, des études marketing françaises (COFREMCA, 1983 ; GIRA, 1984) emboîtent le pas aux études américaines et constatent que l'alimentation des Français commence à se « déstructurer ». Dix ans plus tard, dans *L'Homnivore*, Claude Fischler évoque ces études « qui confirment l'existence de courants relevant de ce que les professionnels baptisent "la déstructuration" des habitudes alimentaires et des repas. La régularité, la composition et le déroulement des repas semblent évoluer dans le sens d'une souplesse accrue : le nombre hebdomadaire des repas "sautés", la fréquence de la suppression d'un plat dans un repas, la simplification du repas du soir, la régularité des horaires sont considérés comme autant d'indicateurs ». L'ouvrage est très largement médiatisé et la thèse de la « déstructuration » prend de l'ampleur.

Désormais, la *modernité alimentaire* des Français se lit sur le mode de la déstructuration : *dé-concentration, dé-socialisation, dé-institutionnalisation, dé-implantation horaire, dé-ritualisation...* (Herpin, 1988 ; Corbeau, 1992 ; Rivière, 1995). Au point que certains vulgarisateurs n'hésitent pas à parler de « *système Dé* ». « Cette décennie aura été marquée par ce que l'on pourrait appeler le "système Dé", volonté générale de défaire les idées, les institutions et les structures héritées du passé et inadaptées au présent. » (Mermet, 1995-13.)

À l'annonce de la « McDonaldisation de la société tout entière » (l'expression est due au sociologue américain George Ritzer, 1983 et 1993) fait écho, en France, la crainte de la « fin des mangeurs » (Ariès, 1997-1). Le travail féminin, la

journée continue, le développement de l'urbanisation, la redéfinition des rôles sociaux de sexe, l'industrialisation de la filière agroalimentaire ou encore la baisse de la part de l'alimentation dans le budget des ménages au profit des activités de loisir expliqueraient ces mutations. *La montée du grignotage, le vagabondage alimentaire, l'ère du snacking* sont autant d'expressions qui passent dans le langage courant et qui alimentent les inquiétudes.

Pourtant, le diagnostic de la déstructuration de l'alimentation française ne fédère par tous les spécialistes. Nicolas Herpin, s'appuyant sur des travaux préparatoires à un projet d'étude de l'INSEE-CNRS, « Production domestique », exprimait déjà en 1988 un jugement plus nuancé : « L'enquête exploratoire sur les repas ne fournit que des réponses partielles à l'hypothèse d'une alimentation de plus en plus "déstructurée". En outre, faute de disposer d'enquêtes du même type pour le passé, la prudence s'impose pour qui veut caractériser l'évolution des façons de s'alimenter... La déstructuration n'atteint pas tous les groupes sociaux sous la même forme et avec la même intensité. » (Herpin, 1988.) En 1993, en conclusion d'un colloque sur *Le Temps et l'Alimentation*, Maurice Aymard, Claude Grignon et Françoise Sabban contestent franchement la thèse de la déstructuration du repas, estimant qu'« en l'absence de données accessibles, elle repose bel et bien sur des on-dit, sur une rumeur ». Pour ces trois chercheurs en sciences humaines, la thèse de la déstructuration vise à disqualifier le repas traditionnel : « Si le repas structuré se trouve ainsi désigné comme repoussoir, s'il est à la fois attaqué du point de vue de la modernité, dénoncé au nom de la liberté individuelle, contesté au nom de la libération des mœurs et du refus de l'autorité, c'est peut-être parce que le modèle des repas actuellement en usage en France constitue effectivement un obstacle à la "consommation extensive" et à "l'alimentation continue" dont rêve l'industrie agroalimentaire, ou du moins certaines de ses branches comme la biscuiterie, la confiserie et la chocolaterie... » (Aymard, Grignon et Sabban, 1993.)

Même situation au sein des sciences de la nutrition. « Rappelons-nous simplement la fin des années 1970, écrivent les auteurs du *Baromètre Nutrition Santé* du CFES. D'un côté, on stigmatisait à l'excès les dérives alimentaires des Français (trop de graisses, trop de sucre...) et beaucoup dressaient un tableau "catastrophe" du futur de nos assiettes (les aliments-pilules, la disparition des repas...) et, de l'autre, des équipes commençaient déjà à évoquer la permanence de quelques traditions dans les habitudes des plus jeunes et l'intérêt d'une éducation basée sur l'éveil des sens et l'apprentissage du goût. » (CFES, 1998.)

Alors, déstructuration, américanisation ou résistance de la tradition alimentaire française? Nous y reviendrons. Mais si les spécialistes ne sont pas d'accord sur le diagnostic, si le débat prend vite un tour théorique voire idéologique, comment s'étonner que la société tout entière s'inquiète? Il est important de faire deux constatations à ce stade. D'une part, la *modernité alimentaire* et l'*américanisation* de notre alimentation sont deux notions qui sont présentées de façon tellement équivalente qu'elles sont utilisées fréquemment l'une pour l'autre. D'autre part, ce sont *les repas*, leur maintien ou leur disparition, qui sont au cœur de ce débat, où ils apparaissent comme l'élément central du *modèle alimentaire* menacé par la modernisation ou l'américanisation.

Les éléments de diagnostic

Les non-spécialistes peuvent trouver curieux que les spécialistes n'arrivent pas à trancher sur la nature réelle de l'évolution de nos mœurs alimentaires. Il existe en effet beaucoup d'études. Grâce aux travaux de la FAO pour le monde (2000), de l'OCDE pour l'Europe et de l'INSEE pour la France, nous connaissons assez bien les consommations alimentaires globales des populations et les tendances dans lesquelles elles s'inscrivent. Pourtant, il n'est pas facile d'apporter des réponses claires à des questions apparemment aussi banales et simples que « *Dans quelle mesure les Français prennent-ils encore des repas? De quoi se composent leurs repas?* », bien que les données sur l'alimentation des Français ne manquent pas.

L'INSEE et le CREDOC publient régulièrement des statistiques particulièrement fines sur les *disponibilités* et les *consommations* alimentaires de la population française. Un Observatoire des consommations alimentaires a même été créé par décret en 1995 et intégré depuis à l'AFSSA. C'est dans ce cadre que la grande étude récente CREDOC/INCA a été réalisée. Les études épidémiologiques² qui mesurent les consommations individuelles et tentent de repérer des liens entre différentes formes de pathologie et d'alimentation sont également nombreuses. Le Comité français d'éducation pour la santé (CFES), qui dépend du ministère de la Santé, pilote un « Baromètre Nutrition Santé » dont l'objectif est de « mesurer l'état de l'opinion, des attitudes et des comportements concernant l'alimentation des Français... pour orienter les futurs programmes nationaux et développer ainsi une véritable politique d'éducation nutritionnelle à la dimension du pays ». De leur côté, les industries agro-alimentaires réalisent un grand nombre d'études de types très variés pour analyser les évolutions et les attentes des consommateurs, préparer la définition et le lancement de nouveaux produits, mesurer des parts de marché. Pour autant, comme le précise Jean-Louis Lambert, « si on connaît bien le contenu des paniers et des *caddies*, on ne sait pas vraiment ce qu'il y a dans les *assiettes*. » (Lambert, 1993.)

À l'origine de cette difficulté, on recense au moins trois causes. La première tient aux problématiques et surtout aux *horizons d'application* des différentes disciplines convoquées par les études sur l'alimentation (épidémiologie, économie, stratégie, sciences de gestion, sociologie...) qui pèsent lourdement sur la construction des données. L'économie mesure des flux de produits alimentaires, qu'ils soient bruts ou transformés, les compare et analyse leurs évolutions dans le temps. Les sciences de gestion cherchent à optimiser des investissements et à construire des stratégies d'entreprise. L'épidémiologie et les sciences de la nutrition dressent des bilans nutritionnels individuels en termes d'apports en énergie et en macro et micronutriments pour rechercher d'éventuels liens avec des formes de morbidité ou de mortalité. La sociologie s'intéresse à la différenciation sociale des pratiques et des représentations alimentaires pour en comprendre les déterminants et dresser des typologies.

La seconde cause est liée à *la nature des données* sur lesquelles s'appuient ces différentes études. Ces données sont dans certains cas des flux de marchandise, dans d'autres des pratiques – soient observées, soient reconstruites, soient

2. Val de Marne, 1988 ; ASPCC, 1993-1994 ; Suvimax, 1994-2002 ; CFES, 1996.

déclarées –, ou encore des représentations sociales. Autant de types de données utiles, mais qui n'ont pas du tout le même statut épistémologique et qui ne peuvent pas être comparées sans précaution. Trop souvent, l'illusion des chiffres aidant, on prend des données déclarées pour des réalités.

S'agit-il de mesurer des parts de marché, de comprendre leurs évolutions dans le temps, de faire de la promotion de certains produits ou familles de produits? Économistes, statisticiens et sociologues mesurent des quantités mises en marché, y ajoutent les autoconsommations, en retirent les déchets et obtiennent des tendances de consommation : moins de pain, plus de viande, moins de vin ordinaire, plus de poisson... En observant à la loupe des panels de consommateurs, on analyse qui achète quoi, dans quelles conditions, dans quel magasin. Ainsi apprend-t-on que les cadres supérieurs achètent par exemple plus de yaourts, de jus d'orange frais, de poisson que les ouvriers qui, pour leur part, préfèrent les charcuteries, les plats cuisinés en conserves appertisées, ou encore que les Parisiens s'approvisionnent plus souvent sur les marchés de plein vent, tandis que les provinciaux, quant à eux, fréquentent plus les supermarchés et hypermarchés... (Herpin et Verger, 1991 ; Lambert, 1987.)

S'agit-il d'étudier l'étiologie d'une maladie dans laquelle l'alimentation pourrait être mise en cause? Des épidémiologistes et des nutritionnistes dressent des bilans nutritionnels pour connaître les consommations énergétiques, les apports en macro et micronutriments. Avec les enquêtes de fréquence de consommation, on se rapproche des mangeurs : tel individu consomme telle quantité de fruits et légumes ou de produits laitiers, mais ces résultats sont parfois fragiles, au point que dans certaines études épidémiologiques, il faut les corriger pour prendre en compte des phénomènes de sous-déclaration (Romon, 2001). De plus, on ne sait toujours pas vraiment comment sont consommés ces aliments : au sein de quel repas? associés à quels autres aliments? « Malgré tous les progrès réalisés en nutrition humaine, écrit Jean-François Desjeux, il est important de reconnaître que la mesure de ce qui est mangé véritablement par les individus reste le plus difficile à réaliser dans cette discipline. »

La construction des données sur lesquelles s'appuient ces différents travaux pose des problèmes méthodologiques extrêmement complexes. Dans quelle mesure rendent-elles compte des comportements réels? Comment faire le tri entre les comportements et les représentations? Un exemple simple montre la difficulté liée à la nature de ce type de données. D'après les données macroéconomiques, la consommation de fruits et légumes de la population française baisse depuis quelques années et les groupes les plus jeunes sont fortement sous-consommateurs (HCSP 2000, 27). Et pourtant, lorsque l'on demande aux Français *s'ils consomment plus, moins ou autant de légumes qu'il y a cinq ans*, la réponse est nette. Ceux qui déclarent en consommer plus sont plus nombreux (38 %) que ceux qui affirment avoir réduit leur consommation (18 %). Comment expliquer un tel décalage? Ce que déclarent les individus n'est pas toujours ce qu'ils font, ce n'est pas non plus parce qu'ils savent ce qu'ils devraient faire qu'ils le font. Dans ce cas, ils ont probablement bien reçu le message nutritionnel contemporain favorable à la consommation des légumes et le restituent en partie à travers leurs réponses. Toutes ces informations sont scientifiquement utiles, toutes rendent compte des dimensions des phénomènes alimentaires, mais elles n'ont pas un statut équivalent et ne peuvent pas être comparées sans précaution. Rien d'étonnant alors que les résultats de certaines études puissent parfois paraître contradictoires.

La troisième et peut-être principale cause de ces difficultés est le fait que les enjeux qui sous-tendent ces questions débordent largement du cadre strict de l'alimentation. Les consommations alimentaires au sens collectif n'ont pas qu'un aspect économique, l'acte alimentaire pour l'individu est beaucoup plus que le support de la fonction biologique de nutrition. C'est un *acte humain total* à travers lequel se retrouvent les questions sociales et culturelles les plus fondamentales. Les mutations des pratiques alimentaires étant un lieu de lecture privilégié des mutations sociales, il est normal qu'elles suscitent à la fois des débats scientifiques et des débats grand public.

De nouveaux éléments pour nourrir le débat sur la déstructuration ou non de l'alimentation contemporaine

Seules des données empiriques peuvent relancer le débat sur le plan scientifique. C'était notre objectif lors des deux premières recherches réalisées dans le cadre du programme *Aliment demain* du ministère de l'Agriculture et de la Pêche. Ces travaux, qui collectaient à la fois des données comportementales observées et des données déclaratives, ont mis en évidence un décalage entre ces différents types de données. Les personnes enquêtées déclaraient des pratiques alimentaires assez proches du modèle du *repas complet* (entrée, plat garni, fromage, dessert), mais mettaient en œuvre des pratiques assez différentes et notablement simplifiées. De même, elles sous-déclaraient nettement leur alimentation hors repas. Ces travaux ont permis un premier arbitrage de ce conflit en montrant qu'il tenait en grande partie au type de données collectées : si on travaille sur des données comportementales, on obtient une lecture plutôt en faveur d'un changement ; si, au contraire, on s'appuie sur des données déclaratives ou de représentations, elle apparaît plutôt en faveur d'une certaine stabilité (Poulain *et al.*, 1996, 1999, 2000 ; Poulain, 1997-4, 1998-1). En d'autres termes, les pratiques alimentaires ont changé, mais les Français valorisent toujours le modèle traditionnel des repas. Ces éléments confirment par ailleurs les hypothèses de Fischler relatives à la baisse de pression de l'appareil normatif et au développement de l'individualisation du rapport à l'alimentation (Fischler, 1996).

Afin de disposer de comportements observés, nous avons choisi, pour ces premières études, de travailler sur des populations d'actifs mangeant au restaurant d'entreprise. Cela présentait l'immense avantage de pouvoir observer non seulement ce que les mangeurs mettaient sur leurs plateaux mais aussi ce qui restait sur chaque plateau restitué en fin de repas. Cependant cela ne nous permettait pas d'avoir une bonne représentativité de la population française. C'est la raison pour laquelle l'objectif de cette troisième recherche, toujours réalisée pour le compte du ministère de l'Agriculture³, et en partenariat avec le Cidil et l'Observatoire Cidil de l'Harmonie Alimentaire, était de décrire et de tenter de comprendre les transformations des structures de prises alimentaires en travaillant sur un échantillon représentatif de la population française.

Avoir une vision claire de ce que sont aujourd'hui les pratiques alimentaires des Français est plus que jamais utile si nous souhaitons communiquer avec eux pour leur donner des conseils pratiques. Ces connaissances sont également indispensables pour approfondir l'étude des déterminants de leurs consommations et de

3. Dans le cadre du programme *Alimentation Qualité Sécurité (AQS)*.

leurs bilans nutritionnels. Les rédacteurs du rapport du Haut Comité de la santé publique (HCPS), *Pour une politique nutritionnelle de santé publique*, ont clairement à l'esprit ce rôle central des formes de prises alimentaires lorsqu'ils écrivent : « En France, comme dans l'ensemble des pays industrialisés, les habitudes alimentaires ont beaucoup plus changé au cours des cinquante dernières années qu'au cours des siècles précédents (Hercberg, 1996). De nouveaux aliments ont été introduits, d'autres ont pratiquement disparu de la *composition des repas*. » (HCSP, 2000, 17.)

La transformation de la composition des repas peut en effet être l'objet d'une double lecture. La première, plus spontanée, la considère comme le résultat de l'apparition de nouveaux produits et des transformations de la filière alimentaire. C'est parce qu'il existe de nouveaux produits et parce que la publicité nous les fait acheter que nous mangeons différemment et que nos repas ont évolué. Mais il est possible également de considérer que ce sont les transformations de la structure et de la nature des prises alimentaires (aux repas et hors repas) qui sont à l'origine de la diminution ou de l'augmentation de la consommation de certains produits. Et c'est la question des déterminants des transformations des structures de prises alimentaires qui se pose alors. L'approfondissement de la connaissance des pratiques alimentaires, c'est-à-dire des manières de manger, des types de repas et des différentes prises alimentaires hors repas est donc central pour la compréhension des mutations de l'alimentation et pour l'orientation de la communication en matière de politique nutritionnelle de santé publique. Il en est de même de la connaissance des représentations : celles des aliments (ceux qui sont essentiels, ceux qui sont bons pour la santé, ceux qu'il faut limiter pour être en bonne santé, ceux qui font grossir...), celles de l'évolution des comportements telles que les mangeurs les perçoivent.

Si le grand public reconnaît l'importance du lien entre alimentation et santé et l'intérêt des conseils nutritionnels, il est parfois déconcerté par les fluctuations et les contradictions des conseils qui lui sont prodigués. Il est vrai, comme l'écrit Jean-François Desjeux, que « la communauté scientifique et médicale a maintenant accumulé suffisamment de résultats pour affirmer que l'alimentation est importante pour rester en bonne santé et qu'elle diminue ou augmente les risques de maladies dégénératives chroniques. Ces résultats ne peuvent en effet rester sans conséquences sur les conseils pour le grand public, qui doivent être formulés sous une forme utilisable ». (J.-F. Desjeux, 1996, 193.)

Sous une forme utilisable, c'est bien là la difficulté

On nous dit que la diminution de nos apports énergétiques est moins importante qu'il ne le faudrait. Il est vrai que les conditions de vie ont profondément transformé nos besoins énergétiques : moyens de transport, chauffage des locaux d'habitation en hiver et climatisation en été, ascenseurs dans les immeubles, etc., font que nous nous dépensons moins. Obtenir que nous nous dépensions plus est d'ailleurs l'un des objectifs des programmes d'éducation nutritionnelle. Certes nous mangeons moins globalement, et même beaucoup moins, certains aliments (pain, pâtes, riz, féculents), mais nous consommons beaucoup plus de matières grasses. Il ne suffit pas de dire qu'il faut manger moins de matières

grasses, il faut se demander pourquoi nous aimons les matières grasses. Les matières grasses sont chargées historiquement de représentations positives. En effet, elles jouent dans notre système culinaire des rôles techniques indispensables, pas seulement comme ingrédients de cuisson, mais aussi comme bases de nombreuses préparations d'accompagnement car elles sont de puissants capteurs du goût, de véritables pièges aromatiques, et donc les ingrédients principaux de certaines sauces dont nous sommes très friands. C'est pourquoi l'usage des matières grasses est aussi central dans la gastronomie française, une gastronomie du goût.

Les modèles alimentaires, c'est-à-dire l'ensemble des règles sociales et culturelles de l'espace social alimentaire, sont le résultat d'une série de processus d'adaptation au milieu et de construction sociale. L'injection massive d'informations relatives à la santé à travers des programmes d'éducation nutritionnelle ne risque-t-elle pas de bousculer ce fragile équilibre? Car si les préoccupations sanitaires sont une constante anthropologique de l'alimentation, elles sont loin d'être les seules. Manger, c'est aussi se faire plaisir et se positionner à l'intérieur d'un espace social et culturel. La complexité du raisonnement alimentaire tient dans la superposition de plusieurs formes de rationalité ayant pour horizon la santé, le plaisir, le sens culturel et l'intégration dans l'environnement. Avant d'examiner comment peut se définir la *modernité alimentaire* aujourd'hui en France, nous commencerons donc par une réflexion sur les *modèles alimentaires* en général et sur le modèle alimentaire français en particulier, et par l'analyse des *outils disponibles pour étudier les phénomènes alimentaires*.

C'est à la lumière de ces données que cette recherche sur les façons de manger en France aujourd'hui prendront tout leur sens. Les résultats présentés dans cet ouvrage ne concernent que l'étude quantitative, les deux autres volets de la recherche faisant l'objet d'un second livre, *Penser l'alimentation*. Cette étude DGAL/CIDIL/OCHA combine en effet trois approches complémentaires et interactives. L'approche *quantitative*, réalisée sous la direction de Jean-Pierre Poulain avec Laurence Tibère et Sandrine Jeanneau, porte sur un échantillon de 1 158 personnes représentatif de la population française métropolitaine de 18 à 65 ans. L'approche *qualitative*, conduite par Jean-Pierre Corbeau, professeur de sociologie à l'université de Tours, a pour objectif de mettre à jour les évolutions récentes des représentations à travers des entretiens semi-directifs, permettant de saisir les effets d'âge mais aussi, à travers les histoires de vie, les effets de cohorte. Elles sont complétées par une approche *anthropologique et historique* confiée à Françoise Paul-Lévy, professeur de sociologie à l'université de Toulouse-Le Mirail.

Le présent ouvrage *Manger aujourd'hui* a donc pour objet les résultats de l'étude quantitative.

Son objectif général est de participer à l'objectivation des pratiques alimentaires contemporaines, en se concentrant sur l'étude des structures de repas, des types de prises alimentaires hors repas et des constructions des journées alimentaires. Son second objectif est d'approfondir la connaissance du raisonnement alimentaire en comparant les formes de prises réellement consommées avec les normes sociales pour examiner les décalages entre les normes et les pratiques et prendre la mesure des mutations de l'alimentation quotidienne. Si

les résultats concernent la France, cette grille d'analyse et de lecture dépasse le cadre français.

Lors de deux précédentes études déjà évoquées et limitées à la population active⁴, nous avons recueilli des données permettant une analyse dynamique des pratiques alimentaires réellement mises en œuvre, notamment sur l'évolution des structures de repas. Car si l'on possédait de nombreuses données dynamiques sur les consommations, plus précisément les achats alimentaires⁵, tel n'était pas le cas pour les pratiques alimentaires elles-mêmes. Ces études ont également permis la mise au point d'un certain nombre d'outils de collecte facilitant la reconstruction des journées alimentaires, la description des différentes prises alimentaires et l'analyse précise de la structure des repas. En mettant en relation les pratiques observées ou reconstruites avec des réponses à des questions du type « *Pour vous, qu'est ce qu'un vrai repas?* », qui permettent de comprendre ce qu'est la norme (au sens sociologique) d'un repas, ces études ont mis en évidence des décalages importants entre ce que les mangeurs font et ce qu'ils prétendent faire ou qu'ils considèrent devoir faire.

Dans cette nouvelle recherche, nous avons appliqué ces outils à un échantillon représentatif de la population française métropolitaine pour élargir la perspective de ces travaux et disposer de données précises sur les pratiques et les modes cognitifs mis en œuvre dans le raisonnement alimentaire à l'échelle nationale. Les connaissances ainsi acquises permettent de mieux comprendre les évolutions en cours et d'en dégager les conséquences tant au niveau nutritionnel qu'économique. Elles débouchent sur des applications concrètes dans le domaine de l'éducation nutritionnelle, de la recherche épidémiologique (notamment sur l'obésité) et du marketing des différentes familles de produits alimentaires et de la restauration.

Parallèlement à cette analyse générale des évolutions des pratiques et représentations de l'alimentation contemporaine, cette étude a cherché à approfondir les représentations relatives aux matières grasses, catégorie alimentaire qui, sur fond de montée de l'obésité, est aujourd'hui mise à l'index dans la *vulgate* nutritionnelle.

La population étudiée est la population française métropolitaine (hors Corse) de 18 à 65 ans qui représente près de 36 millions de personnes, soit plus de 63 % de la population nationale totale. L'échantillon de 1 158 individus âgés de 18 à 65 ans a été construit selon la méthode des quotas à partir des variables socio-démographiques : sexe, âge, profession, catégorie socioprofessionnelle et région. Les données de référence utilisées pour le calcul des quotas sont celles de l'INSEE - 1990, disponibles à la date de la collecte. On trouvera en annexe la présentation détaillée de l'échantillon sous forme de tableaux dans lesquels nous avons intégré, pour une meilleure lisibilité, les données du dernier recensement INSEE-1999

4. *Les Nouveaux Comportements alimentaires et Aujourd'hui manger c'est choisir*, réalisées respectivement en 1995 et 1997, également pour le compte des ministères chargés de l'agriculture et de la pêche et de la recherche, dans le cadre du programme *Aliment demain*. Elles étaient le fruit de partenariats avec des acteurs économiques : SHR, entreprise de restauration collective (aujourd'hui Compass) et la *Revue technique des hôtels et des restaurants* pour la première, Compass, le Cidil et *La Revue* pour la seconde.

5. Monographie de l'INSEE, Lambert (1987), Herpin et Verger (1991).

lorsqu'elles étaient disponibles. La collecte des données de l'enquête a été réalisée grâce à un questionnaire administré en face à face par des interviewers. L'enquête s'est déroulée en septembre 1999 et a été organisée par GDMR et MTH, avec une cinquantaine d'enquêteurs répartis sur le territoire national.

Le questionnaire se décompose en deux grandes parties. La première utilise des questions ouvertes non précédées, dans une attitude de recherche initiée par Kurt Lewin, reprise dans les années 1960 par l'équipe Trémolières⁶ (unité INSERM de l'hôpital Bichat) et que nous avons réactualisée dans une recherche récente consacrée à l'alimentation des 50-60 ans⁷. À la charnière entre le qualitatif et le quantitatif, elle laisse une large place à des questions ouvertes, par exemple : « *Quels sont pour vous les aliments essentiels ?* » Les réponses sont alors traitées selon plusieurs modalités de regroupement, pour repérer les représentations associées aux aliments dans différents univers sociaux (nutritionnel, culinaire, quotidien, gastronomique). La seconde partie se concentre sur des données comportementales et cherche à reconstruire la journée alimentaire précédant l'enquête. Elle permet de repérer les différentes prises alimentaires (repas et hors repas), les contextes et les lieux de consommation. Globalement, le questionnaire comprend 90 questions dont 61 questions fermées (collectant 1 431 variables) et 11 questions ouvertes (collectant 1 142 variables), complétées par des questions socio-démographiques descriptives et deux questions de type anthropométrique (taille et poids) à partir desquelles a été effectué le calcul de l'indice de masse corporelle (IMC).

Outre une meilleure connaissance des mutations des pratiques alimentaires contemporaines et le croisement entre les pratiques mises en œuvre et les normes intériorisées par les mangeurs, un apport essentiel de notre recherche concerne les interrogations actuelles sur *les façons de manger contemporaines et leurs effets sur le poids et l'obésité*. En mettant en relation les statuts pondéraux (IMC) de nos mangeurs avec leurs normes, leurs pratiques et les décalages entre leurs normes et leurs pratiques, nous constatons en effet que le plus grand nombre de personnes en surpoids ou obèses ne se rencontre pas nécessairement là où on l'attendait. Ces résultats devraient être utiles à la définition des programmes d'éducation alimentaire visant à prévenir l'augmentation de l'obésité. Au terme de cet ouvrage, nous verrons si la *modernité alimentaire*, en France, se définit par cette *américanisation* si redoutée ou plus simplement par une *évolution*. Nous nous interrogerons en conclusion sur le discours nutritionnel, son impact sur la « raison alimentaire » et sur les enjeux liés à la « médicalisation » de l'alimentation quotidienne.

6. Jean Claudian, Yvonne Serville et François Trémolières, « Enquête sur les facteurs de choix des aliments », *Bulletin de l'INSERM*, 1969, t. 24, n° 5, 1277-1390.

Yvonne Serville et Claire Trémolières, « Recherches sur le symbolisme des aliments et la signification du repas familial », *Cahier de nutrition et de diététique*, 1967, 1, 49-58.

Jean Trémolières, « Base pour l'étude de l'évolution des habitudes alimentaires », *Cahiers de nutrition et de diététique*, 1970, 3, 85-92.

7. Jean-Pierre Poulain, *Les Jeunes Seniors et leur alimentation*, Cahiers de l'OCHA, 1998, n°9.