

# *Evolutions et révolution dans l'histoire des mangeurs*

Jean-Louis LAMBERT (Enitia Nantes)

Les comportements alimentaires, du point de vue des nutritionnistes et des psychologues, correspondent au sens large à l'ensemble des pratiques des mangeurs concernant leur alimentation. Ils peuvent également être considérés, comme le font les sociologues et les anthropologues, selon les modalités spatio-temporelles et sociales très ritualisées des prises de nourriture.

Mais ces consommations présupposent des approvisionnements dans le disponible de l'environnement, dont la version marchande des achats ne se développe véritablement qu'au 20<sup>ème</sup> siècle après des millénaires d'autoconsommation (chasse, cueillette, élevage et production domestiques). Ce disponible des univers animaux, végétaux et minéraux a le plus longtemps été conditionné quantitativement et qualitativement par les systèmes écologiques proches de l'habitat des mangeurs. C'est surtout au cours des derniers siècles que les évolutions du système technico-économique modifient l'offre des aliments. L'industrialisation et la mondialisation qui s'accroissent depuis quelques dizaines d'années sont, à l'échelle de l'histoire de l'humanité, une véritable révolution à laquelle la plupart des mangeurs ne semble pas bien préparée.

En effet, les choix des aliments s'effectuent également dans l'environnement socioculturel qui détermine les normes, les représentations, les préférences et les modes de vie des mangeurs. Ainsi, le panier de la ménagère ne se compose pas seulement en fonction des contraintes économiques et l'assiette des mangeurs n'est pas seulement un assemblage technique et nutritionnel d'aliments. Les marchandises alimentaires et les nutriments sont perçus par les mangeurs en grande partie selon des modes de pensée magico-religieuse : ils sont ainsi chargés de symboles avec lesquels les mangeurs construisent leur identité.

## **Les déterminants du comportement alimentaire**

Les comportements alimentaires se réalisent selon des modèles très complexes incluant les caractéristiques individuelles - physiologiques (sexe, âge, état du corps...), psychologiques (préférences) et économiques (revenus, activité professionnelle) - dans les environnements des systèmes écologiques, technico-économiques et socioculturels. Jean-Claude Kaufmann (2005, p. 29) rappelle ainsi que « *l'univers du mangeur est d'une complexité inouïe, produisant du lien social et de la culture tout autant qu'il assouvit sa faim* ». Mais au « *système bio-psycho-socioculturel* » du sapiens analysé par Morin (1973, p. 146) il convient d'ajouter le système technico-économique pour les mangeurs d'aujourd'hui.

Ce sont donc les évolutions de ces différents systèmes déterminants qu'il faut prendre en compte pour la compréhension des modifications des comportements alimentaires. L'appréhension séparée de ces systèmes facilite l'analyse mais ne doit pas faire oublier qu'ils sont très liés entre eux et n'évoluent par forcément aux mêmes rythmes.

## **Evolution des disponibilités alimentaires**

Au cours du 20<sup>ème</sup> siècle, et plus particulièrement des dernières décennies, les disponibilités alimentaires se sont considérablement modifiées. L'accroissement important de la production et de la productivité à tous les niveaux de la chaîne (agriculture, industrie, distribution, restauration), en même temps que le développement mondial des échanges, a entraîné une croissance rapide des disponibilités d'aliments ainsi qu'une baisse relative des prix. Les populations, dont les revenus ont également fortement augmenté au cours de la même période, sont alors confrontées à une situation qui n'a jamais été rencontrée dans l'histoire de l'espèce humaine : l'abondance. Alors que dans les contextes de pénurie, les contraintes économiques sont des éléments très déterminants des choix alimentaires, celles-ci deviennent moins importantes dans le contexte de richesse actuelle, au moins pour les classes aisées des pays pauvres et la plupart des individus des pays riches.

Les humains ayant presque toujours vécu dans un environnement de pénurie ont généralement « *peur de manquer* ». Ainsi, dans ce nouvel environnement d'abondance, les mangeurs réagissent d'abord en augmentant fortement leurs consommations. En France par exemple, au cours des années 1960, les dépenses alimentaires par tête ont progressé de l'ordre de 2 % par an. Mais cette croissance se ralentit à partir de 1970 pour atteindre un niveau proche de zéro à partir de 1990 et la part moyenne des revenus consacrés à l'alimentation se rapproche des 20 % (INSEE, 2004), alors qu'elle était de 40 % en 1960.

Ces évolutions quantitatives sont en même temps associées à des modifications importantes des caractéristiques des rations, notamment de leurs proportions de produits d'origine animale et végétale. L'environnement écologique a longtemps conditionné ces proportions. Les espaces de forêts étant plus propices à la chasse puis l'élevage avaient favorisé la consommation de viandes alors que dans les zones plus chaudes et plus sèches, ce sont plutôt les cultures notamment de céréales qui s'étaient développées, poussant à des régimes plus végétariens. Mais l'ensemble des populations semble préférer les viandes, sans doute en partie parce qu'elles procurent des sensations de satiété fortes et longues. Et tant que la quasi totalité des populations est en quête de satiété, on assiste à une substitution progressive dans les rations des produits végétaux par les produits carnés.

Mais en dehors d'espaces particulièrement favorables à l'élevage, la production des viandes est relativement coûteuse (par la transformation *via* l'animal de protéines végétales en protéines animales). Leur attrait n'est donc satisfait que lorsque le niveau de vie le permet (Malassis, Padilla, 1982). Maximo Montanari (1995, p 30) rappelle ainsi qu'en Europe, à partir du 5<sup>ème</sup> siècle, la viande devient le symbole « *des forts* » : « *C'est surtout dans la culture des classes dominantes que la valeur primaire de la viande est ressentie et affirmée avec force. Elle prend à leurs yeux une valeur de symbole du pouvoir, elle devient l'instrument qui permet de bâtir l'énergie physique, la vigueur et la capacité de combattre* ».

Ainsi voit-on la consommation de protéines d'origine animale augmenter avec le développement économique (Malassis, Padilla, 1982) et symboliser la croissance du niveau de vie. C'est surtout au cours des 50 dernières années que l'évolution est la plus rapide. En France, les dépenses en aliments à base de viandes ont plus que doublé entre 1960 et 1990. En 2000, selon les données de la FAO, la part de calories apportées par les viandes est ainsi 2 fois plus importante dans les pays riches que dans les pays en développement.

Mais la consommation de viandes semble plafonner dans les fractions les plus riches de la population. En France, la croissance des dépenses en aliments à base de viandes s'arrête à partir de 1990 et l'on assiste même à une régression au cours des dernières années.

Depuis 25 ans en France et 30 à 40 ans dans les pays anglo-saxons et scandinaves, les riches commencent en effet à prendre conscience qu'ils « *mangent trop* ». Ils ne cherchent plus alors autant les aliments « *qui remplissent bien le ventre* » mais des aliments plus « *légers* », d'où la vague des allégés à la fin des années 1980. La suralimentation et consécutivement la prise de conscience des excès alimentaires (Lambert, 1987) sont sans doute ainsi à l'origine de changements des représentations et des préférences observées au cours des années 1980 dans les pays occidentaux, en particulier dans les fractions de population les plus aisées. L'attrait des viandes commence alors à se réduire sensiblement. Le vieillissement de ces populations est sans doute également un élément déterminant dont l'effet va s'amplifier.

On assiste ainsi à un début de renversement de tendance des substitutions entre les aliments végétaux et animaux constatées depuis plus d'un millénaire. La consommation de l'ensemble des végétaux (céréales, légumes et fruits) qui baissait au profit des produits carnés, est relancée depuis une vingtaine d'années dans les fractions les plus riches de la population mondiale. Les produits d'origine végétale retrouvent un nouvel attrait qui se trouve même renforcé par des modifications dans les discours des nutritionnistes. La référence à la « *diète méditerranéenne* » s'est développée et le premier conseil du Plan National Nutrition Santé français est d'augmenter la consommation de fruits et légumes (PNNS, 2002).

## Evolution de l'environnement alimentaire

La fin du 20<sup>ème</sup> siècle est également marquée par l'accélération de la mondialisation et du développement de l'urbanisation qui éloignent les mangeurs des contraintes de leur environnement écologique. La mondialisation modifie l'offre par un élargissement des espèces dites « exotiques » disponibles et par une réduction des effets saisonniers. Les Français ont ainsi introduit dans leur répertoire alimentaire du maïs, du brocoli, des avocats, des kiwis et peuvent manger des fraises à Noël. Ils ont presque abandonné la consommation de produits comme les choux et les navets qui constituaient une part importante des rations hivernales notamment des ruraux. Les confrontations culturelles liées aux migrations, aux déplacements professionnels et de vacances, à la télévision et internet ont contribué à réduire le poids culturel de produits et surtout de recettes qui étaient des symboles identitaires, et provoqué un développement des métissages culinaires. Des recettes emblématiques de la gastronomie rurale française comme le pot au feu ont été largement remplacées par le couscous et la pizza en même temps que les restaurants asiatiques, mexicains, libanais, turcs... et les fast-foods se sont développés, surtout dans les espaces urbains.

Outre le fait qu'elle contribue à favoriser les effets de la mondialisation, l'urbanisation éloigne les mangeurs de la nature et modifie leurs représentations et attitudes. Les jeunes générations d'urbains sont frustrés du manque de relation à l'univers vivant de la nature mais elles n'ont qu'une représentation abstraite des mécanismes des cycles de vie. Les aliments sont perçus comme les autres marchandises de grande consommation. Leur variabilité biologique, dont la périssabilité, est contraire aux attentes de standardisation. Les animaux sont vus comme des familiers, amis de l'homme, selon une approche anthropomorphique où sont absentes les violences entre espèces pour assurer la survie. Les animaux ne sont plus alors perçus comme des fournisseurs potentiels de viande et le trouble classique des mangeurs face à la mise à mort des animaux s'amplifie. Le gibier disparaît des répertoires ainsi que les animaux qui deviennent familiers comme le cheval et le lapin.

### Cachez cette viande que je ne saurais voir

Les mangeurs de viandes, historiquement zoophages (Vialles, 1987 ; Fischler, 1990) deviennent sarcophages, c'est-à-dire ne veulent pas voir les liens entre les viandes et les animaux qui les fournissent. Dans ce contexte, les viandes rouges, dont l'image symbolisait le plus la vie et la force physique (le cheval par exemple), perdent leur caractère attractif au profit des viandes blanches (Méchin, 1997), des poissons et surtout des produits laitiers. Les morceaux identificateurs des animaux comme les têtes, les pattes, les abats disparaissent des assiettes et les préférences pour les muscles hachés ou cachés (type cordon bleu) se développent. A défaut de comportement végétarien pur, ce nouvel attrait pour ces produits carnés "blancs" (n'ayant pas l'image du sang) et pour les produits d'origine végétale (cf. supra) peut être considéré comme une sorte de néo-végétarisme, qui se rapproche des régimes traditionnels en n'étant plus déterminés par les contraintes écologiques et économiques.

## Evolution des modes de vie

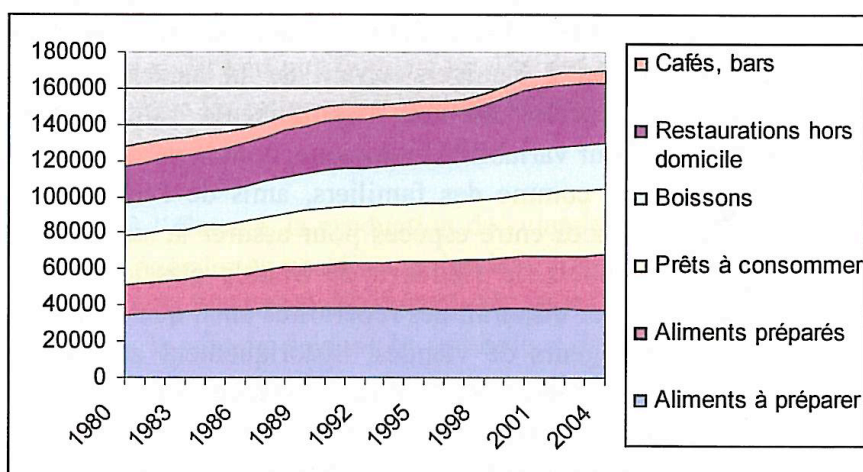
Pour les mangeurs, les modifications importantes de leur environnement socioculturel ont également concerné leurs modes de vie. Les individus vivent dans différents groupes sociaux (famille, unités de production, loisirs) et leurs comportements sont donc intégrés dans les pratiques sociales. Les évolutions des types d'activités sont partiellement conditionnées par les contraintes de temps. Les 24 heures quotidiennes se répartissent entre du temps contraint (repos et entretien du corps) et du temps « disponible ». Celui-ci se répartit entre des activités de production et des activités de consommations, dites de « loisirs ». Lorsque les revenus augmentent comme au cours de la seconde moitié du 20<sup>ème</sup> siècle, le temps affecté aux loisirs est en continuelle progression : par exemple de l'ordre de 1 heure par jour au cours des 25 dernières années en France (INSEE, Enquêtes emplois du temps).

Les comportements alimentaires s'insèrent dans l'ensemble des autres activités et sont ainsi déterminés par les contraintes spatio-temporelles liées à ces activités. Or, pour manger, il ne faut pas seulement de l'argent, il faut également du temps car la plupart des produits alimentaires vendus ne sont pas directement mangeables. Les mangeurs doivent donc finir la transformation de produits qu'ils achètent semi-finis. Ils sont ainsi dans la même situation que lorsqu'ils confectionnaient leurs vêtements avant le développement du prêt à porter.

Pour assurer cette production domestique, il faut : des équipements et du travail, donc du savoir-faire, du temps disponible ou du temps que l'on accepte d'y consacrer. Cette activité est encore culturellement très majoritairement considérée comme un rôle féminin. Mais les femmes poursuivent plus leurs études. Elles cherchent une activité professionnelle pour se valoriser socialement et pour l'autonomie financière (en liaison avec la croissance des divorces et du pourcentage de femmes célibataires). Les femmes « actives » consacrent alors près de 2 fois moins de temps aux activités domestiques que les « femmes au foyer ».

La contrainte de temps s'impose même aux plus riches qui ne disposent que de 24 heures par jour. Et dans nos sociétés dites « de consommation », le temps des loisirs concurrence celui des activités domestiques. Pour une partie croissante de la population, la contrainte de temps disponible devient ainsi plus importante que celle des revenus.

Les acheteuses et préparatrices d'aliments sont alors de plus en plus intéressées par des aliments associant des services de conservation et de préparation que nous avons qualifiés de « prêt à manger » (par association avec le prêt à porter), dénommés également « produits élaborés » (Monceau *et al.*, 2002). Dans les dépenses alimentaires, la part des produits bruts et nécessitant beaucoup de temps de préparation régresse au profit de celle des produits directement consommables, y compris dans la restauration hors domicile.



Source : d'après INSEE, 2005

Figure 1 : Dépenses alimentaires françaises selon le degré de services associés aux produits (en millions d'euros 2000)

La croissance des niveaux de vie, le développement du salariat, la distance entre l'habitat et les lieux de production et l'évolution de la place et du rôle social des femmes sont ainsi des facteurs contribuant de manière cumulée à ce transfert de la production domestique alimentaire vers le système marchand. Celui-ci se traduit globalement par une régression de l'autoconsommation, une demande croissante de produits prêts à manger et une fréquentation croissante des diverses formes de restauration. Les évolutions de l'offre alimentaire (développement de l'industrie, nouvelles formes de distribution et de restauration) contribuent également aux modifications de ces comportements.

La seconde moitié du 20<sup>ème</sup> siècle a vu le passage de la production domestique des vêtements aux achats de prêt-à-porter. Dans la même logique, au début du 21<sup>ème</sup> siècle, le prêt-à-manger remplace progressivement la cuisine domestique. Mais les cultures n'évoluent pas forcément au même rythme que le système technico-économique et que les modes de vie. Les normes se trouvent alors en décalage par rapport aux pratiques. Et les femmes qui sont encore sous l'emprise du modèle de la « mère au foyer » développent des sentiments de culpabilité. Comme l'analyse bien Jean-Claude Kaufmann (2005), en ne consacrant pas suffisamment de temps à la préparation des repas familiaux, c'est de l'amour qu'elles ne donnent pas assez à leurs proches. Dans les déclarations des sondages, elles sous-déclarent donc leurs consommations de plats préparés alors que les statistiques françaises de production (SYNAFAP, ADEPALE) par exemple montrent que les consommations de

ces produits et plus largement de ceux qui sont appelés « traiteur » ont été multipliés par 6 au cours des 15 dernières années.

Comme les achats et les préparations, les prises alimentaires se réalisent dans le jeu de contraintes liées aux autres comportements : les activités de production (lieux, temps, rôles sociaux) et les activités non productives (repos, loisirs...) mais aussi en fonction des approvisionnements et des pratiques culinaires. Ces activités entraînent également des contraintes qui jouent un rôle déterminant (Lambert, 2004) sur les contenus des prises alimentaires, sur leurs formes (espaces, temps, ustensiles, manières de table...) et sur leur sociabilité (prises individuelles ou collectives). L'éventail des prises alimentaires en France peut ainsi se résumer selon le schéma suivant.

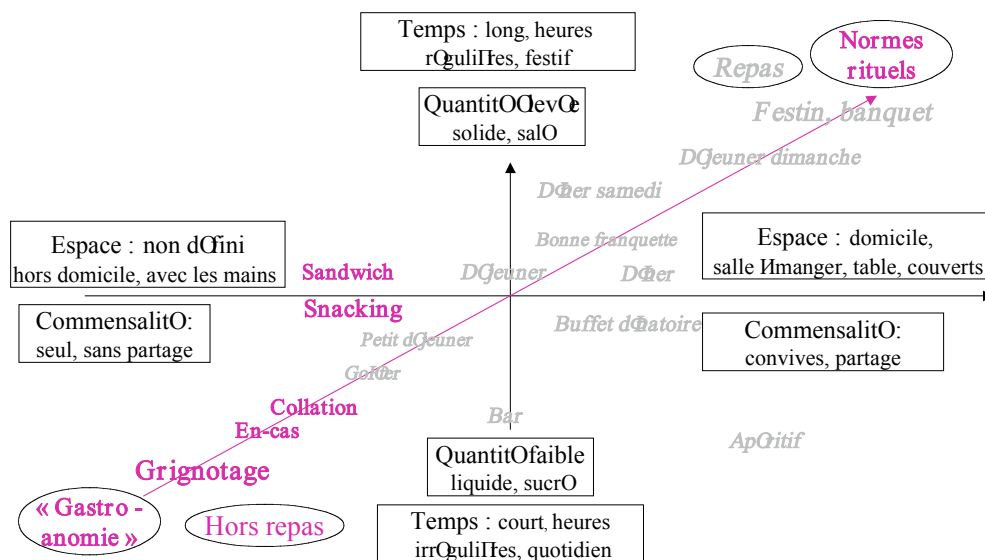


Figure 2 : Les types de prises alimentaires actuelles des Français

Même si le modèle du repas demeure très majoritairement la norme (Poulain, 2001) dans les pays de culture latine, de nombreux facteurs convergent pour favoriser un développement de nouvelles formes de prises alimentaires plus individuelles. C'est le cas notamment des évolutions démographiques comme le vieillissement de la population (et donc la croissance du nombre de personnes vivant seules) et la réduction de la taille des familles, ainsi que des évolutions des systèmes de valeurs comme la réduction de l'importance de la vie sociale de groupe et la croissance de l'individualisme des modes de vie. Avec la croissance des revenus et de l'urbanisation, l'individualisation croissante des modes de vie entraîne une déritualisation des prises alimentaires, renforcée par la baisse des influences religieuses et morales. Claude Fischler (1990) a désigné cette réduction des normes alimentaires par la « gastro-anomie ». De plus, dans le nouveau contexte de surabondance alimentaire, la convivialité associée aux repas (le partage de la même nourriture) perd son importance vitale et symbolique : les mangeurs partagent un temps de vie dans le même espace mais beaucoup moins le même menu. L'irrégularité des prises et leur caractère individuel sont également favorisés par d'autres évolutions des modes de vie comme l'organisation du travail avec les horaires variables, de nuit, les déplacements, l'éloignement entre les lieux de travail et l'habitat ainsi que le développement des activités de loisirs. Le développement de l'urbanisation, associé à la rapidité des moyens de transports, accentue également le développement des déplacements. Les prises individuelles sont aussi favorisées par l'évolution de l'offre

alimentaire, et notamment par le développement de produits prêts à manger et les nouvelles formes de distribution : distribution automatique, livraison (travail, domicile), ambulants, stations services... Comme l'avait montré le statisticien Engel à la fin 19<sup>ème</sup> siècle, lorsque le niveau de vie augmente, les mangeurs réduisent leur part de revenus consacrée à l'alimentation. Nous pouvons ajouter à cette analyse (appelée loi d'Engel par les économistes) que lorsque les mangeurs deviennent riches et dans les contextes d'abondance de nos sociétés actuelles, ils réduisent également, pour l'ensemble de leurs pratiques alimentaires, la ressource principale qui est le temps. Les grandes évolutions peuvent ainsi se résumer par le schéma suivant.

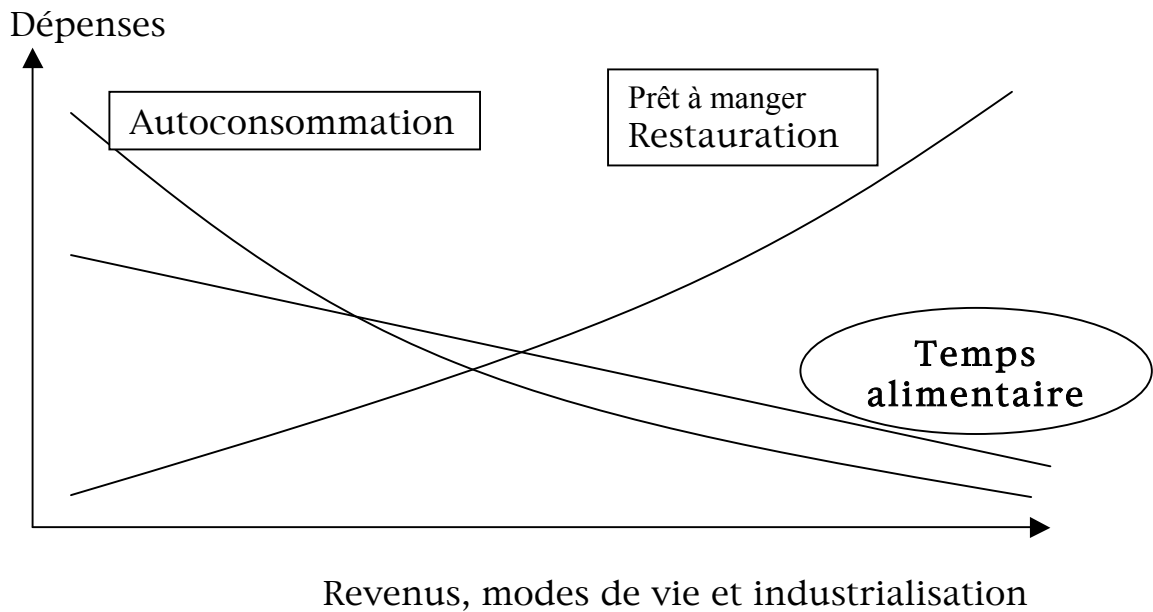


Figure 3 : Les évolutions des pratiques alimentaires et du temps consacré à l'alimentation.

Les évolutions des modes de vie associées à des modifications des environnements de vie ont également entraîné une réduction des activités physiques, des dépenses énergétiques et donc des besoins d'apport énergétique des mangeurs. Comme facteurs très favorables à la réduction des activités physiques, nous pouvons notamment noter les modifications de l'organisation du travail (mécanisation, automatisation, robotisation, confort), l'augmentation du temps de loisirs (temps de télé plus élevé que temps de sports), la mécanisation et le confort des moyens de transport.

## Conclusion

Le problème de ces évolutions est qu'elles sont concomitantes au développement des disponibilités (évoquées précédemment). Ce nouvel environnement des mangeurs les pousse à un comportement qu'ils perçoivent paradoxal : se forcer continuellement à « faire maigre » en « période de vaches grasses » qui perdure (Lambert, 2004). La plus grande partie des mangeurs poursuit alors la tendance à une consommation excessive dans un environnement d'abondance (Montanari, 1995, p. 230). Le déséquilibre alimentaire se trouve alors renforcé et aboutit à une situation totalement nouvelle dans l'histoire de l'humanité : le développement de l'obésité d'une part croissante des populations.

Ce sont particulièrement les fractions de la population sortant du seuil de pauvreté (nouveaux « riches ») qui sont touchées par l'obésité. Pour les fractions de la population les plus riches et surtout ayant un degré de formation élevé, après une prise de conscience de la saturation, un réajustement semble s'opérer dans les rations. Les plus riches et la science (la nutrition, science de riches) développent le modèle du « *moins manger* » pour « *mieux vivre* » et « *vivre plus longtemps sans vieillir* ». Mais ce paradis terrestre est peut-être attractif pour ceux qui ont d'autres sources de plaisir que l'alimentation. Il l'est sans doute moins pour les pauvres dont l'alimentation constitue « *un des grands plaisirs de la vie* ». Qu'est-ce qui pourra les pousser à adapter leurs régimes à leurs nouveaux modes de vie et leur nouvel environnement et combien de générations seront nécessaires ?

Une partie des ces grandes évolutions des modèles alimentaires avait été repérée en conclusion de thèse en 1986 (Lambert, 1987) : « *Un nouveau modèle de consommation alimentaire qui s'articule autour de 2 objectifs principaux : l'équilibre nutritionnel (« forme et bonne santé »), ainsi que la réduction des budgets monétaires et temporels que les unités socio-économiques de consommation consacrent à l'alimentation au profit des loisirs* ». La réduction du temps se confirme bien pour la plus grande partie de la population. Mais pour l'instant, l'équilibre nutritionnel ne semble être une préoccupation que d'une fraction aisée et surtout féminine, pour des raisons autant esthétiques que sanitaires et c'est sans doute plus souvent de la norme déclarée que du comportement réel. A quelle vitesse ce modèle, que nous avons appelé *diéthétique* et que Jean-Pierre Corbeau (2002, p. 121) a repris sous le nom de « *gastrolastress* », va-t-il se diffuser ?

## **Références**

- CORBEAU J.P., POULAIN J.P., 2002.- Penser l'alimentation. Entre imaginaire et rationalité, Privat, Paris.
- FISCHLER C., 1990.- L'omnivore, Odile Jacob, Paris.
- INSEE, 2005, La consommation des ménages en 2004, Base 2000, CDROM, INSEE info service, Paris.
- KAUFMANN J.C., 2005. - Casseroles, amour et crises, Armand Colin, Paris.
- LAMBERT J.L., 1987.- L'évolution des modèles de consommation alimentaire en France, Lavoisier Tec&Doc, Paris.
- LAMBERT J.L., 2004.- Modes de vie et comportements alimentaires dans notre société actuelle, Colloque Des aliments et des hommes. Entre science et idéologie, définir ses propres repères, Institut Français de Nutrition, Paris, 8 et 9 décembre 2004.
- MALASSIS L., PADILLA M., 1982.- Typologie mondiale des modèles de consommation alimentaire, ENSA-INRA-IAM, Montpellier.
- MONCEAU C., BLANCHE-BARBAT, ECHAMPE J., 2002, - La consommation alimentaire depuis 40 ans. De plus en plus de produits élaborés, INSEE Première, n° 846, mai.
- MORIN E., 1973, Le paradigme perdu : la nature humaine, Le Seuil, Paris.
- MECHIN C., 1997.- La symbolique de la viande, in Le mangeur et l'animal, Autrement, 172, pp. 121-134.
- PNNS, 2002, La santé vient en mangeant. Le guide alimentaire pour tous. INPES, Paris.
- POULAIN J.P., 2001, Manger aujourd'hui, Privat, Toulouse.
- POULAIN J.P., 2002. - Sociologies de l'alimentation, PUF, Paris.
- VIALLES N., 1987.- Le sang et la chair - Les abattoirs des pays de l'Adour.- Maison des sciences de l'homme, Paris.