



SOCIOLOGIE DE L'ALIMENTATION

Préparation sc. Po séance 3



INTRODUCTION

- « Il ne suffit pas qu'un aliment soit bon à manger, encore faut-il qu'il soit bon à penser. »
- « La cuisine d'une société est un langage dans lequel elle traduit inconsciemment sa culture, à moins que, sans le savoir davantage, elle ne se résigne à y dévoiler ses contradictions »

Claude Levi-Strauss, *Mythologie, Le Cru et le Cuit* (1964).

=> L'alimentation est un objet d'étude pour l'anthropologie, la sociologie ; elle a une dimension religieuse et symbolique. C'est une étude qui se développe à partir des années 1960 avec Roland Barthes, notamment, qui met l'accent sur la fonction de la nourriture, comme le café. L'alimentation marque notre appartenance à un groupe social.





I. BARBARIE ET CIVILISATION

- « Les animaux se repaissent ; l'homme mange ; l'homme d'esprit seul sait manger »

Brillat-Savarin (homme politique et gastronome du XIXe siècle) *Physiologie du goût* (1825).

EXEMPLE 1 : le cru, le cuit

- Le mythe de Prométhée vole le feu et le donne aux humains.



EXEMPLE 2 : l'anthropophagie

- L'anthropophagie de Polyphème chez Homère (L'Odyssée)
 - Hérodote, dans ses *Histoires* (Ve siècle av. J.-C.) mentionne plusieurs peuples qui se livrent à l'anthropophagie. Chez les Scythes, la pratique est occasionnelle et très restreinte : « tout Scythe qui tue pour la première fois boit du sang de sa victime » (IV, 64). Vers l'Orient, les Massagètes sacrifient et mangent en même temps ceux qui ont atteint l'extrême vieillesse et du bétail (I, 216), mais, contrairement aux Padéens qui vivent en Inde, ils ne vont pas jusqu'à dévorer les malades (III, 99). Enfin, loin au nord, juste avant le désert absolu, sont les Androphages, sans justice et sans lois (IV, 18, 106).
 - => **taxer l'autre de cannibale, c'est le ranger du côté des barbares.**
- ⇒ Le cannibalisme des Indiens Tupi est relaté dans *La très brève relation de la destruction des Indes* de Bartolomé de Las Casas (1552) et « Des Cannibales » de Montaigne (*Essais*, I, 31, 1580) ; les « cannibales » kanaks sont présentés dans l'Exposition coloniale de 1931 (Didier Daeninckx, *Cannibale*, 2000).
- ⇒ **le cannibalisme est instrumentalisé pour servir de justification à la colonisation.**
- Les cas d'anthropophagie :
 - Raoul Glaber raconte des cas d'anthropophagie pendant la famine des années 1030-1033 en Bourgogne.
 - *Chronique anonyme de la Première croisade* (1100)
 - Le naufrage de la Méduse (1816)
 - La Grande famine en Ukraine (1930), le Cambodge à l'époque des Khmers Rouges (1975-79)...
 - => **Les circonstances entraînent les hommes hors de la civilisation.**



II. ALIMENTATION ET RELIGION

- La plupart des religions ont édicté des règles alimentaires :



- Chez les **Juifs**, les règles alimentaires sont contenues dans le code alimentaire la cacherout. Exemple : l'interdiction de consommer du mélange carné-lacté (« tu ne cuiras pas le chevreau dans le lait de sa mère) = la symbolique touche au mélange vie (lait) et mort (viande).
- Chez les **Chrétiens** : le carême 40 jours avant Pâques rappelle le séjour de Jésus dans le désert ; le jeûne total est pratiqué le mercredi des Cendres (1^{er} jour du Carême) et le vendredi saint. On pratique encore parfois le jeûne eucharistique.
- Chez les **Musulmans** : l'alimentation est liée au licite et à l'illicite : la nourriture doit être halal. Le mois du ramadan donne lieu à un jeûne durant la journée : 9^e nouvelle lune du calendrier lunaire islamique.
- Chez les **Hindous** l'observance de l'Ahimsâ favorise le végétarisme; la vache est un animal sacré.





- **L'origine :**
- **Règles d'hygiène à une époque où la conservation des aliments était mal maîtrisée.**
- **Distinction entre pur et impur.**
- **Affirmation de l'autorité religieuse.**



- **L'alimentation est omniprésente dans les rites religieux :**

- La nourriture est montrée comme un don de Dieu : « Ainsi la terre fournit aux hommes de quoi vivre : du vin pour les rendre gais, de l'huile pour leur donner bonne mine, du pain pour leur rendre des forces » (Psaumes 104,15), La manne que reçoivent les Hébreux dans le désert en est le symbole (*L'Exode*), comme le miracle des pains et des poissons dans les évangiles.
- c'est aussi le cas dans l'Âge d'or évoqué par la mythologie gréco-romaine : cette période chantée par Ovidé montre la nature offrant d'elle-même tout ce dont l'homme a besoin, parce que la concorde règne entre les dieux et les hommes.
- Les sacrifices païens marquent le partage des ressources de la nature entre les dieux et les hommes (la comédie *Les Oiseaux* d'Aristophane).
- Dans certaines civilisations, la nourriture accompagne le mort (Mésopotamie).
- Les fêtes religieuses y où la nourriture est mise à l'honneur est aussi une manière maintenir le lien entre Dieu et les hommes (Pessa'h, Aïd). Le vin, notamment, est chez les Juifs et les Chrétiens, est le symbole de l'alliance entre Dieu et les hommes (Les Noces de Cana dans les évangiles).



- Dans l'eucharistie, Dieu se fait nourriture, chez les Chrétiens : par la transsubstantiation, le corps du Christ se fait pain et le sang du Christ se fait vin.
- Le partage du pain et du vin est la commémoration de la Cène et du sacrifice de Jésus.



III. ALIMENTATION ET CODES SOCIAUX



- Les codes et les règles de comportement à table montre la volonté de se distinguer socialement :
 - Dans l'Antiquité grecque et romaine, les banquets faisaient l'objet d'usages précis : il s'agissait pour l'hôte de montrer faire montre de sa position sociale et de favoriser ses liens de coopération et de clientèle.
 - Durant le Moyen-Âge, les repas étaient considérés comme triviaux.
 - A partir de la Renaissance, les ouvrages portant sur les civilités de la table se multiplient (*La Civilité puérile* d'Érasme, 1530) : il faut se distinguer des animaux qui se comportent en « loups affamés », ou des « vilains », les paysans. Mieux se comporter à table, c'est revendiquer une meilleure manière de vivre avec les autres.
 - Parallèlement, les couverts de table se multiplient : ils ont surtout un rôle d'apparat.
 - Sous l'Ancien Régime, le « Grand Couvert » symbolise le pouvoir du roi.



IV. L'ALIMENTATION COMME MARQUEUR SOCIAL



- Dans « La Parure » de Maupassant (1884), Mathilde Loisel, femme d'un petit fonctionnaire, rêve de repas luxueux :

« Elle songeait aux grands salons vêtus de soie ancienne, aux meubles fins portant des bibelots inestimables, et aux petits salons coquets, parfumés, faits pour la causerie de cinq heures avec les amis les plus intimes, les hommes connus et recherchés dont toutes les femmes envient et désirent l'attention. Quand elle s'asseyait, pour dîner, devant la table ronde couverte d'une nappe de trois jours, en face de son mari qui découvrait la soupière en déclarant d'un air enchanté : « Ah ! le bon pot-au-feu ! je ne sais rien de meilleur que cela... » elle songeait aux dîners fins, aux argenteries reluisantes, aux tapisseries peuplant les murailles de personnages anciens et d'oiseaux étranges au milieu d'une forêt de féerie ; elle songeait aux plats exquis servis en des vaisselles merveilleuses, aux galanteries chuchotées et écoutées avec un sourire de sphinx, tout en mangeant la chair rose d'une truite ou des ailes de gélinotte. »

=> La littérature réaliste et naturaliste du XIXe siècle rend compte des différences sociales à travers les repas.



V. L'ALIMENTATION COMME SPÉCIFICITÉ NATIONALE



- En 2010, le repas gastronomique à la Française entre au patrimoine immatériel mondial de l'Humanité : l'art du « bien-manger » et du « bien-boire » est reconnu avec le schéma du repas (apéritif, quatre plats, digestif) mais aussi les rituels (goûter le vin...)
- Dans *Mythologies* Roland Barthes fait dans son article « Le bifteck et les frites » un élément fondamental de la culture française. Le vin n'est pas un alcool comme les autres : il fait partie d'un art de vivre.
- La gastronomie française peut participer à la diplomatie, au soft power.
- Une référence : *le Festin de Babette* de Gabriel Axel, 1988.





- La peinture française a souvent mis à l'honneur des scènes de repas (scènes de genre) :
- *Le déjeuner* de François Boucher (1739)
- *Le Déjeuner sur l'herbe* d'Édouard Manet (1865) ;
- *Le Déjeuner des canotiers* d'Auguste Renoir (1880).





VI. ALIMENTATION ET LOISIR

- L'image de la cuisine est valorisée depuis les années 2000 : La nouvelle cuisine moderne (avec la bistronomie inventée en 2004) permet de démocratiser la gastronomie.
- Selon un sondage TNS Sofres de juin 2010, 23% des jeunes de moins de 35 ans considèrent la cuisine faite maison est une valorisation de soi. La principale motivation est la santé (34%, le plaisir (22%), la convivialité (21%). Selon un autre sondage IFOP de 2015, 87% de Français aiment cuisiner, 31% disent que c'est leur passe-temps préféré (OpinionWay juillet 2020). Les confinements et les émissions de cuisine ont favorisé cette tendance, qui n'est pas que Française (le marché des cours de cuisine devrait quadrupler de 2020 à 2030). Les ustensiles deviennent de plus en plus perfectionnés.
- Pourtant, le temps réel passé en cuisine par les ménages a diminué (71 minutes par jour en 1985, 61 minutes par jours en 2010 selon l'INSEE).
- Les émissions culinaires ont mis un coup de projecteur sur la profession : en 2020, deux cuisiniers apparaissent dans le top 50 des personnalités préférées des Français (Philippe Etchebest 7^e et Cyril Lignac 14^e). Cependant, les métiers de bouche manquent toujours d'attractivité.

VII. ALIMENTATION, SANTÉ ET SOCIÉTÉ

▪ A. L'alimentation est liée à notre santé :

Dès l'Antiquité, chez Hippocrate « Que l'alimentation soit sa seule médecine ! », ou chez Celse (Aulus Cornelius Celsus, Ier siècle av. J.-C. *De Medicina*). « La médecine est à l'homme malade ce que l'agriculture est à l'homme bien portant : l'une a pour but de le nourrir, et l'autre de lui rendre la santé. ».

La théorie des humeurs donnait à l'alimentation un rôle fondamental pour équilibrer lymphe, sang, bile jaune et bile noire : dans *Le Malade imaginaire* de Molière (1673), Argan reçoit un régime alimentaire pour se soigner.

La maladie est souvent jugée comme un désordre, voire un comportement excessif, c'est un signe de décadence de la société (Celse).



BIEN MANGER, BOUGER, PROTÈGE VOTRE SANTÉ.

1 à 2 fois par jour
Viandes et Poissons

3 fois par jour
Produits laitiers

Bouger au moins 30 minutes par jour !

A chaque repas
Féculents

5 par jour au moins
Fruits & Légumes

Eau à volonté

limiter la consommation
Gras
Sucré
Salé

- L'hygiéniste apparaît au XIXe siècle en partie grâce aux travaux de Pasteur. Il prône l'idée d'un mode de vie sain, d'une nourriture saine et moins riche, entraînant l'amélioration de la santé.
- De nos jours, les discours hygiénistes reviennent, relayés par les pouvoirs publics (manger—bouger, 5 fruits et légumes par jour...) Des études ont prouvé qu'une meilleure alimentation pouvait accroître l'espérance de vie de plus de 6-7 ans (le régime optimal compterait plus de céréales complètes, de légumineuses, de noix, moins de viande rouge et de viande transformée.
- Pour la deuxième année, la consommation de viande a diminué en le monde en 2020



Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE



Pour plus d'informations www.mangerbouger.fr



- **B. L'alimentation donne lieu à des troubles des conduites alimentaires**

L'anorexie mentale : 0,6% de la population adulte caucasienne, surtout des femmes.

La boulimie : 1,5% chez les femmes, 0,5% chez les hommes, surtout chez les 10-19 ans, en zone urbaine.

L'hyperphagie boulimique : 3 à 5% des personnes ; 40% des obèses seraient atteints de ce trouble.

Plusieurs facteurs sont en cause : la mode de la minceur, les mauvaises habitudes alimentaires, l'influence des médias ? L'anorexie mentale est plus fréquente dans les catégories moyennes ou supérieures.

Des références : *Un jour sans faim* de Delphine de Vigan (2001), *La Grande Bouffe* de Marco Ferreri (1973).





- **C. L'alimentation est liée à un idéal de beauté**
- Au Moyen-Âge, être en surpoids était un signe d bonne santé économique et corporelle : l'idéal de la beauté féminine a pu être celui de la rondeur, des formes voluptueuses, bien que la gourmandise soit un péché.
- Depuis le XIXe siècle et surtout au XXe siècle, en Occident, la mode est à la minceur : ce diktat vient d'un imaginaire où le « gros » est paresseux, profiteur, incapable de discipline alors que les études prouvent que le surpoids est multifactoriel et ne correspond pas toujours à une mauvaise alimentation. Les discriminations à l'embauche existent bien : les personnes obèses ont 50% de moins de chances d'être recrutées.
- A XXIe siècle, la « grossophobie » est dénoncée (2007 : jurisprudence au tribunal de Bobigny : une compagnie aérienne est condamnée à payer une amende de 8000 euros est pour un voyageur obèse sommé de payer un 2^e billet).



VIII. VERS UNE ÉVOLUTION DES PRATIQUES

- Le modèle alimentaire traditionnel semble évoluer depuis les années 1980 en Europe, mais en France, les enquêtes « Emploi du temps » de l'Insee par Thibaut de Saint-Pol montrent un maintien des trois repas traditionnels pris sur les mêmes plages horaires.
- Cependant, on note des évolutions chez les jeunes générations : ils sont moins nombreux à prendre un petit-déjeuner et les grignotages progressent : 41% des 18-25 ans déclarent grignoter parfois et même 29% très souvent contre 20% et 8% des plus de 60 ans. Les ouvriers et les employés sont plus nombreux à grignoter très souvent (22% et 20%) que les cadres (9%).
- Les causes sont multiples : changement des rythmes de vie, évolution des loisirs et contraintes économiques.





- Le temps des repas a tendance à diminuer en Europe : de 1h11 à 53 minutes entre 1986 et 2010, mais la France fait exception : le temps des repas est plus long et s'allonge même durant la même période (2h22 en 2010 + 13 minutes).
- La réduction des temps des repas est liée à l'accélération des modes de vie et à la possibilité de consommer rapidement, grâce à l'industrie agroalimentaire. Cela concerne particulièrement des personnes plutôt jeunes, issues des classes moyennes. Certaines marques (Feed, Vitaline, Yfood) ont proposé des produits à boire, préparés et avalés en quelques minutes.
- La France fait aussi exception quand à la sociabilité alimentaire : les repas sont pris généralement en commun : le repas est un temps d'échange, alors que les repas sont souvent désynchronisés en Allemagne ou au Royaume Uni.



- L'alimentation reste le lieu de transmission d'un héritage alimentaire: Nicoletta Diasio montre dans un article de 2014 que les jeunes restent attachés à la culture alimentaire familiale.
- L'alimentation étant marqué par le lien affectif et le plaisir, il n'est pas étonnant que le goût, qui est un des premiers plaisirs de l'enfant, perdure dans le temps.



BILAN : LA SOCIOLOGIE DE L'ALIMENTATION DE NOS JOURS



Le 1er Observatoire de l'éthique alimentaire

- Apparition de nouveaux enjeux de santé publique (l'obésité) ;
- Multiplication des crises alimentaires au niveau mondial : l'alimentation peut venir à manquer et les circuits mondiaux peuvent créer des pénuries ou des crises sanitaires (crise de la vache folle dans les années 1990).

=> Une nouvelle réflexion sur l'alimentation est en marche, plus respectueuse de l'écosystème, des animaux... L'alimentation prend une dimension éthique.



QU'EST-CE QUE MANGER VEUT DIRE ?

- I. Manger c'est d'abord répondre à un besoin et se faire plaisir
 - A. Manger répond à un besoin vital et de santé
 - B. Manger est aussi un plaisir
 - C. Manger, c'est socialiser
- II. Manger, c'est également se distinguer, marquer une différence et donc un pouvoir.
 - A. Manger, c'est marquer une différence sociale
 - B. Manger, c'est montrer son pouvoir
 - C. Manger, c'est s'ouvrir aux autres et marquer sa culture
- III. Mais manger devrait surtout impliquer de devoir être conscient des conséquences de ce que cela implique.
 - A. Manger, c'est être conscient de l'empreinte écologique que cela implique (**alimentation et développement**)
 - B. Manger, c'est être conscient des conséquences socio-économiques (**alimentation et économie**)
 - C. Manger, c'est donc opérer des choix (**alimentation et éthique**)



LA FRANCE, UNE EXCEPTION ALIMENTAIRE ?

- I. La France a longtemps fait figure d'exception du point de vue de l'alimentation
 - A. Un développement ancien de l'art culinaire
 - B. Une gastronomie aujourd'hui reconnue à travers le monde
 - C. Le maintien de pratiques alimentaires traditionnelles
- II. Pourtant, cette exception alimentaire est aujourd'hui de plus en plus remise en cause
 - A. La mondialisation et l'uniformisation de l'alimentation
 - B. Une tradition culinaire désuète ?
 - C. Une concurrence de certaines autres pratiques culinaires
- III. Une exception culturelle qu'il faut pourtant cultiver car elle est un vecteur important de puissance
 - A. Un atout pour la diplomatie française et le rayonnement culturel
 - B. Une exception qui doit s'adapter et se renouveler
 - C. Une exception qui doit se conformer et des valeurs (alimentation et éthique)

