

Approche nutritionnelle de l'alimentation : Faut-il crier « au loup ! » ?

Geneviève Cazes-Valette, anthropologue et professeur de marketing

LES 3 ACCRÉDITATIONS INTERNATIONALES



www.tbs-education.fr

Journée Famille et Santé
Toulouse le 19 octobre 2018

Manger, un « acte humain total »

- Manger construit notre corps, sa forme et ses formes
- Manger construit notre identité culturelle et sociale

Manger a toujours été risqué

- **Risque de contamination physique**
- **Risque de contamination symbolique**
- **Paradoxe de « l'omnivore » (Fischler) :
néophobie / néophilie**

Des normes pour quoi faire ?

- Pour se rassurer vis-à-vis de la **contamination physique et symbolique**
- Pour se rassurer vis-à-vis de son **intégration culturelle et sociale**

Des normes biologiques et sociales

- Que manger, en termes de quantités ?
- Que manger, en termes de qualité ?
- Comment, quand et avec qui manger ceci ou cela ?

Mais le contexte évolue...

- **Au niveau biologique : la nutrition est une science jeune en constante évolution**
- **Au niveau social :**
 - Recours plus fréquent aux produits de l'IAA et à la RHF
 - Déstructuration des prises alimentaires, individualisation des pratiques
 - Vieillesse de la population
 - Evolution des modèles esthétiques
 - Montée des préoccupations environnementales et éthiques

Les injonctions du moment

Médicales

- Ne pas être obèse
- Ne pas se rendre malade
- Construire puis préserver son « capital santé »

Sociales

- Être mince
- Être jeune
- Être musclé
- Préserver la planète
- Et le bien-être animal

La solution du moment

- L'alimentation-santé (PNNS)
- On redécouvre Hippocrate... « de ta nourriture, tu feras ta première médecine »... avec un contresens
- Mais malheureusement en beaucoup plus sophistiqué... d'où la médicalisation de l'alimentation, sa « nutritionnalisation »

Des solutions + ou - sérieuses

- **Conseils cacophoniques et pas toujours fondés (forte teneur idéologique sous-jacente)**
- **Régimes divers et variés préventifs ou curatifs (pour la longévité, contre l'obésité mais aussi le cancer)**
- **Alicaments + ou - convaincants**
- **Compléments alimentaires + ou - convaincants**

Avec des résultats + ou - probants

- Augmentation du surpoids et de l'obésité chez les adultes (effet yoyo de la restriction cognitive)
- Augmentation des angoisses liées à l'alimentation : en 2007 apparaît une catégorie de Français (10%) considérant l'alimentation comme un problème (CREDOC - CCAF)
- Augmentation des prix, offre pléthorique et de + en + complexe

Attention danger !

- **Danger médical** : TCA (apparition de l'orthorexie), carences (et risques iatrogènes), non observance...
- **Danger socio-politique** : désocialisation, hygiénisme, moralisation, stigmatisation, inégalités

Un petit rappel : la définition de la santé de l'OMS

« La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. »

Préambule à la Constitution de l'Organisation mondiale de la Santé, tel qu'adopté par la Conférence internationale sur la Santé, New York, 19-22 juin 1946 ; signée le 22 juillet 1946 par les représentants de 61 Etats. 1946; (Actes officiels de l'Organisation mondiale de la Santé, n°. 2, p. 100) et entrée en vigueur le 7 avril 1948.

Ne pas outrepasser les connaissances actuelles

- L'homme est mortel et c'est un animal social
- L'homme est omnivore : des quantités de régimes divers lui conviennent cf. « Pourquoi les Eskimos n'ont pas de cholestérol » (Hubert)
- Le mieux est encore de manger (et de boire) de tout en quantités modérées (et pas forcément en qualité sanitaire parfaite)
- Que l'on soit journaliste, médecin, expert en biologie ou en SHS, décideur politique ou industriel : cessons d'angoisser les gens pour « faire du chiffre » (RSE)

« Je parie que les gens hyper sains vont se sentir très cons le jour où ils seront sur un lit d'hôpital, en train de mourir de rien. »

Agathe Hochberg