

Etude de l'alimentation dans deux villages vaudois

E. Gubéran, V. van Ruyambeke

Zusammenfassung

Im Rahmen einer vergleichenden Monographie von zwei Dörfern des Kantons Waadt, die von der Anthropologischen Forschungsgruppe in Lausanne durchgeführt wurde, hat man die Ernährung von 8 Bauernfamilien (50 Personen) und 4 Familien aus dem nicht landwirtschaftlichen Bereich (16 Personen) während des gesamten Jahres 1962 untersucht. Die aus dem Gut entnommenen Nahrungsmittel (Selbstverbrauch) stellen 59,6 % der Kalorien dar, die von den Bauernfamilien verbraucht wurden. Der wirtschaftliche Wert des Selbstverbrauchs, der sich nach dem Verkaufspreis der Produkte berechnet, beträgt ungefähr 32 %. Der Vergleich dieser beiden Ziffern zeigt, daß die ökonomische Berechnung, wie sie in den landwirtschaftlichen Statistiken gemacht wird, den eigentlichen Selbstverbrauch herabsetzt, was die Ernährung anbelangt.

Die Ernährung der Bauernfamilien deckt reichlich die Bedürfnisse an Kalorien und nutritiven Elementen; sie überschreitet um 25 % die Normen, was sie unter die reichsten der untersuchten ländlichen Gebiete in der Schweiz und in Frankreich setzt. Die Einzelanalyse zeigt, daß sie sich mehr der städtischen Ernährung nähert, als der überlieferten bäuerlichen Ernährung die in mehr Getreide, Kartoffeln, doch weniger Fleisch, Zucker und Früchten besteht.

Die Familien aus dem nicht landwirtschaftlichen Bereich haben dagegen eine Ernährung von 19 % unter den Normen. Grundsätzlich «sparsam», neigt diese Ernährung in gewisser Hinsicht gegen die alte, traditionelle Ernährung.

Die Frage einer Überernährung der bäuerlichen Familien (wie diejenige der Bevölkerung der westlichen Länder im allgemeinen) bleibt unbeantwortet, da genaue wissenschaftliche Kriterien für die überreichliche Ernährung fehlen.

Résumé

Dans le cadre d'une monographie comparée de deux villages du canton de Vaud effectuée par le Groupe de Recherche en Anthropologie de Lausanne, l'alimentation de 8 familles paysannes (50 personnes) et de 4 familles non paysannes (16 personnes) a été étudiée pendant la totalité de l'année 1962. Les aliments provenant du domaine (autoconsommation) représentent le 59,6 % des calories consommées par les familles paysannes. Le calcul économique de l'autoconsommation, d'après le prix de vente des produits, donne une valeur d'environ 32 %. La comparaison de ces deux chiffres montre que le calcul économique, tel qu'il est effectué dans les statistiques rurales, minimise l'autoconsommation réelle, au point de vue alimentaire.

L'alimentation des familles paysannes couvre largement les besoins en calories et en éléments nutritionnels; elle est supérieure de 25 % aux normes, ce qui la situe parmi les plus riches des régions rurales étudiées en Suisse et en France. L'analyse détaillée montre qu'elle se rapproche davantage de l'alimentation urbaine que de l'alimentation paysanne traditionnelle qui comporte plus de céréales, de pommes de terre et moins de viande, de sucre et de fruits.

Les familles non paysannes ont au contraire une alimentation inférieure de 19 % aux normes. De type «économique» cette alimentation tendrait, par certains aspects, à se rapprocher de l'ancienne alimentation paysanne traditionnelle.

La question d'une suralimentation des familles paysannes (comme celle plus générale de la population des pays occidentaux) reste ouverte en l'absence de critères scientifiques précis de la suralimentation.

Introduction

En 1962/63, le Groupe de Recherche en Anthropologie de Lausanne (G.R.A.) a effectué une enquête monographique dans deux villages du canton de Vaud : Oppens et Orzens. Ce travail a rassemblé une série d'études [1] ayant pour objet l'histoire des deux villages, le patrimoine, la production des entreprises, le revenu, la consommation, la structure démographique et sociale, certains aspects de la santé et des attitudes psychologiques des habitants. Venant de diverses disciplines, les membres du groupe se sont efforcés de travailler collectivement, en échangeant leurs résultats à tous les stades de l'enquête. Ils se sont placés ainsi dans une perspective anthropologique au sens moderne de ce terme, si l'on admet avec Mauss [2] que « l'anthropologie est le total des sciences qui considèrent l'homme comme un être vivant, conscient et sociable ».

La présente étude concerne la consommation alimentaire du point de vue nutritionnel et non économique.

Méthode

Les résultats présentés sont établis sur la base de 12 comptabilités annuelles de « ménages »; 8 de celles-ci concernent des familles paysannes qui groupent 50 personnes, et 4 des familles de non-paysans qui groupent 16 personnes. L'échantillon représente 18,9% de la population totale des deux villages (21,3% des paysans et 14,1% des non-paysans). Par rapport à l'ensemble de la population de chaque village, les caractéristiques de l'échantillon sont les suivantes :

| Caractéristiques | Paysans | | | non-paysans | | |
|---|-------------|--------|--------|-------------|--------|--------|
| | Echantillon | Oppens | Orzens | Echantillon | Oppens | Orzens |
| Surface moyenne des exploitations (en ares) | 1653 | 1196 | 1591 | — | — | — |
| Revenu annuel moyen par tête (en francs) | 3014 | 3003 | 3246 | 2842 | 2547 | 3464 |

Les fiches de comptabilité, comprenant le prix et le poids de chaque aliment consommé, ont été remplies quotidiennement pendant toute l'année 1961. Elles ont été relevées chaque mois par les enquêteurs qui, par recoupement, cherchaient à dépister les oublis. Les stocks ont été calculés au début et à la fin de l'exercice.

Le calcul des calories et des nutriments a été effectué à partir des tables de la composition chimique des aliments [3]. Les calories provenant de l'alcool ont été prises en considération¹. Les moyennes utilisées ont été obtenues en divisant les totaux par le nombre total de personnes de chaque échantillon.

¹ Un comité de la FAO-WHO (cité par Mayer [4]) a estimé la valeur calorifique de l'alcool à 7,1 cal/g à condition qu'elle n'excède pas 700 cal. Avec les auteurs français nous nous sommes rangés à cet avis. D'autres auteurs, Versar et Gsell notamment (se basant sur les tables de Högl-Lauber), ne prennent pas en considération les calories provenant de l'alcool.

Les besoins théoriques en calories ont été établis d'après les normes de base du «National Research Council», 1953 [3]. Les besoins caloriques des paysans en activité ont été estimés à 4500 cal/j et ceux des paysannes en activité à environ 3000 cal/j (normes de base + 1000 cal/j)¹.

Comparaisons avec d'autres enquêtes

La comparaison des résultats de diverses enquêtes alimentaires est toujours problématique². Seule nous paraît rigoureuse la comparaison entre des statistiques menées selon les mêmes critères et, si possible, par le même organisme. C'est le cas des études menées en France par l'Institut National d'Hygiène dans tous les milieux sociaux et la plupart des régions urbaines et rurales.

Il n'existe malheureusement pas en Suisse de travaux de cette ampleur. L'Office fédéral de l'industrie, des arts et métiers et du travail (OFIANT) établit annuellement le bilan alimentaire de plusieurs centaines de familles suisses. Ces statistiques, qui ne comprennent pas de familles paysannes, ne sont pas suffisamment détaillées pour permettre l'étude des calories et des nutriments.

Une enquête alimentaire a été faite à Bâle en 1936/37 par Bickel et Kapp [7], mais le calcul par unités de consommation rend les comparaisons difficiles. Il en va de même des études de Fleisch [8] portant sur l'alimentation pendant la dernière guerre. Depuis 1945 seuls, à notre connaissance, Verzàr, Gsell et coll. [9, 10, 11] ont mené des enquêtes avec des bilans nutritionnels complets. Ces excellentes études sont les éléments de comparaison les plus valables que nous possédons.

Autoconsommation

L'autoconsommation en général est la consommation de biens par le producteur de ceux-ci; elle porte donc sur des produits qui n'ont pas passé par le

¹ Les valeurs des standards alimentaires sont contestées pour plusieurs raisons:

a) Les standards ont été établis sur les données de l'expérimentation physiologique (étude du métabolisme) d'une part, et sur la consommation réelle d'échantillons de population d'autre part. Beaucoup les estiment trop élevés parce que la population des pays occidentaux, prise comme référence, est généralement considérée comme suralimentée. Pendant la dernière guerre, bien que la consommation soit tombée en dessous des normes, on n'a pas observé de signes de sous-alimentation généralisée, en Angleterre, par exemple [5].

b) La valeur des déchets est difficile à évaluer (déchets lors de la récolte, de la préparation, de la cuisson, de la consommation et de la digestion des aliments). Elle est certainement plus élevée à la campagne où les porcs et d'autres animaux domestiques sont partiellement nourris avec les «restes». Georgescu [6] estimait les déchets de table à 10 % de la consommation paysanne. Un comité du Ministère britannique de la Santé (cité par Wright [5]) estimait également à 10 % la différence entre les calories «achetées» et les calories «digérées».

c) La teneur de chaque aliment en calories et nutriments donnée par les tables est une valeur moyenne, autour de laquelle la dispersion est très grande (variations de la teneur en eau notamment).

² Nous avons déjà signalé que certains auteurs ne prennent pas en considération les calories fournies par l'alcool (note 1, p. 262). Celles-ci peuvent cependant atteindre 10 % et davantage du total des calories consommées. De plus, il n'y a pas d'unité de vue au sujet de la moyenne des calories consommées, par personne et par jour. On peut en effet calculer a) la moyenne par unité de consommation, b) la moyenne par tête, c) la moyenne par «individu moyen de la famille moyenne». Comme l'ont montré en détails Trémolières et coll. [12], les résultats varient considérablement selon la méthode utilisée.

circuit commercial. Dans le domaine de l'alimentation, l'autoconsommation concerne donc les produits provenant du domaine (paysans) ou du jardin potager (non-paysans).

Importance de l'autoconsommation estimée en % des calories.

| Origine des calories | Paysans | Non-paysans |
|--|---------|-------------|
| Aliments produits (autoconsommation) | 59,6 % | 8,5 % |
| Aliments achetés | 40,4 % | 91,5 % |

L'autoconsommation des familles paysannes représente le 59,6 % des calories. Pour les céréales, les légumes et les fruits, l'approvisionnement provient presque exclusivement du domaine agricole, et la proportion est à peine inférieure pour les produits laitiers et la viande. Bien que l'on soit aujourd'hui, dans une économie de marché, fort éloigné du paysan d'autrefois qui produisait la presque totalité de ce qui lui était nécessaire et vivait en vase clos, l'approvisionnement direct reste important. La qualité de l'alimentation en éléments nutritifs et biologiques dépend beaucoup de l'autoconsommation qui apporte les aliments les plus riches: céréales, produits laitiers, légumes et fruits. Les denrées de faible valeur nutritive comme le sucre, les graisses de cuisine, les pâtes, sont au contraire achetées. Verzar et Gsell [9] ont montré, chez les paysans de la montagne, que là où l'autoconsommation était la plus forte, l'alimentation était la meilleure à condition que les femmes possèdent une bonne formation ménagère.

% des calories provenant de l'autoconsommation pour les différents groupes d'aliments.

| Aliments | % d'autoconsommation | |
|---|----------------------|-------------|
| | Paysans | Non-paysans |
| Céréales (avec pain) | 89,7 | 0,6 |
| Légumes (avec pommes de terre) | 88,0 | 40,7 |
| Fruits | 83,5 | 59,6 |
| Produits laitiers, œufs | 76,8 | 5,6 |
| Viande, poisson | 69,5 | 1,6 |
| Boissons | 12,8 | 0,4 |
| Graisses, huiles | 8,9 | — |
| Sucre, chocolat, pâtisserie, miel | 2,0 | — |

Les familles non paysannes ont une autoconsommation non négligeable (8,5 %), qui provient surtout des légumes et des fruits. Leur alimentation est beaucoup moins abondante et moins riche que celle des paysans, comme nous le verrons plus loin. Le jardin potager et le verger prennent ainsi une réelle importance surtout au point de vue qualitatif, car la plus grande partie des vitamines provient des fruits et des légumes.

L'importance de l'autoconsommation varie considérablement selon qu'elle est estimée en % des calories consommées par les familles ou en % de la valeur pécuniaire des aliments.

Ainsi, lors de l'enquête effectuée par le G.R.A. [1], l'autoconsommation des paysans d'Oppens et d'Orzens a été fixée respectivement à 36,2 % et 27,6 % du budget de l'alimentation¹, alors que, plus haut, l'autoconsommation de l'ensemble de l'échantillon paysan atteint 59,6 % des calories consommées.

L'écart entre les deux pourcentages s'explique par le fait que l'autoconsommation des paysans porte essentiellement sur des produits alimentaires peu coûteux mais riches en calories (produits laitiers, céréales).

Seules les enquêtes économiques tiennent habituellement compte de l'importance de l'autoconsommation et, d'ailleurs, les auteurs ne s'entendent pas sur la façon de l'évaluer : les uns estiment les produits de l'exploitation au prix du marché, les autres à celui auquel ils auraient pu être vendus par le producteur, c'est-à-dire le plus souvent au prix de gros. Bien que la solution des premiers semble préférable s'il s'agit de déterminer le niveau de vie d'une population, celle des seconds reflète mieux la réalité économique en donnant la somme que le consommateur aurait eu à disposition s'il avait vendu tous ses produits pour acheter entièrement ses aliments. Quoiqu'il en soit, aucun des deux systèmes ne permet de rendre compte de la réalité de façon satisfaisante.

Le fait de pouvoir comparer l'importance de l'autoconsommation au point de vue économique et au point de vue nutritionnel pendant une même période et dans un même cadre d'enquête nous apparaît comme un élément intéressant dans le domaine de la sociologie; en effet, au vu des chiffres qui ressortent de l'étude économique de G.R.A., il semble que les paysans d'Oppens et d'Orzens ne consomment leurs produits que dans une faible mesure, alors que l'enquête alimentaire au point de vue calorique met en évidence le fait qu'ils se nourrissent encore, pour plus de la moitié, sur le domaine.

Bilan des calories et des éléments nutritionnels

Si l'on compare les résultats que nous présentons à ceux de Verzar et coll. [9, 10, 11] pour la Suisse, ou à ceux de Trémolières et coll. [12] pour la France, on constate que, dans les régions rurales étudiées par ces auteurs, les résultats se situent à $\pm 10\%$ des valeurs théoriques. A Oppens et Orzens, les familles paysannes ont un bilan calorique supérieur de 25 % aux normes alors que le bilan des familles non paysannes est à -19% . Toutefois, ces dernières familles ont une consommation meilleure pour les protides (+ 2 % du taux théorique) et la part des protides d'origine animale dépasse 50 %.

¹ La valeur des aliments autoconsommés est estimée au prix auquel ils auraient pu être vendus par l'exploitation.

Taux des différents éléments nutritionnels. Moyenne par personne et par jour.

| Eléments | Orzens et Oppens | | Paysans de Altnau (Thurgovie) [10] | Paysans des régions de montagne [9] | 24 régions rurales en France [12] | |
|-------------------------------|------------------------|----------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|--------|
| | Paysans (50 personnes) | Non-paysans (16 personnes) | | | Maxima | Minima |
| | | | | | | |
| Calories | 3 525 | 1 929 | 2 772 | 2 728 | 3 980 | 2 619 |
| Calories théoriques | 2 810 | 2 368 | (a) | (a) | | |
| | = + 25 % | = - 19 % | + 1 % | + 4 % | + 10 % | |
| Protides totaux | 92,8 g | 61,0 | 87,3 | 88,1 | 114 | 86 |
| Protides théoriques | 60 g | 60 | + 27 % | + 38 % | + 10 % (b) | |
| | = + 55 % | = + 2 % | | | | |
| Protides animaux | 50,4 g | 32,8 | 52,3 | - | 57 | 32 |
| Protides végétaux | 42,4 g | 28,2 | 35,0 | - | 67 | 48 |
| Lipides | 122,6 g | 68,5 | 115,7 | 101,2 | 134 | 73 |
| Glucides | 493,2 g | 259,6 | 326,4 | - | 512 | 358 |

(a) Les calories de l'alcool ne sont pas calculées.
 (b) Les standards protidiques utilisés par l'Institut Nat. d'Hygiène sont plus élevés que ceux du Nat. Res. Council.

Si l'on examine le % des calories apportées par chaque élément nutritionnel, on constate que les résultats présentés ici sont peu différents de ceux obtenus en Suisse et en France. Chez les familles paysannes, la teneur en lipides et protides est plutôt basse avec, évidemment, une compensation pour les glucides, alors que pour les non-paysans, les valeurs se rapprochent de la moyenne des autres statistiques.

% des calories apportées par les éléments nutritionnels.

| Eléments en % des calories | Orzens et Oppens | | Paysans d'Altnau [10] | Paysans de la montagne [9] | OFIAMT (b) 1937/38 citadins | Bâle [7] Citadins | France 10 rég. rurales [12] |
|----------------------------|------------------|-------------|-----------------------|----------------------------|-----------------------------|-------------------|-----------------------------|
| | Paysans | Non-paysans | | | | | |
| Protides | 10,7 | 12,7 | 13 | 13 | 12 | 12 | 12 |
| Lipides | 29,8 | 33,4 | 38 | (a) 33 | (a) 30 | 38 | (a) 29 |
| Glucides | 59,5 | 53,9 | 49 | 54 | 58 | 50 | 59 |
| | 100,0 | 100,0 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |

(a) % calculé approximativement - (b) % calculé par Fleisch [8]

L'alimentation des paysans d'Oppens et d'Orzens est une alimentation plus coûteuse, sinon plus riche en éléments nutritifs, que celle des paysans de la montagne et d'Altnau : taux plus élevé de viande, de fruits, de sucre, taux plus bas de céréales. Le pain reste l'aliment de base et apporte davantage de calories que les produits laitiers, à l'inverse des autres régions de Suisse, mais comme

en France. Dans ce dernier pays, les habitudes alimentaires sont différentes de celles des paysans suisses : plus de pain, de viande et de boissons (vin surtout) et moins de sucre, de graisses et de fruits. Il est par conséquent difficile d'établir si cette alimentation reflète un niveau de vie plus élevé.

Il est intéressant de comparer la consommation des deux villages que nous avons étudiés avec celle des citadins de Bâle. Elle s'en rapproche davantage que de celle des deux autres groupes ruraux étudiés en Suisse : les différences sont minimales si l'on tient compte de la marge d'erreur, le maximum d'écart étant atteint par les produits laitiers qui sont, paradoxalement, moins consommés à Oppens et Orzens qu'à Bâle. Ceci plaide pour un niveau de vie relativement élevé des familles paysannes d'Oppens et d'Orzens et rapproche leur comportement alimentaire de celui de la ville.

On peut faire la comparaison inverse avec les familles non paysannes d'Orzens et d'Oppens, qui se rapprochent davantage de celles des paysans de la montagne et d'Altnau pour les céréales (y compris le pain), le sucre, les fruits. Cette alimentation est plutôt « économique » comme l'indique le pourcentage élevé de pommes de terre et de céréales, bien que le taux de la viande et des fruits soit encore satisfaisant. Les fruits et les légumes proviennent en majorité de l'autoconsommation.

% des calories apportées par les aliments.

| Aliments en % des calories | Oppens et Orzens | | Paysans de la montagne [9] | Paysans d'Altnau [10] | Ouvriers et em- ployés de Bâle [7] | France 10 rég. rurales (moyenne) [12] |
|---|------------------|-----------------|-------------------------------------|-----------------------------|--|---|
| | Paysans | Non- paysans | | | | |
| Pain et farine | 25,5 | 24,6 | 23 (a) | 26 (a) | 22 (a) | 36 (a) |
| Autres céréales, pâtes, riz | 2,7 | 6,4 | 12 | 5 | 5 | 4 |
| Produits laitiers, œufs . . | 19,0 | 22,4 | 27 | 29 | 23 | 20 |
| Sucre, sucreries, chocolat, pâtisserie | 16,7 | 11,1 | 12 | 9 | 14 | 4 |
| Viande, poisson | 11,1 | 10,9 | 8 | 11 | 12 | 14 |
| Graisses, huiles | 9,6 | 7,8 | 7 | 6 | 7 | 2 |
| Pommes de terre | 6,0 | 9,2 | 7 | 5 | 4 | 7 |
| Autres légumes | 1,6 | 1,9 | 2 | 1,5 | 5 | 4 |
| Fruits | 5,1 | 4,3 | 2 | 4 | 6 | 1 |
| Boissons | 2,7 | 1,4 | (b) | 4 (b) | 2 | 8 |
| | 100,0 | 100,0 | 100 | 100 | 100 | 100 |

(a) % calculés (approximativement)
(b) Les calories de l'alcool ne sont pas calculées

(L'importance respective des divers aliments peut être mieux analysée en donnant les résultats en % de calories apportées par chaque aliment plutôt qu'en grammes.)

On peut se demander si le taux relativement élevé de calories consommées par les familles paysannes des deux villages parle en faveur d'un certain degré de suralimentation. Des renseignements indirects comme la fréquence de l'obésité et des troubles hépatiques constatés par l'enquête médicale [1] peuvent étayer cette hypothèse. Toutefois, il est très difficile d'établir un seuil à partir duquel on puisse parler de suralimentation. La comparaison avec d'autres régions rurales de Suisse et de France, plus valable à notre avis que la comparaison aux normes théoriques qui sont contestées, ne fait pas apparaître chez les familles paysannes des valeurs excessivement élevées. De plus, le % des calories apportées par les lipides est plutôt inférieur à la moyenne. On pourrait donc conclure qu'il n'y a pas, parmi les paysans d'Oppens et d'Orzens, de suralimentation certaine par rapport aux paysans d'autres régions suisses et françaises, la question d'une suralimentation généralisée de la population de ces pays restant posée.

Bibliographie

- [1] *Nicolas G., V. Van Ruymbeke, S. Unterfichter, P. Thomas, A. Besson et E. Gubéran*: Essai de monographie comparée de deux villages du canton de Vaud: Oppens et Orzens. (Editions polycopiées, Lausanne, novembre 1963. Sera publié en 1964 chez Gaugin & Laubscher, Montreux.)
Nicolas G., V. Van Ruymbeke, A. Besson et S. Unterfichter: Les comptes économiques et les comptes de patrimoine des villages d'Oppens et d'Orzens du canton de Vaud. *Revue suisse d'Economie politique et de Statistique* 99, 423-447 (1963).
- [2] *Mauß M.*: Sociologie et Anthropologie (P.U.F. Paris, 1950).
- [3] *Tables scientifiques Geigy* (1955).
- [4] *Mayer J.*: Food Composition Tables: «Basis, Uses and Limitations». *Post-graduate Medicine* 28, 295-307 (1960).
- [5] *Wright's S.*: Applied Physiology (Oxford University Press 1963).
- [6] *Georgescu D.C.*: L'alimentation de la population rurale en Roumanie. In: La vie rurale en Roumanie. XIVe Congrès international de sociologie, pp. 205-238. Bucarest 1940.
- [7] *Bickel W. und H. Kapp*: Zur Ernährung der Basler Bevölkerung. *Helv. Med. Acta* 14, 543-556 (1947).
- [8] *Fleisch A.*: Ernährungsprobleme in Mangelzeiten (Benno Schwabe, Basel 1947).
- [9] *Verzar F. und D. Gsell*: Ernährung und Gesundheitszustand der Bergbevölkerung der Schweiz (Veröffentlichungen des Eidgenössischen Gesundheitsamtes, Bern 1962).
- [10] *Gsell D., R. Develey und B. Streuli*: Vergleichende Untersuchungen über die Ernährung in verschiedenen Gebieten der Schweiz. I. Ernährungs- und Gesundheitszustand von 50 Arbeiter- und Angestelltenfamilien in Basel. II. Erhebungen in Altnau (Thurgau). *Bull. des Eidg. Gesundheitsamtes* 53, 93-148 (1962).
- [11] *Gsell D.*: Untersuchungen über die Ernährung von 100 alten Menschen in der Schweiz. *Gerontologia* 2, 321-356 (1958).
- [12] *Tremolières J., Y. Serville et F. Vinit*: Etude sur la ration alimentaire-type à préconiser pour le Français. *Bull. inst. Nat. Hyg.* 7, 767-825 (1952).

Adresse: Dr. E. Gubéran, V. van Ruymbeke, Lausanne, av. César Roux 24