

Recherche sur les déterminants psycho-sociaux des habitudes alimentaires

Laura Cardia-Vonèche⁽¹⁾, M. Gottraux⁽¹⁾, F. Grétilat⁽¹⁾, R. Müller⁽²⁾, Françoise Osiek⁽¹⁾

1) Institut de médecine sociale et préventive, 27 Quai Charles-Page, 1211 GENEVE 4

2) Institut suisse de prophylaxie de l'Alcoolisme, 14 av. Ruchonnet, 1003 LAUSANNE

Le présent article se propose de rendre compte des objectifs d'une recherche qui vient de débiter, portant sur les déterminants psycho-sociaux des habitudes alimentaires. Il apparaît utile de rappeler ici dans quelle mesure une approche sociologique des pratiques alimentaires, bien que spécifique, s'inscrit en complément à des études nutritionnistes. Ces dernières s'intéressent prioritairement aux effets des pratiques alimentaires sur la santé (1). De telles recherches, lorsqu'elles sont réalisées avec de larges échantillons, peuvent donner une image fidèle des comportements de nutrition. Elles peuvent, en outre, faire apparaître l'existence de types de pratiques distinctes selon diverses variables socio-culturelles telles que l'âge, le sexe ou le milieu social, ce qui débouche sur l'identification de groupes à risques.

Une prévention dont l'objectif serait alors de modifier les habitudes alimentaires n'est cependant possible que pour autant que l'on puisse identifier les facteurs conduisant à l'adoption de ces dernières. Or, tel est justement l'objectif principal d'une sociologie de l'alimentation dont on constate qu'elle se situe en amont d'une approche nutritionniste, dans le cadre général d'une démarche de prévention.

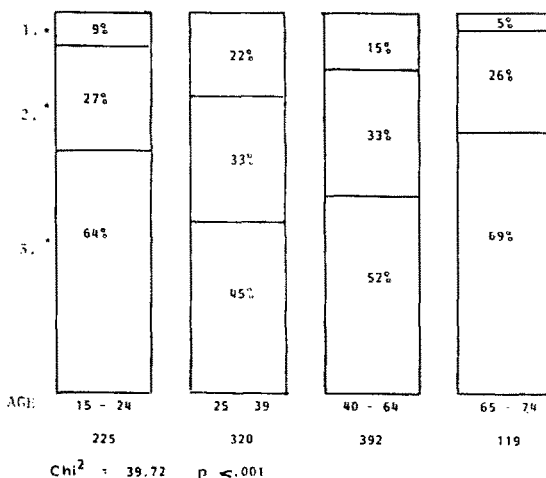
La démarche sociologique nous amène à considérer les habitudes alimentaires comme la résultante de représentations socialement acquises qui sont mises en oeuvre dans des contextes sociaux spécifiques. Précisons que nous admettons l'existence d'une interaction entre représentations et contextes sociaux, soit que les seconds favorisent le recours à des représentations, soit que les représentations amènent les individus à privilégier des situations de consommation d'un type particulier. De telles hypothèses relèvent du sens commun: nous expérimentons individuellement tous le fait qu'un repas, pris par exemple avec des amis, revêt une autre signification à nos yeux que celui que nous consommons dans la solitude de notre cuisine. Nous pensons qu'à ces types de situations et de représentations correspondent des pratiques nutritionnelles différentes (2).

Plusieurs résultats actuellement disponibles permettent d'identifier le contexte actuel des pratiques nutritionnelles. C'est ainsi, si nous nous intéressons au contexte temporel, que nous savons que le Suisse consacre environ 1 heure pour le repas de midi et du soir; que les heures des repas sont d'autant plus réglées que l'on est plus âgé. Si nous considérons la dimension des interactions auxquelles donnent lieu les repas, nous savons par exemple qu'elles seront d'autant plus fréquentes dans une famille avec enfants.

D'autres études permettent de constater que les représentations des repas varient selon un certain nombre de facteurs (classe d'âge, re-

venu) que nous pouvons considérer comme indicateurs du contexte social de consommation (Tableau I) (3).

TABLEAU I - Significations de l'action de manger selon l'âge



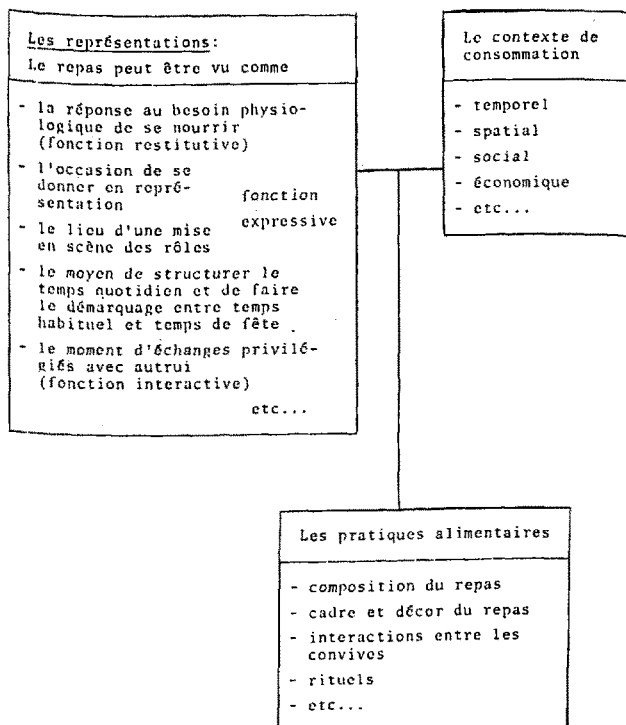
* Manger signifie pour moi en priorité, d'abord:

1. Se retrouver en famille, avec des amis = signification interactive
2. Pour avoir du plaisir = signification "gratitative"
3. Pour nourrir le corps = signification restitutive

Cependant, ce dernier, ainsi que les représentations liées à l'acte de se nourrir, sont eux-mêmes déterminés par des facteurs relevant de la macro-sociologie. Ainsi, l'isolement social des vieillards dans notre société est en rapport avec le fait que les personnes âgées prennent plus souvent leurs repas dans la solitude. Les représentations qu'elles se font de l'alimentation, en conséquence, porteront davantage sur sa fonction purement restitutive.

Ceci étant connu, une sociologie de l'alimentation, pour être exhaustive, devrait s'interroger sur les interactions entre contextes de consommation et représentations liées à l'alimentation et les mettre en relation avec des pratiques concrètes, notamment la composition du repas (régularité, fréquence, présence excessive ou insuffisante de certains types d'aliments) qui intéressent en premier lieu le préventologue.

TABLEAU II



scènes typiques de repas sont projetées à ces familles, puis un entretien approfondi porte sur le jugement émis sur ces scènes et une comparaison avec les habitudes familiales. Cette méthode, pensons-nous, permet plus facilement aux interviewés d'objectiver leurs pratiques et représentations.

- Sur la base des résultats de l'étude exploratoire, un questionnaire sera élaboré et soumis à quelque 200 familles.
- Une troisième étape qualitative enfin nous permettra d'approfondir les résultats obtenus lors des deux premières phases.

RESUME

Le présent article oppose et explique brièvement les points de vue nutritionniste et sociologique relatifs aux pratiques alimentaires. Il tente ensuite de montrer que seule une connaissance approfondie des déterminants psychosociaux pourrait rendre possible une influence efficace sur les changements alimentaires. Il présente enfin les bases d'une recherche portant sur ces déterminants.

ZUSAMMENFASSUNG

Der ernährungswissenschaftlichen Sichtweise von Verzehrsgewohnheiten wird jene der Soziologie gegenübergestellt und kurz erläutert. Es wird argumentiert, dass nur die Erhellung der psychosozialen Bestimmungsgrößen erlaubte, Essgewohnheiten zu beeinflussen. Ein Projekt zur Erfassung dieser Größen wird vorgestellt.

SUMMARY

To the nutritional-scientific point of view of consumption habits is opposed the sociological one and briefly explained. It is discussed that only a greater knowledge of psychosocial determinants would make it possible to influence eating habits. A project for the collection of these determinants is presented.

BIBLIOGRAPHIE

- 1) Von Ferber C. (1980) - "Ernährungsgewohnheiten - Zur Soziologie der Ernährung". In Zeitschrift für Soziologie, 9, 221-235.
- 2) Grignon C., Grignon C. (1980) - "Styles d'alimentation et goûts populaires". In Revue française de sociologie, XXI-4, 531-569.
- 3) Müller R., Wütrich P. (1984) - "Zur sozialen Bedeutung der Ernährungsgewohnheiten". In "Zweiter schweizerischer Ernährungsbericht", Hans Huber, Bern, Stuttgart, Wien.

On se rend compte, dès lors, de la complexité de l'organisation cognitive et socio-affective qui sous-tend les pratiques alimentaires. On réalise mieux, aussi, qu'un message préventif ne portant que sur l'une de ces dimensions - en particulier l'aspect reconstitutif de l'alimentation - ne peut que difficilement modifier le comportement, ce dernier prenant sens pour l'acteur social à partir de bien d'autres représentations.

Notre étude vise donc à combler partiellement ces lacunes relatives aux rapports existant entre le contexte de consommation, les représentations et les pratiques alimentaires. Trois phases sont prévues, dont la première est en cours de réalisation.

- Une première phase exploratoire a pour objectif d'identifier les significations accordées aux repas familiaux et les pratiques qui leur sont associées, auprès d'une quinzaine de familles. Trois films vidéo représentant des