



**Les inégalités sociales dans la consommation
alimentaire**

2013



fps

Merci à Martin Biernaux (Service Promotion de la Santé, UNMS) pour son travail de revue de la littérature sur laquelle se base cette analyse

Sarah Hibo

Service Etudes du Secrétariat National des FPS

2013

02/515.17.67

sarah.hibo@mutsoc.be

Editrice responsable :

Dominique Plasman

Place Saint-Jean, 1-2

1000 Bruxelles

« Les pauvres mangent mal », peut-on lire et entendre un peu partout. La multiplication des messages de santé publique et autres plans d'action nutrition-santé visant à faire adopter à tous (et surtout « aux pauvres », puisque c'est eux qui mangent mal !) une alimentation équilibrée ne semble pas y changer grand-chose...¹

Dans cette analyse, nous tenterons donc de voir comment se passe la consommation alimentaire, quelle influence ont les groupes sociaux sur cette dernière, pourquoi les individus se sentent concernés ou non par les messages de santé publique et nous terminerons par quelques pistes d'action.

Solidaris-Mutualité Socialiste, en partenariat avec Le Soir et la RTBF, a réalisé, fin 2013, en enquête visant à savoir comment le consommateur-mangeur perçoit l'offre de produits alimentaires ? Quels sont ses choix ? Dans quelle mesure se sent-il concerné par les messages de santé publique ? Comment évalue-t-il l'impact de son alimentation sur sa santé et l'environnement ?

Les résultats de ce quatrième *Thermomètre Solidaris-RTBF-Le Soir*², montrent (notamment) que ce sont avant tout les personnes avec les revenus les plus bas et les moins scolarisées qui se sentent les plus démunies face à l'immensité de l'offre alimentaire (et à la publicité) -qui incite à consommer/manger beaucoup- et aux messages de santé -qui annoncent que manger est potentiellement dangereux.

I. Comportement alimentaire

Sur base d'une enquête menée en France sur l'alimentation³, Poulain et Tibère (2008) ont mis en évidence que la santé pèse moins dans les critères d'achats alimentaires. Pour l'ensemble de la population, c'est le goût qui détermine ce qu'ils vont consommer. Mais le principal frein à consommer un type d'aliment reste son coût.

Lorsque l'on interroge les gens sur la manière dont ils modifieraient leur consommation s'ils avaient plus d'argent, les personnes en situation de précarité sont plus nombreuses à déclarer qu'elles aimeraient modifier quantitativement leur alimentation alors que, pour tous les autres groupes sociaux, c'est une amélioration de la qualité de la nourriture qui est envisagée.

Influences

Le comportement alimentaire des consommateurs est influencé par des facteurs externes (des facteurs d'environnement et le marketing), des facteurs psychologiques (les motivations, perceptions et attitudes) et le processus décisionnel (données qualitatives et informations sur le produit)⁴.

Les facteurs d'environnement (par exemple, les traditions familiales) sont parmi les plus influents et sont également ceux sur lesquels le consommateur a le moins de prise. Les facteurs d'environnement reflètent les relations de l'individu avec le milieu social et économique dans lequel il évolue.

L'individu s'inscrit au centre d'un système d'influences⁵, avec autour de lui -dans l'ordre le plus proche de l'individu et le plus influent : la famille, les groupes sociaux, les classes sociales, la sous-culture et la culture.

¹ Cette analyse n'a pas pour but de stigmatiser ou porter un jugement de valeur sur telle ou telle catégorie de personnes mais bien de montrer la diversité des situations existantes et l'inadéquation des injonctions de santé face au vécu/aux pratiques des individus.

² <http://www.mutsoc.be/Mutsoc/Theme/pave-thermo-4-alimentation.htm>

³ « Alimentation hors repas et corpulence » ; recherche réalisée dans le cadre du programme « Rare-Nutrialis » du Ministère de la Recherche français.

⁴ Padilla M., Jazi S., Seltene M., Les comportements alimentaires. Concepts et méthodes. Options méditerranéennes, 2001.

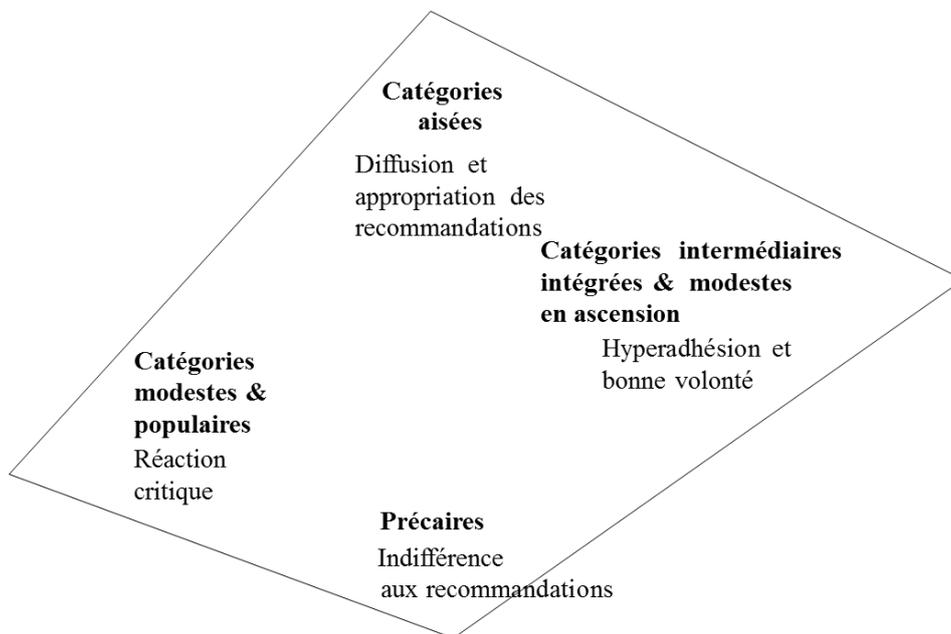
⁵ Hiérarchie de Veblen cf. Padilla M. et al., 2001, p. 280.

II. Appartenance sociale et alimentation

Les inégalités dans la consommation alimentaire se situent au niveau de la consommation de fruits et de légumes, des produits de la mer, des repas à l'extérieur. On constate que les personnes qui consomment le moins ces produits sont celles qui ont des revenus plus faibles. Mais ce que l'on mange ne dépend pas seulement du revenu⁶. L'appartenance sociale de l'individu a une incidence sur ses goûts et ses comportements alimentaires.

Réception des normes alimentaires

La manière dont les individus réagissent aux normes d'alimentation (5 fruits et légumes par jour, pas de nourriture trop grasse, trop sucrée, trop salée...) et de corpulence varie selon leur groupe social d'appartenance⁷. Ainsi, les catégories supérieures s'approprient les normes et les diffusent, les catégories intermédiaires en ascension se distinguent par leur hyper adhésion aux normes et font preuve de bonne volonté dans leur mise en application, les catégories modestes et populaires ont une réaction critique à leur rencontre et s'y conforment peu tandis que les personnes en situation précaire y sont indifférentes.



Source : Régnier F., 2013⁸

« La capacité à produire et à intégrer les normes révèle des appartenances sociales, et la consommation alimentaire constitue un espace où se forment et se lisent goûts et identité de classe, auxquels peuvent venir se heurter les normes actuelles de santé publique en matière d'alimentation »⁹, nous disent A. Masullo et F. Régnier.

Valoriser, accepter ou refuser de la nourriture c'est affirmer son désir d'appartenance à un groupe ou lui résister.

Fonction sociale

Si manger a une fonction biologique première, c'est aussi un acte qui a une fonction sociale. Et plus

⁶ Belorgey N., Sociologie de l'alimentation : les cinq portes de l'entrée par les familles, 2011, <http://sociologies.revues.org/3514>.

⁷ Masullo A., Régnier F., Obésité, goûts et consommation. Intégration des normes d'alimentation et appartenance sociale, Revue française de sociologie 2009/4 vol 50, pp. 747-773 .

⁸ Régnier F., *La réception des recommandations*, Extrait d'intervention lors du Forum politique des usagers : du pain sur la planche. Le droit à l'alimentation., FPS, 2013.

⁹ Masullo A., Régnier F., 2009, p. 747.

largement que le fait de manger, *consommer* a une dimension sociale. Consommer et montrer que l'on consomme témoignent d'une participation à la vie sociale. C'est pourquoi dans les milieux populaires, les produits transformés et la restauration rapide sont valorisés. Elles rendent la consommation (financièrement) accessible alors que les milieux modestes en sont exclus dans d'autres aspects.

Particularités sociales

Milieux modestes

A. Masullo et F. Régnier¹⁰ ont mis en évidence que pour les catégories modestes, l'alimentation est un domaine où peut s'exercer la liberté de choix et constitue une forme de réaction populaire, une opportunité de s'opposer aux normes. Tandis que les personnes issues des catégories sociales aisées, pour qui l'alimentation relève d'une « nécessité », sont guidées par la pression normative des injonctions diététiques. De plus, l'intégration sociale favoriserait l'attention aux normes. Et l'intensité des liens sociaux et/ou le contact avec des groupes sociaux supérieurs modérerait la pauvreté.¹¹

Dans les milieux modestes, il y a une valorisation de l'abondance. Le surpoids est une normalité de fait. Prendre soin de son corps (« être en bonne santé »), c'est le fortifier par la chaleur et l'abondance alimentaire.¹²

Populations en situation de précarité

Le coût reste le principal facteur limitant pour les personnes de milieux précaires. Comme nous l'avons mentionné plus haut¹³, lorsque l'on demande aux personnes en situation de précarité à quoi elles consacraient un budget supplémentaire, elles déclarent vouloir modifier en quantité leur alimentation (tandis que les autres groupes sociaux préféreraient améliorer la qualité de leur alimentation). L'urgence pour ces personnes est de se nourrir, la manière dont elles y parviennent est plus secondaire.

III. Efficacité des messages de santé publique

Comme nous l'avons énoncé ci-dessus, il existe un gradient social dans l'accès à une alimentation de qualité et les normes nutritionnelles se heurtent aux appartenances sociales (intérieurisation/diffusion >< opposition/indifférence).

Les goûts alimentaires témoignent d'un souci d'intégration sociale : même si l'on n'est pas riche, on a envie de s'offrir ce que la société de consommation propose¹⁴.

Cette préoccupation des personnes des milieux modestes à attester leur participation à la société de consommation ne cadre pas avec les messages de santé publique.

En effet, les messages de santé publique (qui s'adressent aux personnes des milieux modestes en tentant de leur faire adopter un mode d'alimentation sain) partent du principe que les individus sont des êtres rationnels qui cherchent à manger sain pour être en bonne santé. Dès lors, les messages du type : *bien manger ça ne coûte pas cher ; il suffit de lire les étiquettes ; il faut manger 5 fruits et légumes par jour ; ne pas manger trop gras, trop sucré, trop salé ; éviter les plats préparés...* ne rencontrent pas les préoccupations des personnes des milieux modestes qui recherchent, par l'alimentation, un moyen

¹⁰ Masullo A., Régnier F., Obésité, goûts et consommation. Intégration des normes d'alimentation et appartenance sociale, Revue française de sociologie 2009/4 vol 50, p 757.

¹¹ Idem, p 762.

¹² Idem, p 761.

¹³ Poulain J.-P., Tibère L., Alimentation et précarité. Considérer la pluralité des situations, Anthropology of food 61, sept. 2008, p. 8.

¹⁴ Masullo A., Régnier F., 2009, p. 757.

d'intégration, de participation à la vie sociale et d'expression de sa liberté.

Les messages de santé publique sont épurés, standardisés, impersonnels pour éviter les coûts (ils tentent de s'adresser à l'ensemble de la population) ce qui diminue leur impact. Ils ont une approche nutritionnelle : ils distancient et désenchantent l'aliment.

En limitant l'aliment à sa substance nutritive et en parlant de choix individuel responsable, les messages de santé publique ont l'effet inverse et privatisent, dé-socialisent et individualisent la relation à la nourriture¹⁵.

Conclusions et recommandations

Une meilleure information à destination des milieux modestes et publics précaires est nécessaire. Mais les programmes basés sur l'éducation ne suffisent pas¹⁶. « Les pouvoirs publics doivent s'impliquer en matière d'alimentation et agir sur l'environnement du consommateur pour lui faciliter l'adoption de comportements alimentaires plus sains (...) »¹⁷. Parmi les pistes qui pourraient être envisagées, on trouve notamment, les politiques fiscales, une augmentation des prix des aliments « mauvais » couplée à une diminution des prix des aliments sains...

Un gros effort doit être réalisé en matière de contrôle de la publicité sur les aliments. Par exemple, prévoir des publicités où la composition des aliments est davantage mise en évidence, limiter la diffusion des publicités à destination des enfants et/ou durant les programmes pour enfants. Un effort similaire est à poursuivre concernant le packaging, pour que le consommateur puisse connaître facilement la composition d'un produit et choisir en meilleure connaissance de cause.

Dans la mise en place des actions d'éducation/campagne d'information, il faut veiller à ne pas stigmatiser ni faire culpabiliser les personnes qui n'adoptent pas les comportements prescrits. Et leur laisser la liberté de choisir selon leur goûts (même si on peut concevoir des campagnes qui participeraient à la construction de nouveaux goûts –le projet « Goûtez-moi ça ! »¹⁸ mis en place par le Service de Promotion de la Santé de l'Union Nationale des Mutualités Socialistes est, à ce titre, une belle illustration de ce qui peut être fait).

Il faut également veiller à ne pas s'immiscer dans la vie des gens et leur imposer tel ou tel comportement sous prétexte qu'ils bénéficient de revenus octroyés par la collectivité. Comme le disait C. Mahy lors forum sur l'alimentation que nous avons organisé en décembre 2013, « les gens ne choisissent pas de se faire mal volontairement », il faut a priori les considérer comme intelligents et responsables, partir du principe qu'ils font comme ils peuvent sur base de ce qu'ils ont comme moyens.

Pour conclure, il nous semble important de préciser que c'est aussi (et surtout !) les inégalités sociales qu'il faut combattre, plus que les manières de manger. Le mode d'alimentation est lié à l'environnement socio-économique, si on réduit les inégalités, on augmente (entre-autres bénéfiques) l'accès à une alimentation saine.

¹⁵ Poulain J.-P. (dir.), Dictionnaire des cultures alimentaires, PUF, Paris, 2012, p. 283.

¹⁶ Caillavet F., Darmon N., Lhuissier A., Régnier F., L'alimentation des populations défavorisées en France. Synthèse des travaux dans les domaines économique, sociologique et nutritionnel, 2005, p. 29.

¹⁷ L'analyse du Service Promotion de la Santé de l'UNMS, in Le thermomètre des belges, Comment percevons-nous l'offre de produits alimentaires ?, Novembre 2013, , p. 65

¹⁸ <http://www.mutsoc.be/Mutsoc/MaSituation/Sante/Alimentation-goutez-moi-ca/0menu.htm>

Références

- BALDEWYNS P., Discours d'introduction du *Forum politique des usagers : du pain sur la planche. Le droit à l'alimentation*, FPS, 2013.
- BELORGEY N., *Sociologie de l'alimentation : les cinq portes de l'entrée par les familles*, 2011, <http://sociologies.revues.org/3514>.
- CAILLAVET F., DARMON N., LHUISSIER A., RÉGNIER F., *L'alimentation des populations défavorisées en France. Synthèse des travaux dans les domaines économique, sociologique et nutritionnel*, 2005.
- MAHY C, Intervention lors du *Forum politique des usagers : du pain sur la planche. Le droit à l'alimentation.*, FPS, 2013.
- MASULLO A., Régnier F., *Obésité, goûts et consommation. Intégration des normes d'alimentation et appartenance sociale*, Revue française de sociologie 2009/4 vol 50.
- <http://www.mutsoc.be/Mutsoc/MaSituation/Sante/Alimentation-goutez-moi-ca/0menu.htm>
- <http://www.mutsoc.be/Mutsoc/Theme/pave-thermo-4-alimentation.htm>
- RÉGNIER F., Intervention lors du *Forum politique des usagers : du pain sur la planche. Le droit à l'alimentation*, FPS, 2013.
- PADILLA M., Jazi S., SELTENE M., *Les comportements alimentaires. Concepts et méthodes. Options méditerranéennes*, 2001.
- POULAIN J.-P. (dir.), *Dictionnaire des cultures alimentaires*, PUF, Paris, 2012.
- POULAIN J.-P., TIBÈRE L., *Alimentation et précarité. Considérer la pluralité des situations*, Anthropology of food 61, septembre 2008.
- L'analyse du Service Promotion de la Santé de l'UNMS, in *Le thermomètre des belges, Comment percevons-nous l'offre de produits alimentaires ?*, Novembre 2013.