

Obésité, alimentation et image du corps

Obesity, diet, and body image

T. de Saint-Pol

Département de sciences sociales,
École normale supérieure de Cachan, Cachan.

Résumé

Pour comprendre les pratiques alimentaires et leurs différenciations sociales, il est nécessaire de s'intéresser également aux représentations du corps et aux idéaux qu'en ont les individus. En effet, si l'obésité constitue aujourd'hui un enjeu majeur de santé publique, la corpulence des individus est un caractère physique très particulier, mêlant étroitement des questions de santé, mais aussi d'apparence, dans lesquelles l'alimentation tient une grande place. Or, la perception que chacun d'entre nous a de sa corpulence varie fortement entre les groupes sociaux et entre hommes et femmes, ce qui a des conséquences directes sur les pratiques, notamment alimentaires, et sur les inégalités sociales.

Mots-clés : Poids – normes – corps – inégalités sociales.

Summary

To understand food practices and their social differentiation, it is necessary to look also at representations of the body and ideals that have individuals. Indeed, if obesity is now a major public health issue, the corpulence is a very special physical character, mixing closely health and appearance issues, in which food plays an important part. But the perception that each of us has of his size varies greatly between social and gender groups, which has a direct impact on practices, especially food, and social inequalities.

Key-words: Weight – standards – body – social inequalities.

Étudier le rapport au corps pour comprendre l'alimentation

- Les différences de pratiques alimentaires entre milieux sociaux se traduisent dans les corps et se donnent à voir quotidiennement dans l'apparence des individus, à la fois marqueur d'appartenance et instrument de distinction. C'est pourquoi une réflexion sur les pratiques alimentaires et leurs différenciations sociales ne peut faire l'économie de la question du corps et de ses représentations. Lorsqu'un inconnu se présente à nous, ses premières apparitions ont toutes chances de nous mettre en mesure de prévoir le groupe social auquel il appartient [1]. On peut, ainsi, lire sur le corps d'un individu son identité

sociale. L'ensemble de ses caractéristiques, parmi lesquelles on trouve, bien sûr, la corpulence, joue le rôle de marqueurs. Il ne s'agit alors plus seulement du corps dans sa réalité biologique, mais de l'image qu'il renvoie : son apparence.

- Notre expérience quotidienne, mais aussi notre rapport aux autres, sont nécessairement médiatisés par notre corps. La manière dont le corps apparaît à soi-même et aux autres est ainsi un véritable enjeu social, dans la mesure où il traduit ce que l'individu est pour la société [2]. Ainsi, depuis le XVII^e siècle, il existe, par exemple en France, une différenciation sociale des silhouettes, d'abord marquée par opposition entre « rectitude » et « relâchement », puis entre maigreur et rondeur, qui trouve son pendant dans les pratiques alimentaires

Correspondance

Thibaut de Saint-Pol

Département de sciences sociales
École normale supérieure de Cachan
61, av. du Président-Wilson
94230 Cachan
desaintpol@ensae.fr

Sociologie de l'alimentation

des différents milieux sociaux [3]. Ce qui est jugé désirable varie toutefois fortement en fonction de l'époque, de la culture et des milieux sociaux. Il n'y a pas si longtemps, en France, au XIX^e siècle, c'est une corpulence élevée qui était généralement préférée, notamment par opposition à la minceur des plus pauvres qui rencontraient des difficultés pour se nourrir. La situation s'est inversée aujourd'hui, et les classes populaires valorisent plutôt la « force », tandis que les classes plus favorisées valorisent plutôt la « forme » et donc la minceur, opposition que l'on retrouve également, dans une certaine mesure, entre hommes et femmes. De ces valeurs découlent différents usages du corps qui contribuent à le modeler, mais aussi différentes manières de s'alimenter.

- L'activité professionnelle, notamment, modèle et transforme le corps. C'est le cas, bien sûr, par sa dimension physique et par le développement musculaire qu'elle peut impliquer, mais aussi, plus généralement, par l'ensemble des conditions de travail (nature des tâches effectuées, posture, accidents, rôle de l'apparence...), ce qui a également des conséquences sur l'alimentation. En effet, non seulement le corps est marqué par le travail, mais le degré d'utilisation professionnelle du corps influence le rapport établi par l'individu à son corps et sa manière de s'alimenter. Ainsi, l'expérience que les classes populaires ont de leur corps tient traditionnellement, en France, à l'expérience que ses membres ont de leur force physique, ce qui les amène à plutôt privilégier des aliments « nourrissants » et « fortifiants » [4]. Dans son étude du « monde privé » des ouvriers, Olivier Schwartz met ainsi en avant le statut « dénarçonné » du corps qui caractérise, selon lui, les femmes de la population ouvrière en France [5]. Le corps apparaît d'abord comme un instrument de travail et est principalement utilisé comme tel, pour les hommes, mais aussi pour les femmes. Ces dernières se préoccupent moins de le soigner ou de le mettre en valeur comme porteur d'une image ou instrument de séduction que les femmes en haut de la hiérarchie sociale, ce qui participe aux différenciations sociales des pratiques alimentaires et du rapport à la santé, dont témoigne, notamment,

le développement de l'obésité dans ces milieux sociaux moins favorisés.

Le sociologue face à l'obésité

- Si l'obésité a des conséquences directes sur la santé, et constitue aujourd'hui un enjeu majeur de santé publique, la corpulence mêle étroitement des questions d'apparence et de santé dans lesquelles l'alimentation tient une place prépondérante [6, 7]. L'apparence physique, support de la « première impression », s'avère essentielle dans l'ensemble de nos relations avec les autres. C'est vrai dans le monde professionnel, et les obèses y subissent de nombreuses discriminations, mais également dans les autres dimensions de la vie sociale, comme la vie affective. Mais qu'est-ce qu'être trop gros ? Les réponses sont multiples, ambivalentes, selon qu'on prend la réponse d'un médecin ou le jugement porté sur son propre corps, l'avis d'une femme ou d'un homme, celui d'un ouvrier ou d'un cadre. Une vision simpliste de l'obésité, pourtant couramment répandue, en fait un problème univoque dont la source tiendrait à des traits de caractère (« *contrôle-toi* », « *bouge-toi* »), alors que l'environnement ou l'histoire de la personne est tout aussi essentiel pour comprendre ce qui est en jeu.

- Une des difficultés, mais qui constitue aussi une richesse de cet objet d'étude, tient précisément au fait que l'obésité est un phénomène complexe, sur lequel aucune discipline ne peut prétendre parler seule. Si nous ne sommes pas égaux biologiquement face à la prise de poids, et s'il est incontestable que certains d'entre nous prennent du poids plus facilement que d'autres, l'augmentation de l'obésité dans le monde ne peut s'expliquer par la seule génétique. De même, si l'environnement social semble essentiel pour comprendre la prise de poids, la sociologie ne peut expliquer, à elle seule, les motivations qui poussent certaines personnes à manger toujours trop. L'obésité requiert la pluridisciplinarité, et tisse des liens étroits entre des disciplines qui n'ont pas toujours l'habitude de dialoguer.

- La corpulence, parce que l'individu en apparaît généralement responsable, joue un rôle particulier dans les interactions et la construction des identités sociales. Mais, la corpulence présente d'autres avantages pour le sociologue, qui en font une porte d'entrée idéale pour mettre en évidence les enjeux que le corps incarne et dissimule.

- Tout d'abord, parce qu'il s'agit d'un caractère corporel qui varie au cours de la vie et sur lequel chacun d'entre nous peut agir, au moins dans une certaine mesure, et qui donne lieu à une multitude de comportements différenciés socialement.

- Ensuite, contrairement à la plupart des autres caractères corporels, la corpulence peut être approchée au moyen d'un instrument de mesure relativement objectif, l'indice de masse corporelle (IMC), reposant sur le poids et la taille, qui sont des données assez faciles à recueillir pour un grand nombre de personnes. Il est donc possible de l'étudier quantitativement.

- Enfin, depuis que l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a qualifié, à la fin des années 1990, l'augmentation de l'obésité de « *première épidémie mondiale non contagieuse (non-communicable disease)* », la corpulence fait régulièrement la une des journaux, et est l'objet d'une très forte médiatisation entremêlant des aspects médicaux et sociaux, influençant les pratiques alimentaires.

L'obésité, entre apparence et santé

- Il est en effet essentiel de ne pas perdre de vue que l'obésité n'est pas qu'un problème médical. Si la corpulence fait, plus que jamais, l'objet d'une attention permanente et de multiples stratégies au niveau individuel, c'est au moins autant pour des questions d'apparence que de santé. La pratique des régimes alimentaires, par exemple, se veut liée à des raisons de santé, mais l'apparence s'avère, en réalité, généralement la motivation première. L'étude des pratiques et des motivations des régimes alimentaires met ainsi en évidence une concentration de la pression sociale sur certaines catégories de la population : les femmes, les plus jeunes

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/3274515>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/3274515>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)