

Loriane Dubreuil
Salomé Dufin
Ilona Palermo
L3 sociologie

2021/2022
Mme Lenouvel

Enquête sociologique

Les pratiques alimentaires et l'inactivité professionnelle en France

Cet extrait ne conserve que l'introduction et la conclusion du dossier final de 22 pages.

Le sommaire a été conservé afin de fournir la structure de l'étude.

Sommaire

Introduction.....	3
I. Habitudes alimentaires et santé	5
a) Hypothèse 1 : Le rythme alimentaire varie en fonction du type d'inactif.....	6
b) Hypothèse 2 : L'équilibre alimentaire varie en fonction du type d'inactif.....	7
II. Influence sociale de l'entourage	10
a) Hypothèse 1 : L'entourage a des répercussions sur le rythme alimentaire	10
b) Hypothèse 2 : L'entourage a des répercussions sur l'équilibre alimentaire	13
Conclusion	18
Bibliographie.....	21
Annexes	22
Table des tableaux.....	22
Table des graphiques.....	22
Table des CLM	22

Introduction

L'alimentation est un besoin primaire chez tout être vivant. Toutefois, dans nos sociétés, elle est également révélatrice d'une identité personnelle et collective, expliquant ainsi l'importance que la sociologie peut lui porter. Ainsi, « l'alimentation est au cœur de la vie quotidienne, et au cœur de problèmes sociaux, économiques et politiques » (Cardon, Depecker, et Plessz 2019). Nous savons que le travail est un facteur d'organisation, il serait donc intéressant de voir si les effets de son arrêt modifient les pratiques alimentaires. D'après Sluys, Chaudron et Zaidman (1997), les pratiques alimentaires ont été définies comme un enchaînement d'opérations allant de l'achat des aliments à leur consommation en passant par la préparation et la cuisson. Elles sont étroitement liées aux ressources en temps, aux modes d'organisation familiale et aux types d'investissement des femmes, principales responsables de la gestion du quotidien dans la cuisine. Donc ici le terme d'alimentation est pris au sens large.

Nous avons décidé d'aborder dans ce dossier la question de la santé. En effet, « les relations entre comportements alimentaires et bien-être de la population sont depuis quelques décennies un champ de recherche actif, qui considère le comportement alimentaire comme étant un facteur de protection ou de risque face à diverses pathologies, dont l'obésité. Le terme de « comportement alimentaire » [...] s'applique au régime alimentaire, qui intègre la nature, la qualité, la diversité et la quantité des aliments consommés, la manière dont ils sont préparés, mais également les conditions d'approvisionnement, le choix des produits, ainsi que l'horaire et la structure des repas » (Institut national de la recherche agronomique 2012). En ce qui concerne la santé, nous avons décidé de traiter les deux notions suivantes : le rythme alimentaire ainsi que l'équilibre alimentaire. Nous trouvons en effet que le rythme alimentaire est un bon indicateur quant à l'importance de l'alimentation dans la vie de l'inactif. Si les fréquences des repas sont très variables, cela peut signifier que l'individu ne prend pas en considération sa santé, de même que pour l'équilibre alimentaire. Il faut toutefois noter que les représentations de l'alimentation ont évolué. Dans les enquêtes du CREDOC (Centre de recherche pour l'étude et l'observation des conditions de vie), les français placent « l'équilibre » devant le plaisir et la convivialité par rapport à la notion du « bien manger ». En 2007, 10% des réponses à la question « qu'est-ce que bien manger ? » renvoient à la santé et 37% des réponses se classent dans la catégorie « équilibre », contre 12% seulement en 1995 (Institut national de la recherche agronomique 2010).

Pour ce dossier, nous avons donc choisi comme thème « les pratiques alimentaires et l'inactivité professionnelle en France ». D'après l'INSEE « les inactifs sont par convention les personnes qui ne sont ni en emploi (BIT) ni au chômage : jeunes de moins de 15 ans, étudiants et retraités ne travaillant pas en complément de leurs études ou de leur retraite, hommes et femmes au foyer, personnes en

incapacité de travailler ». Néanmoins, dans notre cas, nous avons choisi de définir comme inactifs les chômeurs, les retraités et retirés ainsi que les hommes et femmes au foyer. En effet, nous n'avons pas pris en compte les étudiants, que nous trouvons trop compliqué à gérer au vu de leurs profils variés, ni les personnes en incapacité de travailler qui ne représentent même pas 4% de la population de l'enquête « Emploi du temps, Décisions dans les couples » de 2009-2010.

Pour ce qui est des chômeurs, d'après la définition de l'ISPF, il s'agit des personnes se déclarant sans travail, immédiatement disponibles pour occuper un emploi et à la recherche de travail. Cette catégorie est toutefois normalement comprise dans la population active, ce que nous avons décidé de ne pas prendre en compte puisque nous cherchons à comprendre l'impact de l'absence de travail dans la structure de l'alimentation au quotidien.

Ensuite, les hommes et femmes au foyer sont, d'après une définition utilisée dans une récente étude de l'INSEE, des individus ayant entre 20 à 59 ans, non étudiants, vivants en couple et inactifs, soit n'exerçant pas d'activité mais n'étant pas au chômage pour autant. En général, cette définition vise toujours les femmes, les hommes au foyer ne représentant qu'à peine 1% en France. Aussi, l'INSEE indique qu'en 2011, 79% des femmes au foyer avaient déjà travaillé.

Enfin, pour ce qui est des retraités et retirés, nous avons fusionné ces deux catégories au vu des définitions très proches de ces deux termes. En effet, sont classés comme retraités les personnes âgées de 53 ans ou plus qui n'ont pas d'emploi et ne sont pas au chômage, mais qui ont eu autrefois une activité professionnelle nous apprend l'ISPF. Pour ce qui est des retirés, nous pouvons trouver sur le CNRTL qu'il ne s'agit de personne ayant cessé d'exercer une activité, qui s'est retirée de toute occupation civile ou encore qui a cessé toute activité, qui a pris sa retraite.

Ainsi, en quoi l'inactivité professionnelle et l'entourage peuvent-ils influencer sur les pratiques alimentaires ?

Nous traiterons tout d'abord la question des habitudes alimentaire et de la santé dans les différents groupes d'inactifs, pour ensuite essayer de mesurer l'effet de l'influence sociale de l'entourage en utilisant les données issues de l'enquête « Emploi du temps, Décisions dans les couples ».

Conclusion

Pour conclure, d'après les opérations que nous avons réalisées dans ce dossier, on peut constater dans une première partie que le rythme et l'équilibre des français sont assez ressemblants dans l'ensemble de la population et chez nos inactifs. Les trois repas ainsi que les horaires sont dans l'ensemble respectés. Malgré tout, nous avons constaté des différences. Il semble que l'inactivité professionnelle soit en effet à l'origine de modifications des pratiques alimentaires. De plus, au sein même du groupe des inactifs, ici les chômeurs, les retirés et retraités ainsi que les femmes et hommes au foyer, ces pratiques, que ce soit le rythme ou bien l'équilibre alimentaire, ne sont pas homogènes. En effet, à travers nos différents tableaux et nos différentes analyses, nous avons pu constater que les chômeurs sont ceux qui ont le moins d'heures fixes pour les repas le soir contrairement aux retraités et retirés dont la majorité ont des horaires de repas fixes et les hommes et femmes au foyer avec un rythme également assez marqué. Quant à l'équilibre alimentaire, ce sont toujours les chômeurs qui semblent avoir l'équilibre alimentaire le moins stable que ce soit d'un point de vue du grignotage ou de la prise de repas. Cela peut démontrer un certain aspect structurant que pourrait avoir le travail et les repères alimentaires que celui-ci pourrait fournir et qui seraient cassés durant le chômage notamment.

Néanmoins, l'absence de travail n'est pas la seule variable pouvant possiblement expliquer des différences de rythme et d'équilibre dans l'alimentation. Ainsi, l'environnement social de l'individu, son entourage, peut être un facteur de régulation ou de dérégulation des comportements alimentaires. « Les normes sociales et les représentations, qui varient selon l'âge, l'histoire et les appartenances sociales et culturelles, orientent et structurent les comportements alimentaires autour d'horaires, de repas familiaux, de règles de convivialité » (Institut national de la recherche agronomique 2010). Par exemple, lors de la retraite, les comportements alimentaires deviennent plus instables. Le rôle de l'entourage est crucial pour maintenir un rythme et un équilibre alimentaire.

Pour expliquer les répercussions de l'entourage sur les pratiques alimentaires, les effets du mimétisme alimentaire sont bien documentés, néanmoins les mécanismes sous-jacents de ce phénomène restent flous. Leur compréhension pourrait ainsi être utile pour promouvoir un comportement alimentaire sain (Kaisari et Higgs 2015).

Dans la réalisation de ce dossier, nous avons été confrontés à certaines limites. Nous avons choisi la variable liée au grignotage pour nos hypothèses sur le rythme alimentaire. Cependant le texte de l'INRA de 2010 met en garde face à cette variable qui amène à des controverses scientifiques. Les épistémologiques ont du mal à trouver une seule définition du terme « grignotage ». Il existe différents types de consommation d'aliments entre les repas (le goûter pour un enfant, la consommation

compulsive de produits gras et salés devant la télévision, une collation après une séance d'activité physique intense, etc.). Ces contextes de consommation n'ont pas les mêmes conséquences en termes de santé. Les données recueillies dans les enquêtes ne permettent pas de distinguer les situations.

Une autre limite est celle de notre population des femmes/hommes au foyer. Peu d'enquêtes ont été réalisées spécifiquement sur cette population et encore moins sur leurs pratiques alimentaires. Il a donc été difficile de compléter nos analyses de tableaux avec une argumentation littéraire.

Enfin, bien que nous n'avons pas établi de tableau montrant les différents milieux sociaux touchés par l'inactivité, l'article de Nicolas Herpin (1992) « Les conséquences du chômage sur la consommation » nous indique que les familles ouvrières sont les plus touchées par l'inactivité et la pauvreté. En 1989, 16% des ménages ouvriers sont concernés par le chômage. Le texte nous exprime le fait que « le niveau des dépenses courantes ne dépend pas seulement du revenu », c'est également une histoire de classe sociale et de mode de vie propre à celle-ci. Une famille ouvrière, qu'elle soit touchée par le chômage ou non, ne changera pas drastiquement ces habitudes de consommation, même si elle tendra à les restreindre. En effet, « malgré ce niveau de vie relativement bas, les ouvriers n'en diminuent pas moins leur consommation sous l'effet du chômage dans les mêmes proportions que les milieux sociaux plus aisés ».

Ainsi, la question des revenus est aussi centrale en ce qui concerne l'équilibre alimentaire. Par exemple, aux Etats-Unis, « il existe une corrélation très forte entre obésité et argent. Les familles aux revenus les plus modestes vont donc acheter de la nourriture « malsaine » (junk food), moins chère, mais bourrée de sucre, de graisse et de sel » (Aridhi et al. 2017).

De ce fait, il serait intéressant de confronter les pratiques alimentaires non pas seulement par le prisme de l'inactivité mais également par celui du budget et de la classe sociale.