

L'alimentation des femmes (et des hommes) pendant la grossesse à la Réunion : une approche ethnologique et historique

Laurence Tabuteau-Pourchez
PR d'anthropologie
INALCO / Groupe Paris Sorbonne
Laboratoire CESSMA, Paris

L'alimentation

Constitution des normes
alimentaires

Les traditions
alimentaires
réunionnaises

Transformation des
pratiques et nouvelles
normes

Alimentation des
hommes, alimentation
des femmes

**Les représentations de
la féminité et de la
fécondité**

**Les représentations
paradoxaes de
l'embonpoint chez la
femme enceinte**

Objectif :

Communication qui a pour objectif de fournir un éclairage anthropologique quand aux comportements alimentaires d'une partie de la population réunionnaise (hommes et femmes) et aux représentations sociales associées à l'obésité maternelle.

L'alimentation

Constitution des normes alimentaires

Les traditions alimentaires réunionnaises

Transformation des pratiques et nouvelles normes

Alimentation des hommes, alimentation des femmes

Les représentations de la féminité et de la fécondité

Les représentations paradoxales de l'embonpoint chez la femme enceinte

Ce premier point comprendra l'examen de la manière dont se sont constituées les normes alimentaires réunionnaises, l'évolution des conduites (liées notamment, à l'implantation de la grande distribution à La Réunion depuis le début des années 80.

Pour commencer, une petite observation datée d'il y a 10 ans, revue et remise à jour ce lundi après midi dans une grande surface du nord de l'île....

Mars 2006, un samedi matin. Ravitaillement hebdomadaire (même chez les ethnologues les frigos se vident...) dans un centre de grande distribution situé à la sortie est de Saint-Denis de La Réunion (et appartenant à une enseigne métropolitaine bien connue).

Passage à la caisse.

Le contenu du caddie de la personne (une femme enceinte) qui me précède attire mon regard : sont mélangés, pêle-mêle, sacs de riz de vingt-cinq kilos, huile (huit bouteilles), farine (six paquets d'un kilo chacun), légumes secs (haricots rouges, pois du cap nécessaires à la fabrication des bonbons piments consommés à l'issue des cérémonies conduites dans les *shapèl*), citrons verts (utilisés dans la confection des plateaux d'offrandes), plusieurs sachets de friandises (carambars, fraises en guimauve, bonbons acidulés), divers paquets de biscuits de différentes marques, trois packs de briquettes de jus de fruit

L'alimentation

Constitution des normes alimentaires

Les traditions alimentaires réunionnaises

Transformation des pratiques et nouvelles normes

Alimentation des hommes, alimentation des femmes

Les représentations de la féminité et de la fécondité

Les représentations paradoxales de l'embonpoint chez la femme enceinte

du camphre à brûler, quatre bouteilles de lait chocolaté, trois sacs de tomates, un sachet de piment, une boîte de curcuma, une dizaine de sachets de *krokèt*, deux bouteilles de rhum, trois de whisky en promotion, cinq bouteilles de coca-cola, deux bouteilles de limonade, trois boîtes de céréales à petit déjeuner, deux grosses boîtes de Nido.

Le petit garçon assis dans le siège du caddie, apparemment âgé de 18 mois à deux ans tient un sachet de bonbons (de petites bouteilles de coca-cola en gélatine) dans la main droite. Il réclame bruyamment une barre chocolatée aperçue devant la caisse. Sa mère refuse, l'enfant hurle.

Scène banale de la vie quotidienne.

L'attente à la caisse se prolonge. Il manque un code barre sur un article que la caissière tente en vain de scanner.

Le petit garçon hurle de plus belle. La mère finit par céder puis s'excuse pour le dérangement occasionné par les pleurs de l'enfant.

La conversation s'engage : « -D'habitude il demande juste des *krokèt* mais là c'est parce que les mars sont devant la caisse et comme il en voit , il en veut... ».

L'alimentation

Constitution des normes alimentaires

Les traditions alimentaires réunionnaises

Transformation des pratiques et nouvelles normes

Alimentation des hommes, alimentation des femmes

Lundi 7 novembre 2016 :

Observation, supermarché Carrefour, St Denis.

En 10 ans, peu de choses, finalement ont changé...J'engage la conversation, à la caisse prioritaire (en 10 ans la malédiction n'a pas cessé car je continue à avoir le don d'aller à la caisse la moins rapide) avec une future jeune mère. Moins de boissons gazeuses dans le caddie qu'il y a 10 ans, mais cette jeune femme, enceinte de 7 mois et dont en créole réunionnais on dirait qu'il s'agit d'une *belle femme* a rempli son caddie de jus de fruits, pour, me dit-elle, les vitamines qui sont bonnes pour le futur bébé...

Je note aussi que la place du Nido dans le rayon est moins importante d'avant, preuve, sans doute, du recul des habitudes alimentaires associées à la marque Nestlé...

Les représentations de la féminité et de la fécondité

Les représentations paradoxales de l'embonpoint chez la femme enceinte

L'alimentation

Constitution des normes alimentaires

Les traditions alimentaires réunionnaises

Transformation des pratiques et nouvelles normes

Alimentation des hommes, alimentation des femmes

Les représentations de la féminité et de la fécondité

Les représentations paradoxales de l'embonpoint chez la femme enceinte

Dans le cas de la première observation, elle révèle sans doute, à elle seule, l'évolution des conduites alimentaires réunionnaises et des usages familiaux qui y sont associés.

Le caddie de la ménagère peut en effet être divisé en deux types de produits.

D'une part, nous pouvons identifier ceux qui révèlent des choix alimentaires centrés sur la tradition alimentaire réunionnaise, tradition qui s'est construite tout au long de l'histoire par les apports successifs de tous ceux qui sont venus peupler l'île (les produits concernés sont le riz, les grains, le piment, les citrons verts, les tomates, le curcuma) ;

d'autre part, le caddie est composé de divers produits caractéristiques de la grande distribution comme des friandises, des biscuits, du jus de fruit, du lait chocolaté, de la limonade ou des céréales de petit-déjeuner.

En outre, nous pouvons noter que l'enfant, plus influençable que la mère, participe, même si les comportements sont induits par le positionnement des barres chocolatées juste devant la caisse, aux choix maternels.

L'alimentation

Constitution des normes alimentaires

Les traditions alimentaires réunionnaises

Transformation des pratiques et nouvelles normes

Alimentation des hommes, alimentation des femmes

Les représentations de la féminité et de la fécondité

Les représentations paradoxales de l'embonpoint chez la femme enceinte

En ce qui concerne la seconde observation, nous pouvons remarquer que la future mère, a, avant tout, mis dans son caddie des produits dont elle pense qu'ils sont bons pour le bébé (influencée, mais nous y reviendrons tout à l'heure, par la publicité, les conseils médicaux réinterprétés...)

A La Réunion, l'évolution des conduites alimentaires a été particulièrement rapide et s'est soldée, ces dernières années par une progression constante du nombre de personnes et particulièrement de femmes et d'enfants obèses.

Chez la femme enceinte, comme le notait déjà le Quotidien du médecin en date du 11 avril 2008, l'obésité constitue un danger.

Du point de vue de la santé, l'analyse de la transformation des comportements et normes alimentaires revêt donc une importance particulière.

L'alimentation

Constitution des normes alimentaires

Les traditions alimentaires réunionnaises

Transformation des pratiques et nouvelles normes

Alimentation des hommes, alimentation des femmes

Les représentations de la féminité et de la fécondité

Les représentations paradoxales de l'embonpoint chez la femme enceinte

Nous verrons la manière dont les conduites alimentaires réunionnaises, constituées à travers les apports fournis, tout au long de l'histoire par les divers immigrants, qu'ils soient esclaves, colons, engagés, ont été, il y a une trentaine d'années, bouleversées par l'apparition dans le paysage alimentaire réunionnais, du modèle occidental de consommation véhiculé par la grande distribution.

Nous étudierons la manière dont les pratiques alimentaires préexistantes dans l'île ont été remises en cause par l'arrivée des nouveaux produits de consommation et analyserons quelques uns des processus à l'œuvre, abandons, réinterprétations, emprunts, avant de nous poser la question de l'impact de ces transformations dans le domaine de la santé publique : ces modifications sont-elles à l'origine de l'augmentation du nombre de personnes obèses dans l'île, du nombre de plus en plus important de femmes enceintes en surpoids ?

L'alimentation

Constitution des normes
alimentaires

Les traditions
alimentaires
réunionnaises

Transformation des
pratiques et nouvelles
normes

Alimentation des
hommes, alimentation
des femmes

Les représentations de
la féminité et de la
fécondité

Les représentations
paradoxaes de
l'embonpoint chez la
femme enceinte

Comme le rappelle Robert Chaudenson dans un ouvrage sur les sociétés créoles, à La Réunion comme dans les autres îles créoles, la cuisine, les habitudes alimentaires, constituent l'un des points centraux du continuum culturel, de cette part de culture commune à tous, qui, comme la langue créole, s'est créée à la suite de la mise en contact d'individus jetés en un même lieu par les hasards de l'esclavage puis de l'engagisme.

En effet, le peuplement de l'île est particulièrement riche et se sont trouvés regroupés en un même lieu, de la seconde partie du XVII^{ème} siècle au début du XX^{ème} siècle et au-delà, des individus originaires d'Europe, de Madagascar, d'Afrique de l'Est (sans qu'il y ait une origine africaine exclusive car les esclaves amenés dans l'île provenaient eux-mêmes de peuples extrêmement divers), d'Afrique de l'Ouest pour certains (ayant traversé à pieds le continent africain d'Ouest en Est au gré des caravanes d'esclaves), des Comores, d'Inde, d'Asie du sud-est (Malaisie notamment), de Chine, de Polynésie, voire d'Australie.

L'alimentation

Constitution des normes alimentaires

Les traditions alimentaires réunionnaises

Transformation des pratiques et nouvelles normes

Alimentation des hommes, alimentation des femmes

Les représentations de la féminité et de la fécondité

Les représentations paradoxales de l'embonpoint chez la femme enceinte

La nourriture des esclaves était bien souvent soumise au bon vouloir du maître et les inventaires des plantations, s'ils font références aux « biens meubles » (c'est ainsi qu'étaient désignés les esclaves) en terme de production, ne précisent pas quels étaient les frais occasionnés par la nourriture qui n'est pas détaillée et entre dans le chapitre des dépenses liées aux exploitations.

Il est donc possible d'émettre l'hypothèse d'une grande disparité dans les quantités d'aliments attribués selon les plantations, ce qui implique une influence importante sur la construction des normes et conduites alimentaires, celles-ci ayant sans doute dû s'adapter aux contraintes fournies par le contexte social.

Si la variété des origines des individus en contact a probablement joué un rôle important dans la constitution des pratiques alimentaires, le contexte social lié à l'esclavage puis celui associé à l'engagisme ont certainement initialement également largement influencé les habitudes alimentaires, la constitution de la tradition culinaire réunionnaise : l'historien Sudel Fuma (1992) nous apprend en effet que les esclaves puis les engagés se nourrissaient d'abord de ce qui leur était fourni, la préparation de ces mêmes aliments étant libre et prévue dans des emplacements désignés, légèrement en marge des pailloles des esclaves. Rien ne s'opposait donc à ce que perdurent les traditions culinaires et les conduites alimentaires en vigueur dans les aires géographiques d'origine des esclaves.

L'alimentation

Constitution des normes alimentaires

Les traditions alimentaires réunionnaises

Transformation des pratiques et nouvelles normes

Alimentation des hommes, alimentation des femmes

Les représentations de la féminité et de la fécondité

Les représentations paradoxales de l'embonpoint chez la femme enceinte

Ces dernières se seraient alors transmises au sein de la population, notamment par l'action des esclaves employés dans les habitations (notamment par les bonnes d'enfants -nénènes en créole- et les cuisinières).

Concernant ce point, les seuls renseignements disponibles sont ceux fournis par les voyageurs. Ainsi Auguste Billiard, qui a séjourné à l'île de France puis à Bourbon de 1818 à 1820 (donc avant l'abolition de l'esclavage à La Réunion en 1848), remarque, alors qu'il est invité à dîner chez un planteur lors de son séjour à l'île de France (Maurice) :

« les porcelaines étaient de Chine, l'argenterie et les cristaux de Londres et de Paris ; ce rapprochement de l'Europe et de l'Asie se fait remarquer jusque dans la préparation des aliments ; les Créoles donnent la préférence aux mets préparés à la manière des Indiens ; on ne manque jamais de servir le *kari* de volaille, souvent accompagné d'un *kari* de poisson... » (1990 : 30). Quelques mois plus tard, invité chez un habitant de l'île Bourbon, il note : « Tous les mets qui nous sont offerts sont du produit de l'habitation : ce sont des caris encore, et des fricassées de volaille accompagnées de petits hors d'œuvres pimentés, tels que des rougails de bringelles (aubergines) et d'autres fruits, des achards de palmistes et de mangue, qui semblent être un objet de première nécessité».

L'alimentation

Constitution des normes alimentaires

Les traditions alimentaires réunionnaises

Transformation des pratiques et nouvelles normes

Alimentation des hommes, alimentation des femmes

Les représentations de la féminité et de la fécondité

Les représentations paradoxales de l'embonpoint chez la femme enceinte

Ce type d'alimentation composée de riz, de cari, de rougails et d'achards demeure avec les grains servis en accompagnement du riz, l'une des bases de l'alimentation réunionnaise traditionnelle. Ce témoignage de Billiard montre que déjà, au début du XIX^{ème} siècle, les usages alimentaires réunionnais étaient constitués.

Si la quantité de nourriture attribuée aux esclaves était soumise au bon vouloir du propriétaire de la plantation, celle des engagés était plus réglementée.

Selon l'acte d'engagement souscrit, les propriétaires engagistes devaient fournir diverses denrées alimentaires à leur travailleurs, comme du riz, du poisson séché ou du sel.

Ainsi, en 1857, le régisseur de la sucrerie Lory frères à Sainte-Rose fournit tous les dimanches matin et par engagé : 3kg de riz, 500 grammes de morue et 500 grammes de sel, cette ration pouvant être éventuellement complétée, après accord du propriétaire, par des fruits et des racines alimentaires (ce dernier point constituant un élément de pression possible de la part du propriétaire car il pouvait être supprimé en cas de travail jugé insuffisant).

L'alimentation

Constitution des normes
alimentaires

Les traditions
alimentaires
réunionnaises

Transformation des
pratiques et nouvelles
normes

Alimentation des
hommes, alimentation
des femmes

**Les représentations de
la féminité et de la
fécondité**

**Les représentations
paradoxales de
l'embonpoint chez la
femme enceinte**

Dans quelques plantations, les engagés étaient en outre autorisés à cultiver quelques légumes pour leur compte personnel voire, dans certains cas, à pratiquer un peu d'élevage par la possession de volailles et d'un cochon. Les quantités de nourriture devaient en principe être suffisantes pour permettre une alimentation correcte des travailleurs de force ou de ceux qui étaient employés dans les plantations. Cependant, là encore, les plaintes formulées par les engagés montrent une grande disparité dans la quantité et dans la qualité des aliments fournis.

L'histoire nous montre donc quelles ont été les bases sur lesquelles se sont constituées les normes alimentaires réunionnaises ainsi que l'ensemble des représentations qui y sont liées : l'importance accordée à la quantité de riz présente dans l'assiette, une relative valorisation de l'embonpoint (il est vrai remise en cause, depuis quelques années par les médias), que nous retrouverons dans les représentations de la "belle femme", de la femme enceinte, comme pour celles associées au bébé puis à l'enfant en bonne santé.

L'alimentation

Constitution des normes
alimentaires

Les traditions
alimentaires
réunionnaises

Transformation des
pratiques et nouvelles
normes

Alimentation des
hommes, alimentation
des femmes

Les représentations de
la féminité et de la
fécondité

Les représentations
paradoxaes de
l'embonpoint chez la
femme enceinte

De plus, comme le montre Patrice Cohen, - et cette remarque possède une grande importance si l'on s'intéresse aux changements induits par les apports récents de la grande distribution et du "modèle occidental" - dès les débuts de son peuplement, l'alimentation des réunionnais a été influencée par l'utilisation de produits venus de l'extérieur, comme le riz, cultivé à Madagascar et qui a supplanté le blé et le maïs qui constituaient originellement les bases de l'alimentation des habitants de l'île.

L'alimentation

Constitution des normes
alimentaires

Les traditions
alimentaires
réunionnaises

Transformation des
pratiques et nouvelles
normes

Alimentation des
hommes, alimentation
des femmes

**Les représentations de
la féminité et de la
fécondité**

**Les représentations
paradoxaes de
l'embonpoint chez la
femme enceinte**

Prescriptions et proscriptions , Interdits et conseils d'ordre alimentaire

Le temps de la grossesse est toujours, par de nombreuses femmes, considéré comme un temps de danger durant lequel il convient que la femme enceinte "mange pour deux" tout en prenant de nombreuses précautions.

Le discours des mères montre qu'il est possible de distinguer les aliments qu'il faut manger, qui favorisent la montée de lait, de ceux qu'il importe d'exclure pour des raisons liées à la saveur (les aliments qui "donnent un goût"), à un excès, en termes de chaud ou de froid (piment, gingembre), ou pour des raisons relevant de la métonymie (ne pas manger de crustacés, faute de quoi l'enfant aura la peau rouge et fripée), ou du lien à une symbolique particulière (l'œuf, associé à l'inachèvement du nouveau-né, le porc, souvent considéré comme une viande impure - il se nourrit de déchets-).

A ces interdits de type alimentaire, s'en ajoutent d'autres, qui relèvent de catégories liées au comportement, à des aspects symboliques ou à la religion.

L'alimentation

Constitution des normes
alimentaires

Les traditions
alimentaires
réunionnaises

Transformation des
pratiques et nouvelles
normes

Alimentation des
hommes, alimentation
des femmes

**Les représentations de
la féminité et de la
fécondité**

**Les représentations
paradoxales de
l'embonpoint chez la
femme enceinte**

Cet ensemble de précautions, de prescriptions et d'interdit vise à protéger la santé de la mère et de l'enfant.

Il est apparu à une époque où la mortalité infantile était particulièrement élevée, où la survie de l'enfant était toujours problématique.

Les logiques qui s'en dégagent sont liées à la médecine traditionnelle réunionnaise, consécutives à la recherche d'un équilibre entre le chaud et le froid, le fluide et l'épais, types de raisonnements dans lesquels les aspects symboliques jouent un grand rôle.

Ces cohérences sont également liées aux représentations féminines du lait qui est, quand l'alimentation se fait uniquement à base de lait maternel, souvent considéré comme incomplet. Parfois, il est jugé sur son aspect, trop clair, donc trop pauvre, et les femmes enrichissent immédiatement les rations de leur bébé avec des biberons auxquels peuvent être ajoutées diverses substances épaississantes. Cet usage, qui explique le recours fréquent à un allaitement mixte, se justifie par l'importance accordée à l'aspect du nouveau-né qui doit être gras.

L'alimentation

Constitution des normes
alimentaires

Les traditions
alimentaires
réunionnaises

Transformation des
pratiques et nouvelles
normes

Alimentation des
hommes, alimentation
des femmes

Les représentations de
la féminité et de la
fécondité

Les représentations
paradoxales de
l'embonpoint chez la
femme enceinte

Le proverbe français "Chez un enfant, il n'y a rien de plus beau que la graisse sous la peau" prend ici aussi tout son sens.

Jadis, cet engraissement de l'enfant commençait avant la naissance quand les mères consommaient, durant le dernier mois de leur grossesse, de la tisane préparée à base de *lian doliv*, afin, disaient-elles, de faire grossir leur bébé (et la mère).

Liane d'olive : *Secamone volubilis* (Lam.), *Marais* (Asclepiadaceae)

L'implantation de la grande distribution a transformé les habitudes et les normes alimentaires.

De nombreuses futures jeunes mères sont à présent largement influencées par la grande distribution (jus de fruits multivitaminés), produits dits bio, biscuits enrichis en calcium, en magnésium.... A ceci est venu s'ajouter, depuis une quinzaine d'années, une influence grandissante des conseils (parfois totalement fantaisistes, voire dangereux) prodigués sur internet, ces conseils étant fréquemment repris dans la presse féminine, dans les médias....

L'alimentation

Constitution des normes alimentaires

Les traditions alimentaires réunionnaises

Transformation des pratiques et nouvelles normes

Alimentation des hommes, alimentation des femmes

Il est à noter que s'il existe une alimentation de la femme enceinte, il existe aussi, dans les traditions réunionnaises, une alimentation du père *en voi d'famiy* (père enceint n'existant pas en Français)

Ainsi, il était jadis d'usage que les futurs pères satisfassent leurs envies car celles-ci auraient pu, en cas d'insatisfaction, apparaître sur le peau de leur bébé... mais si ces pratiques pouvaient influencer leur propre masse corporelle, elles avaient peu d'importance sur la prise de poids de leur compagne...

En ce qui concerne les femmes, les *envies* étaient, et demeurent particulièrement importantes. Elles sont susceptibles d'avoir un impact non négligeable sur le poids de la future mère.

Les représentations de la féminité et de la fécondité

Les représentations paradoxales de l'embonpoint chez la femme enceinte

L'alimentation

Constitution des normes
alimentaires

Les traditions
alimentaires
réunionnaises

Transformation des
pratiques et nouvelles
normes

Alimentation des
hommes, alimentation
des femmes

C'est lors de sa grossesse, quand celle-ci se voit, puis à la naissance de son enfant, que le statut de la femme change (dans le bon sens), qu'elle est reconnue par la société

Cet aspect "visuel" de la grossesse passe, très souvent par un embonpoint visible. Si elle se doit d'être discrète les premiers mois, il faut à partir du Sixième ou septième mois que la grossesse puisse être vue et identifiée (voir que la femme est en voi d'famiy).

Les représentations de la féminité et de la fécondité

Les représentations paradoxaes de l'embonpoint chez la femme enceinte

L'alimentation

Constitution des normes
alimentaires

Les traditions
alimentaires
réunionnaises

Transformation des
pratiques et nouvelles
normes

Alimentation des
hommes, alimentation
des femmes

Les représentations de la féminité et de la fécondité

Les représentations paradoxales de l'embonpoint chez la femme enceinte

On peut noter une tradition assez paradoxale qui voulait qu'à la fois la femme enceinte doive manger pour deux, qu'elle se doive d'être une "belle femme", alors que, dans le même temps, dans les représentations populaires, la graisse soit synonyme de stérilité.

D'une femme stérile, on disait jadis, qu'elle était *taman*, ou *tamangue*, du malgache, *aomby tamana* qui désigne la vache stérile par trop de graisse.

L'alimentation

Constitution des normes
alimentaires

Les traditions
alimentaires
réunionnaises

Transformation des
pratiques et nouvelles
normes

Alimentation des
hommes, alimentation
des femmes

Les représentations de la féminité et de la fécondité

Les représentations paradoxales de l'embonpoint chez la femme enceinte

Conclusion

Les facteurs culturels associés à l'alimentation et /ou à l'obésité de la femme enceinte à La Réunion sont complexes.

Ils renvoient d'une part, à l'histoire de l'île, à une culture du manque, d'autre part à des représentations paradoxales qui veulent que, d'un côté, il soit nécessaire que la femme soit grasse alors que d'un autre côté, cette graisse soit susceptible de rendre stérile. (ce que l'on pourrait interpréter comme une mise en garde)