



FICHES D'INFORMATIONS

Les différentes dimensions de l'alimentation

Les significations et déterminismes du comportement alimentaire sont multiples ⁽¹⁾. L'acte de manger se décline beaucoup plus largement qu'à travers la satisfaction d'un besoin biologique. Il se trouve au carrefour de l'affectif, du culturel et du social.

Selon les personnes, les aliments sont porteurs de différents rôles : rôle nourricier de maintien de vie, mais aussi de marque d'affection, rôle hygiéniste de maintien de la forme et de la santé, rôle hédoniste (goûts et préférences alimentaires, plaisir de manger), rôle social et d'identification.

Chaque personne se construit sa propre histoire alimentaire qui résulte de l'interaction de différents facteurs biologiques et culturels.

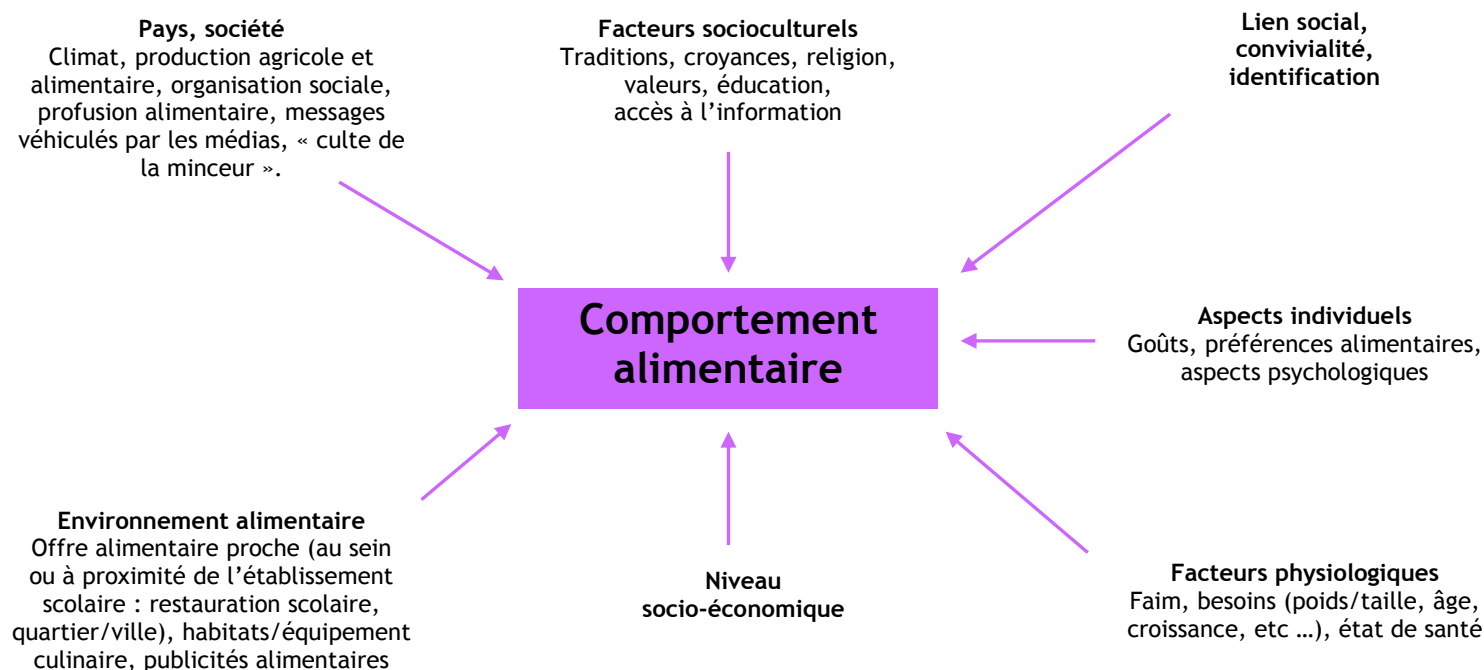
Le patrimoine biologique va influencer les besoins nutritionnels, les aptitudes sensorielles, les comportements. Les différenciations individuelles vont apparaître à travers les comportements alimentaires (certaines personnes mangent plus ou moins vite), les prises alimentaires (gros mangeurs, petits mangeurs) et la perception des odeurs et des saveurs.

Le patrimoine culturel est également déterminant dans la construction de la trajectoire alimentaire. Il s'agit de l'existence de modèles, repérés ou non, qui déterminent les comportements. L'influence culturelle est présente dès la naissance et s'enrichit par la suite.

L'alimentation est donc un vecteur d'identité et de communication. Elle permet de marquer ses différences par l'identification ou par l'opposition au groupe. Les valeurs, les croyances et les aspirations mises en jeu sont en constante mutation. L'ensemble de ces éléments relativise l'aspect normatif qui fonde certaines recommandations nutritionnelles.

Il est donc important de respecter les différents schémas alimentaires et les choix qui en découlent.

LES GRANDS DETERMINANTS DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE



(1) Institut national de prévention et d'éducation pour la santé. Alimentation atout prix. Saint-Denis : Inpes, 2005. Fiche tirée du classeur « Fourchette baskets » - INPES