

**Le poids des contraintes économiques  
dans les choix alimentaires**

**Pierre Combris**

---

## Résumé

Economie et nutrition sont intimement liées, dans la mesure où s'alimenter consiste pour une large part à optimiser l'approvisionnement d'un système énergétique complexe. Pour maximiser leurs chances de survie, les êtres vivants doivent affecter leur énergie disponible à la recherche de nourriture en fonction du rendement probable des différentes sources alimentaires présentes dans leur environnement. Ils font en permanence des choix économiques pour atteindre des objectifs nutritionnels.

Dans les sociétés humaines, marchandes ou non, développées ou non, la nature et la composition de l'alimentation dépendent également de la plus ou moins grande facilité qu'ont les individus à se procurer les différentes denrées alimentaires. C'est une question d'effort et de coût si l'on produit soi-même, de prix si l'on échange. Choisir ses aliments, implique toujours un arbitrage économique implicite ou explicite.

Observés sur de longues périodes ou sur de vastes ensembles géographiques, les effets des contraintes économiques sur l'alimentation sont spectaculaires. Dans les pays développés, et maintenant dans la plupart des pays du monde, la révolution agricole, soutenue puis relayée par la révolution industrielle, a permis un abaissement considérable du coût des calories alimentaires. Les prix relatifs des différents aliments ont été totalement bouleversés, les régimes alimentaires également. Les conséquences positives de cette évolution sont nombreuses, qu'il s'agisse du développement du potentiel biologique, de l'aptitude au travail, de la longévité ou de la qualité de la vie.

Les mécanismes économiques et biologiques d'optimisation qui nous ont permis de survivre dans un environnement pauvre en ressources alimentaires, puis de bénéficier des effets de l'abondance, n'ont pas changé. Les forces économiques et techniques qui permettent l'abaissement continu du coût des aliments n'ont pas changé non plus. Notre milieu en revanche s'est profondément transformé.

Sous l'effet des gains de productivité et de la concurrence, les prix relatifs se modifient, et les aliments les moins coûteux deviennent surabondants dans notre environnement. Ces aliments ne sont malheureusement pas toujours ceux qui ont les plus grandes vertus nutritionnelles, ce sont simplement les moins chers, les plus accessibles. L'abaissement différentiel du coût des calories alimentaires, associé à une diminution généralisée de la dépense énergétique, produit aujourd'hui des effets indésirables en termes de santé publique. Nous comprenons de mieux en mieux les mécanismes économiques qui déterminent nos choix alimentaires, mais manifestement, nous ne sommes pas encore parvenus à les maîtriser.

## Les déterminants économiques de l'évolution de l'alimentation en longue période

De façon schématique, on peut distinguer quatre grandes périodes dans l'évolution de la consommation alimentaire en France et dans beaucoup de pays développés : une très longue période d'économie de subsistance, suivie une phase de croissance quantitative, puis d'une phase de transition nutritionnelle, qui débouche maintenant sur une période de stationnarité macro-nutritionnelle.

### ***L'économie de subsistance***

Jusqu'à la fin du 18<sup>ème</sup> siècle (les années 1780), on peut considérer que la France est dans une situation d'économie de subsistance. Le régime alimentaire peut varier, il y a parfois abondance et parfois pénurie, mais l'équilibre finit toujours par s'établir durablement au voisinage du minimum vital correspondant à une ration calorique d'environ 1750 kcalories/personne/jour. Le facteur clé qui détermine la consommation est la disponibilité des ressources alimentaires. Même si les échanges marchands sont encore peu développés, l'économie est omniprésente puisque les individus doivent faire des choix pour se procurer de la nourriture ou pour la produire dans un contexte de rareté des ressources.

Dans chaque culture alimentaire, l'aliment de base de la population est l'aliment qui est le moins coûteux à produire compte tenu de l'environnement et des connaissances agronomiques (le blé et le seigle en Europe, le riz ou le maïs dans d'autres régions). Son rendement détermine la densité maximum de population qui peut vivre sur un territoire donné.

Cette situation d'économie de subsistance s'accompagne de très fortes inégalités : du côté des plus pauvres, le grand nombre endure les effets de la malnutrition et meurt lors des famines, tandis qu'à l'autre extrémité de l'échelle sociale on affiche son embonpoint et l'on souffre de la goutte ou du diabète.

### ***La croissance quantitative***

La deuxième période, qui va durer une centaine d'années et se prolonger jusqu'à la fin du 19<sup>ème</sup> siècle (les années 1880), est caractérisée par des innovations dans les techniques de production agricole et dans l'organisation de l'agriculture, qui permettent d'accroître la production et d'en abaisser le coût. Les aliments deviennent plus abondants et moins chers. La consommation de tous les types d'aliments augmente (Figure 1), mais la structure de l'alimentation se modifie peu (Figure 2). Les aliments les moins chers (céréales et féculents) constituent toujours la base du régime alimentaire. Vers 1880-1890, la saturation de la ration calorique est atteinte. En cent ans, les apports énergétiques moyens sont passés de 1750 kcalories/personne/jour, le seuil de survie, à 3000 kcalories/personne/jour.

### ***La transition nutritionnelle***

La troisième phase se caractérise par un changement structurel profond du régime alimentaire. A la phase de croissance quantitative, au cours de laquelle les individus privilégient les calories les moins chères pour manger à leur faim, succède une phase d'évolution qualitative et de diversification du régime alimentaire. L'énergie totale ingérée reste fixe, mais la consommation des produits de base, d'abord les céréales puis les féculents, se met à diminuer de façon continue, pendant qu'augmente, parallèlement, la consommation des viandes, des produits laitiers, des fruits, des légumes, des corps gras et du sucre (Figure 1).

La phase de transition nutritionnelle se caractérise par une baisse de la part des glucides dans l'alimentation et une augmentation de la part des lipides (Figures 2 et 3). Comme la phase de croissance quantitative, cette phase a duré, elle aussi, une centaine d'années (de 1880-90 à 1980-90).

Cette transition opère graduellement sous l'effet conjoint des contraintes économiques et des préférences individuelles. Le goût pour une alimentation plus diversifiée, plus riche en produits d'origine animale, plus grasse et plus sucrée est assez largement partagé dans l'espèce humaine. Ces préférences s'expriment clairement dans les choix alimentaires dès que les contraintes économiques le permettent. L'augmentation de la productivité et la baisse consécutive des coûts dans les différents secteurs de la production agricole et

alimentaire est le mécanisme de base de l'évolution de notre alimentation. Ce sont donc en grande partie des contraintes et des arbitrages de nature économique qui décident de ce qu'il y a finalement dans les assiettes.

### **La stationnarité structurelle**

La transition nutritionnelle débouche sur une phase de stationnarité, au cours de laquelle la consommation se stabilise dans tous les groupes d'aliments. La ration calorique totale n'augmente plus, elle a même tendance à diminuer (malheureusement un peu moins vite que la dépense d'énergie). Les substitutions entre grandes catégories d'aliments cessent et la structure macro-nutritionnelle de la ration ne change plus beaucoup (Figures 3).

Cette nouvelle situation est très récente, 10-15 ans environ dans le cas de la France, ce qui est sans doute trop peu pour que ses conséquences nutritionnelles se manifestent pleinement.

Dans cette nouvelle phase, les changements se produisent surtout à l'intérieur des différents groupes d'aliments. En dépit de l'abondance, les facteurs économiques continuent d'exercer une influence déterminante qui se manifeste à travers le jeu des prix relatifs, les stratégies de différenciation des produits et les inégalités de consommation.

### **Les effets des prix relatifs et la différenciation des produits**

La baisse considérable du prix réel des aliments, et en particulier de l'aliment de base (en France le blé), est le déterminant essentiel de l'évolution du régime alimentaire en longue période (Figure 4). Aujourd'hui, la concurrence par les prix reste toujours un mécanisme très efficace : quel que soit leur niveau de consommation, les individus ont toujours avantage à exploiter une baisse de prix pour augmenter leur niveau de bien-être. Dans chaque groupe d'aliments, les tendances de la consommation des différents produits en fonction de l'évolution des prix relatifs l'illustre clairement : ce sont toujours les produits dont les prix relatifs baissent qui se développent le plus.

Parallèlement, pour limiter les effets de la concurrence par les prix et relancer l'intérêt des consommateurs, les producteurs sont contraints d'adopter des stratégies de différenciation des produits extrêmement actives. C'est la raison pour laquelle les signaux relatifs à la qualité, et en particulier au plaisir et à la santé, se multiplient sur les marchés alimentaires.

### **L'hétérogénéité des comportements : différences et inégalités**

L'abondance et la variété de l'offre permettent la différenciation des comportements : chacun peut adopter un régime ou un "style" alimentaire particulier. De fait, les données relatives aux achats alimentaires révèlent une très forte hétérogénéité des comportements. Pourtant, nous n'en sommes pas encore vraiment au stade où chacun pourrait consommer selon ses besoins et ses envies. Il est manifeste que l'hétérogénéité des comportements traduit à la fois des différences et des inégalités, des choix et des contraintes.

La consommation, nous l'avons vu, évolue en fonction des prix, qui eux-mêmes dépendent de la productivité dans les différents secteurs de la production. Le problème est que cette évolution n'a pas de raison particulière d'être en phase avec les besoins nutritionnels de la population. En France, par exemple, depuis le début des années cinquante, le prix des fruits et légumes frais a augmenté beaucoup plus vite que l'indice général des prix et le prix des corps gras beaucoup moins vite. Les consommations ont varié à l'inverse (Figure 5).

Parallèlement, et sous l'effet des mêmes mécanismes, les inégalités en matière de consommation de corps gras ont pratiquement disparu, en revanche, elles sont restées extrêmement fortes pour la consommation des fruits et des légumes (Figure 6).

## Perspectives

Les conséquences positives de l'évolution de la consommation alimentaire à long terme sont indiscutables. En France et en Grande-Bretagne, par exemple, entre la fin du 18<sup>ème</sup> siècle et le début du 20<sup>ème</sup> siècle, la taille des individus a augmenté de 10 cm environ, la mortalité a diminué et l'espérance de vie s'est allongée.

Dans le même temps, notre environnement alimentaire a complètement changé. Alors que nos ancêtres nous ont légué des préférences biologiques formées dans des environnements où l'alimentation était rare, et où les aliments gras et sucrés étaient souvent les plus difficiles à se procurer, nous nous retrouvons aujourd'hui dans un environnement où les calories "grasses" et "sucrées" n'ont jamais été aussi peu chères, et par conséquent aussi omniprésentes. Les conséquences en termes de santé publique sont inquiétantes, en particulier dans le domaine de la prise de poids. Le développement de l'obésité, qui devient une nouvelle source d'inégalités sociales, illustre clairement l'impact des contraintes économiques sur les comportements alimentaires.

On comprend bien aujourd'hui que l'alimentation peut jouer un rôle considérable pour améliorer notre santé ou pour la dégrader. Dans le contexte actuel, les enjeux de santé publique liés à l'alimentation sont devenus très importants, aussi bien dans les pays développés que dans les pays en développement qui connaissent aujourd'hui des transitions nutritionnelles accélérées. Nous commençons à comprendre également que, compte tenu de la force des mécanismes économiques, ces problèmes ne seront réglés qu'en jouant à la fois sur l'information et sur les incitations directes à consommer, c'est-à-dire sur les prix et sur la disponibilité des aliments dans notre environnement quotidien.

## Bibliographie

Buss D., 1991, "The Changing Household Diet", in *Fifty Years of the National Food Survey 1940-1990*, Ministry of Agriculture Fisheries and Food, HMSO, London.

Cépède M., Lengellé M., 1953, *Economie alimentaire du globe. Essai d'interprétation*, Librairie de Médecis, Paris.

Combris P., 1986, "L'évolution de la consommation alimentaire des Français", *Problèmes Politiques et Sociaux*, n° 544, La Documentation Française, pp. 9-12.

Combris P., 1990, "L'évolution du modèle alimentaire en France de 1949 à 1988 : continuité et ruptures", *Annales de Gembloux*, 96, pp. 279-304, et dans Eizner N. (ed.), *Voyage en alimentation*, ARF Editions, Paris, 1995.

Drewnowski A., Popkin B., 1997, "The nutrition transition: new trends in the global diet", *Nutrition Reviews*, Vol. 55, n°2, pp. 31-43.

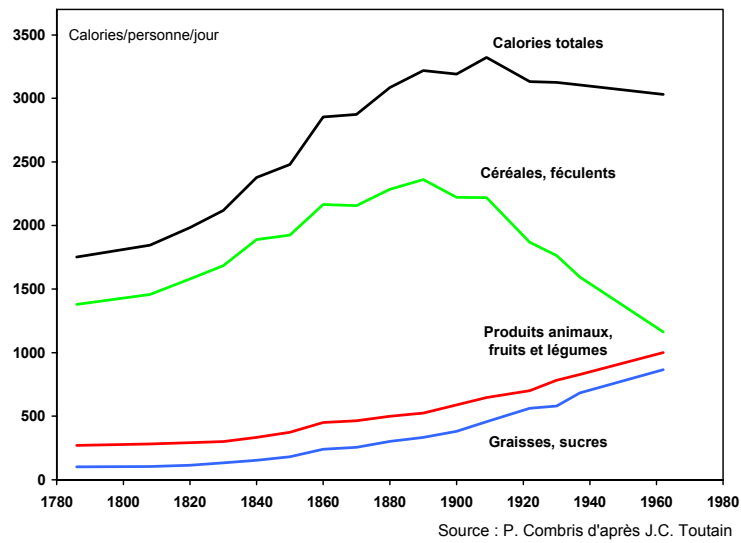
Dupin H., 1981, *Apports nutritionnels conseillés pour la population française*, CNRS-CNERNA, Technique et Documentation, Lavoisier, Paris.

Fourastié J. L'évolution des prix à long terme. PUF, 1969, 358 p.

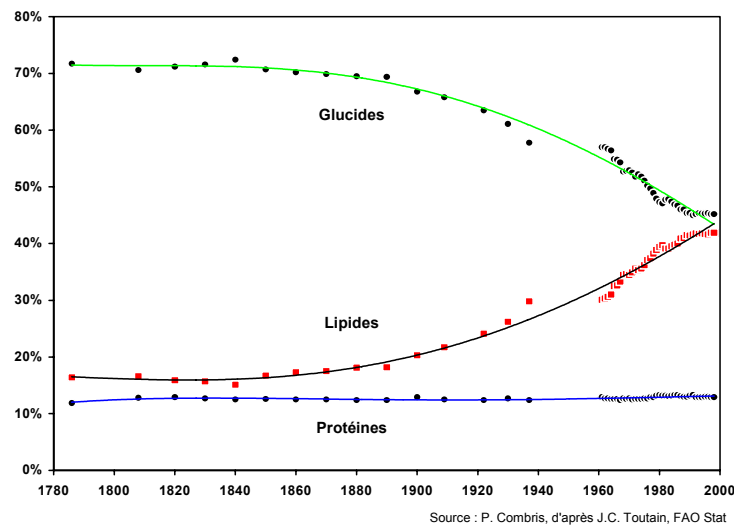
Périssé J., Sizaret F., François P., 1969, "Effet du revenu sur la structure de la ration alimentaire", *Bulletin de Nutrition*, FAO, vol 7, n°3, juillet-septembre, pp. 1-10.

Toutain J.C., 1971, "La consommation alimentaire en France de 1789 à 1964", *Economies et sociétés, Cahiers de l'ISEA*, Tome V, n°11, pp. 1909-2049.

**Figure 1 : Evolution du niveau des apports énergétiques en France en longue période**



**Figure 2 : Evolution de la structure des apports énergétiques en France en longue période**



**Figure 3 : Evolution de la structure des apports énergétiques en France depuis 1961**

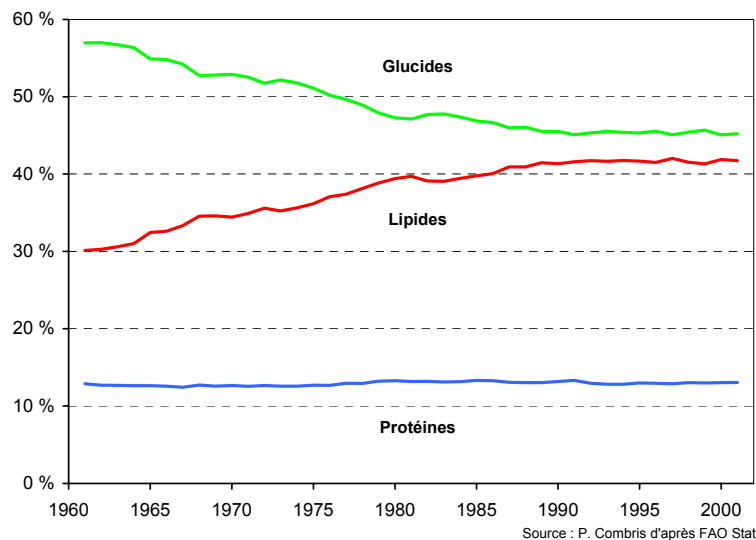
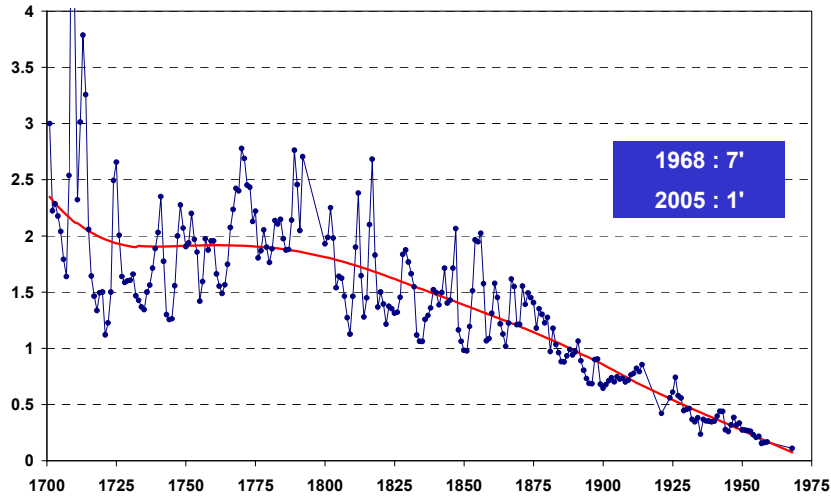
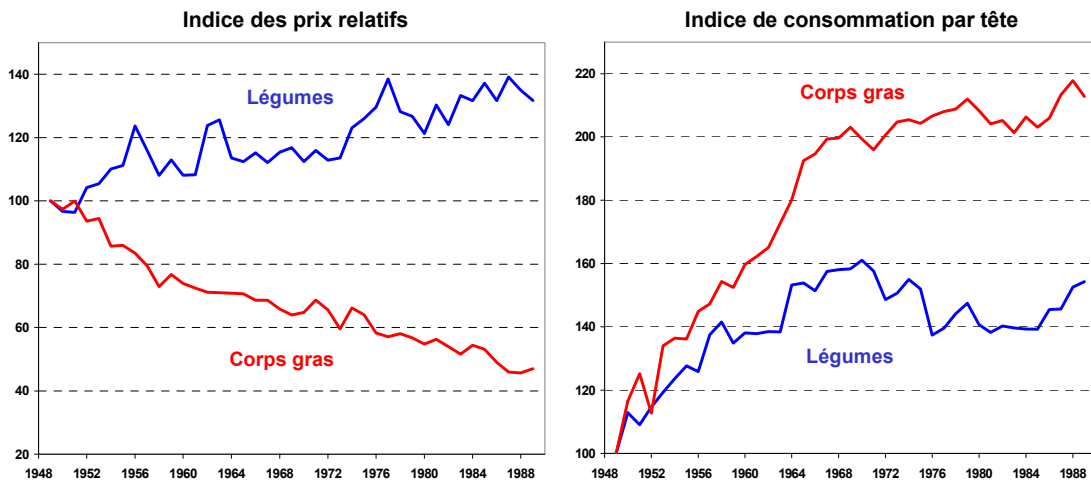


Figure 4 : Evolution du prix du blé en France en longue période (heures/kg)



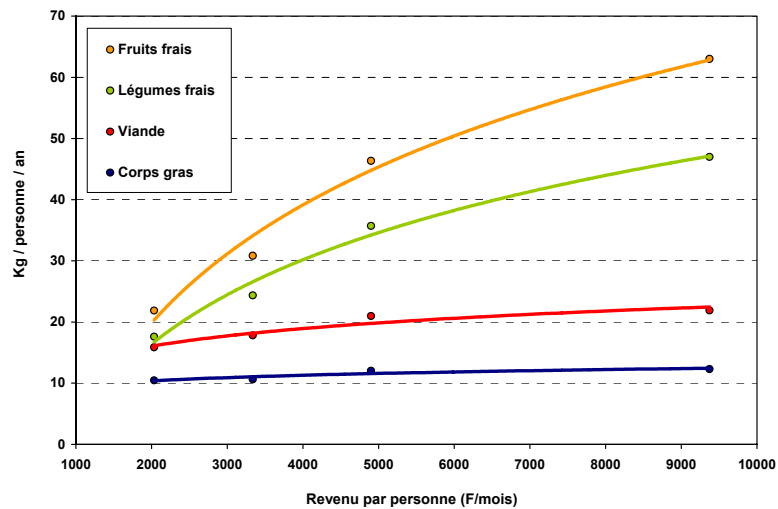
Source : P. Combris d'après J. Fourastié

Figure 5 : Prix et consommation des légumes et des corps gras en France de 1949 à 1989



Source: Combris d'après Insee, Comptabilité Nationale

Figure 6 : Les achats alimentaires en fonction du quartile de revenu, France 1997



Source : Secodip 1997