

De la légèreté du « régime crétois » au « lourd paradoxe » grec

Suralimentation et fast-food, un fléau particulier en Grèce et dans les sociétés balkano-méditerranéennes ?

From Light Cretan Diet to Greek “Heavyweight” – Over-nourishment, a Modern Scourge of Greece, and the Role of Fast-food, a Comparative Look at the Balkans and the Mediterranean

Ekkehard W. Borntäger



Éditeur
INALCO

Édition électronique

URL : <http://ceb.revues.org/7488>
DOI : 10.4000/ceb.7488
ISSN : 2261-4184

Édition imprimée

ISBN : 978-2-85831-230-6
ISSN : 0290-7402

Référence électronique

Ekkehard W. Borntäger, « De la légèreté du « régime crétois » au « lourd paradoxe » grec », *Cahiers balkaniques* [En ligne], Hors-série | 2016, mis en ligne le 24 mars 2017, consulté le 24 mars 2017. URL : <http://ceb.revues.org/7488> ; DOI : 10.4000/ceb.7488

Ce document a été généré automatiquement le 24 mars 2017.



Cahiers balkaniques est mis à disposition selon les termes de la licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Partage dans les Mêmes Conditions 4.0 International.

De la légèreté du « régime crétois » au « lourd paradoxe » grec

Suralimentation et fast-food, un fléau particulier en Grèce et dans les sociétés balkano-méditerranéennes ?

From Light Cretan Diet to Greek “Heavyweight” – Over-nourishment, a Modern Scourge of Greece, and the Role of Fast-food, a Comparative Look at the Balkans and the Mediterranean

Ekkehard W. Borntäger

- 1 La Grèce, comme certains de ses voisins méditerranéens – l’Albanie (urbaine) et Chypre, mais pas l’Italie – compte parmi les pays européens les plus frappés par le fléau de la suralimentation. Plus préoccupant encore, ce phénomène s’intensifie : de plus en plus d’enfants d’âge scolaire sont en surpoids¹, un journal a même évoqué la « triste primauté » de la Grèce à cet égard (NAFTEMPORIKI, 2014).
- 2 Pourtant, le régime crétois, « découvert » par des chercheurs américains à la fin des années 1940, a été élevé au rang de modèle d’alimentation saine et équilibrée surtout après la *Seven Countries Study* menée entre 1958 et 1970 sous la direction du chercheur américain Ancel Keys. La population rurale de quelques villages au sud-est d’Héracléon en sortit « gagnante » en matière de santé et de longévité. D’après cette enquête, l’alimentation crétoise, équilibrée quoique frugale, riche en huile d’olive et en acides gras oméga 3 (poisson), en féculents, fruits et noix, mais pauvre en viande et en sucres raffinés, offrait une excellente protection contre les affections cardiovasculaires. Bien qu’elle ne visât pas en premier lieu une restriction calorique, elle semblait avoir également un effet bénéfique quant au contrôle pondéral.

Idéal et réalité de l’alimentation traditionnelle

- 3 Avant d’examiner les changements qui ont transformé – contre toute attente, et en moins de deux générations – les coutumes alimentaires exemplaires de la Grèce rurale en leur

contraire chez bien des Grecs d'aujourd'hui, désormais en proie aux tentations de la suralimentation, jetons un regard en arrière sur cette Grèce traditionnelle dont firent l'éloge les explorateurs étrangers du régime crétois.

- 4 Les aperçus historiques dont sont souvent affublés les livres de cuisine grecque encensent eux aussi les traditions culinaires du pays ; la mise en avant de leurs mérites pour la santé, dès les années 1980, repose en fait sur une stratégie d'anoblissement historique : ces ouvrages évoquent la continuité de la Grèce contemporaine avec le monde byzantin et surtout l'Antiquité – encore qu'ils n'entonnent plus de panégyrique à la manière du grand classique que fut le *Guide culinaire* (Ὁδηγός μαγειρικής) de Nicolas Tselementès d'après lequel, dans des « témoignages arrivés depuis l'Antiquité jusqu'à nos jours, il est souvent question des vrais artistes de la cuisine dont la personnalité héroïque est liée aux plats et condiments homériques » (TSELEMENTÈS, 2005, 11)². Certes, des spécialistes actuels de la cuisine grecque soulignent que nombre de mets considérés par les touristes comme typiquement grecs – par exemple « la » moussakà ou le *pastitsio* – ne correspondent plus que partiellement aux traditions populaires, car ils ont été largement modifiés par des cuisiniers professionnels. De même, les influences « orientales » ne sont plus passées sous silence. Mais l'authenticité et la continuité historiques des traditions en tant que telles gardent le plus souvent leur valeur axiomatique, même dans la typologie narrative « actualisée » des guides culinaires d'aujourd'hui – à de rares exceptions près, dont l'*Histoire de la cuisine et de l'alimentation* d'Alexandre Yiotis (2000).
- 5 Le discours « exogène » sur le régime crétois et le discours « endogène » sur la continuité historique de la cuisine grecque contrastent, dans leurs stratégies d'idéalisation et de « nationalisation », avec les données de la recherche internationale en histoire de l'alimentation et en histoire démographique. Par ailleurs, ces deux types de discours hellénocentriques divergent sensiblement de leurs équivalents dans un autre pays du Sud-Est européen qui a de nombreux traits communs avec la Grèce y compris en matière d'alimentation : la Roumanie.
- 6 Certains guides culinaires roumains rendent des hommages fantaisistes à la cuisine des ancêtres daces, laquelle n'aurait assimilé que peu d'éléments dus aux conquérants et colonisateurs romains. Cependant, en règle générale, le discours historique admet volontiers les influences étrangères, considérées comme un enrichissement dont l'intégration dans la cuisine du pays représente un acquis spécifiquement roumain (JORDAN, 2013, 10). Le fait que le plat national traditionnel, la *mămăligă* (une sorte de polenta), n'était pas encore à l'honneur à la table de nobles ancêtres comme le voïvode moldave Étienne le Grand (†1504), tout simplement parce que le maïs n'est arrivé en terre roumaine qu'au XVII^e siècle, est volontairement mentionné.
- 7 Un autre aspect de l'histoire de l'alimentation est également signalé sans ambages : les périodes de disette, la frugalité et la monotonie des repas du paysan, la faim dont souffraient les villages et les classes modestes encore au début du XX^e siècle. En 1919, la pellagre faisait de nombreuses victimes à cause des carences alimentaires dues à un « régime » quasiment limité au maïs (*Adevărul*, 2011, 3-5).
- 8 L'image de soi des Roumains dans le domaine de la continuité historique alimentaire semble donc plus proche de la réalité grecque qu'analogue aux projections des tenants du régime crétois et des chantres de la cuisine hellénique plurimillénaire. La discontinuité de l'« authenticité ethno-alimentaire » est illustrée aussi par cette facétieuse citation de

l'éminent historien Lucien Febvre imaginant qu'Hérodote refait aujourd'hui son périple dans l'espace grec :

Que d'étonnements ! Ces fruits d'or, [...] orangers, [...] mandariniers, mais il n'a pas le souvenir d'en avoir vu de son vivant. Parbleu ! Ce sont des Extrême-Orientaux, véhiculés par les Arabes. [...] Mais quant au moindre repas, que de surprises encore – qu'il s'agisse de la tomate, cette Péruvienne ; de l'aubergine, cette Indienne ; du piment, ce Guyannais ; du maïs, ce Mexicain ; du riz, ce bienfait des Arabes, pour ne pas parler du haricot, de la pomme de terre, du pêcher, montagnard chinois devenu iranien [...].

(BRAUDEL, 1985, 9-10)

- 9 Sous l'angle de la longue durée, Braudel souligne que le déclin alimentaire qui frappa la majeure partie de l'Europe après une « période heureuse » entre 1350 et 1550 a duré jusqu'au milieu du XIX^e siècle – et jusqu'au seuil du XX^e siècle dans les Balkans (d'après LIVI-BACCI, 1991, 99). Même à supposer que la Grèce n'ait pas évolué de la même manière, elle fait partie du monde méditerranéen qui ne fut pas à l'abri de la pénurie alimentaire et connut des famines – y compris dans les contrées développées comme l'Italie du Nord (fin du XVIII^e siècle) (LIVI-BACCI, 1991, 171). Parmi les classes populaires, les carences alimentaires se sont prolongées jusqu'aux années 1950, comme le démontre une monographie riche en témoignages sur la faim en Espagne (ALMODÓVAR, 2003, 233-283).
- 10 En Grèce, il existe certes des études spécialisées sur quelques phénomènes isolés de sous-alimentation et de famine dans l'histoire moderne du pays, surtout en lien avec des facteurs exogènes (guerres, occupation) – on en trouve le reflet dans la littérature – mais une approche globale de la problématique et une prise de conscience de ces épisodes font toujours défaut. Ce manque entretient une perception largement idéalisée – en Grèce et à l'étranger – des conditions d'alimentation « traditionnelle » grecque en rapport avec la qualité de vie et la continuité « ethnique »³.
- 11 Le régime crétois modélisé par les scientifiques, les nutritionnistes et la publicité n'est donc pas nécessairement la continuation d'une tradition pluriséculaire – voire millénaire – quoiqu'il conserve la trilogie antique huile d'olive-céréales-vin. Il pourrait représenter en fait un stade intermédiaire et passager, « photographié » juste au bon moment, entre carence alimentaire et suralimentation.
- 12 La lutte pour le pain quotidien a longtemps rythmé la vie frugale de la plupart des populations rurales tant en Grèce qu'en Europe méditerranéenne et du Sud-Est, comme le démontrent indirectement les données démographiques (faible densité de population, longue stagnation, transition démographique tardive) et les paramètres biologiques (évolution de la taille). N'oublions pas qu'à l'âge d'or du régime crétois, vers 1950, l'espérance de vie générale en Grèce était nettement plus basse qu'en Europe du Nord, alors qu'elle est aujourd'hui supérieure à celle du Royaume-Uni et de l'Allemagne. Pour nuancer ce sombre constat, mentionnons tout de même une particularité grecque de l'époque, peut-être due à certains bienfaits dudit régime : l'espérance de vie des hommes grecs âgés de 65 ans était alors de 13 ans la plus haute du monde, à en croire les statistiques (TOMASSINI & LAMURA, 2009, 72).

Le fast-food « made in Greece »

- 13 Le poids du fast-food dans l'émergence de la suralimentation ne fait plus de doute⁴. De très haute densité calorique, il est emblématique de la transition nutritionnelle vers un

modèle alimentaire urbain caractérisé par une multiplication des lipides animaux, une réduction drastique des protéines végétales (féculents, etc.) et une nette préférence pour les sucres simples au détriment des glucides complexes (POULAIN, 2009, 56). La restauration rapide, par rapport aux autres formes de sociabilité gastronomique, accélère la consommation de calories par unité de temps et de prix, entraînant également une augmentation des portions... et de l'appétit des consommateurs, en raison de la forte concentration de substances entraînant – selon certains – une forme d'addiction (arômes, sel, graisses et sucres ajoutés).

- 14 Pour cibler notre propos, on se focalisera ici sur la catégorie d'établissements spécialisés dans les multiples variantes de hamburgers, même si leur menu inclut souvent aussi des salades ou des pizzas⁵.
- 15 En Grèce, à la différence de nombreux autres pays européens, l'arrivée des chaînes de restauration rapide des États-Unis au début des années 1990 (McDonald's débarqua à Athènes en 1991) n'a pas sonné le glas du marché préexistant. Au contraire, les entreprises déjà actives dans la filière des burgers – Goody's, Grigoris⁶, Hambo et autres – surent relever le défi de la concurrence en produisant l'« original », ce qui leur donna même un élan novateur. Grâce à des techniques de gestion modernes (dont le *franchising*), à des services supplémentaires comme la livraison à domicile et à un élargissement de l'offre culinaire incluant davantage de produits régionaux (salades, pâtisseries), le fast-food *made in Greece* a connu un essor spectaculaire⁷.
- 16 La compagnie Goody's, qui appartient au groupe Vivartia, s'affirme comme leader du marché – en chiffre d'affaires ; en 2015, elle compte 161 établissements servant environ 160 000 personnes par jour. Everest, une autre marque du même groupe qui, parallèlement à son offre de hamburgers et sandwiches, met l'accent sur les produits sortis du four à la grecque (*φουρνιστά* : feuilletés parfois au fort accent américain comme la *tiropita* au Philadelphia) ainsi que sur les desserts, possède plus de 200 points de vente. Grigoris, qui vise le haut de gamme de la restauration rapide grâce à une hellénisation encore plus prononcée de ses produits et même des recettes conçues en collaboration avec un chef cuisinier connu, exploitait environ 250 établissements en 2010.
- 17 McDonald's, en revanche, fait figure de parent pauvre. La société n'a connu qu'un essor très modeste en Grèce, totalisant en 2010 à peine 20 « restaurants » contre 1285 en France ! Compte tenu de l'échec d'autres chaînes internationales comme Wendy's, implantée à Athènes dès 1989 mais qui a depuis fermé boutique (CHRISTODOULOU, 2014), la « fast-foodisation » hellénique n'est guère à attribuer au rouleau compresseur des géants américains, mais plutôt à une sorte d'auto-américanisation culinaire relativement précoce et de grande ampleur, induite par le prestige économique et culturel des États-Unis. Néanmoins, l'habitude de manger sur le pouce au coin de la rue, dans les traditionnelles échoppes à souvlakis (*σουβλατζίδικα*) ou à gyros, s'est conservée en milieu urbain.
- 18 En termes d'apports caloriques surabondants – surtout *via* les graisses animales – on n'observe pas de grande différence entre le fast-food local et celui d'inspiration internationale. L'écart est frappant avec les principes du régime crétois !
- 19 Contrairement à la France des années 1990, où la part du fast-food américain (McDonald's) restait encore modeste dans les us et coutumes alimentaires, force est d'admettre qu'en Grèce, avec 250 000 à 300 000 consommateurs par jour (compte tenu

d'un recul dû à la crise économique actuelle), la restauration rapide à l'américaine a conquis une place centrale dans les habitudes alimentaires de la société.

- 20 En juxtaposant les données grecques, françaises, italiennes, espagnoles, roumaines et albanaises, on est frappé de voir que le réseau grec des chaînes de fast-foods s'avère de loin le plus dense par rapport au nombre d'habitants, et cela même en présupposant un recensement approximatif de certaines informations problématiques.
- 21 On retient en tout cas que la Grèce compte 3 à 4 fois moins d'établissements de fast-food que la France, mais pour environ 5 fois moins d'habitants. Cette densité élevée est encore plus manifeste par rapport aux pays méditerranéens voisins, surtout l'Italie.
- 22 Contrairement à la France et à d'autres pays méditerranéens et balkaniques, c'est la restauration rapide à l'américaine mais locale (et plus ou moins « régionalisée ») qui a toujours été le vecteur principal de cette évolution en Grèce. Malgré leurs concurrentes nationales en France (Quick), en Italie (Spizzico) et en Espagne (Pans&Company), dans ces pays le marché du fast-food reste clairement dominé par McDonald's et d'autres chaînes états-uniennes. Il en va de même en Roumanie, où McDonald's et Kentucky Fried Chicken voient leur chiffre d'affaires s'envoler, tandis que leur principal concurrent reste le petit fast-food de quartier avec ses produits « emballés » (la *pachet*) à emporter ou « à la main » (la *mână*) pour être consommés sur place.
- 23 Seule l'Albanie ressemble au cas grec : la chaîne locale Kolonat (active depuis 2003) est en expansion vers les pays voisins comme le Kosovo et contrôle, avec son propre *branding* et une dizaine de points de vente, le marché du fast-food suprarégional. Arborant l'épithète *Mediterranean Fast Food*, cette entreprise internationalise de manière parfois ludique ses stratégies de régionalisation en jouant sur toute une gamme de mets rapides, du *skanderburger* à la pizza sans oublier le souvlaki.

Les autres causes de la suralimentation

- 24 À l'évidence, toute une série de facteurs matériels concourt, directement ou indirectement, à la prolifération des cas de surpoids en Grèce. Les pays dont le réseau ferroviaire est peu développé ou inexistant face à une infrastructure routière en forte expansion – Grèce, Albanie, Chypre – sont par exemple les plus touchés par l'obésité.
- 25 Une approche différente pointe le système économique dans son ensemble. La prévalence du surpoids au sein de certaines sociétés serait due à une économie nationale très ouverte (dérégularisation, mondialisation) et à son corollaire, la précarisation des classes défavorisées (POULAIN, 2009, 79). Cette hypothèse s'applique surtout aux pays du Nord européen et américain, mais elle ne reflète pas la situation des pays méditerranéens et balkaniques : en effet, un marché peu libéralisé comme celui de l'État hellénique va de pair avec un phénomène suprapondéral marqué.
- 26 Sur un plan psychologique, certains comportements influencent la suralimentation grandissante en Grèce : on observe une aversion collective pour l'effort physique encore marqué par le stigmate du labeur paysan, qui s'accompagne cependant d'une attirance héritée de la ruralité pour l'abondance alimentaire (incluant la viande au quotidien) jadis rare, et devenue soudain accessible. C'est le cas des familles où la génération des parents ou des grands-parents a connu la condition rurale, et où la revalorisation « urbaine » de l'exercice physique (notamment *via* les sports de loisir) tarde à prendre pied⁸,

concurrentielle par les loisirs modernes stationnaires tels la télévision, les jeux vidéo et l'internet.

- 27 Ce constat coïncide avec le fait que la prévalence de l'obésité en Albanie est urbaine – spécialement sur le littoral – tandis qu'en Grèce, où l'exode rural a pris de l'ampleur au moins une génération plus tôt, elle se déplace actuellement vers la périphérie. C'est le cas en Crète, une île de plus en plus « lourde » : une étude universitaire y relève 86 % de suprapondéraux, dont 43 % d'obèses, parmi la population rurale examinée (*Ta Néa*, 2010). En Italie, c'est le *mezzogiorno* le moins développé et le plus rural qui présente la plus forte concentration d'individus en surpoids.
- 28 Autre aspect de la mentalité collective « coupable » : la faible intégration, en terres balkaniques, des traditions alimentaires autochtones dans l'édifice de l'identité nationale, à la différence de traditions populaires comme la chanson ou la poésie (NOTAKER, 2002, 137-140 ; 147-150). L'invocation des coutumes culinaires remontant à l'Antiquité, chère à moult rédacteurs de livres de recettes, s'est essentiellement révélée être une belle fleur de rhétorique, sans parvenir à doter la cuisine grecque d'un prestige accru face aux arts culinaires fidèles au modèle français – et, par la suite, vis-à-vis du fast-food d'inspiration américaine. Pourtant, c'est à des Américains que l'on doit la découverte des mérites du régime crétois tenu en si peu d'estime par la société grecque elle-même ! Tout un paradoxe...
- 29 Pour mesurer la différence avec l'Italie, on se contentera de rappeler que la Grande Guerre y vit fleurir des chansons patriotiques exaltant – entre autres – les délices de la cuisine italienne locale, qui ne devaient pas tomber aux mains des Autrichiens (MONTANARI, 2013, 66-67). Rien d'étonnant, donc, dans le fait qu'un siècle plus tard ce sont des entreprises italiennes qui élaborent et commercialisent la plus grande part de l'huile d'olive grecque exportée – le « phare » de la production alimentaire hellénique !

Quelques perspectives optimistes quand même

- 30 Malgré l'accroissement préoccupant du nombre de suprapondéraux en Grèce, on a encore quelques raisons de considérer l'avenir avec un optimisme prudent. Pour l'heure, les conséquences sanitaires du surpoids y demeurent moins graves qu'ailleurs, particulièrement quant au diabète de type 2 et aux affections cardiovasculaires. Il est vrai que l'espérance de vie stagne, mais elle ne se situe pas moins à un niveau toujours très élevé par rapport au contexte européen, la Grèce devançant sur ce point de nombreux pays « plus sveltes » et économiquement plus développés. Peut-être des survivances du régime crétois, dont la consommation d'huile d'olive, contribuent-elles à ce résultat.
- 31 Des groupes de recherche en alimentation comme ceux de l'Université Harokopio (programme EYZHN, littéralement « bien-vivre », adressé aux enfants) et de Thessalonique, ainsi que des associations professionnelles telle la Société médicale grecque contre l'obésité (*Ελληνική ιατρική εταιρεία παχυσαρκίας ΕΙΕΠ*), s'efforcent de sensibiliser non pas uniquement le monde académique et politique, mais aussi le grand public face aux dangers du surpoids et de l'obésité.
- 32 La crise actuelle risque certainement, parmi les groupes précarisés de la population, de déséquilibrer encore davantage un régime alimentaire centré sur des calories moins chères et moins saines que celles des fruits et légumes, pourtant relativement meilleur marché en Grèce qu'ailleurs. Mais la pauvreté ne mène pas automatiquement à l'obésité,

pourvu que l'on choisisse à bon escient ce que l'on mange : « Un ½ kg de lentilles par jour au prix de 70 centimes d'euros nourrit une famille midi et soir », souligne le président de l'EIEI (ELAFROS, 2014).

- 33 Après tout, la crise peut aussi avoir un effet salubre et fournir un antidote contre le spectre de l'obésité rampante, arrachant toujours plus de Grecs à leur sédentarisme excessif et à leur automobilisme chéri, mais cher, pour les inciter à redécouvrir la marche à pied, les transports en commun et – pourquoi pas ? – le cyclisme.

Tableau 1

Implantation des deux principales chaînes de fast-food en 2013 / 2014 par nombre d'établissements

Dépenses en restauration

	Population (millions) 2014	1 ^e chaîne	2 ^e chaîne	dépenses annuelles en restauration par tête en USD (2012)
Grèce	11,0	361 Vivartia GR : Goody's GR et Everest GR	200 Grigoris GR)	1158
Albanie	3,2	10 Kolonat AL		
Roumanie	20,0	67 McDonald's	54 Kentucky Fried Chicken	
Italie	60,8	514 McDonald's	100 Burger King	1584
Espagne	46,5	600 Burger King	485 McDonald's	2148
France	65,9	1285 McDonald's	379 Quick FR	964

(données provenant des sites internet des entreprises, d'études de marché et d'autres (res)sources en ligne)

N.B. Les données figurant dans la colonne relative aux dépenses en restauration (pas uniquement fast-food) proviennent d'un article du journal web *Huffington Post* basé – du moins en partie – sur des recherches de marché Mercator.

Tableau 2

2.1. Prévalence de l'obésité, en % (OECD, 2012, 63)

	adultes env. 2000 estimation IASO* H / F	2000 total	2010 total	2010 hommes	2010 femmes
Grèce	20,0 15		17,3	17,3	17,3
Chypre	26,6 23,7	12,3	15,6	16,7	14,5
Albanie	22,8 35,6 pop. urbaine			21,7 (OMS 2008)	20,8 (OMS 2008)
Roumanie	7,7 9,5		7,9	7,6	8,0
Espagne	13,4 15,5	12,6	16,0	17,3	14,7
Italie	9,3 8,7	8,6	10,3	11,1	9,6
France	11,8 13,0	5,8	12,9	12,4	13,4
Allemagne	22,5 23,3	11,5	14,7	15,7	13,8
Norvège		6,0	10,0	11,0	8,0
Royaume-Uni	23,1 24,3	21,9	26,1	26,2	26,1
Suisse	14,1 10,4 pop. urbaine	5,4	8,1	8,6	7,7

2.2 Indice de masse corporelle (IMC) et niveau de formation 2008 (Eurostat et OMS)

Pourcentage des personnes présentant A : un poids en dessous de la normale (IMC < 18) / B : un surpoids / C : une obésité (IMC > 30)

	Population totale			Niveau école primaire ou inférieur			Niveau baccalauréat			Niveau universitaire		
	AA	BB	CC	AA	BB	CC	AA	BB	CC	AA	BB	CC
Gr	1,8	38,7	17,6	0,9	43,5	23,0	2,6	33,8	15,5	3,9	7,9	1,4
Ch	2,9	35,7	15,6	1,4	40,1	22,2	3,3	34,0	12,8	4,3	32,5	10,8
Ro	1,9	42,4	7,9	1,5	41,9	7,8	2,0	42,8	8,2	2,9	41,8	6,1
Es	2	37,3	15,7	1,6	40,0	1,1	1,6	35,6	10,6	2,4	33,1	6,4
Fr	3,3	31,4	12,2	3,0	35,2	17,7	3,1	32,2	11,0	4,2	24,9	6,4
All	2,1	36,3	15,8	3,0	32,9	19,9	2,0	37,0	16,1	1,7	37,8	11,4

Tq	3,1	34,4	16,2	2,5	35,8	19,2	4,6	28,3	9,2	4,2	36,6	10,0
Gr : Grèce, Ch : Chypre, Ro : Roumanie, Es : Espagne, Fr : France, All : Allemagne, Tq : Turquie												

2.3 Surpoids et obésité hommes (env. 2008, par niveau de formation)

	Formation primaire ou inférieure	Formation secondaire	Formation tertiaire(université, etc.)
Grèce	68	61	64
Chypre	65	53	62
Roumanie	52	59	61
Espagne	66	59	58
Italie	62	52	48
France	57	51	42
Allemagne	54	62	60
(estimations inédites calculées à partir d'un graphique Eurostat)			

2.4 Surpoids et obésité femmes (env. 2008, par niveau de formation)

	Formation primaire ou inférieure	Formation secondaire	Formation tertiaire
Grèce	65	39	31
Chypre	59	36	25
Roumanie	48	42	35
Espagne	56	32	27
Italie	48	25	21
France	49	34	22
Allemagne	52	44	33

(estimations inédites calculées à partir d'un graphique Eurostat)

N. B. : L'obésité dépend davantage du niveau de formation (études) que des revenus. Les faiblement diplômés, quels que soient leurs revenus, ont l'IMC le plus élevé, tandis que la catégorie des haut diplômés à faible revenu affiche un IMC inférieur (Poulain, 2009, 90).

Tableau 3

3.1. Grèce : évolution de la surcharge pondérale et de l'obésité chez les enfants (Hassapidou, 2014, 13)

	2009-10 (en %)		2012-13 (en %)	
	suprapondéraux	dont obèses	suprapondéraux	dont obèses
garçons de 7 ans	38,1	13,6	37	14,9
filles de 7 ans	39,9	14,3	38,5	13,7
garçons de 9 ans	45,1	14,7	40,9	13,4
filles de 9 ans	42,3	14,6	39,6	11,1

3.2. Prévalence de la surcharge pondérale et de l'obésité chez les garçons de 7 et 9 ans en 2009/2010 (OMS, 2014, 27)

	garçons de 7 ans		garçons de 9 ans	
	suprapondéraux en %	dont obèses	suprapondéraux en %	dont obèses
Grèce	48,9	23,9	57,2	30,5
Espagne	44,6	21,0	48,9	22,3
Italie			43,8	21,9
Belgique	9,6	23,1	27,3	11,2
Norvège (garçons de 8 ans)			29,3	11,6

3.3. Évolution du pourcentage des adolescents suprapondéraux (y compris les obèses) à l'âge de 15 ans (OECD, 2012, 53)

--

	2001-2002	2005-2006	2009-2010
Grèce	16	18	21
Roumanie	-	6	14
Espagne	16	15	16
Italie	14	17	17
France	11	11	10
Allemagne	11	14	14
Norvège	12	12	14
Royaume-Uni	15	11	12
Suède	-	12	12
Suisse	8	11	11

Tableau 4

4.1. A : Espérance de vie à la naissance / B : espérance de maintien en bonne santé à la naissance / C : espérance de vie à 65 ans

	1960	1980	1990	2000	2010	2012
Grèce	A 68,9	75,3	77,1	78,2	80,6	80,7
	B			58,7	67,7	65,1
	C	16,2	16,9	17,5	19,7	19,6
Hommes	C	15,2	15,7	16,2	18,2	18,1
Femmes	C	17,0	18,0	18,7	20,9	21
Roumanie	A	69,2	69,9	71,2	73,8	74,5
	B				57,5	57,7
	C	13,4	14,3	14,8	16,0	6,2
H	C	12,5	13,2	13,4	14,5	14,5
F	C	14,2	15,2	15,9	17,3	17,7
Espagne	A 69,8	75,4	77,0	79,3	82,4	82,5
	B			69,0	63,8	65,8
	C	16,4	17,6	18,9	20,9	20,9
H	C	14,6	15,5	16,7	18,6	18,7
F	C	17,8	19,3	20,8	22,9	22,8
Italie	A 69,4		77,1	79,9	82,2	82,4
	B			72,0	62,6	61,5
	C		17,2	18,9	20,4	20,5
H	C		15,2	16,7	18,3	18,5
F	C		18,9	20,7	22,1	22,1

France	A	70	77,0	79,2	81,8	82,1	
	B				63,4	63,8	
	C		18,2	19,3		21,4	
	H	C	20,2	16,8	18,9	19,1	
F	C		15,7	21,4	23,4	23,4	
Allemagne	A	69,6	73,1	75,4	78,3	80,5	81
	B				64,0	58,7	57,9
	C	14,9	16,3	18,0	19,5	19,8	
	H	C	11,8	12	12,7	17,8	18,2
F	C	15,6	15,8	17,1	20,9	21,2	
Royaume-Uni	A	70,8			78,0	80,6	81
	B				55,1	65,6	64,5
	C				17,6	19,6	19,7
Source : Eurostat ; données pour 1960 (FERCHIOU, 1996, 423)							

BIBLIOGRAPHIE

Adevărul (journal), 2011, « Alimentația românilor de-a lungul timpului [...] », Bucarest, 18 février 2011, p. 3-5.

ALMODÓVAR Miguel Ángel, 2003, *El hambre en España*, Madrid: Oberon.

BRAUDEL Fernand, 1985, *la Méditerranée – l'Espace et l'Histoire*, Paris : Flammarion.

CHRISTODOULOU Kostis, 2014, « Pourquoi les firmes internationales de fast-foods n'ont-elles pas réussi en Grèce ? » [«Γιατί δεν πέτυχαν στην Ελλάδα;»], *News 247*, 16 novembre 2014.
<<http://news247.gr/eidiseis/weekend-edition/giati-den-petyxan-sthn-ellada.3144605.html>>, consulté le 11 janvier 2016.

DE VOGLI Roberto, KOUVONEN Anne & GIMENO David, 2014, “The influence of market deregulation on fast food consumption and body mass index: a cross-national time series analysis”, *Bulletin of the World Health Organization*.
<<http://www.who.int/bulletin/volumes/92/2/13-120287.pdf>>, consulté le 11 janvier 2016.

ELAFROS Yannis [Ελαφρός Γιάννης], 2014, «Εκτίναξη παχυσαρκίας κυρίως στις νεαρές ηλικίες» [« Explosion de l'obésité surtout chez les jeunes »], *η Καθημερινή [i Kathimerini]*, Athènes, 13 avril 2014.

FERCHIOU Sophie, 1996, « Importancia y tratamiento de los cereales en la alimentación tunecina », in MEDINA Xavier F. (dir.), *La alimentación mediterránea - Historia, cultura, nutrición*, Barcelone : Icaria, 1996, p. 409-428.

FISCHLER Claude, 1996, « El modelo alimentario mediterráneo : mito y/o realidad », in MEDINA Xavier F. (dir.), *La alimentación mediterránea - Historia, cultura, nutrición*, Barcelone : Icaria, p. 361-377

- HASSAPIDOU Maria, 2014, “Fighting Childhood Obesity – The Experience of Greece”, <www.moh.gov.gr>, consulté le 11 janvier 2016.
- IORDAN Valentina (dir.), 2013, *Ghidul gastronomic al României – Bucătăria tradițională*, Bucarest: House of Guides.
- LIVI-BACCI Massimo, 1991, *Population and Nutrition: An Essay on European Demographic History*, Cambridge: Cambridge University Press.
- MONTANARI Massimo, 2013, *L'identità italiana in cucina*, Bari : Laterza.
- ΝΑΨΤΕΜΠΟΡΙΚΗ [Ναυτεμπορική] (journal), 2014, «Θλιβερή πρωτιά της Ελλάδας στην παιδική παχυσαρκία» [« Triste primauté de la Grèce en matière d'obésité enfantine »], Athènes, 22 octobre 2014.
- Τα Νέα [Τα Νέα] (journal), 2010, «Η παχυσαρκία "θερίζει" στην Κρήτη» [« L'obésité “ravage” la Crète »], Athènes, 29 octobre.2010.
- NOTAKER Henry, 2002, « En contrepoint : l'identité nationale à travers les livres de cuisine du XIX^e siècle », in BRUEGEL Martine & LAURIOUX Bruno (dir.), *Histoire et identités alimentaires en Europe*, Paris : Hachette, p. 137-150.
- OECD, *Health at a Glance: Europe 2012*, OECD Publishing, 2012, <<http://dx.doi.org/10.1787/9789264183896-26-en>>, consulté le 11 janvier 2016.
- OMS, WHO European Childhood Obesity Surveillance Initiative, *Implementation of round 1 (2007 / 2008) and round 2 (2009 / 2010)*, 2014, <http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0004/258781/COSI-report-round-1-and-2_final-for-web.pdf>, consulté le 11 janvier 2016.
- POULAIN Jean-Pierre, 2009, *Sociologie de l'obésité*, Paris : Presses Universitaires de France.
- POWER Michael & SCHULKIN Jay, 2009, *The Evolution of Obesity*, Baltimore: John Hopkins University Press.
- TOMASSINI Cecilia & LAMURA Giovanni, 2009, “Population Ageing in Italy and Southern Europe”, in UHLENBERG Peter (dir.), *International Handbook of Population Aging*, Dordrecht: Springer, pp. 69-89.
- TSELEMENTÈS Nicolas [Τσελεμεντές Νικόλαος], 2005, *Οδηγός μαγειρικής* [Guide culinaire], Athènes : Maniatéas.
- ΥΙΟΤΙΣ Alexandre [Γιώτης Αλέξανδρος], 2000, *Ιστορία μαγειρικής και διατροφής* [Histoire de la cuisine et de l'alimentation], Athènes : Le Monde/Les Livres du Tourisme.

NOTES

1. C'est l'indice de masse corporelle (IMC) qui sert encore de standard à l'OMS pour distinguer les individus en surpoids (IMC > 25) et les obèses (IMC > 30) de la population de corpulence « normale ».
2. À noter toutefois que ce chef fameux promouvait avant tout, dans ses livres de cuisine manifestement destinés à un public bourgeois, la cuisine au beurre et les mets « classiques » d'origine ou d'inspiration française !
3. Pour une appréciation critique, sur ce double plan, du « contenu idéologique du “modèle méditerranéen” anglo-saxon », voir FISCHLER (1996, 365-369).

4. Sur la corrélation entre fast-food et obésité, voir DE VOGLI *et al.* (2014).
 5. Il est intéressant de constater que la pizza « internationalisée » confectionnée sur le mode fast-food ne déclenche pas les mêmes polémiques, en termes d'anti-impérialisme culinaire, que les hamburgers – malgré le fait que son « expansionnisme » géographique et son impact sur la suralimentation sont d'une ampleur quasi comparable (FISCHLER, 1996, 169-170).
 6. Goody's a ouvert ses portes en 1975 à Thessalonique, tandis que l'implantation de Grigoris remonte à 1971 – mais sa véritable expansion n'a démarré que dans les années 1990.
 7. Il est évident que le succès très limité des chaînes de fast-food étrangères était également dû à des obstacles d'ordre légal et administratif, typiques d'un marché partiellement fermé.
 8. Même en haut de l'échelle sociale on note une augmentation du nombre d'hommes grecs et roumains suprapondéraux, ce qui rappelle la période d'avant la transition nutritionnelle (POWER & SCHULKIN, 2009, 128-130). Les femmes grecques, elles, suivent le modèle des sociétés modernes avec une concentration du surpoids dans les classes modestes uniquement.
-

RÉSUMÉS

Paradoxalement, depuis un certain temps déjà, on assiste en Grèce et dans le Sud-Est européen à une augmentation parfois spectaculaire du nombre d'individus suprapondéraux. Selon certaines enquêtes, la Grèce serait le pays d'Europe le plus frappé par le surpoids et même l'obésité.

Suivant une approche comparative, notre étude s'interroge d'abord sur les représentations et la réalité historiques de l'alimentation en Grèce et en Roumanie. Elle examine ensuite quelques données relatives aux habitudes nutritionnelles actuelles en faisant ressortir des particularités du marché du fast-food en Grèce, mises en parallèle avec la plupart des pays environnants. Une évocation d'autres facteurs susceptibles d'expliquer ce paradoxe alimentaire et des tableaux statistiques en annexe complètent le propos.

The Cretan diet – as well as the so-called « Mediterranean diet » in general – has long been promoted as a nutritional model healthier than the culinary habits of the North. Therefore, it is all the more striking to witness, over the last few decades, a dramatic increase of overweight and obesity especially in Greece and the neighbouring regions. We shall first have a glance at the history of nutrition, its « national » perception and reality in Greece and Romania. Subsequently we shall focus on some peculiarities of the fast-food market in Greece compared to other countries. A brief discussion of other socio-cultural factors and some statistical tables will round off the study.

Η κρητική διαίτα χαίρει από καιρό ιδιαίτερης εκτίμησης στην Βόρεια Ευρώπη και Αμερική. Έχει προωθηθεί εκεί ως πρότυπο υγιεινής διατροφής ανώτερο των τοπικών διατροφικών παραδόσεων. Θεωρείται ότι παίζει σημαντικό ρόλο στην προφύλαξη καρδιαγγειακών νόσων, ότι μειώνει επίσης τα κρούσματα διαβήτη, και επιπλέον η διαίτα αυτή φαίνεται να συμβάλλει στην διατήρηση μιας

λεπτής σιλουέτας. Προκαλεί επομένως μεγάλη έκπληξη η διαπίστωση, εδώ και 2-3 δεκαετίες μιας αλματώδους αύξησης παχυσαρκίας – και μάλιστα στην περίπτωση παιδιών σχολικής ηλικίας – κυρίως στην Ελλάδα, αλλά και σε άλλες χώρες της νότιας και νοτιοανατολικής Ευρώπης. Ξεκινώντας από μια συγκριτική εστίαση στις περιοχές αυτές, θα ριξουμε πρώτα μια ματιά στην ιστορία της διατροφής, στις σχετικές εθνικές αντιλήψεις και πραγματικότητες. Εν συνεχεία θα αναρωτηθούμε για τις κοινωνικο-οικονομικές αλλαγές που προκάλεσαν την επιδημία υπέρβαρων στην Ελλάδα. Στο πλαίσιο αυτό θα επιστήσουμε την προσοχή στον ρόλο των αλυσίδων « ταχυφαγίας », χωρίς να παραβλέψουμε και άλλους παράγοντες κοινωνικού και πολιτισμικού τύπου.

INDEX

Index géographique : Grèce, Roumanie

Index chronologique : vingt-et-unième siècle

motsclestr Yiyecek, Fast-food, Aşırı yeme, Obezite, Küreselleşme, Yunanistan, Romanya, Yirmi yüzyıl, Kültürel tarih

motsclesel Τροφή, Υπερσιτισμός, «Ταχυφαγία»/fast-food, Παχυσαρκία, Παγκοσμιοποίηση, Ελλάδα, Εικοστός Πρώτος αιώνας, Ρουμανία Πολιτιστική ιστορία

motsclesmk ХРАНА, БРЗА ХРАНА/ФАСТ ФУД, ПРЕЈАДУВАЊЕ, ДЕБЕЛИНАТА, ГЛОБАЛИЗАЦИЈАТА, ГРЦИЈА, РОМАНИЈА, ДВАЕСЕТТИОТ ВЕК, КУЛТУРНАТА ИСТОРИЈА

Keywords : Food, Fast-food, Overnutrition, Obesity, Globalization, Greece, Romania, Twenty First Century, Cultural history

Mots-clés : alimentation, fast-food, suralimentation, obésité, mondialisation

Thèmes : Histoire culturelle

glossaire alimentation, fast-food, suralimentation, obésité, mondialisation

AUTEUR

EKKEHARD W. BORNRÄGER

Université de Genève

Université de Fribourg