



## L'humain, c'est un **viandard !**

Cette idée fautive est un exemple typique de l'influence de notre culture sur notre alimentation. Elle est marquée par l'histoire des hiérarchies sociales et du patriarcat (= le rôle dominant détenu par les hommes dans la société).

C'est avec le développement de l'agriculture (vers – 12000 avant Jésus Christ) et l'organisation patriarcale des sociétés humaines que la viande devient un aliment plutôt réservé aux classes dominantes et aux hommes, avec l'idée que ces derniers, accomplissant des tâches plus physiques, auraient besoin d'un apport nutritionnel plus important.

La consommation de viande se charge de symboles forts (force, virilité, puissance, aisance, progrès social) et fait l'objet de fortes distinctions et d'interdits culturels et religieux (la viande de porc).

Avec la fin de la précarité alimentaire et des disettes à partir du 19<sup>e</sup> siècle, la consommation de viande explose dans les sociétés occidentales, comme un témoignage d'aisance et de progrès social.

Aujourd'hui, elle tend à diminuer, notamment pour des questions écologiques : la consommation de viande (et particulièrement la viande rouge) a un coût environnemental plus important que celle des aliments végétaux.

# *La viande,* **mets de puissants**

---

Il y a 3 millions d'années en Afrique, la viande a constitué un avantage évolutif pour l'humain. Certaines études estiment qu'il s'est peu à peu distingué d'autres grands singes par un apport de protéines animales plus important, acquis grâce à des techniques de chasse en groupe. Cet apport aurait contribué à favoriser le développement de son cerveau, tout comme la cuisson et la fermentation des aliments, qui les a rendus plus faciles à mastiquer et à digérer.

La hiérarchie alimentaire positionnant la viande comme un aliment plutôt réservé aux classes dominantes et aux hommes se développe avec le patriarcat vers 12000 an avant J.C. et perdure dans le développement des économies capitalistes aux 19<sup>e</sup> et 20<sup>e</sup> siècles. La viande se démocratise, mais reste longtemps un mets « de fête », avant de devenir un aliment quotidien.

Consommer de la viande reste un marqueur de progrès social.

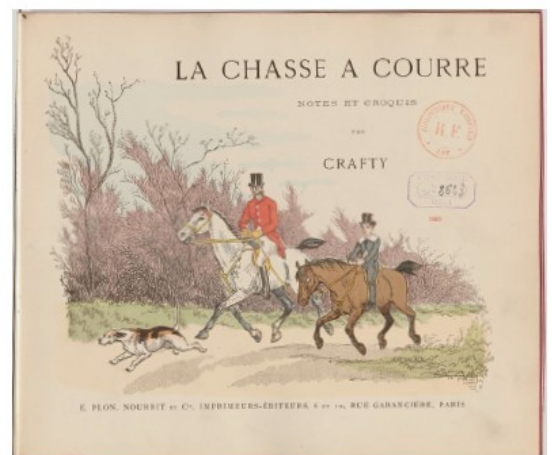


Grandes heures d'Anne de Bretagne, fin du 15<sup>e</sup> siècle  
© Bibliothèque nationale de France, Département des manuscrits, Latin 9474 fol, 5



Livre de chasse de Gaston Phébus, Bibliothèque nationale de France  
Département des Manuscrits, Français 616

Le livre de chasse de **Gaston Phébus** est dédié, à la fin du 14<sup>e</sup> siècle, à celui qu'il considère comme le plus grand et célèbre chasseur de son temps, le duc de Bourgogne Philippe le Hardi. Un exemplaire de l'ouvrage, richement illuminé, représente le duc chasseur en majesté, au milieu de ses veneurs. À sa table se trouvaient chaque jour des morceaux de gibier, mais aussi d'autres viandes, en grande quantité. Après la révolution Française, la chasse devient un loisir bourgeois, avant de se démocratiser au cours du 20<sup>e</sup> siècle.















La chasse à courre, Crafty, 1888, BNF, 4-S-1790

# *La viande,* **un aliment genre !**

---

En 2022, une étude nationale de consommation alimentaire de l'Anses indique que des aliments sont associés aux genres. Les femmes consomment davantage de fruits et légumes, yaourts et fromages blancs, compotes, soupes, volailles. Les hommes se tournent davantage vers les viandes rouges et charcuteries, fromages, pommes de terre, ainsi que davantage de boissons sucrées et alcoolisées. Leurs aliments sont moins favorables à la santé (sel, alcool, acides gras saturés).

Historiquement, les hommes ont des apports énergétiques plus élevés. Ce phénomène repose notamment sur la séparation des tâches au sein des groupes humains, avec l'idée que les hommes, accomplissant des tâches plus physiques, auraient besoin d'un apport nutritionnel plus important.

		 <b>Femme</b>	 <b>Homme</b>
	<b>LÉGUMES</b>	<b>94 %</b>	<b>93 %</b>
	<b>YAOURT</b>	<b>71 %</b>	<b>66 %</b>
	<b>VOLAILLE</b>	<b>52 %</b>	<b>46 %</b>
	<b>PÂTISSERIE</b>	<b>77 %</b>	<b>82 %</b>
	<b>CHARCUTERIE</b>	<b>52 %</b>	<b>71 %</b>
	<b>ALCOOL</b>	<b>46 %</b>	<b>67 %</b>
	<b>PAIN COMPLET</b>	<b>19 %</b>	<b>13 %</b>
	<b>FROMAGE</b>	<b>77 %</b>	<b>84 %</b>
	<b>POISSON</b>	<b>41 %</b>	<b>45 %</b>
	<b>POMME DE TERRE</b>	<b>54 %</b>	<b>62 %</b>

Chiffres Anses (INCA 3), 2017

# *La viande,* **un aliment éthique**

---

En 2022, l'écologiste **Sandrine Rousseau** lance la polémique en affirmant que la viande rouge et le barbecue restent un symbole de virilité. Dans la foulée, ses opposants proposent des barbecues pour réunir leurs sympathisants.

Ainsi cette conception très ancienne, à la fois hiérarchique et genrée des aliments se retrouve aujourd'hui dans les régimes « éthiques », une façon d'affirmer et de partager des valeurs à travers son alimentation. Faire la grève de la faim, refuser de consommer des produits issus d'animaux (de manière plus ou moins stricte), prôner le contraire, ou encore consommer local et de saison, sont des actes culturels. Ils questionnent notre place dans la société autant que notre rapport aux vivants.



Marc Merlin, CC BY-SA 4.0  
 © via Wikimedia Commons



Texas State Archives from Austin, Texas, USA,  
 No restrictions, via Wikimedia Commons



Pablo Maravilla, CC BY 2.0  
 © via Wikimedia Commons

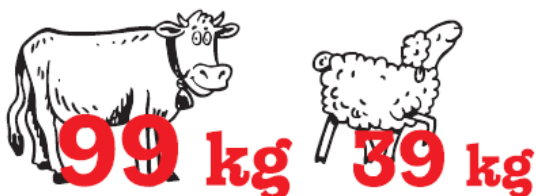
# La viande a des coûts écologiques importants

IMPACT	VIANDE (bœuf)	LÉGUMINEUSES
GES	●●●●●	●
TERRES EAU	●●●●● ●●●●	●●●
POLLUTION	●●●	●●●
STOCKAGE CARBONE	✗	✓

## Émissions de Gaz à effet de serre (GES)

(en kg CO<sup>2</sup>- éq/kg)

Le bœuf émet environ **50 à 100 fois plus de GES** que les légumineuses, à masse égale.



## Consommation d'eau douce



La viande bovine consomme **5 à 15 fois plus d'eau** que les légumineuses, à masse équivalente.

## Utilisation des terres agricoles



Les produits animaux fournissent **37 % des protéines** mais mobilisent **83 % des terres agricoles mondiales.**

## Pollution des sols et de l'eau



L'élevage est une **source majeure de nitrates et de phosphates** (lisiers, engrais pour cultures fourragères).

La culture des légumineuses fixent l'azote atmosphérique, réduisent le recours aux engrais de synthèse, améliorent la qualité des sols.

*Chiffres Poore & Nemecek (Science, 2018)*