



Porter un regard éthique sur la nutrition

Jean-Louis Schlienger

► To cite this version:

Jean-Louis Schlienger. Porter un regard éthique sur la nutrition. Médecine des Maladies Métaboliques, 2020, 14, pp.768 - 772. <10.1016/j.mmm.2020.07.003>. <hal-03493858>

HAL Id: hal-03493858

<https://hal.science/hal-03493858v1>

Submitted on 15 Dec 2022

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



Distributed under a Creative Commons CC BY-NC 4.0 - Attribution - Non-commercial use - International License

Rubrique
Réflexions sociétales

Porter un regard éthique sur la nutrition

Take an ethical look on nutrition

Jean-Louis Schlienger^{1, 2}

¹ Université de Strasbourg, Faculté de médecine, Strasbourg, France.

² Ancien président de l'Institut Européen d'Ethique Alimentaire (IEEA), Strasbourg, France.

Correspondance

Jean-Louis Schlienger

8, rue Véronèse

67200 Strasbourg - France

jean-louis.schlienger@wanadoo.fr

Introduction

La nutrition et tout ce qui la sous-tend – la culture, l'élevage, la transformation des produits, la distribution, les choix et les comportements alimentaires – a, jusqu'à il y a peu, fait l'économie d'une réflexion éthique. La profusion de l'offre alimentaire des « Trente Glorieuses » et le développement de la grande distribution ont incité à consommer davantage, et même sans limites ... Au fil du temps, plusieurs convives se sont invités à la table du mangeur contemporain en apportant chacun une exigence particulière qui a complexifié l'acte alimentaire et gâché - parfois - le plaisir que l'on peut en retirer : sécurité sanitaire, labels de qualité, traçabilité, pratiques culinaires et modèles alimentaires particuliers, croyances, interdits, etc. Autant d'exigences traduisant les préoccupations de l'air du temps et des valeurs individuelles nouvelles. L'éthique, qui pourrait apporter la conciliation et la paix dans les assiettes, est un hôte insuffisamment convié.

L'éthique, qui n'est pas la morale, intervient quand les normes s'arrêtent. Elle ne dit ni le bien ni le mal, elle ne juge pas. L'éthique guide les actions et les comportements qui permettent de faire le moins mal possible. La morale produit des lois, et l'éthique des comportements. L'éthique peut précéder la loi ou l'inspirer au point qu'on peut être éthique sans respecter la loi ou respecter la loi et ne pas être éthique. L'éthique engage une relation solidaire à l'autre, un pacte entre les hommes et leur environnement dont la clé de voûte est le respect, qui commence par celui du droit d'autrui. Paul Ricœur définit la « visée éthique » comme une « vie bonne, avec et pour autrui, dans des institutions justes » [1]. L'éthique propose des comportements en capacité de respecter l'égalité de tous en tenant compte de l'environnement et des conséquences futures des prises de décisions actuelles.

L'homme a besoin d'éthique parce qu'il a la volonté et le pouvoir de choisir en vertu du libre arbitre qui le distingue de la condition animale. Il a un droit universel à la nourriture que toute société humaine a pour devoir d'assurer par des actions permettant d'assouvir la faim biologique – condition de la vie et de la santé. Aujourd'hui, se nourrir pour survivre ne suffit plus, car l'humanité est en attente d'un bien-être que les États ont pour mission d'accroître. Les normes formulées à l'envi par des agences de tout poil pour sécuriser et rassurer sont un mal nécessaire, mais sont loin de cerner la totalité des enjeux alimentaires d'un point de vue humain.

1. Les piliers de l'éthique alimentaire

L'alimentation dans tous ses attendus et conséquences est un parfait terrain d'application des principes éthiques. Il n'est que de rappeler ses piliers principaux que sont les principes d'autonomie (liberté des individus), de justice (équité, partage, dignité) et de bienfaisance, auxquels s'ajoute le principe d'humanité (respect de l'autre).

1.1. Favoriser l'autonomie

L'autonomie est l'un des maîtres mots de la pensée éthique moderne. Elle regroupe les capacités et les aptitudes à faire « seul ». Elle ne se limite pas à la possibilité de se mouvoir ou de pourvoir seul à ses besoins et dépasse bien entendu le sens commun qui la cantonne au domaine du handicap. L'autonomie d'un individu lui ouvre les portes de la liberté citoyenne et de la démocratie appliquée. Résultat de l'éducation et de l'information dues par la société à chaque personne, elle est à la base de l'indépendance du jugement et des choix dans l'intérêt du sujet et de la société dans laquelle il se reconnaît. L'autonomie confère à l'individu la faculté d'être l'arbitre de ses choix en se positionnant par rapport à son propre intérêt sans exclure l'altruisme, qui est une forme d'amour et de respect de soi. Les conditions sont réunies - en théorie - dans les sociétés développées pour que l'autonomie puisse

s'exprimer sans revêtir les habits d'un individualisme et d'un libéralisme qui la placeraient au-dessus des lois et des normes. L'autonomie s'adresse au respect du sujet moral quand les lois et les normes s'adressent à la protection des personnes. L'autonomie a plusieurs significations en matière alimentaire. Il peut s'agir de l'autosuffisance alimentaire d'une communauté, objectif louable qui dépend de la politique agricole et de la politique de redistribution des richesses et des aides. L'autonomie qui intéresse l'éthique est plutôt celle du sujet, qui doit avoir la capacité de décider de son alimentation en fonction de critères qui lui sont propres sans nuire au groupe. Il en a le droit, mais ne détient pas intuitivement toutes les clés pour y parvenir de façon éclairée. L'autonomisation repose en effet sur une information loyale, volontiers nommée transparence, dont tout consommateur devrait disposer par respect des personnes - pas seulement pour satisfaire des obligations légales - afin qu'il puisse faire le choix le moins mauvais pour lui-même, pour la société, et pour la planète.

L'autonomie ne concerne pas que le consommateur. Les agriculteurs sont tout autant partie prenante. Leur autonomie passe par la reconnaissance de leur rôle fondamental et une rémunération au juste prix. Le maintien des conditions de production locale et la création d'une voie de commercialisation en circuit court permettent une autonomie alimentaire locale et leur confèrent un statut digne et respectable. Charge à eux de respecter l'environnement et les consommateurs en s'engageant dans une agriculture durable limitant au maximum les intrants et les transports. Les Associations pour le maintien d'une agriculture paysanne (AMAP) se rapprochent de cet idéal en conciliant l'autonomie des agriculteurs et des consommateurs en proposant des produits frais en accord avec la saison, le lieu, et l'identité des consommateurs selon le principe du gagnant-gagnant. L'AMAP qui établit des liens de confiance et partage des intérêts communs n'est encore qu'une toute petite bulle dans l'océan de la production agricole, mais montre le chemin. Ce qui est possible à l'échelle individuelle peut s'imaginer à une échelle plus vaste, entre les agriculteurs et les industriels et/ou les distributeurs, à condition que la reconnaissance du travail soit effective, que la qualité soit au rendez-vous, et que le prix ne soit pas le critère premier du choix et des négociations. Pour l'heure, force est de reconnaître que les produits alimentaires éthiques – biologiques, équitables – sont encore des marchés de niche qui s'adressent à des consommateurs aisés, ayant un niveau d'instruction élevé et des préoccupations et des comportements spontanément proches de l'éthique.

1.2. La transparence

La transparence raconte l'histoire des aliments consommés et informe sur l'ensemble des pratiques, même mauvaises, en toute franchise, quitte à faire tomber les remparts érigés autour des sanctuaires alimentaires modernes : exploitations agricoles industrielles, usines de transformation, et temples de la distribution. Idéalement, « l'autonome responsable » devrait disposer d'informations portant sur des sujets aussi disparates que le bien-être animal dans les fermes et les abattoirs, sur le respect du droit du travail (travail des enfants, respect du droit syndical, discrimination ethnique, type de management, etc.), sur le respect de l'environnement et sur la sécurité sanitaire. « L'autonome contemporain » mange davantage avec sa tête qu'avec ses dents et ses papilles. Il réclame, outre une garantie de qualité intrinsèque des produits, les preuves de leur équité et de leur durabilité. Un étiquetage loyal, traçant l'origine des produits, la teneur en polluants et la composition nutritionnelle, est un préalable. Masquer la vérité dans la limite de ce qui est autorisé par la réglementation n'est pas mentir... mais n'est pas éthique.

1.3. Le devoir de justice

La justice fait référence au partage, à l'équité et à la dignité. La reconnaissance du travail de chacun suppose un prix juste permettant à tous les acteurs de la chaîne alimentaire de tirer un profit suffisant pour mener une vie de qualité sans s'exposer à un risque pour la santé. Est-il acceptable qu'en toute légalité les denrées vivrières fassent l'objet de spéculations boursières qui ne prennent en compte que l'offre et la demande sans se soucier de la juste rémunération du travail et de la qualité de vie des producteurs ? Fille implacable de la mondialisation, la course au profit fait son lit dans les pays où le coût du travail est le plus bas, où les paysans devenus ouvriers agricoles n'ont d'autre espoir que de survivre en recevant les miettes de ce qu'ils produisent au prétexte de nourrir la planète et d'éradiquer la faim dans le monde tout en détruisant la première des richesses qu'est l'autarcie.

L'objectif du prix juste ne peut être atteint sans mettre en place de nouvelles règles de partage des profits accaparés par les filières de distribution au détriment des producteurs. Outre le coût de la production et de la mise à disposition des denrées, il inclut des coûts invisibles ou immatériels comme, par exemple, la gestion de la pollution inhérente à toute activité. La réduction du coût écologique suppose de modifier les pratiques, de repenser les critères de productivité, de se soucier de la dégradation des sols, de la biodiversité et de l'émission de gaz à effet de serre. Le principe de justice impose de répercuter équitablement les coûts de la gestion écologique entre tous les pollueurs en associant les multinationales de l'agroalimentaire à la préservation des écosystèmes, en faisant la promotion de l'agroécologie au cœur des filières industrielles, et en demandant à ceux qui émettent le plus d'émission de gaz à effet de serre de financer des programmes de revitalisation écologique.

La justice, c'est aussi lutter contre la dépossession des droits fonciers des populations autochtones, dépossession qui bénéficie souvent de la complicité des pouvoirs locaux.

Le devoir de justice se pose aussi face au droit à l'emploi. La mécanisation de l'agriculture supprime des emplois et favorise l'exode vers des usines hyper-productives qui détruisent l'emploi par l'automatisation et la robotisation cependant que se développent les activités de service. La nostalgie d'une agriculture de plein emploi est inadaptée aux exigences et aux besoins actuels, bien que la promotion de la bio-agriculture apporte des réponses intéressantes à quelques-unes des grandes questions éthiques...

1.4. La bienveillance

La bienveillance ou bienfaisance est l'oméga de l'éthique et est sa dimension la plus facile à cerner. Elle a pour but premier de garantir une alimentation suffisante ne comportant pas de risque pour la santé lorsqu'elle est consommée de façon normale et raisonnable, tout en respectant la dimension hédonique de l'alimentation. Manger avec plaisir et pour son plaisir n'excuse pas l'indifférence au sort des animaux qui nous nourrissent. Pas plus que la routine professionnelle ne dispense les éleveurs et les ouvriers des abattoirs d'éviter les souffrances inutiles. La bienveillance, proche de la compassion, c'est aussi être sensible à la souffrance infligée volontairement et inutilement aux animaux. La réflexion éthique peut inciter les consommateurs à se tourner vers des produits dont la traçabilité et les labels incitent à penser que les animaux ont été traités de façon digne. C'est là pointer du doigt le pouvoir immense des consommateurs d'infléchir les pratiques de production par leurs choix. Pour autant, il n'y a pas lieu de pratiquer le boycott des produits animaux en adoptant un

régime végétarien ou – pire – végétalien, pour avoir un comportement éthique. Ce serait oublier que l'homme est omnivore depuis la nuit des temps.

2. Éthique et politique de santé publique en nutrition

L'action en santé publique ne se résume pas aux injonctions et à la mise en place de recommandations. Elle est une forme de contrat passé avec la société dans son ensemble et tire sa légitimité des politiques et des réglementations gouvernementales. Les programmes de santé publique sont justifiés par les avantages qu'ils sont censés procurer à l'ensemble de la population plutôt qu'à un individu donné, sans recueil de consentement éclairé comme le préconise l'éthique clinique. Parce que l'individu inclus dans la population n'est pas libre d'accepter ou de refuser sciemment, il importe que les interventions de santé publique respectent une norme de bienfait strictement objective.

En matière d'alimentation, les enjeux sont immenses et pleinement d'essence éthique. Préconiser une alimentation saine et durable, c'est instituer un système alimentaire démocratique où peut s'exprimer une citoyenneté active basée sur l'autonomie afin de rétablir une justice sociale, en créant les conditions d'un droit à l'alimentation qui ne se réduit pas à un droit à être nourri. Toute action restreignant les choix alimentaires par des interdictions ou la mise en place de taxes risque d'aggraver les inégalités. Toute incitation alimentaire (promotion, restriction) risque de porter atteinte à l'autonomie individuelle. La prise en compte des déterminants sociaux et des facteurs culturels doit aboutir à un équilibre entre les responsabilités individuelles et collectives. La transparence, l'information et l'éducation, ont une place cruciale dans ce cadre [2].

En l'absence de preuves et de données suffisantes, il peut être difficile de justifier la nécessité d'une intervention et de faire la part de ses avantages et de ses inconvénients, comme, par exemple, la fortification des aliments (iode, fluor) ou la supplémentation en fer au cours de la grossesse.

Enfin, l'aide alimentaire proposée aux plus démunis n'est pas nécessairement éthique, puisqu'en évitant la dénutrition, elle n'empêche pas toujours la malnutrition.

En pratique, toute intervention de santé publique devrait être précédée d'une confrontation avec les principes éthiques de base et d'un examen minutieux et collégial des avantages et des inconvénients, en ne perdant pas de vue que les problèmes éthiques ne peuvent pas être résolus sans la prise en compte de la complexité de chaque contexte [3,4].

3. Éthique et intervention nutritionnelle : l'exemple de l'obésité

La pression normative exercée sur les individus obèses en cette époque de valorisation de la minceur est relayée par des considérations de santé publique avec des injonctions comportementales fortes, comme « manger mieux et bouger plus ». Certes, l'offre alimentaire joue un rôle considérable, mais ne suffit pas à expliquer que le surpoids perdure et résiste aux traitements conventionnels, pas plus qu'elle n'explique l'inégalité des sujets en surpoids face aux complications. L'obésité est en partie le miroir d'une société de la consommation, de l'excès et la sédentarité, comme le suggère l'explosion de la prévalence de l'obésité dans les sociétés en pleine transition alimentaire.

La stigmatisation des individus n'est pas éthique, pas plus que la pression des industries agro-alimentaires, l'incitation publicitaire, ou la taxation des produits trop sucrés qui ne fait qu'accentuer les inégalités. Le problème est complexe parce qu'il est sociétal, politique, individuel, et médical. Le repère de l'indice de masse

corporelle (IMC) peut d'ailleurs être considéré comme une forme de discrimination puisqu'il a été mis en place par les compagnies d'assurance américaine afin d'ajuster le montant de la prime d'assurance-vie à un risque. Que dire de la culpabilisation implicite des obèses considérés communément comme responsables de leur état, des images négatives diffusées par les médias, des publicités prônant des régimes insensés et des discriminations qui les accompagnent tout au long de leur vie sociale, d'autant plus insupportables que cette maladie chronique affecte prioritairement les classes sociales défavorisées. Avoir un regard éthique sur l'obésité selon les grands principes que sont l'autonomie, la justice et la bienveillance, modifierait assurément sa perception par la société et sa prise en charge par les professionnels de santé. Par ailleurs, la prescription diététique est un exemple caractérisé d'intrusion dans l'intime et de prise de pouvoir dont la pertinence et les modalités respectent rarement les principes éthiques.

Les incitations publiques visant à contrôler l'épidémie d'obésité partent d'un bon sentiment, mais ne sont pas neutres d'un point de vue éthique. Les recommandations aboutissant à une réduction du choix alimentaire, même lorsqu'elles ne sont pas coercitives, vont à l'encontre de l'autonomisation. Informer sans contraindre en adressant des messages justes et bienveillants, c'est un peu la quadrature du cercle projetant dans un insoluble débat opposant la liberté individuelle et la responsabilité collective. La controverse suscitée par la mise en place laborieuse des codes couleurs nutritionnels en est un bel exemple [5,6].

4. Le dilemme de l'alimentation en fin de vie

Le sujet de l'alimentation en fin de vie est d'une grande complexité en raison de l'intrication d'enjeux souvent opposés : rationalité médicale, éléments symboliques et sociaux, positionnements culturels et religieux, référentiels juridiques, recommandations des sociétés savantes. La décision d'entreprendre ou d'interrompre une alimentation et une hydratation artificielle est difficile et fait intervenir les notions de pouvoir et de devoir. Les soignants ne sont pas responsables de l'état de santé, mais de la survie quantitative et qualitative, ce qui suppose une distinction entre soin et traitement. En l'occurrence, en se référant à la loi française, nutrition et hydratation artificielles sont des traitements et non des soins de confort ou des soins de base [7]. Un patient capable de prendre des décisions pour lui-même peut accepter ou refuser ce traitement. En cas d'impossibilité, c'est le médecin qui devient le défenseur des droits et des intérêts du patient dans le respect d'une procédure collégiale selon le législateur. L'éthique est un élément majeur du processus de prise de décision lors de la concertation collégiale. Elle permet de dépasser le cadre de la loi - et même de la morale - en accordant une place aux émotions, aux valeurs, aux représentations sociales et religieuses, aux référentiels, pour aboutir à la meilleure décision - qui n'est pas nécessairement la bonne décision - pour une personne dans la situation qui est la sienne à un moment donné, quitte à sous-estimer les contraintes techniques. La décision de nourrir en fin de vie est un exercice délicat qui ne peut se satisfaire du carcan législatif, pas plus que de l'intime conviction du soignant, et qui ne peut faire l'économie d'une concertation en quête de la meilleure décision due au malade. Encore faut-il être formé à l'identification des dilemmes et à la critique des pratiques [8].

Conclusion

La réflexion éthique sur l'alimentation conduit à reprendre la main sur son alimentation et à reconnaître que la vocation de celle-ci n'est pas que physiologique.

L'autonomisation, la transparence, la justice et la bienfaisance, sont en filigrane de l'acte de se nourrir qui est constitutif de notre identité individuelle. Ils aident à construire un modèle alimentaire « démocratique » et juste.

L'éthique alimentaire n'est pas une nouvelle lubie des temps présents marqués par l'abondance pour les uns et par l'indigence pour les autres. Elle a toute sa place dans un système alimentaire qui est, par destination, au service des hommes et de l'humanité. Dans nos sociétés de profusion (où disponibilité n'est pas synonyme d'accessibilité), les principes éthiques ne peuvent être écartés au motif que la survie prime sur toute autre considération tant que les besoins vitaux ne sont pas satisfaits. Chacun à son niveau, avec un sens de la responsabilisation qui fait la grandeur de la condition humaine, doit participer au juste équilibre entre, d'une part, l'efficacité de la production et de la distribution et, d'autre part, la protection de l'environnement et de la dignité en privilégiant les choix et les attitudes ayant le moins de conséquences néfastes pour autrui. Plus que jamais, il faut de la science, et surtout de la conscience. Sans perdre de vue les fondamentaux de l'alimentation dont la vocation est de nourrir et de réjouir, mais sans occulter les ombres et les menaces qui planent sur la terre (dans tous les sens du terme), sans plonger dans les affres d'une anxiété alimentaire irraisonnée, sans faire de l'alimentation un moyen de quête de soi. Le mangeur d'aujourd'hui est un mangeur autonome et responsable, pleinement acteur de son temps dont le pouvoir de consommateur (« consomm'acteur ») est immense. De son comportement, de ses choix, dépendront sa qualité de vie personnelle et, pour une bonne part, l'avenir d'une planète nourricière de plus en plus sollicitée.

La réflexion éthique a également toute sa place dans les actions de santé publique et dans la prise en charge de maladies nutritionnelles comme l'obésité. Enfin, elle éclaire la décision d'intervention dans les situations critiques, comme l'alimentation et l'hydratation en fin de vie.

Déclaration de liens d'intérêts

L'auteur déclare ne pas avoir de liens d'intérêts.

Références

1. Ricoeur P. Soi-même comme un autre. Collection L'Ordre Philosophique, Paris: Seuil; 1990. Réédition : Collection « Points Essais », Paris: Seuil; 2015.
2. Rucker RB, Rucker MR. Nutrition: ethical issues and challenges. *Nutr Res* 2016; 36:1183-92.
3. Hurlimann T, Peña-Rosas JP, Saxena A, et al. Ethical issues in the development and implementation of nutrition-related public health policies and interventions: A scoping review. *PLoS One* 2017; 12:e0186897 [Erratum in: *PLoS One* 2018 Feb 5. doi.org/10.1371/journal.pone.0192356].
4. Upshur RE. Principles for the justification of public health intervention. *Can J Public Health* 2002; 93:101-3.
5. Ten Have M. Ethical aspects of obesity prevention. *Best Pract Res Clin Gastroenterol* 2014; 28:303-14.
6. Dargent J. Questionnement éthique sur l'obésité et l'alimentation. *Revue française d'éthique appliquée (RFEA)* 2017; 2(4):37-48.
7. van de Vathorst S. Artificial nutrition at the end of life: ethical issues. *Best Pract Res Clin Gastroenterol* 2014; 28:247-53.
8. Pérotin V. Aspects éthiques de la nutrition en fin de vie. *Médecine Palliative* 2015; 14:261-9.