



"Ça ne mange pas de pain !"
l'actualité de l'alimentation en questions

Voix lactées : des débats et du lait

L'Intégrale de l'émission radiophonique
de la Mission Agrobiosciences

octobre 2009

Edité par la Mission Agrobiosciences
www.agrobiosciences.org

La Mission Agrobiosciences est un centre de débats publics. Elle est financée par la Région Midi-Pyrénées et le Ministère de l'Alimentation, de l'agriculture et de la pêche dans le cadre d'un contrat quadriennal Enfa-DGER-Région. Retrouvez les programmes et les Intégrales de "Ça ne mange pas de pain !" et bien d'autres publications sur le magazine Web de la Mission Agrobiosciences : www.agrobiosciences.org.

Mission Agrobiosciences
Enfa BP 72 638
31 326 Castanet Tolosan
Tel : 05 62 88 14 50
www.agrobiosciences.org





Ça ne mange pas de pain !

L'actualité de l'alimentation en questions

Sécurité des aliments, santé publique, relation à l'environnement, éducation au goût, obésité galopante, industrialisation des filières, normalisation des comportements, mondialisation, crises, alertes, inquiétudes... L'alimentation s'inscrit désormais au cœur des préoccupations des citoyens et des décideurs politiques. Enjeu majeur de société, elle suscite parfois polémiques et prises de position radicales, et une foule d'interrogations qui ne trouvent pas toujours de réponses dans le maelström des arguments avancés.

Afin de remettre en perspective l'actualité du mois écoulé, de ré-éclairer les enjeux que sous-tendent ces nouvelles relations alimentation-société, de redonner du sens aux annonces et informations parfois contradictoires et de proposer de nouvelles analyses à la réflexion, la Mission Agrobiosciences organise, depuis novembre 2006, une émission radiophonique mensuelle - "Ça ne mange pas de pain !". Conçue dans un format dynamique, alternant chroniques, tables rondes, revues de presse et littéraire, cette émission explore, chaque mois, différents aspects et facettes d'une même question – *l'alimentation de 2050, le bio, les cantines scolaires* – en présence d'invités : des scientifiques (économistes, agronomes, toxicologues, psychologues...), mais aussi des cuisiniers, des artistes...

Enregistrée dans le studio de Radio Mon País, "Ça ne mange pas de pain !" (anciennement dénommée le Plateau du J'Go) est diffusée sur les ondes de cette radio toulousaine (90.1) les 3^{ème} mardi de 19h00 à 20h00 et mercredi, de 13h à 14h, de chaque mois. Elle peut être écoutée, à ces mêmes dates et heures, sur le site Web de Radio Mon País : <http://www.radiomonpais.fr/>

A l'issue de chaque émission, la Mission Agrobiosciences publie, sur son magazine Web, l'Intégrale des chroniques et interviews. Un document d'une dizaine de pages téléchargeable gratuitement en suivant ce [lien](http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=2084) :

Contact
Sylvie Berthier : 05 62 88 14 50
sylvie.berthier@agrobiosciences.com

Voix lactées : des débats et du lait

C'est un sujet bouillant que la Mission Agrobiosciences a choisi d'explorer en ce mois d'octobre 2009, un sujet qui aura fait couler beaucoup d'encre ces derniers temps : le lait. Alors que la grève du lait est sur tous les écrans et sur toutes les Unes des quotidiens nationaux, cette Intégrale se propose d'éclairer, parallèlement, les images et imaginaires associés à cet aliment : de son caractère symbolique qui oscille entre pureté et souillure à son impact sur la santé. Ainsi, on peut lire ça et là que la consommation de lait n'aurait pas que des vertus à tel point que plusieurs personnes ont décidé de le supprimer purement et simplement de leur répertoire alimentaire. Qu'en est-il réellement ? Dans notre imaginaire, le lait renvoie également aux nourritures d'enfance : comment les représentations du lait et des produits laitiers évoluent-elles en fonction des différents âges de la vie ?

Réponses au fil de cette Intégrale avec Jean-Pierre Corbeau, sociologue, Denis Corpet, directeur de l'équipe Aliment et Cancer, et Laure Ciosi, sociologue.

Le Menu de l'émission de novembre 2009

Mise en bouche.....p 4

Qui veut la peau du lait ?

Revue de presse par Lucie Gillot, Mission Agrobiosciences

Quizz : vachement difficile

Chronique Grain de sel.....p 6

Entre pureté et souillure, les dualités du lait

Par Valérie Péan, Mission Agrobiosciences, et Jean-Pierre Corbeau, sociologue, Université de Tours

Les pieds dans le plat.....p 7

A boire et à manger : Nutrition, santé et produits laitiers

Par Sylvie Berthier, Mission Agrobiosciences,
et Denis Corpet, directeur de l'équipe Aliments et Cancers (Inra-Envt)

Propos de table.....p 10

Discussion avec les chroniqueurs

Chronique Sur le Pouce.....p 11

Des laitages, des âges et des images

Par Lucie Gillot, Mission Agrobiosciences, et Laure Ciosi, association Transverscité

À emporter.....p 12

- Comment se débarrasser d'un brunost ?

Chronique le "Ventre du monde", par Bertil Sylvander, économiste et sociologue

- Amour vache et autres fariboles

Revue littéraire de Jacques Rochefort, Mission Agrobiosciences

Qui veut la peau du lait ?

Revue de presse par Lucie Gillot, Mission Agrobiosciences

L. Gillot. Voilà une info qui n'a échappé à personne : les producteurs laitiers sont au bord du gouffre financier, étranglés par une baisse des prix : désormais, nous disent-ils, la vente du lait ne couvre plus les coûts de production, ils travaillent à perte et accumulent les dettes. Le 10 septembre dernier, n'y tenant plus, ils ouvrent les vannes de la colère et se mettent en grève. Retour sur quelques faits marquants de la grève du lait, un mouvement lancé par l'Association des producteurs laitiers indépendants, l'APLI.

Premier événement dont la presse s'est fortement fait l'écho, outre le « jeûne de solidarité » de José Bové, l'inauguration chahutée, le 15 septembre, du SPACE, le Salon international de l'élevage de Rennes. En guise de comité d'accueil, le président de la FNSEA, Jean-Michel Lemétayer, et le ministre de l'agriculture Bruno Le Maire ont trouvé une centaine de grévistes très remontés dont la colère, précise Ouest France, « a été difficilement contenue par les gendarmes du peloton d'intervention ».

Mais le point d'orgue de cette grève, ce sont surtout ces *journées blanches*, c'est-à-dire ces épandages massifs dans les champs de milliers de litres de lait. Ce type d'action, mené conjointement aux distributions gratuites de lait et aux blocages des laiteries, a fortement marqué les esprits et fait les gros titres des journaux, comme si ces derniers tenaient les comptes des quantités de lait ainsi déversées dans la nature : *1 million de litres jetés dans le Nord*, indique Le Figaro, *l'Apli épand 200 000 litres à Galgan*, titre le Midi Libre tandis que le Progrès révèle qu'à Montracol, *les producteurs déversent 130 000 litres de lait*, et je ne vous cite là que quelques uns des articles publiés le 18 septembre. L'AFP, de son côté, se fait l'écho de l'évolution du mouvement au sein de l'Union Européenne. L'agence indique, dans une dépêche du 21 septembre, que « *la grève du lait essaime peu à peu* », et gagne, après la France et l'Allemagne, l'Italie, la Belgique et même la Suisse.

Pour calmer les esprits, Bruno Le Maire annonce le 21 septembre, des aides gouvernementales : « *250 millions d'euros de prêts à taux préférentiels et à remboursement différé* » et demande la tenue d'un conseil extraordinaire des

ministres européens de l'agriculture. Des mesures qualifiées « *d'avancées* » par les grévistes mais qui restent, à leur sens, insuffisantes rapporte la Tribune. Pour faire bouger les 27, les producteurs maintiennent la pression et poursuivent leurs actions à l'image de l'immense distribution de lait place de la République à Paris, organisée le 22 septembre par le Secours Populaire et la Confédération paysanne. « *On se croirait revenu au temps de la Deuxième Guerre mondiale quand les gens faisaient la queue pour se ravitailler* », explique à l'AFP un retraité qui attend son tour pour remplir son bidon. En définitive, il faudra attendre l'annonce de la tenue du conseil extraordinaire des ministres pour que les grévistes décident de suspendre leur mouvement, conseil qui doit justement avoir lieu ce lundi 5 octobre, date à laquelle nous enregistrons cette émission. Ne possédant pas le don de voyance, j'arrêterai donc ma revue de presse à cet endroit, en livrant une dernière info : l'Ifop a réalisé les 24 et 25 septembre dernier un sondage auprès des français pour connaître leur sentiment sur cette grève du lait. Savez-vous quel est le pourcentage de personnes qui trouve cette grève justifiée ?

Il est de 92%. 92% des 967 personnes interrogées trouve cette grève justifiée.

A propos de la grève du lait, on peut lire :

« *Pour cent briques, t'as plus rien* », revue de presse de la Mission Agrobiosciences, 14 septembre 2009.
http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=2702

« *30% d'éleveurs mobilisés, cela peut faire du barouf* ». Entretien avec Pascal Massol, Président de l'APLI, 14 septembre 2009
http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=2703

« *Radiographie du secteur laitier : entre baisse des prix et suppression programmée des quotas, une analyse économique de la grève du lait* ». Entretien avec Vincent Chatellier, économiste, Inra.
http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=2706

« *Entre désespoir et recomposition du paysage syndical, une lecture sociologique de la grève du lait* ». Entretien avec Jacques Rémy, sociologue, Inra.
http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=2710

Quizz : vachement difficile

D'où vient le "Yogourt" ?

De Bulgarie ? Eh bien non. Certes, le mot est bien d'origine bulgare – « *jaurt* » – mais la préparation, elle, est d'origine turque. Elle aurait été inventée en Asie centrale par des nomades turcs afin d'épaissir le lait pour faciliter son transport. Il était alors chauffé au soleil dans des peaux de bêtes. Le yogourt a été introduit en France par François 1^{er}. Tirailé par des douleurs intestinales, il fait venir le médecin de Soliman le magnifique ; celui-ci le soigne avec du lait fermenté mais refuse de lui en transmettre la recette. De fait, ce n'est que bien plus tard, en 1920, que l'Europe et les Etats-Unis récupèrent cette recette grâce à des commerçants grecs et géorgiens.

Qu'est-ce que la galactorrhée ?

De *galactos* lait et *rhéa* qui veut dire couler. Il s'agit de l'écoulement excessif du lait chez les femmes.

Qu'est ce que le lait de poule ?

Commençons par la composition : du lait, de la crème, du sucre, du jaune d'œuf, le tout étant parfumé de noix de muscade et d'une pointe de cannelle. Traditionnellement, cette boisson était servie au moment de Noël, et, plus généralement, dégustée pendant l'hiver. On pouvait même y ajouter un doigt d'eau de vie, de rhum ou de whisky. Cette boisson est également associée à la maladie.

Petite hypothèse concernant les vertus de cette boisson. Parmi les éléments nutritionnels du lait, on trouve un acide aminé appelé tryptophane. Or ce dernier stimule la sécrétion d'une hormone, la sérotonine, qui a comme effet de nous apaiser.

Quels sont, selon les espèces, les laits les plus produits de part de le monde ?

En premier lieu, on trouve le lait de vache dont la production, en 2009 selon la FAO, dépassait les 560 millions de tonnes. Viennent ensuite, par ordre décroissant, les laits de bufflonne, de chèvre et de brebis.

L'allaitement de certains animaux par les femmes est une pratique que l'on rencontre régulièrement et encore fréquemment aujourd'hui dans de nombreuses sociétés, en Sibérie, en Océanie et Tasmanie, en Afrique et même en Europe. Ainsi, lorsque les chasseurs tuent des animaux adultes, ils rapportent au village les petits pour se faire pardonner. Les femmes allaitent ces animaux sauvages qu'elles gardent une fois adultes auprès d'elles, tels des animaux domestiques. Quelles espèces animales ont ainsi été nourries à travers le monde ?

Des singes, des agneaux, des pécaris, des gorets, des chiots, des fans et même des oursons, l'ours étant considéré comme un animal sacré au Japon.

Pourquoi ne boit-on pas de lait de truie ?

Plusieurs hypothèses. Premièrement, la qualité nutritionnelle du lait de truie n'est pas aussi intéressante que celle des autres mammifères domestiqués. Deuxièmement, une truie possède 14 mamelles, voire 16 avec la sélection génétique, ce qui rend laborieux la traite. Enfin, n'oublions pas que le cochon fait l'objet d'un interdit religieux dans deux des trois grandes religions monothéistes.

Connaissez-vous l'histoire de la voie lactée ?

Plusieurs versions existent. L'une d'elles raconte qu'enfant, Zeus fut caché de son père parce que ce dernier voulait le tuer. Il fut élevé et nourri par la chèvre Amalthée. Le lait de cette chèvre était si abondant, qu'un jour, il a jailli de la mamelle, donnant naissance à la voie lactée.

Quel est le lait dont la composition est la plus proche du lait de femme ?

Le lait d'ânesse.

Entre pureté et souillure, les dualités du lait

Valérie Péan, Mission Agrobiosciences, et Jean-Pierre Corbeau, sociologue, Université de Tours.

V. Péan. Tout concourt à faire du lait un aliment mythique, à la symbolique très positive : cette boisson des origines, premier aliment de l'homme, est perçue comme vitale, synonyme de pureté que renforce sa couleur blanche. Aliment complet "naturel", donné à boire de manière désintéressée, il est signe également d'abondance et de richesse collective. La Terre promise n'est-elle décrite comme celle où ruissellent le lait et le miel ? Parce que le lait évoque enfin le lien physiologique avec la mère, il est lié à l'enfance, à l'innocence, à la régénérescence, mais aussi à la sensualité et au plaisir. « *Toute boisson heureuse est un lait maternel* » disait Bachelard. Evidemment, une fois que l'on a dit cela, on sent poindre des retournements possibles de situation, une inversion des valeurs. Où le lait, boisson de l'enfance, induit la fragilité et la dépendance. C'est alors la "boisson des faibles", réservée aux plus jeunes, aux malades et aux vieillards, à l'inverse du vin, destiné aux hommes, aux vrais... De même, considérer le lait comme une sécrétion du corps de la femme conduit tout droit à une série d'interdits liés à la sexualité, au tabou de l'inceste et autres prohibitions. Quant à la blancheur même du lait, n'est-elle pas facile à corrompre, à salir et à contaminer ?

Bref, apparenté au sang et à la semence, assimilé ou opposé au vin, le lait ne cesse de "tourner". Ambivalent à l'extrême, il est par moments prescrit comme médicament voire comme antidote, et à d'autres transformé en véritable poison, en "arme blanche" redoutable. Aujourd'hui, d'ailleurs, on lit et on entend dire que le lait de vache serait nocif pour la santé des adultes, qu'il serait bien plus sain d'en être sevré à temps...

Pour mieux comprendre cette dualité du lait, à la fois pur et impur dans l'inconscient des sociétés, nous avons invité Jean-Pierre Corbeau, sociologue.

V. Péan : Cette dualité est-elle universelle ?

J-P. Corbeau. On la retrouve dans toutes les sociétés sous des formes diverses. Au cœur de cette dualité, il y a la notion d'un lait "dynamique", produit vivant susceptible de se transformer par la fermentation et dont l'incorporation - nécessaire dans les premiers instants de la vie - représente dans le même temps une forme de plaisir (le lipidique onctueux et légèrement sucré) et une prise de risque. Ce processus de fermentation qui change la

texture du lait peut renvoyer à la pureté dans certaines situations, et à l'impur dans d'autres. Il en va de même pour la dimension physiologique du lait en tant que sécrétion du corps humain, au même titre que la semence, par exemple, et qui peut donc tourner du côté de la souillure. De tous temps et dans toutes les sociétés, on retrouve ainsi des mythologies qui accompagnent les empoisonnements potentiels par le lait.

Cette ambivalence affecte tous les laits, y compris le lait de chèvre ou de brebis, où est-elle spécifique au lait de vache ?

Il faut plutôt différencier d'une part le lait maternel, d'autre part le lait des petits animaux qui se substituent aux mères absentes, comme la louve romaine ou la chèvre, qui peuvent faire certes l'objet d'interdits, mais beaucoup moins que le lait de vache, effectivement. Personnellement, je pense que la taille de cette dernière est à prendre en considération : c'est un animal à la taille imposante qu'on ne comprend pas très bien, alors que la chèvre est plus de l'ordre du domestique et est moins éloignée des dimensions du corps de la femme.

Quels sont les principaux interdits qui pèsent sur le lait et à quoi sont-ils liés ?

Il y a selon moi trois grands types d'interdits. Le premier concerne le lait maternel, donc l'allaitement et le sein. Or ce dernier est tantôt considéré comme le sein nourricier, tantôt comme le sein érotique. Dans des sociétés plus ou moins puritaines, des interdits peuvent donc s'appliquer au lait. D'où par exemple, dans la France des 18^{ème} et 19^{ème} siècles, la pratique bourgeoise de confier l'enfant à une nourrice : il s'agit là d'une répartition des tâches, la femme d'un côté, la mère de l'autre.

Ensuite, concernant les laits en général, maternels ou pas, il existe un deuxième type d'interdit, lié à la fermentation. Cette transformation incontrôlée du lait fait un peu peur. C'est un processus que les hommes ont mis longtemps à maîtriser. Aussi certaines sociétés interdisent-elles la consommation des laits fermentés à certaines époques ou pour certains individus. L'anthropologue Isabelle Bianquis qui a travaillé sur la fermentation de lait d'ânesse dans les pays de l'Est montre que cette consommation n'est autorisée que pour tel sexe et est soumise à des rituels initiatiques, permettant de faire tomber des interdits. De même, au

Moyen-Age, d'après Piero Camporesi¹, les fromages forts étaient interdits aux femmes ; de fait, l'incorporation de produits fermentés semble plutôt accessible à la virilité.

Le troisième type d'interdits est en revanche apparu plus récemment...

Oui, il concerne l'industrialisation du lait. Or c'est le lait de vache qui en est le plus gros fournisseur. Dans l'esprit de certains consommateurs, vient alors s'ajouter à la peur de l'animal très éloigné du corps féminin, l'image d'une vache "usine à lait", soumise au rendement. A ce phénomène, se conjugue à partir des années 70 le rejet des lipides. L'eau qui, jusque là, véhiculait des peurs alimentaires, voit sa symbolique devenir positive : c'est l'eau médicinale, synonyme de pureté, de détoxification. Dans cette logique d'allègement, le lait, à l'inverse, n'est plus perçu comme une source protéinique nécessaire au développement humain, mais comme un apport de gras, qui plus est d'origine animale, donc parmi les lipides qui, dans

¹ Historien, anthropologue et professeur de littérature italienne

l'imaginaire contemporain, sont ceux qui souillent le plus l'individu... Cela explique l'apparition des laits écrémés ou des laits végétaux, comme ceux issus du soja. Mais aussi les laits issus de l'agriculture biologique, considérés comme un peu plus purs car moins soumis aux "process" industriels, moins entachés par la pensée mercantile, ce qui est loin d'être évident !

Enfin, notons que se déploie une logique plus ou moins instrumentalisée d'anthropomorphisation de l'animal qui fait qu'il faut laisser le lait de la vache à son "petit", voire son "bébé", comme le lait de la femme qui n'est destiné qu'à son enfant. Seuls les laits de petits animaux échappent à cette logique, d'où l'engouement pour le lait caprin qui, pourtant, d'un point de vue nutritionnel, est moins intéressant que le lait de vache. En toile de fond, il y a le discours extrême des anti-spécistes, ceux qui disent qu'il n'y a pas de différence de statut entre l'homme et l'animal et qu'il convient donc de leur accorder les mêmes droits. Selon ce courant, l'homme ne doit plus pratiquer l'élevage d'animaux à des fins alimentaires.

Les Pieds dans le plat

A boire et à manger : Nutrition, santé et produits laitiers

Par Sylvie Berthier, Mission Agrobiosciences, et Denis Corpet, directeur de l'équipe Aliments et Cancers (Inra-Envt)

S. Berthier. C'est un vaste sujet que nous abordons aujourd'hui dans cette séquence "Les Pieds dans le plat" puisque nous allons parler du lait, de la nutrition et de la santé. Quelques rappels s'imposent. A travers le monde, environ 65% des adultes digèrent mal le lactose, un des sucres présents dans le lait. Résultat : sa consommation entraîne, chez ces personnes, des douleurs abdominales, des gaz ou encore des diarrhées. Pour autant, ces désagréments ne concernent pas tous les produits laitiers, fromages et yaourts pouvant être mangés sans encombre, car ils contiennent moins de lactose. Autre problème bien connu avec les produits laitiers, les allergies aux protéines du lait, principalement le lait de vache.

Cela étant, les produits laitiers demeurent, pour certains, un aliment extraordinaire par leur richesse en protéines et en minéraux, tout particulièrement le calcium et le phosphore. D'ailleurs, le Programme National Nutrition et Santé – PNNS – ne recommande-t-il pas de consommer trois produits laitiers par jour et, ce, tout au long de la vie ? Une recommandation dont le principal

objectif est de lutter contre l'ostéoporose. C'est là que le bât blesse. Car le sujet, qui a longtemps fait consensus, est aujourd'hui controversé. On entend, ici et là, que la consommation de produits laitiers pourrait, au contraire, favoriser cette pathologie. Ou encore, autre controverse, que la consommation de produits laitiers aurait un effet protecteur vis-à-vis du cancer colorectal mais favoriserait celui de la prostate.

Tantôt affublés de toutes les vertus - les yaourts amélioreraient les défenses immunitaires, le lait aurait un effet protecteur sur l'obésité -, tantôt dénoncés comme une imposture marketing au service de l'industrie - les laitages pourraient favoriser les maladies cardiovasculaires et le diabète -, ceux qui devaient être « *nos amis pour vie* » (dixit la publicité des années 80) pourraient bien faire bouillir le consommateur. Dans tout ce que l'on entend et ce qu'on lit, il y a sûrement à boire et à manger.

Pour faire la part des choses, nous avons invité Denis Corpet, chercheur au sein de l'équipe Aliments et Cancers de l'Unité mixte de recherche Inra-École vétérinaire de Toulouse.

Lors d'un débat alimentation-cancer que la Mission Agrobiosciences avait organisé en 2008², une femme qui avait eu un cancer du sein et en avait guéri, avait expliqué avoir, depuis, changé d'alimentation et, notamment, supprimé les produits laitiers. Denis Corpet était présent à la tribune ce soir-là. Suite à ce débat, il a réalisé un travail de bibliographie qu'il a publié sur son site Internet fcorpet.free.fr sous le titre « *Lait toxique ? Faut-il arrêter les produits laitiers ?* »³.

Bonjour Denis. Quelles conclusions tirez-vous de vos recherches sur le lien entre la consommation de lait et le cancer ?

D. Corpet. Pendant le débat « Alimentation-cancer », lorsque j'ai entendu cette dame expliquer de manière très convaincante que, suite à son cancer du sein, elle avait arrêté les produits laitiers, je me suis dit qu'elle avait peut-être raison. J'ai alors examiné les très nombreuses études sur le cancer du sein et la consommation de lait. Que peut-on en retenir ? En premier lieu, il ressort de ces études que ce sont les femmes qui boivent le plus de lait qui ont le moins de cancer du sein. Ce lien ne constitue pas une preuve en soi, sinon une indication qu'il n'y a pas d'impact négatif. On peut ainsi en déduire que le lait présente un rôle neutre dans le cancer du sein et probablement positif.

Qu'en est-il des autres types de cancers ? Pour ce qui concerne le cancer du colon, sur lequel je travaille, des études très probantes au cours desquelles on a donné à des milliers de personnes des suppléments en calcium – certes ce n'est pas du lait – ont montré un effet protecteur et, ceci, de manière très nette.

En définitive, pour le cancer du sein, la consommation de lait a probablement un impact positif ; pour celui du colon, elle l'est sûrement. Reste un cancer qui fait "tâche" et concerne les hommes. Il semblerait que le cancer de la prostate soit un peu plus fréquent chez les hommes qui consomment de grandes quantités de calcium ou de lait. Mes premières réflexions, purement spéculatives car je n'ai pas fait de recherche expérimentale sur ce thème, suggèrent que le lait consommé sous forme liquide serait plus problématique que celui ingéré sous forme solide à l'instar des fromages. Lors de l'élaboration de ces derniers, les protéines du petit lait sont évacuées. Or, si ces dernières ont des avantages comme leur richesse en acides aminés essentiels ou la stimulation de la sécrétion de l'hormone IGF1⁴ qui

2 Voir la synthèse de ces tables rondes « *Aliment et cancer : un débat pour faire la part des certitudes, des hypothèses et des croyances* »

http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=2487

3 <http://fcorpet.free.fr/Denis/Lait.html>

4 Insulin-like growth factor

fait grandir les enfants, cette même hormone IGF1 pourrait accélérer la croissance des tumeurs de la prostate, chez les hommes âgés. Néanmoins, il ne s'agit là que d'une hypothèse et, je le répète, le lait a globalement un effet protecteur.

Alors, d'où vient cette crainte du lait ?

C'est assez mystérieux. Si les gens ont des intuitions parfois géniales, d'autres, par contre, ne sont pas étayées. Dans le cas présent, je dirais que cette intuition relève de la seconde catégorie. On peut toujours trouver, en cherchant bien, des arguments qui vont dans le sens de notre intuition, et, dans le cas présent, d'un arrêt de la consommation de lait. J'ai, moi aussi, cherché ces arguments. Et effectivement, un chercheur de Montpellier, Jean Seignalet, a cru démontrer – car il n'a jamais publié ses résultats – que la suppression des produits laitiers et de tous les produits élaborés à base de blé (le pain, les pâtes...) permettait la guérison de certains patients atteints de spondylarthrite ankylosante, une forme de rhumatisme induisant la déformation des articulations comme celles des doigts. C'est un type remarquable qui a d'ailleurs publié plusieurs ouvrages sur la question. Cela étant, je trouve dommage qu'il ait extrapolé ses observations à toutes les maladies : ce qui est vrai pour cette pathologie ne l'est pas forcément pour les autres.

Les gens qui suppriment le lait avancent l'idée que ce dernier est pro-inflammatoire. On sait également que les cancers peuvent survenir dans des contextes inflammatoires. Il y aurait donc un raccourci lorsque l'on associe ces deux idées.

Sauf que le lait n'est pas pro-inflammatoire. Du moins, je n'en ai jamais vu la preuve.

Autre problème, on dit qu'il y a aussi des facteurs de croissance dans le lait. Après tout, les vaches font d'abord du lait pour nourrir les veaux...

Certes. Cela étant, ce n'est pas pour cette raison que le lait de vache contient des facteurs de croissance, mais parce que ces facteurs de croissance naturels permettent la production du lait. Il y a des facteurs de croissance dans le lait de tous les mammifères. Certains sont spécifiques aux bovins : nous en consommons, nous les digérons, et ils ne nous font rien. D'autres, comme l'IGF1, ne sont pas spécifiques aux bovins : on trouve de l'IGF1 dans le lait et dans le sang de tous les mammifères, humains compris. Mais l'IGF1 est présent en très faible quantité dans le lait au regard de la quantité produite par notre organisme : un bol de lait contient en gros 100 000 fois moins d'IGF1 que ce que nous produisons chaque jour ! En effet, nous fabriquons nous aussi des facteurs de croissance pour que nos cellules puissent grandir et, compte tenu des taux respectifs entre les deux, je vois mal comment ceux apportés par le lait pourraient avoir un effet

quelconque. Par contre, les données épidémiologiques – les enquêtes menées sur un grand nombre de personnes – indiquent que les gros buveurs de lait développent moins de cancers que les autres.

Abordons rapidement la question nutritive. Le lait et les produits laitiers sont des aliments assez gras.

N'exagérons rien. Le lait entier est un produit gras, c'est exact. Comme il est exact de dire que si vous travaillez devant un ordinateur toute la journée et que, par conséquent, vous bougez peu, vous risquez de ne pas dépenser toute l'énergie apportée par ces produits. Cela étant, il vous suffit de boire du lait partiellement ou totalement écrémé et de consommer en quantités raisonnables les fromages gras pour que la balance s'équilibre.

J'aimerais ici revenir au proverbe malinké cité en introduction de cette séquence⁵, « *Si tu vois un Peul bedonnant, c'est qu'il a mangé un mets d'où le lait est exclu* », car il rejoint certaines de nos observations. Ainsi, nous avons remarqué, au fil de diverses expériences, que les animaux nourris avec de grandes quantités de calcium avaient tendance à excréter une partie des graisses du régime dans leurs crottes. Une équipe hollandaise a montré le même phénomène chez des volontaires humains⁶. Il semblerait que, pour certains fromages comme le gruyère, la forte teneur en calcium "contrebalance", d'une certaine manière, celle en matières grasses. Cela ne doit néanmoins pas nous conduire à l'excès. Rappelons qu'une consommation excessive de produits gras, notamment ceux qui contiennent des graisses dites saturées comme la viande et le fromage, est nocive pour le système cardio-vasculaire.

Si je résume : le lait serait sans danger, avec ce bémol pour le cancer de la prostate chez les hommes âgés. Reste que nous sommes tout de même tous différents.

Effectivement, nous sommes différents et, comme vous le rappeliez en introduction, certains ne digèrent pas le lait. On ne peut donc pas leur demander de se forcer. Pour autant, il est important de consommer des produits laitiers car ils sont riches en calcium. Notre organisme a besoin de cet élément indispensable à toutes les cellules de notre corps – les cellules du cerveau, des muscles... Dès lors, s'il n'est pas apporté en quantité suffisante par notre alimentation, notre

5 Ce proverbe est tiré de l'ouvrage « *le lait du monde. Proverbes, dictons, pensées, poésies et chansons* ». Textes réunis par Maggy Bieulac Scott et Guy Linden. http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=1756

6 Welberg, 1994

organisme va aller le chercher là où il est stocké, c'est-à-dire dans nos os. D'où l'importance de consommer régulièrement des produits laitiers afin de limiter ce phénomène et de prévenir l'ostéoporose. Ce n'est pas tout. Car, outre le calcium, il existe un autre élément essentiel pour notre squelette osseux : la vitamine D. Cette vitamine, que notre organisme peut synthétiser lorsque le corps est exposé au soleil, aide à fixer le calcium sur les os. Autrement dit, si notre organisme manque de vitamine D, il se trouve dans l'incapacité de fixer le calcium et va donc... le pisser !

Le manque de vitamine D peut en être la cause ; ce n'est pas la seule. Dans les pays où, traditionnellement, on ne consomme pas de lait et de produits laitiers, la population n'a pas d'ostéoporose. Voilà qui peut paraître surprenant. Reste que le régime alimentaire de ces populations n'est pas comparable au nôtre car elles ne consomment pas, ou très peu, de protéines animales (viande, fromage, lait), protéines qui ont justement pour effet d'inciter notre corps à "pisser" le calcium. Résultat : chez les végétariens, le calcium ingéré reste dans l'organisme. Dans un pays comme la France, où l'on consomme régulièrement des protéines animales, il est donc important d'avoir un apport suffisant en calcium et de consommer des produits laitiers.

D'où vient cette controverse sur l'ostéoporose qui naît en ce moment ?

Il faut savoir que, même si l'on apporte par une supplémentation de grandes quantités de calcium aux personnes souffrant d'ostéoporose, le phénomène se reverse très peu. Il est généralement admis que le stock de calcium se fait très tôt, entre 10 et 25 ans, lors de la croissance. Si, à ce moment là, le stock est bon et que, par la suite, l'individu continue à consommer des produits laitiers, il se trouvera prémuni des problèmes osseux liés au vieillissement ou à la ménopause. Même si, avec la ménopause, l'organisme fixe mal le calcium et se met à l'excréter dans l'urine, il en aura suffisamment en stock pour que ce ne soit pas un problème. Mais, revers de la médaille, si l'apport est insuffisant au moment où le stock se constitue, l'individu s'expose à des risques sur le long terme. Aujourd'hui, de nombreuses adolescentes se privent de certains produits laitiers jugés trop gras. Elles risquent fort d'avoir des os trop fragiles le moment venu.

Il suffit de dire à ces adolescentes de manger des yaourts allégés.

Par exemple. Les yaourts sont "bourrés" de calcium. Pour ma part, j'ai également envie de leur dire qu'avoir quelques formes n'a rien de disgracieux, bien au contraire.

Discussion avec les chroniqueurs

L. Gillot. Nous avons parlé du lait d'origine animale. Mais il existe quantité de laits végétaux – lait de soja, de riz... La dénomination peut surprendre. En outre, j'imagine que la teneur en calcium n'est pas comparable.

D. Corpet. Ce n'est pas du tout la même chose. Il est vrai que ces laits sont riches en protéines, particulièrement le lait de soja dont les protéines ont, par ailleurs, une bonne valeur biologique⁷. Par contre, leur teneur en calcium est très faible au regard de celle des laits d'origine animale. Chez les adultes, rien de dramatique : la consommation de laits végétaux peut-être intéressante si elle est associée à des produits laitiers. Mais certaines mères nourrissent leur bébé avec du lait de soja. La situation est dans ce cas bien plus problématique car ce lait contient également des phyto-œstrogènes, qui ont pour propriété de mimer les effets des œstrogènes, une hormone sexuelle. Consommer du lait de soja à cet âge, bien avant la puberté, peut "abîmer" l'enfant.

L. Gillot. J'aimerais revenir sur cette question du gras. On sait que les conditions d'élevage – ce que mange la vache – vont influencer la qualité nutritionnelle du lait tout particulièrement celle des matières grasses.

Vous avez raison. Il s'agit même d'une question sensible entre les Américains et les Européens. Les vaches américaines sont principalement nourries de maïs tandis que les vaches européennes pâturent : elles mangent de l'herbe ou, pour les bovins à viande, du foin et de l'ensilage de maïs. Or la viande et le lait des bovins nourris avec de l'herbe sont un peu plus riches en oméga 3 – ces fameux acides gras bénéfiques pour l'organisme – que la viande et le lait des bovins nourris aux grains. En outre, ces derniers sont plus gras. Pour autant, on n'a pas de preuves définitives que cela change grand chose.

B. Sylvander. Je voudrais revenir sur le lait de soja car je trouve la situation préoccupante. Les études sociologiques montrent que, dans une certaine catégorie de la population, plutôt jeune, éduquée, tournée vers les médecines et l'alimentation alternatives, le lait de vache a très mauvaise presse. Dès lors, on choisit, comme alternative, le lait de soja. Cela signifie donc que

⁷ La valeur biologique définit la qualité nutritionnelle d'une protéine. Plus cette valeur est élevée, plus la protéine contient des acides aminés essentiels.

certaines enfants consomment de grandes quantités de lait de soja et qu'ils se trouvent, compte tenu de ce que vous venez de dire, dans une situation problématique. Je crois qu'il y a là un problème de santé publique.

D. Corpet. Il y a trois gros problèmes avec le soja. Tout d'abord l'insuffisance de l'apport en calcium que je viens d'évoquer. Ces enfants risquent d'être rachitiques et d'avoir des difficultés pour fabriquer des os longs et solides. Ensuite, il y a le problème des phyto-œstrogènes qui, certes, sont moins actives que les hormones que nous fabriquons, mais qui peuvent néanmoins, chez ces individus pré-pubères, modifier la façon dont la puberté va se faire. On peut penser à des problèmes de féminisation. Enfin, quelques femmes, suite à un cancer du sein, décident de ne consommer que du lait de soja. Or des études ont montré que, consommé à l'excès, le lait de soja pouvait favoriser le cancer du sein. Attention, je ne parle pas de celles qui boivent un verre de lait de soja par jour ou qui mangent une galette de soja. Les femmes auxquelles je fais allusion ingurgitaient un litre de soja chaque jour, ce qui peut s'avérer contre-productif.

S. Berthier. Dans les populations asiatiques qui mangent plus de soja qu'en Occident, y a-t-il davantage de problèmes de féminisation ou de cancers ?

D. Corpet. Il est vrai que les asiatiques consomment davantage de soja que les occidentaux. Mais ils ne le préparent pas de la même manière. D'une part, il est rarement ingéré sous forme liquide (lait) mais plutôt sous forme solide (gâteaux, galettes). Le mode de préparation de ces produits au cours duquel on lave longuement la pâte de grain de soja fait qu'une partie des phyto-œstrogènes est évacuée. Ensuite, les asiatiques mangent régulièrement des produits à base de soja depuis leur enfance. Il semblerait que la flore bactérienne, la microflore présente dans leurs intestins, différent de la nôtre et que, de fait, ils métabolisent différemment ces aliments. Peut-être même leur génome s'est-il adapté, plus que le nôtre, à la consommation de soja ? Cet aspect a été particulièrement bien étudié par Véronique Coxam, de l'Inra de Theix (Clermont-Ferrand). Elle a ainsi montré que le soja n'avait pas le même effet chez les femmes japonaises que françaises : aucun effet contre l'ostéoporose n'est observé chez une centaine d'européennes. Moralité : ce n'est pas parce que les autres consomment ces produits que nous devons faire de même.

Des laitages, des âges et des images

Par Lucie Gillot, Mission Agrobiosciences, et Laure Ciosi, association Transverscité

L. Gillot. Continuons notre enquête sur le lait et les produits laitiers. Après avoir abordé la symbolique de cet aliment puis exploré les aspects santé, essayons de voir comment ces deux aspects s'entremêlent pour influencer la consommation des produits laitiers.

Sociologue et auteur de plusieurs ouvrages dont « *Le corps sens dessus dessous. Regards des sciences sociales sur le corps* », co-écrit avec Magalie Pierre et publié aux éditions de l'Harmattan en 2004, Laure Ciosi a mené en 2001, pour le Cidil – le centre interprofessionnel de documentation et d'informations laitières - deux enquêtes⁸ sur la représentation des produits laitiers, chez les jeunes français (20-30 ans) et les jeunes couples avec enfants (30-40 ans). Nous allons revenir, avec elle, sur quelques-uns des aspects de ces études. Sociologue, membre de l'association « Transverscité », une association qui regroupe plusieurs chercheurs en sciences sociales et qui est située à Marseille, elle est également chargée de cours à l'Université de Marseille Aix-en-Provence.

L. Gillot. Nous avons vu, au fil de cette émission, que notre rapport au lait était ambivalent. Est-ce un aspect que vous avez également rencontré dans cette population jeune ?

L. Ciosi. Comme l'a souligné Jean-Pierre Corbeau, les produits laitiers, dont le lait est l'aliment phare, mobilisent des perceptions ambivalentes. En fonction de divers paramètres, celles-ci varient d'un imaginaire positif où sont valorisés les bienfaits du lait pour le corps, à une représentation négative penchant du côté de l'impur, du malsain. Ainsi, dans l'imaginaire, ces produits sont perçus comme favorisant les maladies cardiovasculaires ou certains cancers. D'où l'émergence récente de la consommation des laits végétaux.

Outre cette ambivalence, ces produits sont également associés à l'image de la nature.

Ils sont effectivement liés à l'univers de la « nature ». Lorsque que les gens évoquent les produits laitiers, ils utilisent fréquemment des termes qui renvoient à cet univers -« *vaches* », «

campagne », « *montagne* », « *herbe* », « *prairie* », « *pâturages* », « *prés* »... Par ailleurs, il convient de souligner que les produits laitiers sont associés, dans l'imaginaire, aux régions dont ils sont issus, l'insistance se portant sur des lieux de production fantasmés : les fermes authentiques, le fermier, la vache dans son pâturage. En buvant son lait, le mangeur s' imagine volontiers dans un pré, aux côtés du fermier qui traite la vache. Si dans les représentations sociales, il existe un lien fort entre les lieux de production et la consommation, il n'y a pas ou peu de place pour les lieux de transformation et de vente.

C'est une caractéristique très étonnante qui peut, je crois, éclairer certains aspects de la crise du lait. D'un côté, les consommateurs se trouvent confrontés à des prix d'achat qu'ils jugent trop élevés ; de l'autre, les producteurs sont dans l'incapacité d'équilibrer leurs budgets : la vente ne couvre plus les coûts de production. Dès lors, ce sont ceux qui se situent entre les deux extrémités de la chaîne, c'est-à-dire les laiteries et les industries, qui sont pointés comme responsables de cette incohérence voire de cette injustice. Des intermédiaires qui, justement, n'ont pas leur place dans l'imaginaire associé à ce produit. Cette singularité de la représentation liée à cet aliment explique en partie, selon moi, la sympathie des consommateurs envers les producteurs et la forte solidarité que l'on a ressentie et qui s'est exprimée⁹.

Continuons sur cette question des représentations et l'influence qu'elles ont sur les comportements. Avez-vous remarqué une différence entre les filles et les garçons ? On sait par exemple que les filles sont sensibles à leur ligne et que certains produits laitiers sont perçus comme gras.

C'était là l'une de nos hypothèses de départ. On pensait effectivement que les filles auraient une représentation divergente de celle des garçons. Reste que, sur le terrain, nous n'avons pas trouvé de réelle différence entre les deux. Certes, certains produits comme les produits allégés, les yaourts ou le lait, renvoient plutôt à l'univers féminin et aux images qui y sont associés - l'allaitement ou des maladies telles que l'ostéoporose. D'autres sont, à l'inverse,

8 <http://www.argonautes.fr/sections.php?op=viewarticle&artid=694>

9 Un sondage Ifop réalisé auprès de 967 personnes les 24 et 25 septembre indiquait que 92% d'entre elles trouvaient cette grève justifiée

plus masculins. C'est par exemple le cas du fromage qui évoque la force, qualité masculine par excellence, y compris en 2009. Cependant, il s'agit de perceptions qui ne sont pas systématiques contrairement aux distinctions marquées tel que peut l'être l'âge, par exemple.

Le beurre, pourtant perçu comme un aliment gras, ne fait pas exception ?

Non, il n'y a pas de différences entre les femmes et les hommes. Le beurre est associé à une image ambivalente mais néanmoins singulière par rapport à d'autres produits laitiers. On s'en doute, il est perçu comme un aliment gras, néfaste pour la ligne et la santé. Mais il est également associé à un imaginaire très positif puisqu'il est, à la fois, l'aliment des bons vivants et des bons moments (tartines du petit déjeuner par exemple). Or cet aspect n'est pas rencontré pour d'autres produits laitiers. Par exemple, le yaourt est certes pur et sain mais, contrairement au beurre, il est perçu comme un aliment triste : celui du régime, de la nourriture hospitalière.

Dans quelle mesure l'âge, notamment le

passage de l'enfance à l'adolescence, influence-t-il les comportements ?

Lorsque les individus nous ont raconté leur histoire alimentaire et ses évolutions, nous avons pu remarquer que les produits laitiers jouaient un rôle important dans la construction identitaire des individus. Ce rôle est particulièrement marqué chez les adolescents qui, pour ne plus être considérés comme des enfants, abandonnent certains produits associés à l'enfance pour consommer ceux réservés jusque là aux adultes. Par exemple, le chocolat au lait du matin cède sa place au café au lait, puis au café noir. C'est le lait qui permet la transition entre le goût sucré du chocolat et celui amer du café ; il adoucit le goût comme le passage entre ces deux âges. L'adolescence est également le moment où l'on va commencer à participer au rituel du plateau de fromage, c'est-à-dire déguster des fromages plus forts et boire son premier verre de vin. De même, au goûter, on troque la tartine de Nutella® pour un morceau de fromage. En suivant l'évolution de la consommation des produits laitiers, on voit que ces derniers jouent un rôle important dans les passages d'un âge à l'autre : de l'enfance à l'adolescence, puis l'âge adulte.

À e m p o r t e r

Comment se débarrasser d'un brunost ?

Chronique "Le Ventre du monde" de Bertil Sylvander, économiste et sociologue

B. Sylvander. A l'occasion d'une de mes missions en Scandinavie, mon interlocuteur me donna, comme cadeau de départ, un petit paquet soigneusement emballé sous vide, de couleur brune et joliment étiqueté, avec un petit drapeau norvégien et une mention bien en évidence : « *Brunost* ». Il s'agit d'un petit fromage fabriqué à base de 24 % de lait de chèvre et le reste en lait de vache, de crème et de petit lait, bouilli pendant assez longtemps pour qu'il reste une pâte brune aux forts accents de caramel. Brunost signifie en norvégien : fromage brun. C'est original.

Je connaissais bien ce produit, car je l'avais rencontré dans mon enfance, en vacances en Suède, sous le nom de « *Mesost* ». C'est pourquoi, après les remerciements d'usage, je ne manifestais pas d'enthousiasme excessif. En effet, la couleur brune et le goût de caramel viennent d'un phénomène que les professionnels français de la fromagerie ont appris à nommer au cours de leurs études : la réaction de Maillard. Une réaction qui se produit lorsqu'on chauffe ensemble et pendant

un certain temps les protéines et les sucres (lactose) du lait. Ces deux composés crament de conserve et ça donne cette consistance, couleur et goût qui sont considérés comme un accident de fabrication, débouchant chez nous sur un défaut rédhibitoire du produit.

Paraphrasant Pascal (je l'ai déjà dit ici : « *Vérité au Sud des Ardennes, erreur au-delà* »)¹⁰, je me méfiais de mon premier réflexe, redoutant qu'il ne s'agisse de ma part d'une étroitesse d'esprit et d'un préjugé haïssable.

Je résolus donc de le ramener à ma famille, sans rien dire. Je le mis sur le plateau de fromage et, hélas pour la tolérance culturelle que je défends pourtant ardemment, les réactions de dégoût ne se firent pas attendre. Pouah.

Mais j'étais obstiné et comme Noël approchait, je gardais mon fromage en secret. Le soir du réveillon, nous étions en train de confectionner le buffet des hors-d'œuvre et trônaient sur la table les fromages blancs battus et leurs légumes crus, la tapenade, le

¹⁰ http://www.agrobiosciences.org/article.php3?id_article=2538

houmous, le tarama, les tsatsikis, les canapés au foie gras et aux truffes, les tomates cerises, etc.. Bref, rien que de l'habituel. Sans rien dire à mes invités, j'y cachais mon Brunost, mais cette fois - astuce ! - coupé en petits dés, reposant sur une minuscule feuille de salade, munis d'un cure-dents pour mieux les saisir.

Les invités sont arrivés, on est passés au buffet de hors-d'œuvre et à l'apéro, puis on est passés à table. La soirée et la nuit se sont écoulées. Le lendemain, je suis allé relever les résultats de mon expérience, et j'ai constaté, sur la table des hors-d'œuvre, que toutes les assiettes étaient vides, sauf une, celle où tous les petits dés de Brunost se dressaient bravement, pour me signifier qu'on ne les aurait pas à ce petit jeu.

Amour vache et autres fariboles

Revue littéraire de Jacques Rochefort, Mission Agrobiosciences

J. Rochefort : « *Lait et charbon* », roman de Ralf Rothmann, paru aux éditions Laurence Teper, est composé en séquences d'une à plusieurs pages, séparées par quelques lignes de blanc laiteux. Les quatre membres de la famille Wess, dont « *Lait et charbon* » raconte l'histoire, sont : Walter, le père qui travaille à la mine ; Elisabeth dite Liesel, la mère, obnubilée par son bâton de rouge à lèvres et ses tentatives de maintenir un semblant de convenances familiales ; Thomas dit Traska, le fils cadet hostile à tout et violent ; Simon, le fils aîné, témoin souvent muet et narrateur. Et il y a le lait que le père devait boire pour nettoyer ses poumons et la bière qu'il buvait pour venir à bout de sa fatigue. Tableau de la jeunesse prolétarienne du narrateur, « *Lait et charbon* » peint une Allemagne de l'après seconde guerre mondiale en marge du miracle économique. Un grand roman social.

« *Olga, ma vache* » de Roland Dubillard aux éditions Gallimard dans la collection. L'imaginaire. Extraits : « *Lui, passait son temps à peindre des vaches dans la nature et moi, je passais le mien à m'ennuyer inexorablement. Une des vaches de l'enclos acceptait de poser. Elle était toute petite. (...). Sa tête avait deux petites cornes, très petites, et un museau tout rose, tout mimi. Elle donnait envie de la toucher, de la caresser, de l'embrasser. Je lui criai qu'elle ferait mieux de manger l'herbe ou de lire un bon livre. Alors, elle tourna la tête vers moi, et me contempla comme personne ne l'avait fait auparavant. Son regard me transperça, je me sentis vu pour la première fois de ma vie...* » Transpercé par le regard d'Olga, séduit par sa ligne, quelque chose de nouveau vint altérer les sens de notre héros. Il

Le test était impitoyable et d'autant plus significatif qu'aucune parole n'avait été échangée là-dessus, ni avec moi, ni entre les convives (donc pas de biais méthodologique). Les gens s'étaient servis tout en papotant, sans accorder la moindre attention aux mets présentés (ce qui, soit dit en passant, relativise quelque peu le mythe du français « fine gueule »). Ils s'étaient conduits comme des animaux d'expérience.

Je regardais alors mon Brunost, avec un mélange de lassitude, de pitié et de colère. Je décidais de tenter le tout pour le tout et je le mis... à la salle de bain, pour entendre ma fille me dire le lendemain : « *pas terrible, ton savon norvégien* ».

Il y a donc une certaine objectivité dans les habitus alimentaires, mon cher Bourdieu.

venait de découvrir le fil d'une passion désordonnée. De ce désordre naquit une conviction : la nécessité de vivre en couple. Pas facile quand on habite en ville. Je vous laisse découvrir la suite de ce truculent morceau de poésie et de la littérature.

« *L'amour vache* », de Rachel Corenblit aux Editions du Rouergue, collection DoAdo. « *L'amour vache, c'est de l'amour qui ne veut pas dire son nom. On dit meuh à sa belle-mère, on râle après les copains. On embrasse n'importe quel garçon, histoire de ne plus être la seule sans amoureux. Parce que l'amour, ça aide à vivre. Huit histoires où les personnages prennent le monde d'en haut, ils font de la provoc et de l'humour. Ils nous émeuvent aussi, parce que la vie, parfois, c'est vache.* »

Extrait : « *La seconde femme de mon père est une peau de vache. Elle a des poils de vache, des seins de vache, des yeux de vache et quand elle parle, ça fait des meuh et des meuh qui partout résonnent. Il faudrait qu'elle se taise. Il faudrait qu'elle ferme sa bouche de vache pour ne pas gâcher tous les jours que je passe dans l'appartement de mon père. Une semaine sur deux. En alternance. Mais non, elle l'ouvre, elle rabâche, elle mastique et sa mâchoire s'agite, on pourrait voir des brins d'herbe en sortir et le lait, le matin, doit gicler quand mon père les lui touche. Ses pis. De vache. Moi, je ne la regarde pas. Je jure sur la tête de ma mère et de mon père, aussi, que je ne connais même pas la couleur de ses yeux. De toute façon, les vaches, ça n'a pas d'originalité. Ça a les yeux marron, comme les cochons.* »

On voit par là que les producteurs de lait sont peut-être des amoureux de vaches contrariés.