

Savoir nutritionnel chez les Massa du Cameroun

DE GARINE Igor

CNRS France, 31 bis, rue de Sèvres, 92100 BOULOGNE

La valeur nutritionnelle du régime alimentaire des sociétés traditionnelles est objet de controverse et l'on peut se demander si les savoirs populaires tiennent compte des besoins biologiques des différentes catégories d'individus d'une société.

Les observations de KATZ *et al.* (1974) au Mexique sur la façon de préparer les galettes de maïs en ajoutant de la chaux à l'eau de cuisson sont devenues classiques. L'hydrolyse alcaline qui se produit a pour effet de libérer la niacine et de diminuer les risques de pellagre dans une population où le maïs constitue l'aliment de base (DUPIN 1969 : 104).

Inversement, il n'existe pas de sagesse traditionnelle profonde percevant clairement les besoins spécifiques des groupes vulnérables correspondant à la croissance, aux fonctions reproductives de la femme et à sa lactation, ... Il arrive souvent que la répartition de la nourriture soit fonction du volume en trois dimensions des membres du groupe familial (CANTOR *et al.* 1979) et il est fréquent qu'après le sevrage, le régime alimentaire des enfants soit carencé en protéines animales (WALDMANN 1975).

La relation entre la consommation alimentaire et l'état nutritionnel n'est pas toujours clairement perçue. Elle apparaît aussi bien imputable à des causes matérielles, objectives, qu'à des causes surnaturelles traduisant des représentations symboliques caractéristiques de la culture (DE GARINE 1979 : 77 ; 1984).

Les Massa du Cameroun fournissent un exemple notoire d'une société dans laquelle l'ingestion de nourriture est clairement perçue comme liée à l'embonpoint. Dans cette population, le bétail constitue l'élément le plus valorisé de la culture ; il faut remettre un prix de la fiancée de dix vaches à son futur beau-

lait (*ci mira*), devenir beau (*naa*) et grossir (*nya* — croître), exhiber son prestige et celui de ceux qui assurent matériellement la cure. Il existe deux formes de *guru* : l'une collective et l'autre individuelle. Le *guru* collectif se déroule aux diverses saisons de l'année pour une durée variable. Les participants y ingèrent quotidiennement une moyenne de 4 125 kcal et 83 g de protéines animales. Ils possèdent un régime privilégié par rapport aux hommes adultes du village, dont le régime est de 3 050 kcal et 45 g de protéines animales. Sur le plan qualitatif, le bénéfice principal de leur régime provient du lait dont ils

Figure 1

Sujet (b) à la fin de sa cure d'engraissement individuelle (passant de 61 kg à 93 kg), 1976, village de Kogoyna



consomment au moins 1,5 l par jour contre environ 100 g chez les villageois ordinaires. Ils pèsent constamment entre 2 et 4 kg de plus que les hommes de leur classe d'âge (GARINE et KOPPERT 1991 : 2), ce qui leur confère une silhouette légèrement enveloppée fortement valorisée, en particulier par les femmes (DE GARINE, sous presse a).

Le *guru* individuel (*guru walla*), sur lequel est centré le présent article, dure environ deux mois. Il se déroule au cours de la saison des pluies de juillet à septembre, moment où se produit la période de pénurie alimentaire pour les villageois ordinaires, ce qui affirme son caractère d'institution ostentatoire. Il correspond à un record d'ingestion et de prise de poids dans une population non expérimentale atteignant des chiffres supérieurs à ceux observés sur des détenus du pénitencier du Vermont par SIMS *et al.* (1968).

Parmi les deux sujets observés en 1976, le premier (a) passa de 75 kg à 109 kg en deux mois, c'est-à-dire un gain de poids de 34 kg ; l'accroissement de poids du second (b) fut de 26 kg en cinq mois (Fig. 1), ce qui ne l'empêcha pas d'ingérer quotidiennement 13 422 kcal en moyenne au cours de la 4^e semaine de sa cure.

Fig. 2

Consommation calorique moyenne de 9 participants d'une cure d'engraissement individuelle, village de Kogoyna 1988 (d'après PASQUET *et al.* 1992)

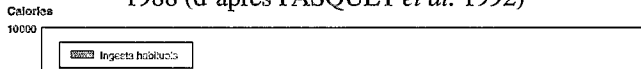
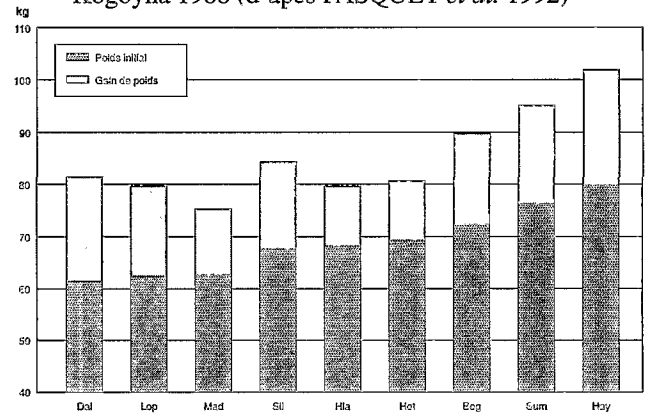


Fig. 3

Prise pondérale de 9 participants au Guru Walla à l'issue de 2 mois de « cure » d'engraissement individuelle, village de Kogoyna 1988 (d'après PASQUET *et al.* 1992)



corporelle. L'un des deux aliments vedettes de la cure est le sorgho rouge (*Sorghum caudatum*), dont ont confectionné une pâte épaisse (*funa* — la « boule »), analogue à la polenta. Elle est consommée journalièrement. Il s'agit ici du pain quotidien, de la « super-nourriture culturelle » (JELLIFFE 1967), à tel point que les Massa rendent l'idée de vivre par « *ti funa* » — « manger la boule ». C'est à la bouillie épaisse de sorgho rouge que sont introduits les nourrissons et que se forge leur goût. Aliment de base, le sorgho rouge est une nourriture symboliquement (on pourrait écrire moralement) adéquate. Elle pos-

Fig. 4

Consommation de la bouillie de sorgho et de lait au *guru* collectif, 1976, village de Lokoro



sous presse b), il est riche dans le domaine de la texture. La boule de sorgho ne saurait être trop farineuse (*haskaa*), grumeleuse (*barsaki*), trop dure (*fu rasiya*), trop lourde (*bordumu*). Elle ne saurait non plus être collante (*tulbugu*) ou trop liquide (*nyo*). Elle ne saurait enfin être trop sèche pour être avalée (*girgidik*) mais onctueuse au palais (*yelwen yelwen*).

C'est de façon parallèle que l'on veille à l'état des selles du participant au *guru walla*. Il doit déféquer à proximité de son lieu de retraite et sous surveillance pour éviter les manipulations magiques auxquelles pourraient donner lieu ses excréments.

Le poids des aliments et leur volume jouent un rôle majeur. Les calabasses pleines de bouillie de sorgho rouge mélangé à du lait ou à de l'eau — ou le gâteau de sorgho accompagné de sauce — consommés au cours de plus de dix prises quotidiennes représentent plus de dix kilogrammes de nourriture. (Tableau 1) Ceux-ci doivent se forcer un passage dans l'appareil digestif du consommateur. Au début de leur cure, on administre d'ailleurs aux candidats une décoction de racines amères (*Balanites aegyptiaca* ou de *Gardenia erubescens* par exemple) afin de les faire vomir, ce qui les purifie. On leur fait aussi consommer un mélange de lait aigre et de bouillie d'éleusine (*Eleusine coracana*), afin de provoquer une forte diarrhée des-

l'institution qui souffrent le plus. Ils doivent être encouragés et *guru* individuel laisse entendre de son côté qu'une relation

RÉFÉRENCES

- ANDERSON E.N. Jr, 1980, "Heating" and "Cooling" foods in Hong Kong and Taiwan, *Social Science Information*, 19, 2, 237-268.
- ANDERSON E.N. Jr, 1984, "Heating" and "Cooling" foods re-examined, *Social Science Information*, 23, 4-5, 755-773.
- ANDERSON J.L., 1988, Breasts, Hips and Buttocks revisited : Honest Fat for Honest Fitness, *Ethnology and Sociobiology*, 9, 319-324.
- CANTOR Associates, 1979, The Tamil Nandu nutrition study, Haverford, Pa., in WHEELER E.F. & ABDULLAH M., 1988, Food allocation within the family : Response to fluctuating food supply and food needs, in GARINE I. de, & HARRISON G.A. (Éd.), 1988, Coping with Uncertainty in Food Supply, Oxford Clarendon Press, 437-451.
- CASSON R.W., 1981, Folk classification : Relativity and universality, in CASSON R.W. (Éd.) Language, culture and cognition : Anthropological perspectives, New York, Macmillan, 75-113.
- DUPIN H., 1969, *Les enquêtes nutritionnelles - Méthodes et interprétation des résultats*, Paris, Éditions du C.N.R.S.
- FAUST I.M., JOHNSON P.R., STERN J.S., HIRSCH J., 1978, Diet-induced adiposities number increase in adult rats : A new model of obesity, *American Journal of Physiology*, 235, 279-286.
- FRISCH R.E., 1980, Fatness, puberty and fertility, *Natural History*, 89, 10, 16-27.
- GARINE I. de, 1979 Culture et Nutrition, *Communications*, 31, 70-92.
- GARINE I. de, 1984 De la perception de la malnutrition dans les sociétés traditionnelles, *Social Science Information*, Sage, London, Beverly Hills & New Delhi, 23, 4/5, 731-754.
- STINI W.A., 1980, Body composition and Nutrient Reserves in Evolutionary Perspectives, in WALCHER D.N., KRETCHMER N. (Éd.) Food, Nutrition and Evolution, New York, Paris, Masson, 107-120.
- TURNER V.W., 1971, Syntaxe du Symbolisme d'une religion africaine, in HUXLEY J. (Éd.), Le comportement rituel chez l'homme et l'animal, Paris, Gallimard, 76-88.
- WALDMANN E., 1975, The ecology of the nutrition of the Bapedi, Sekhukuniland, *Ecology of Food and Nutrition*, 9, 4, 139-157.