N° 4 Spécial - Août 2025, pp. 332-375 ISSN : 1996-8310

BEAUTE ET ESTHETIQUE INDIRECTES DES ALIMENTS CHEZ LES BAOULE GBLO DE CÔTE D'IVOIRE

Loukou Severin KOUAKOU
Docteur en Anthropologie et Sociologie
Université Alassane Ouattara
Bouaké – Côte d'Ivoire
loukouseverin94@gmail.com

Résumé
Cet article explore la relation indirecte entre l'alimentation et les représentations de la beauté et de l'esthétique chez les Baoulé Gblo, un sous-groupe du centre de la Côte d'Ivoire. A partir d'une approche qualitative mobilisant des entretiens, la recherche documentaire croisant des données nutritionnelles, les résultats de cette étude montrent que chez les Baoulé Gblo, la beauté et l'esthétique des aliments à travers leurs couleurs, leurs formes, leurs tailles, leurs grosseurs, leurs petitesses existent bien et sont bien connus. Toutefois ces critères de beauté et d'esthétique ne sont pas ceux sur quoi les Baoulé Gblo s'appuient pour parler de la beauté et de l'esthétique des aliments. Ils s'appuient plutôt sur la beauté et l'esthétique du corps humain et ses parties occasionnées par les produits consommés. Cette beauté et cette esthétique sont cherchées dans les traits physiques, les traits du visage, le développement humain, psychologique, les canons de beauté, la santé. Ainsi, les aliments ne sont pas seulement appréciés pour leur valeur nutritive, mais aussi pour leur capacité à « nourrir le corps de beauté ». Les aliments contribuent à une peau lisse, un teint éclatant, une bonne corpulence,

une force vitale et une intelligence qui sont considérés comme signes de santé, d'attirance et de respectabilité. La beauté et l'esthétique de l'aliment ne se limitent pas à la sphère du plaisir gustatif et visuel, mais s'étend à l'apparence physique, au statut social et à l'identité culturelle du consommateur. C'est dans ce sens que chez les Baoulé Gblo, la beauté et l'esthétique de l'aliment sont fait de façon indirecte. Chez les Baoulé Gblo, alimentation et beauté sont indissociable. Cette articulation invite à repenser la nutrition non seulement en termes biologiques, mais aussi à travers ses dimensions symboliques, esthétiques et culturelles.

Mots-clés *: alimentation, beauté, esthétique, Baoulé Gblo, Côte d'Ivoire*

Introduction

Dans toutes les sociétés humaines, la quête de beauté et d'esthétique est étroitement liée à l'alimentation (De Garine I., 1972). Loin de se réduire à une simple nécessité biologique, se nourrir devient un acte culturel, symbolique et identitaire. Chez les Baoulé Gblo de Côte d'Ivoire, cette relation entre alimentation et beauté prend une dimension particulière. La beauté et l'esthétique des aliments à travers leurs couleurs, leurs formes, leurs tailles, leurs grosseurs, leurs petitesses existent bien et sont bien connus. Toutefois ces critères de beauté et d'esthétique ne sont pas ceux sur quoi les Baoulé Gblo s'appuient pour parler de la beauté et de l'esthétique des aliments. Ils s'appuient plutôt sur la beauté et l'esthétique du corps humain et ses parties occasionnées par les produits consommés. Cette beauté et cette esthétique sont cherchées dans les traits physiques, les traits du visage, le développement humain, psychologique, les canons de beauté, la santé de l'individu à partir l'aliment consommé. Les aliments pour les Baoulé Gblo ne sont pas seulement des sources d'énergie et de survie, ils participent aussi, de manière indirecte mais profonde, à la construction des critères de beauté et d'esthétique corporelle, sociale et spirituelle.

La peau lisse et éclatante, les cheveux épais et brillants, la silhouette équilibrée, la posture droite, la vivacité du regard, l'intelligence du discours dans les actes et même la sérénité du comportement sont autant de manifestations visibles du

lien entre santé, alimentation, beauté et esthétique. Ces caractéristiques, qui constituent les canons de beauté locaux, sont largement influencées par la qualité et la nature des aliments consommés au quotidien. Les Baoulé Gblo, conscients de ces interactions, valorisent certains produits alimentaires non seulement pour leurs qualités nutritionnelles, mais aussi pour leurs effets indirects sur l'apparence physique et le bien-être social. La qualité de l'aliment ne s'apprécie pas au niveau de l'aliment lui-même mais au niveau de la personne qui a consommé à travers la façon dont sa peau, sa corpulence, sa chaire, sa forme, ses traits physiques, son développement humain, physique, psychologique et sa santé se présentent. L'appréciation de beauté et de l'esthétique de l'aliment chez les Baoulé Gblo, se trouve au niveau de la santé, de la corpulence, des traits physiques, des canons de beauté, le développement humain, physique, psychologique occasionnés par l'aliment. C'est dans ce sens que chez les Baoulé Gblo, la beauté et l'esthétique de l'aliment sont faites de façon indirecte. Dès lors, une question centrale s'impose : comment les pratiques alimentaires des Baoulé Gblo contribuent-elles à façonner les critères de beauté et d'esthétique dans leur environnement culturel ? Autrement dit, quels sont les mécanismes biologiques, sociaux et symboliques à travers lesquels les aliments influencent la beauté et l'esthétique corporelle et intérieure ?

Cet article explore ces dimensions en analysant les fondements culturels des canons de beauté et d'esthétique

chez les Baoulé Gblo, puis en identifiant les aliments spécifiques qui participent indirectement à l'entretien et à la valorisation des traits de beauté et d'esthétique, avant d'examiner les perceptions et les représentations sociales qui légitiment cette relation entre alimentation, santé et beauté. L'enjeu est double. Il s'agit à la fois de mettre en valeur le patrimoine alimentaire et esthétique des Baoulé Gblo, et de contribuer à une meilleure compréhension anthropologique des liens entre alimentation et construction du corps dans les sociétés africaines, notamment chez les Baoulé Gblo.

1. Méthodologie

La présente étude s'inscrit dans une approche qualitative. Elle vise à comprendre en profondeur les liens entre alimentation et construction des critères de beauté et d'esthétique chez les Baoulé Gblo de Côte d'Ivoire. La zone de recherche choisie est le pays baoulé Gblo, plus précisément les villages des sous-préfectures de Diabo et de Languibonou dans la région du Gbèkè en Côte d'Ivoire. La population cible est constituée d'hommes (20) et de femmes adultes (30) âgés de 18 à 65 ans, incluant des spécialistes des savoirs alimentaires (femmes âgées, guérisseurs ou tradipraticiens), des leaders communautaires et des jeunes, particulièrement concernés par les normes de beauté locales (« *taloua-klanman* et *gbaflin-klanman* »).

La collecte des données s'est appuyée sur des techniques qualitatives complémentaires. Des entretiens semi-directifs et libres ont été réalisés afin de recueillir les perceptions

individuelles concernant les critères de beauté, les effets des aliments sur le corps et les pratiques associées. Des observations participantes ont permis une immersion dans les contextes de préparation, de consommation des aliments, mais aussi dans les pratiques esthétiques utilisant des produits alimentaires (soins capillaires, soins de la peau, rituels de beauté). Des focus groups (entretiens de groupe) ont été organisés avec différentes catégories de la population (jeunes filles, femmes adultes, hommes jeunes) afin de mieux cerner les normes collectives et les représentations partagées autour de la beauté et de l'alimentation. Parallèlement, une analyse documentaire a été conduite pour recueillir les proverbes, contes et récits faisant référence aux liens entre alimentation, santé et beauté.

Les données recueillies ont fait l'objet d'une analyse thématique, visant à identifier les grands axes de perception des informateurs (représentations de la beauté, fonctions esthétiques des aliments, liens entre santé et esthétique). Une analyse de contenu symbolique a permis de mettre en lumière les significations profondes et les valeurs socioculturelles associées aux aliments. Pour renforcer la validité des résultats, une triangulation des données a été effectuée, croisant les informations issues des entretiens, des observations et des sources documentaires (ouvrages en nutrition et en biologie).

Enfin, des considérations éthiques ont été intégrées à chaque étape. Le consentement éclairé des participants a été obtenu, la confidentialité a été respectée, et un retour aux

informateurs a permis de valider certaines interprétations, assurant ainsi la rigueur scientifique et le respect des principes de l'éthique.

2. Résultats

2.1. Fondements culturels de la beauté et de l'esthétique chez les Baoulé Gblo

2.1.1. Les représentations sociales de la beauté corporelle

Chez les Baoulé Gblo de Côte d'Ivoire, la beauté corporelle ne se réduit pas à des critères purement esthétiques ou biologiques. Elle est avant tout une construction culturelle, façonnée par les normes sociales, les pratiques quotidiennes et les valeurs partagées au sein de la communauté. La beauté du corps est perçue comme le reflet d'un bon équilibre entre santé, alimentation, moralité et statut social. Elle est donc indissociable de l'environnement social dans lequel elle s'inscrit.

Dans cette société, la beauté est d'abord visible. Elle s'observe à travers des éléments tels que « *la peau lisse et sans défaut* », « *les traits du visage réguliers* », « *une chevelure dense et bien entretenue* », « *une silhouette ni trop maigre ni trop grasse* », ainsi qu'une « *posture digne et assurée* ». Une personne belle est celle dont le corps reflète la vitalité, l'harmonie et la capacité à remplir pleinement ses rôles sociaux et familiaux. L'esthétique corporelle est donc fonctionnelle. Elle parle de l'état de santé, de la fertilité, de la jeunesse et du respect de soi.

Par ailleurs, la beauté est aussi sensorielle. Elle est évaluée à travers « *le regard* », mais aussi à travers « *les odeurs corporelles* », « *la texture de la peau* », « *l'élégance des gestes* » ou encore « *la voix* ». Une personne qui dégage une bonne odeur naturelle, liée à une alimentation saine et à une hygiène régulière est valorisée. Chez les femmes par exemple, la beauté corporelle est souvent associée à la « *douceur de la peau* », à la « *fraîcheur du corps* » et à la « *souplesse dans la démarche* », autant de signes d'une alimentation équilibrée et d'un bon état intérieur.

Il existe également une dimension morale de la beauté corporelle. Un individu ne peut être considéré comme beau s'il n'a pas « *une conduite correcte* ». L'élégance corporelle doit aller de pair avec la retenue, le respect des aînés, et une attitude calme et maîtrisée. Ainsi, la beauté ne s'arrête pas à l'enveloppe physique. Elle s'exprime aussi dans l'attitude et dans la manière de se présenter devant les autres. Cette perception rejoint la notion baoulé selon laquelle « *la beauté extérieure est le reflet de la beauté intérieure* ».

La dimension genrée des représentations est également importante. Si les hommes sont valorisés pour leur stature, leur force, leur démarche assurée et leur propreté, les femmes, quant à elles, sont jugées belles lorsqu'elles présentent « *une peau claire ou foncée bien entretenue* », « *des formes harmonieuses* », « *des cheveux naturels bien coiffés* », et une « *voix douce* ». Ces représentations s'ancrent dans les rituels, les proverbes, les chants, et les pratiques éducatives transmis de génération en génération.

Enfin, il est essentiel de noter que les représentations de la beauté corporelle sont dynamiques. Si certains traits traditionnels demeurent stables, les influences modernes, notamment urbaines et médiatiques, commencent à modifier certaines perceptions. Néanmoins, l'ancrage dans l'alimentation traditionnelle comme fondement de la beauté continue de résister à l'érosion culturelle. Ainsi, chez les Baoulé Gblo, la beauté corporelle est une forme d'expression culturelle intégrée, façonnée par les rapports sociaux, les valeurs esthétiques locales et les fonctions symboliques du corps dans la société. Elle ne se limite pas à l'apparence, mais elle engage le corps dans sa totalité nourri, habité, contrôlé et valorisé.

2.1.2. Les critères esthétiques valorisés dans la communauté

Les Baoulé Gblo, comme de nombreuses sociétés africaines, ont développé au fil du temps un ensemble de critères esthétiques qui déterminent la manière dont la beauté est perçue, valorisée et transmise. Ces critères ne sont pas arbitraires. Ils sont construits socialement, influencés par l'environnement, les pratiques alimentaires, les rôles genrés et les représentations symboliques du corps dans la société.

Parmi les éléments les plus valorisés, l'éclat et la régularité du teint figurent en première ligne. Une peau lisse, sans cicatrices ni taches, bien hydratée et uniforme, est considérée comme un « *signe de bonne santé et d'élégance* ». Ce critère est souvent lié à une alimentation équilibrée, à base de fruits locaux comme « *la papaye et la mangue* », de

légumes, de feuilles et de graisses naturelles comme « *l'huile de palme rouge, le beurre de karité* », qui favorisent une bonne qualité de peau.

La corpulence modérée, ni maigre ni obèse, constitue un autre repère esthétique fondamental. Une silhouette bien proportionnée, notamment chez les femmes, avec « *des hanches arrondies* » et « *une poitrine ferme* », est associée à la fertilité, à la générosité corporelle et à la capacité à porter et élever des enfants. Ce type de silhouette est perçu comme étant nourri par des aliments riches en énergie et en nutriments, comme « *l'igname, le manioc, les céréales locales (mil, maïs) et les sauces épaisses* ».

La chevelure naturelle, abondante et bien entretenue est également un critère central. Elle symbolise « *la vitalité, la féminité et parfois même le statut marital* ». Des soins alimentaires (graines de sésame, arachides, moringa) et cosmétiques (beurre de karité, huiles locales) sont utilisés pour nourrir les cheveux de l'intérieur comme de l'extérieur. Une femme aux cheveux sains est considérée comme « *équilibrée et digne de confiance* ».

Chez les hommes, des critères comme la stature droite, la force visible et la posture assurée sont particulièrement valorisés. Ils traduisent « *la vigueur physique, la capacité à travailler et à protéger* », mais aussi à « *s'affirmer socialement* ». Ces traits sont entretenus par des repas consistants, riches en protéines « *poissons, viande de brousse* », en glucides complexes « *igname, taro* » et en condiments énergétiques « *sève de palme, piment* ».

La démarche gracieuse, surtout chez les jeunes filles, est un autre critère de beauté très observé. Elle traduit non seulement « *l'harmonie corporelle* », mais aussi « *l'éducation reçue, la retenue et la délicatesse* ». Une démarche soignée est souvent associée à une bonne santé interne, à un corps bien nourri, souple et tonique.

Enfin, la fraîcheur naturelle du corps, souvent liée à « *l'odeur corporelle* », constitue un critère subtil mais décisif. Une personne qui « *sent bon* » naturellement, sans parfum industriel, est perçue comme propre, équilibrée et saine. Cette fraîcheur est, selon les Baoulé Gblo, le résultat d'une bonne digestion, d'une alimentation propre (sans excès d'huiles raffinées ni de conservateurs) et de soins corporels à base d'éléments naturels.

Ces critères esthétiques, bien que spécifiques au contexte culturel baoulé Gblo, partagent des points communs avec d'autres cultures africaines (Sarr F., 2007 et Dago E., 2010). Ils valorisent un corps vivant, nourri, actif, intégré socialement et respectueux des normes collectives. La beauté est ainsi à la fois biologique, sociale et morale, et elle se cultive dans la continuité des savoirs transmis autour de l'alimentation, de l'hygiène et des comportements (Bourdieu P., 1979 et Le Breton D., 2002).

2.1.3. Le lien symbolique entre santé, beauté et statut social

Chez les Baoulé Gblo de Côte d'Ivoire, la beauté corporelle n'est pas simplement une affaire d'apparence physique. Elle est profondément liée à la santé, au bien-être

intérieur et au statut social. Ces trois dimensions s'imbriquent pour former une conception holistique de la personne belle, où le visible (la peau, la silhouette, les cheveux) est le reflet du bon fonctionnement intérieur (la santé physique, mentale et spirituelle) et d'une position reconnue dans la société.

La santé est perçue comme le fondement de la beauté. « *Une peau nette, des yeux brillants, une voix claire, une allure tonique* » ou encore « *une démarche assurée* » sont interprétés comme les signes d'un corps bien nourri, équilibré et exempt de maladies. Cette perception est renforcée par le savoir populaire selon lequel « *ce que l'on mange, c'est ce que l'on devient* ». Ainsi, les aliments consommés ont une valeur esthétique indirecte. Ils façonnent le corps, lui donnent éclat et vigueur et témoignent du bon entretien de soi. Par exemple, une femme qui mange régulièrement des fruits, des légumes et des feuilles riches en vitamines est plus à même d'avoir un teint lumineux, ce qui est lu socialement comme un signe de beauté et de vitalité (Eboh M. P., 2009).

La beauté, en tant que reflet de la santé, devient aussi un marqueur de statut social. Une personne en bonne santé, bien nourrie, bien habillée et soignée, est supposée bénéficier d'un bon environnement familial, d'un accès à des ressources de qualité, et d'une stabilité sociale. Dans les communautés rurales baoulé Gblo, cela signifie que l'individu est « *entouré, aimé, productif et respecté* ». En revanche, « *un corps amaigri, terne ou négligé* » est souvent

perçu comme le signe d'une situation sociale difficile (pauvreté, solitude, maladie, ou exclusion).

Par ailleurs, l'entretien esthétique du corps est perçu comme un devoir social, surtout pour les femmes. Une femme belle et bien entretenue honore sa famille, son époux et sa communauté. Elle montre par son apparence que son foyer est équilibré, que « *son mari prend soin d'elle* », et qu'elle-même est capable de gérer un espace domestique sain. La beauté devient alors une vitrine des relations sociales et affectives.

Le corps sert aussi de support de communication symbolique. Il transmet des messages silencieux sur la place de chacun dans la hiérarchie communautaire. Lors des cérémonies (mariages, funérailles, rites de puberté), les femmes et les hommes se parent de leurs plus beaux atours, mais également de leur plus belle santé. Les aliments consommés avant ces événements sont choisis pour « *nourrir le corps jusqu'à ce qu'il parle* » : rendre la peau brillante, renforcer les muscles, rehausser l'éclat du regard.

En somme, chez les Baoulé Gblo, santé, beauté et statut social forment un triptyque inséparable. Un corps sain est un corps beau, et un corps beau est un corps qui occupe sa juste place dans le tissu social. C'est dans ce système de représentations que les aliments prennent tout leur sens. Ils sont des agents silencieux de transformation, des médiateurs entre l'intérieur et l'extérieur, entre la chair et la société.

2.2. Les aliments vecteurs de beauté : entre nutrition et esthétique

2.2.1. Aliments pour une peau éclatante et saine

Chez les Baoulé Gblo, la beauté de la peau est l'un des premiers marqueurs visibles de santé, de vitalité et d'esthétique. La peau est perçue comme le miroir de l'état intérieur du corps. Une peau lisse, brillante, sans imperfections et d'apparence jeune est considérée comme un signe de bonne santé et de beauté accomplie, aussi bien chez les femmes que chez les hommes. Pour atteindre cet idéal esthétique, plusieurs aliments sont traditionnellement consommés en raison de leurs effets bénéfiques indirects sur la peau.

Parmi ces aliments, « *la papaye* » (Carica papaya) occupe une place importante. Riche en vitamine C, en bêta-carotène et en enzymes naturelles telles que la papaïne, la papaye est réputée pour favoriser la régénération cellulaire et améliorer l'éclat du teint (Pamplona R., 2008). Consommée crue, en jus ou incorporée dans certaines préparations culinaires, elle est recommandée surtout aux jeunes filles avant les grands événements sociaux (mariages, cérémonies d'initiation) afin de purifier et adoucir la peau.

Un autre aliment clé est « *l'huile de palme rouge* », très utilisée dans la cuisine baoulé Gblo. Sa forte teneur en bêta-carotène, précurseur de la vitamine A, contribue à protéger la peau contre le dessèchement et le vieillissement prématuré (Valnet J., 1990). En plus de ses effets nutritionnels, l'huile de palme est parfois appliquée

directement sur la peau, notamment chez les nourrissons, pour favoriser une peau douce et éclatante.

Les feuilles de « *manioc* » et les feuilles de « *patate douce* », riches en antioxydants, en vitamines (A, C, K) et en minéraux, sont également valorisées pour leur contribution à la santé de la peau (Pamplona R., 2008). Consommées sous forme de sauces accompagnant les plats de tubercules, elles renforcent les défenses immunitaires, préviennent les infections cutanées et améliorent la cicatrisation.

Le « *gombo* » (Abelmoschus esculentus), quant à lui, est apprécié non seulement pour sa valeur culinaire mais aussi pour son « *effet hydratant naturel* ». Sa texture visqueuse, riche en mucilages, est perçue comme bénéfique pour la douceur et la souplesse de la peau (Pamplona R., idem).

Enfin, des produits comme le « *miel* » local sont aussi consommés pour leurs effets bénéfiques sur l'organisme, mais également utilisés en application externe pour traiter les petites irritations, hydrater la peau et lui donner un aspect plus lumineux. Ces choix alimentaires ne sont pas faits au hasard. Ils s'inscrivent dans une logique culturelle où l'apparence physique est intimement liée à la qualité de l'alimentation, confirmant l'adage local selon lequel « bien manger, c'est bien paraître ». Ainsi, chez les Baoulé Gblo, l'acte de manger devient un acte de soin du corps et de préservation de la beauté.

2.2.2. *Aliments favorisant la santé capillaire et la beauté des cheveux*

Chez les Baoulé Gblo de Côte d'Ivoire, les cheveux occupent une place centrale dans l'expression de la beauté corporelle et de l'identité sociale. La densité, la brillance et la solidité des cheveux sont perçues comme des indicateurs directs de santé, de vitalité et de fertilité, notamment chez les femmes. Une chevelure saine et bien entretenue reflète non seulement le soin apporté au corps, mais aussi l'équilibre nutritionnel de la personne.

Plusieurs aliments consommés régulièrement dans la région sont reconnus pour leurs effets bénéfiques sur la santé capillaire. L'un des plus importants est le beurre de karité (Vitellaria paradoxa). Utilisé autant comme produit de soin externe que comme ingrédient culinaire, le beurre de karité est riche en acides gras essentiels et en vitamine E (Maranz et al., 2003). Lorsqu'il est intégré dans l'alimentation ou appliqué directement sur les cheveux, il contribue à renforcer la fibre capillaire, à prévenir la casse et à maintenir l'hydratation du cuir chevelu.

Les graines de sésame (Sesamum indicum), consommées sous forme de pâte ou d'huile, sont également très prisées. Elles apportent des protéines végétales, des vitamines B et des minéraux comme le zinc et le magnésium, essentiels pour la croissance et la résistance des cheveux (Bedigian D., 2003). De même, les graines de courge, souvent incorporées dans les sauces traditionnelles, sont riches en acides gras

insaturés et en antioxydants, favorisant la brillance et la souplesse des cheveux.

Les feuilles de moringa (Moringa oleifera), connues localement pour leurs propriétés nutritives exceptionnelles, jouent aussi un rôle clé. Riches en protéines, en fer, en vitamines A et C, elles contribuent à la régénération des tissus capillaires et à la stimulation de la pousse des cheveux. Ces feuilles sont souvent intégrées dans les sauces ou consommées en infusion. Par ailleurs, la consommation régulière de poisson d'eau douce, riche en acides gras oméga-3, en zinc et en protéines animales, soutient la santé globale du cuir chevelu et la production de kératine, élément fondamental de la structure capillaire. Enfin, des aliments tels que le mil, le maïs et l'arachide fournissent des nutriments essentiels à la santé des cheveux grâce à leur richesse en vitamines du groupe B, en fer et en acides aminés.

Chez les Baoulé Gblo, l'attention portée à l'alimentation dans le but d'obtenir de beaux cheveux se double souvent de pratiques culturelles comme les masques capillaires traditionnels à base d'argile, de miel et d'extraits de plantes locales, renforçant ainsi les bienfaits nutritionnels. Ainsi, au-delà de la simple dimension esthétique, la beauté des cheveux chez les Baoulé Gblo est perçue comme un reflet extérieur d'un corps sain et bien nourri, confirmant encore une fois le lien étroit entre alimentation, santé et esthétique dans cette société.

2.2.3. Aliments soutenant la silhouette et la posture

Chez les Baoulé Gblo, la silhouette et la posture corporelle occupent une place essentielle dans les critères de beauté et d'esthétique sociale. La beauté du corps n'est pas seulement liée à sa forme, mais aussi à sa capacité à exprimer la vigueur, la grâce et la santé. Une silhouette équilibrée, ni trop maigre ni excessivement corpulente, associée à une posture droite et assurée, est le signe visible d'un corps bien nourri, énergique et en bonne santé. Pour maintenir cet équilibre physique et postural, les Baoulé Gblo s'appuient sur des choix alimentaires précis qui permettent d'apporter l'énergie nécessaire tout en évitant les déséquilibres nutritionnels.

L'igname (Dioscorea spp.), aliment de base, joue un rôle fondamental dans la constitution et le maintien de la masse corporelle. Riche en glucides complexes, il fournit une énergie durable, permettant au corps de soutenir l'effort physique et de développer une musculature harmonieuse (Kuhnlein et Receveur, 1996). L'igname est d'ailleurs fortement valorisée lors des périodes de croissance chez les jeunes et dans les phases de récupération après des maladies, afin de renforcer la tonicité corporelle.

Le manioc, consommé sous différentes formes (attiéké, foutou, placali), apporte également une source importante de glucides, nécessaire à la constitution d'une silhouette pleine et équilibrée. Pour les femmes, notamment, une silhouette galbée au niveau des hanches et des cuisses est souvent associée à la fertilité et à l'attractivité physique, des

qualités fortement valorisées socialement. Les légumes-feuilles (feuilles de manioc, feuilles de patate douce, feuilles de moringa) contribuent à l'apport en protéines végétales, en fer et en vitamines, qui soutiennent le développement musculaire, préviennent l'anémie et favorisent l'endurance physique, deux éléments essentiels pour conserver une bonne posture.

La consommation de poissons d'eau douce et de viande de brousse (lorsqu'elle est disponible) apporte des protéines animales de qualité, nécessaires à la formation et à l'entretien des muscles. Ces aliments jouent un rôle clé dans la fermeté corporelle, permettant d'éviter la fonte musculaire et les problèmes de posture liés à la faiblesse musculaire. Par ailleurs, les oléagineux comme l'arachide et le sésame fournissent des lipides essentiels, qui contribuent à l'équilibre énergétique du corps tout en soutenant la souplesse musculaire et articulaire. Enfin, l'hydratation, souvent assurée par la consommation régulière de bouillons traditionnels et de décoctions de plantes locales, contribue indirectement au maintien de la silhouette en favorisant le métabolisme et en facilitant l'élimination des toxines. Ainsi, chez les Baoulé Gblo, les choix alimentaires ne sont jamais neutres. Ils répondent à des objectifs précis d'entretien corporel et de valorisation esthétique. La maîtrise de son corps à travers l'alimentation devient donc un véritable code culturel et social, inscrit dans les pratiques quotidiennes et les rites de passage liés à la beauté et à la santé.

2.2.4. Aliments stimulant la vitalité, l'énergie et la jeunesse

Dans la culture des Baoulé Gblo, la vitalité, l'énergie physique et la jeunesse sont des critères essentiels de beauté et d'esthétique sociale. Être énergique, alerte, et montrer une bonne endurance physique sont autant de signes de santé et de beauté intérieure, hautement valorisés aussi bien chez les jeunes que chez les adultes. Cette vitalité corporelle, qui se manifeste par un regard vif, une démarche assurée, un teint lumineux et un comportement dynamique, est étroitement liée aux choix alimentaires.

Parmi les aliments traditionnellement reconnus pour stimuler l'énergie et maintenir la jeunesse corporelle, figure en première place la sève de palme « *n'mézan* », connue sous le terme de « *bandji* ». Consommée lors des travaux champêtres, des cérémonies ou des moments de fatigue, la sève de palme est connue pour ses propriétés stimulantes naturelles. Elle redonne de la force, combat la somnolence et ravive l'attention, des qualités perçues comme des signes de bonne santé et de beauté sociale.

Le mil et le maïs, céréales de base dans l'alimentation quotidienne, sont également des sources majeures d'énergie grâce à leur richesse en glucides complexes et en vitamines du groupe B. Ces aliments fournissent un carburant essentiel pour les activités physiques intenses, favorisant ainsi l'endurance et la résistance, deux traits associés à la jeunesse et à la beauté fonctionnelle.

Les fruits tropicaux, tels que la mangue, la papaye et la banane plantain, jouent aussi un rôle crucial. Riches en

vitamines C et A, en potassium et en antioxydants (Pamplona R., 2008), ils participent à la prévention du vieillissement cellulaire et renforcent le système immunitaire. La consommation régulière de ces fruits aide à conserver un teint frais, des traits du visage détendus et une récupération rapide après l'effort, autant de signes visibles de jeunesse et de vitalité.

Les légumineuses, comme les haricots et le niébé, sont quant à elles importantes pour leur apport en protéines végétales et en fer, qui contribuent à lutter contre la fatigue et l'anémie, deux facteurs qui peuvent altérer l'apparence physique et provoquer un affaiblissement de la posture et du regard. Enfin, les bouillons traditionnels à base de poissons fumés, de légumes et d'épices locales, sont souvent consommés pour redonner du sang et renforcer le corps après les périodes de maladie ou de faiblesse. Ces plats riches en minéraux, en fer et en protéines sont perçus comme des restaurateurs de la force vitale. Ainsi, chez les Baoulé Gblo, la jeunesse et la vitalité sont intimement nourries par des pratiques alimentaires adaptées, où chaque aliment consommé devient un allié pour renforcer le corps, raviver l'énergie et préserver les signes extérieurs de beauté et de santé.

2.2.5. *Aliments associés à la beauté mentale : intelligence, éloquence et comportement social*

Chez les Baoulé Gblo, la beauté ne se limite pas à l'apparence physique. Elle inclut également la vivacité

d'esprit, la capacité à bien parler, à raisonner clairement et à adopter un comportement socialement valorisé. L'intelligence, l'éloquence et le sens des relations sociales sont considérés comme des formes de beauté intérieure, appelées localement « *beauté de la tête* » ou « *beauté du cœur* ». Cette beauté mentale, qui complète l'esthétique corporelle, est fortement influencée par l'état nutritionnel et par certains aliments jugés bénéfiques pour les capacités intellectuelles et sociales.

Parmi ces aliments, la sève de palme occupe une place symbolique et fonctionnelle essentielle. Traditionnellement consommée lors des palabres, des réunions communautaires et des rituels de réconciliation, elle est réputée pour stimuler la concentration, améliorer la mémoire immédiate et favoriser l'éloquence. Offrir de la sève de palme à un invité, c'est non seulement lui souhaiter la bienvenue, mais aussi renforcer son esprit et l'encourager à parler avec sagesse.

Le poisson d'eau douce, riche en acides gras oméga-3, en iode et en protéines, est également reconnu pour ses effets positifs sur le fonctionnement cérébral. La consommation régulière de poisson est associée à une meilleure mémoire, à une capacité de concentration accrue et à une vivacité intellectuelle, qualités très recherchées lors des épreuves orales traditionnelles, des négociations sociales ou des cérémonies communautaires.

Les feuilles de moringa (Moringa oleifera), surnommées localement « *l'arbre de vie* », sont riches en fer, en calcium et en antioxydants. Elles aident à lutter contre l'anémie, à

améliorer la circulation sanguine vers le cerveau et à renforcer la vigilance mentale. Consommées en sauces ou en infusions, elles sont souvent recommandées aux enfants et aux jeunes adultes en période d'apprentissage ou avant des épreuves importantes. Le mil et le maïs, en raison de leur teneur en vitamines du groupe B (notamment B6 et B9), contribuent également à la bonne transmission nerveuse et à la régulation de l'humeur. Une alimentation régulière à base de ces céréales est perçue comme un facteur de stabilité émotionnelle et d'équilibre comportemental, deux aspects essentiels dans l'évaluation sociale de la beauté intérieure.

Enfin, le miel, consommé pour ses propriétés énergétiques naturelles, est parfois recommandé aux personnes engagées dans des prises de parole publiques ou dans des moments de stress social. Il est considéré comme un tonifiant général, améliorant l'endurance mentale et la capacité d'élocution. Ainsi, chez les Baoulé Gblo, l'alimentation est aussi un outil de construction de l'intelligence sociale et émotionnelle. L'esthétique mentale est entretenue par des aliments qui nourrissent non seulement le corps, mais aussi l'esprit, favorisant ainsi une beauté complète, à la fois physique, psychique et relationnelle.

2.3. Représentations symboliques et valeurs sociales liées aux aliments et à la beauté

2.3.1. Symbolisme des aliments dans les rituels de passage et les soins de beauté

Chez les Baoulé Gblo de Côte d'Ivoire, les aliments ne sont pas uniquement consommés pour leurs propriétés nutritives. Ils sont également investis de valeurs symboliques fortes, particulièrement visibles dans les rites de passage (naissance, puberté, mariage, maternité, vieillesse, décès) et dans les pratiques esthétiques et thérapeutiques. Dans ces contextes, les aliments deviennent des marqueurs de transformation sociale, de purification corporelle, de valorisation identitaire et de projection esthétique.

Lors des rituels d'initiation féminine (passage de l'enfance à la puberté), les jeunes filles sont mises à l'écart pendant une période déterminée, durant laquelle leur corps est préparé à entrer dans le monde adulte. L'alimentation joue un rôle central dans ce processus. On leur donne à manger des aliments riches, colorés et symboliques (igname pilée, sauces à base d'huile rouge, feuilles amères purificatrices, bouillies de mil enrichies). Ces mets visent à nourrir et à modeler le corps de la jeune fille (arrondir les hanches, donner éclat à la peau, fortifier les cheveux, mais aussi l'initier au goût du foyer). Ces aliments sont accompagnés d'applications corporelles de beurre de karité, d'huiles végétales et de plantes médicinales destinées à adoucir la peau et à renforcer l'aura féminine.

Le miel, par exemple, est utilisé à la fois comme aliment et comme produit de soin. Il symbolise la douceur, l'abondance, la beauté apaisée. Il est consommé au réveil ou appliqué sur les lèvres et le visage pour favoriser la brillance et attirer les regards favorables. Dans certains cas, les jeunes filles en initiation reçoivent du miel avec de la pâte d'arachide, pour adoucir le caractère et préparer le corps à l'harmonie conjugale.

Lors du mariage, certains aliments sont offerts à la jeune épouse pour favoriser la fécondité, la santé et la beauté corporelle. Le poisson fumé, symbole de fécondité et de longévité, est intégré à l'alimentation quotidienne. L'huile de palme rouge, souvent associée au sang et à la vitalité, est aussi abondamment utilisée. Ces aliments sont censés activer le corps féminin, le rendre apte à la maternité et à la beauté durable. La nourriture devient donc un agent de consécration esthétique et sociale (Grégoire et Labazée, 1993).

Chez les jeunes hommes, certains rituels d'accès à la maturité sociale s'accompagnent également de régimes alimentaires spécifiques : consommation de sève de palme (stimulant l'endurance et la parole), de viande de brousse (symbole de force et de bravoure), et de décoctions amères purifiant l'organisme. Ces aliments ont une portée plus symbolique que gustative. Ils doivent former l'homme, affirmer sa virilité et renforcer son apparence physique.

Dans les soins de beauté quotidiens ou rituels, plusieurs aliments prennent une fonction cosmétique. Le karité

adoucit et embellit la peau. L'argile mélangée à de la poudre de feuilles nettoie les pores et rafraîchit le teint. Le jus de citron est utilisé pour éclaircir naturellement certaines zones du visage. Les décoctions de plantes et d'écorces sont bues ou appliquées sur le corps pour raviver l'éclat, éliminer les boutons et tonifier les muscles. Ainsi, les aliments jouent un rôle esthétique, rituel et symbolique à part entière. Ils sont agents de transformation du corps, support de communication entre les mondes visible et invisible, et vecteurs d'identité. En modelant le corps, ils inscrivent l'individu dans un ordre social, cosmique et culturel, et donnent à voir une beauté qui dépasse le biologique pour s'ancrer dans le symbolique (Douglas 1975 et Ahua, 2017).

2.3.2. Valeurs sociales attachées à l'apparence physique et à l'alimentation

Chez les Baoulé Gblo de Côte d'Ivoire, l'apparence physique et les pratiques alimentaires ne relèvent pas uniquement de la sphère privée ou biologique. Elles traduisent des valeurs sociales profondes liées à l'identité, au respect de soi et à la reconnaissance communautaire. Le corps, en tant qu'objet visible et public, reflète le rang social, l'éducation, la moralité, l'harmonie familiale et l'appartenance culturelle. Ainsi, bien paraître et bien manger sont deux manières de bien être au monde aux yeux des autres.

L'apparence physique est un langage social. Une peau soignée, une démarche élégante, une coiffure entretenue, des

vêtements propres et un corps équilibré signalent à la communauté que la personne est digne, stable et responsable. Cette présentation extérieure est perçue comme le reflet fidèle de l'ordre intérieur. En ce sens, la beauté devient une forme de moralité visible, et l'esthétique, un devoir social, notamment chez les jeunes femmes. Une femme mal entretenue, négligée ou maigre est souvent perçue comme socialement instable, négligente ou affligée par des problèmes sociaux ou conjugaux.

L'alimentation, quant à elle, est un révélateur de statut social. La capacité à manger à sa faim, à varier son régime alimentaire, à consommer des aliments nobles comme le poisson fumé, la viande ou les sauces bien préparées, est interprétée comme le signe d'une bonne intégration économique et familiale. Lorsqu'un individu a bonne mine, une silhouette pleine et une peau lumineuse, les membres de la communauté n'hésitent pas à dire : « *Elle est bien nourrie, elle est bien gardée* ». Une formule qui renvoie à la fois à la qualité de son alimentation et à la stabilité de sa vie domestique.

En ce sens, l'alimentation participe à la mise en valeur du corps comme patrimoine social. L'enfant bien nourri est la fierté de ses parents ; la femme bien portante, l'honneur de son mari ; l'homme vigoureux, la preuve du bon fonctionnement de son foyer. La nourriture et le corps sont donc mis au service d'une esthétique du vivre ensemble, où la beauté est collective autant qu'individuelle.

Le partage alimentaire renforce également les liens sociaux. Offrir un repas copieux, bien préparé, fait partie des stratégies de séduction, de négociation, de remerciement ou de réconciliation. Lors des fêtes ou des funérailles, les repas abondants servent non seulement à nourrir, mais aussi à montrer que la famille est unie, généreuse, et socialement honorable. La qualité des mets servis devient ainsi une forme d'expression esthétique et symbolique, à travers laquelle se lit la valeur sociale du groupe.

Enfin, dans les discours populaires, les proverbes et les chants révèlent la profondeur du lien entre apparence physique, alimentation et valeurs sociales. Des formules comme « *qui mange propre vit propre* » ou « *la beauté commence dans la marmite* » montrent combien l'alimentation est perçue comme le point de départ de la beauté, de l'élégance et de la reconnaissance sociale. Ainsi, chez les Baoulé Gblo, l'apparence physique et l'alimentation sont indissociables de la construction de la personne. Elles sont porteuses de valeurs identitaires, de respectabilité et de dignité, et constituent de véritables indicateurs de position sociale et de réussite relationnelle.

2.3.3. Le rôle des aliments dans la définition des identités féminines et masculines

Dans la société baoulé Gblo de Côte d'Ivoire, les aliments ne sont pas seulement des substances biologiques destinées à nourrir le corps. Ils sont également des marqueurs d'identité sexuelle et de rôles sociaux différenciés. En effet,

certains aliments sont culturellement associés à des qualités féminines (douceur, fécondité, beauté, soin) tandis que d'autres sont rattachés à des valeurs masculines (force, endurance, autorité, virilité). Cette dimension symbolique de l'alimentation contribue à forger les identités de genre dès le plus jeune âge.

Chez les filles, dès l'enfance, l'accent est mis sur la consommation d'aliments qui favorisent la douceur de la peau, la forme harmonieuse du corps et la préparation à la maternité. Les fruits sucrés (papaye, mangue, banane), les bouillies enrichies, les sauces onctueuses à base de graines de courge ou d'arachide, ainsi que les feuilles vertes sont valorisés pour leurs vertus nutritives et esthétiques. Ces aliments sont censés arrondir les hanches, donner du sang, éclaircir le teint et favoriser la pousse des cheveux. La jeune fille qui se nourrit bien est félicitée et jugée « *bonne à marier* » car son corps témoigne de sa santé, de sa fertilité potentielle et de son aptitude à gérer un foyer.

Chez les femmes adultes, l'alimentation continue de renforcer cette esthétique maternelle et domestique. Une épouse bien nourrie, à la peau éclatante et aux formes équilibrées, est vue comme une femme bien traitée, aimée et respectée par son mari. Elle devient le symbole visible d'un foyer prospère. Les aliments comme le beurre de karité, l'huile de palme rouge, les feuilles de moringa et le miel sont autant utilisés pour se nourrir que pour entretenir la peau, les cheveux et le charme féminin. La cuisine féminine

devient ainsi un prolongement du corps. Elle nourrit, soigne, séduit et communique.

Chez les garçons et les hommes, le registre alimentaire est différent. Il s'oriente vers la force, la robustesse et l'endurance. Les aliments masculins sont souvent plus amers, plus épicés, plus consistants : viande de brousse, poisson fumé, décoctions amères, noix de cola, igname pilée, et parfois même alcool de vin de palme. Ces produits sont censés fortifier le corps, endurcir le caractère, éveiller la vigilance et stimuler la virilité. L'homme bien nourri est celui qui peut travailler longtemps, parler avec assurance, prendre des décisions et « *tenir debout* ».

Par ailleurs, certains aliments sont exclus ou déconseillés selon le genre, dans une logique de régulation des corps et des comportements. Par exemple, certaines décoctions à base de plantes médicinales sont réservées aux femmes lors des périodes de fécondité ou de post-partum, tandis que d'autres sont utilisées exclusivement par les hommes avant les épreuves physiques ou sociales (travail de force, palabres, initiation).

Ces distinctions alimentaires participent à une esthétisation différenciée du corps masculin et féminin. Le corps de la femme doit être souple, doux, lumineux et fécond. Celui de l'homme doit être ferme, résistant, discipliné et actif. L'alimentation devient ainsi un outil de fabrication sociale des sexes, un moyen de matérialiser dans le corps les qualités attendues par la communauté.

Enfin, ces représentations alimentaires sont transmises par l'éducation, les proverbes, les récits oraux et les rites de passage. Elles sont intériorisées dès l'enfance et perpétuées à l'âge adulte, contribuant à naturaliser les rôles sociaux à travers les préférences culinaires et les corps façonnés par l'alimentation. Ainsi, chez les Baoulé Gblo, les aliments ne nourrissent pas que le corps. Ils nourrissent aussi les identités genrées, les symboles sociaux et les formes esthétiques différenciées, participant pleinement à l'ordre culturel et cosmique de la société.

3. Discussion

3.1. Analyse croisée entre données nutritionnelles et données culturelles

L'analyse croisée entre les données nutritionnelles et les données culturelles issues du terrain chez les Baoulé Gblo met en lumière la profondeur des relations entre alimentation, santé, beauté et esthétique et représentations sociales. Elle révèle que la beauté corporelle, bien qu'exprimée par des critères visibles (peau, silhouette, cheveux, posture), est enracinée dans un système de savoirs empiriques et symboliques, qui mobilise à la fois des connaissances biologiques et des valeurs socioculturelles.

Sur le plan nutritionnel, les aliments valorisés pour leurs effets esthétiques comme l'igname, le poisson fumé, le moringa, l'arachide ou la sève de palme sont riches en macronutriments et micronutriments essentiels : glucides complexes, protéines, acides gras insaturés, vitamines A, B,

C et E, fer, zinc, calcium, antioxydants (Latham, 2001). Ces nutriments ont une incidence réelle et mesurable sur le fonctionnement de l'organisme humain. La vitamine A et le bêta-carotène (présents dans la papaye, la mangue, les feuilles de manioc) contribuent à la régénération de la peau et au bon état des muqueuses ; les acides gras essentiels (présents dans l'arachide, le poisson, le sésame) favorisent l'élasticité de la peau et la brillance des cheveux ; le fer et la vitamine B9, que l'on retrouve dans les feuilles vertes comme celles de moringa ou de patate douce, soutiennent la vitalité, la bonne oxygénation du sang, donc l'éclat du teint et la résistance physique ; le zinc, contenu dans les graines de courge ou le poisson, participe à la santé de la peau, à la croissance capillaire et à la fertilité.

Ces apports nutritionnels corroborent les observations et les discours recueillis sur le terrain. Les aliments traditionnellement consommés pour entretenir la beauté ne relèvent pas d'une simple croyance populaire, mais d'une connaissance empirique fondée sur l'expérience et sur l'efficacité tangible des régimes locaux. Autrement dit, l'esthétique corporelle recherchée n'est pas arbitraire. Elle est soutenue biologiquement par une alimentation diversifiée, naturelle, et adaptée aux besoins physiques du climat et du mode de vie.

Parallèlement, les données culturelles montrent que la perception de la beauté ne repose pas uniquement sur les effets biologiques des aliments, mais aussi sur leur valeur symbolique et sociale (Fischler C., 1990). Certains aliments

sont investis d'un pouvoir identitaire et relationnel. Le beurre de karité n'est pas seulement hydratant, il est également le signe de douceur féminine et de soin transmis de mère en fille ; la sève de palme ne sert pas qu'à stimuler l'attention, elle est une clé d'échange, un support de parole, un instrument de cohésion ; l'huile rouge, au-delà de ses apports lipidiques, évoque le sang, la vie, la fécondité.

La beauté est donc un fait social total, au sens de Marcel Mauss, dans lequel les propriétés nutritives des aliments se conjuguent aux usages rituels, aux valeurs morales, aux normes de genre et aux représentations de la personne. Cette articulation révèle que l'alimentation chez les Baoulé Gblo fonctionne comme un système de production de la beauté, où chaque aliment agit à la fois sur le corps biologique et sur le corps social.

Enfin, cette analyse croisée met en évidence une cohérence entre le système alimentaire traditionnel et les impératifs de santé publique contemporaine. Là où les modèles nutritionnels modernes préconisent le retour aux aliments non transformés, à la diversité des sources de nutriments et à une alimentation préventive contre les maladies chroniques, les pratiques baoulé valorisent déjà ces choix de manière intuitive et symboliquement investie.

En définitive, cette double lecture (nutritionnelle et culturelle) permet de comprendre que la beauté, dans la société baoulé Gblo, est le fruit d'une écologie alimentaire locale articulant savoirs traditionnels, efficacité empirique et normes sociales. Elle repose sur une alliance entre nutrition

du corps, transmission culturelle et reconnaissance sociale, faisant de l'aliment un véritable vecteur d'esthétique globale.

3.2. Comparaison avec d'autres sociétés africaines

L'analyse des liens entre alimentation, beauté et esthétique corporelle et représentations culturelles chez les Baoulé Gblo s'inscrit dans une dynamique plus large observable dans plusieurs sociétés africaines. Cette comparaison interethnique permet de souligner à la fois les spécificités locales et les logiques communes qui structurent l'esthétique corporelle sur le continent.

Tout d'abord, dans de nombreuses sociétés africaines subsahariennes, la beauté et l'esthétique corporelle est étroitement associée à la santé, à la fertilité et à l'équilibre social (Grégoire et Labazée, 1993). Comme chez les Baoulé Gblo, les critères de beauté ne sont pas seulement visuels, mais impliquent une appréciation globale du corps : texture de la peau, vitalité du regard, harmonie de la silhouette, fraîcheur du corps et tonus musculaire. Par exemple, chez les Yoruba du Nigeria, une peau brillante, des formes féminines généreuses et des cheveux bien entretenus sont aussi perçus comme des indicateurs de santé et de bien-être familial. La rondeur chez la femme, loin d'être stigmatisée, est valorisée comme signe de fécondité et d'abondance (Oyewumi, 1997 et Nzegwu, 2006).

Chez les Peuls du Sahel, l'esthétique corporelle est également ritualisée (Diouf et N'Diaye, 2005). Les jeunes

femmes sont initiées très tôt à des pratiques de soin du corps à base de plantes, d'huiles parfumées, de décoctions et d'onguents faits maison. L'alimentation participe à cette esthétique, notamment à travers la consommation régulière de lait fermenté, de mil, de viandes séchées et de beurres animaux. Ces aliments, considérés comme nobles, jouent un rôle dans la construction d'un corps souple, robuste et séduisant.

De même, dans les sociétés Bantu d'Afrique centrale (Congo, Gabon, Cameroun), les jeunes filles sont souvent soumises à des régimes alimentaires spécifiques pendant les rites de puberté ou avant le mariage. Ces régimes sont conçus pour renforcer la peau, arrondir les formes et favoriser l'éclat du visage. L'alimentation y est pensée comme une forme d'investissement esthétique. Elle transforme progressivement le corps pour le rendre conforme aux attentes sociales. Ces sociétés valorisent aussi les applications corporelles à base de kaolin, de beurre végétal ou de décoctions végétales qui, combinées à une alimentation grasse et douce, construisent l'apparence idéale.

La dimension genrée de l'alimentation esthétique se retrouve également dans plusieurs contextes. Les hommes consomment davantage d'aliments perçus comme forts, amers, symboles de virilité (noix de cola, viandes de brousse, boissons fermentées), tandis que les femmes sont orientées vers des aliments dits doux, huileux, nourrissants et embellissants (fruits tropicaux, bouillies, sauces riches).

Cette polarisation alimentaire construit des corps sexués selon des normes culturelles différenciées.

Toutefois, des variations notables existent selon les contextes historiques, économiques et religieux. Par exemple, dans certaines zones urbanisées ou influencées par des standards occidentaux véhiculés par les médias, des transformations s'observent. Les femmes adoptent des régimes amaigrissants, des hommes consomment des compléments musculaires, et l'usage de produits éclaircissants remplace parfois les méthodes traditionnelles. Néanmoins, dans de nombreux contextes ruraux, les représentations traditionnelles persistent et se renouvellent à travers l'éducation, les rites, les proverbes et les pratiques culinaires transmises.

Enfin, cette comparaison fait émerger une convergence anthropologique majeure. Dans toute l'Afrique subsaharienne, l'alimentation n'est jamais neutre. Elle façonne non seulement les corps, mais aussi les statuts, les genres, les appartenances et les valeurs. Elle est utilisée pour dire l'identité, pour célébrer les passages de vie, pour marquer l'appartenance à une lignée ou à un territoire. À travers elle, le corps devient une œuvre collective, un espace modelé par la mémoire, la culture et le goût local. Ainsi, le cas des Baoulé Gblo n'est pas isolé. Il s'intègre dans un ensemble plus vaste de pratiques esthétiques africaines où l'aliment, loin d'être un simple carburant biologique, est un outil de construction symbolique du corps, de négociation

sociale de la beauté, et de transmission culturelle des formes de bien-être.

3.3. Contribution de l'étude à l'anthropologie de l'alimentation et de la beauté en Afrique

Cette étude menée auprès des Baoulé Gblo de Côte d'Ivoire s'inscrit dans une perspective anthropologique plus large qui vise à explorer les relations entre corps, alimentation, beauté et culture en Afrique. Elle apporte une contribution originale à ce champ de recherche en mettant en évidence comment les pratiques alimentaires traditionnelles sont indissociablement liées à des conceptions locales du corps beau, sain et socialement reconnu.

Premièrement, l'étude montre que l'alimentation en contexte africain ne se réduit pas à une fonction nutritive ou biologique. Elle est au cœur d'un système de représentations, de rites et de valeurs. Chez les Baoulé Gblo, les aliments sont choisis, combinés, transformés et consommés en fonction de leurs effets visibles sur le corps (peau, forme, vitalité), mais aussi selon leur pouvoir symbolique (fécondité, force, douceur, tempérance). Cette double fonction nutritionnelle et esthétique donne à l'aliment une centralité dans la construction de l'identité individuelle et collective.

Deuxièmement, cette recherche met en lumière le fait que la beauté corporelle est une production culturelle située, et non un standard universel ou exclusivement médiatique. En

Afrique, et particulièrement dans les sociétés rurales comme celle des Baoulé Gblo, la beauté se construit à partir de critères endogènes, façonnés par l'environnement, les rôles sociaux, le genre, les cycles de vie et les croyances. L'étude vient ainsi déconstruire l'idée d'une beauté unique, standardisée, occidentalisée, en restituant la richesse des modèles esthétiques africains, fondés sur l'ancrage local et la diversité des vécus corporels.

Troisièmement, l'étude enrichit la réflexion sur la matérialité du corps dans les sociétés africaines, en montrant comment l'alimentation façonne non seulement l'apparence, mais aussi les statuts sociaux, les rôles familiaux et les hiérarchies genrées. Le corps devient ici un véritable support de communication sociale. Il dit la condition sociale, la stabilité du foyer, la réussite conjugale, la maturité, la santé mentale. La beauté corporelle apparaît ainsi comme une interface entre le biologique et le social, entre le visible et l'invisible, entre l'individuel et le collectif.

Quatrièmement, cette étude permet de mettre en avant le rôle des savoirs locaux et des pratiques endogènes dans le maintien du bien-être et de la santé. Les populations locales disposent d'un ensemble de connaissances empiriques et de savoir-faire liés à la diététique, à la cosmétique naturelle et à l'entretien du corps. Ces savoirs, souvent transmis de manière orale, constituent un patrimoine culturel immatériel précieux, qu'il convient de documenter, de valoriser et de préserver dans une perspective de développement durable et de respect des identités culturelles africaines.

Enfin, cette recherche contribue à ouvrir un espace de dialogue entre les approches scientifiques contemporaines de la nutrition et les logiques culturelles locales de l'alimentation. Elle montre que loin d'être opposées, ces deux dimensions peuvent se renforcer mutuellement. Les pratiques alimentaires traditionnelles sont souvent alignées avec les recommandations nutritionnelles modernes, et les critères esthétiques locaux peuvent être de puissants leviers pour promouvoir la santé, le respect du corps et la valorisation des ressources locales.

En définitive, cette étude propose une lecture anthropologique renouvelée de la beauté corporelle en Afrique, en soulignant le rôle structurant de l'alimentation dans la fabrication du corps socialement accepté, esthétiquement reconnu et culturellement valorisé. Elle invite à reconsidérer les pratiques alimentaires africaines non comme de simples survivances ou coutumes, mais comme des formes d'intelligence corporelle, où le manger, le paraître et le vivre s'entrelacent dans une même trame de sens.

Conclusion

L'étude menée auprès des Baoulé Gblo de Côte d'Ivoire a permis de mettre en lumière les liens profonds entre alimentation, beauté et esthétique corporelle et représentations sociales. À travers une exploration

ethnographique des pratiques alimentaires, des critères esthétiques et des discours locaux, il apparaît clairement que la beauté ne se résume pas à un idéal visuel ou individuel. Elle est le fruit d'un processus culturel, biologique et symbolique dans lequel les aliments jouent un rôle fondamental.

Les aliments consommés dans la vie quotidienne, mais aussi lors des rituels de passage, sont chargés de valeurs esthétiques et modelant le corps selon des critères reconnus : peau lisse, silhouette équilibrée, vitalité, santé capillaire. La beauté est genrée : des aliments différents sont prescrits pour les femmes (douceur, fécondité, rondeur) et pour les hommes (force, endurance, tonicité). L'esthétique corporelle est indissociable de la santé perçue, du statut social et du respect des rôles sociaux attendus. Enfin, la nourriture sert aussi de média symbolique lors des rites d'initiation, de mariage ou de maternité, pour transformer, préparer et valoriser le corps.

Sur le plan anthropologique, cette recherche confirme que l'alimentation n'est jamais neutre. Elle façonne le corps comme une œuvre sociale. Les aliments ne nourrissent pas seulement l'organisme. Ils sculptent l'identité, communiquent des valeurs, transmettent des statuts et véhiculent des idéaux culturels du corps beau et sain. La beauté devient alors un fait social total, une construction collective inscrite dans la chair. Sur le plan nutritionnel, les aliments valorisés localement pour leurs effets esthétiques sont aussi reconnus pour leurs qualités biochimiques et

thérapeutiques : vitamines, minéraux, acides gras essentiels, antioxydants. Cette convergence entre savoirs traditionnels et connaissances scientifiques contemporaines montre que les pratiques alimentaires des Baoulé Gblo constituent une forme de diététique empirique, à la fois efficace et culturellement ancrée.

Cette étude ouvre plusieurs pistes de recherche : Une comparaison plus large avec d'autres groupes ethniques de Côte d'Ivoire et d'Afrique de l'Ouest permettrait de dresser une cartographie des critères esthétiques liés à l'alimentation. L'étude des transformations urbaines et des influences globales (médias, réseaux sociaux, cosmétique industrielle) sur les normes locales de beauté offrirait une lecture dynamique de l'évolution des pratiques corporelles. Enfin, une approche en santé publique pourrait s'inspirer des valeurs culturelles locales de beauté pour promouvoir une alimentation saine, en misant sur les savoirs endogènes comme leviers de prévention et d'éducation nutritionnelle. En définitive, comprendre les esthétiques du corps à partir des pratiques alimentaires constitue une voie d'accès originale à la connaissance des sociétés africaines. Cela permet non seulement de mieux saisir les systèmes de valeurs en place, mais aussi de dialoguer entre cultures, sciences et politiques alimentaires dans une perspective de développement respectueux des identités.

Bibliographie

Ahua, K., (2017), Savoirs traditionnels et alimentation en pays Gblo : enjeux de santé et de culture. Anthropologie en Afrique, 12, 89–107.

Appadurai, A., (1988), How to Make a National Cuisine : Cookbooks in Contemporary India. Comparative Studies in Society and History, 30(1), 3–24.

Bourdieu, P., (1979), La distinction. Critique sociale du jugement. Paris : Éditions de Minuit.

Counihan, C. et Van Esterik, P. (Eds.), (2013), Food and Culture : A Reader. 3rd ed., Routledge.

Dago, E., (2010), Esthétique et alimentation en milieu akan. In Revue Ivoirienne d'Anthropologie et de Sociologie, 5, 35–56.

De Garine, I., (1972), Anthropologie alimentaire : concepts, méthodes et perspectives. In: Annales de Nutrition et d'Alimentation, 26(6), 707-720.

Diouf, M. et N'Diaye, A., (2005), La beauté en Afrique : représentations et transformations. Dakar : CODESRIA.

Douglas, M., (1975), Impureté et danger : une analyse des notions de pollution et de tabou. Paris : La Découverte.

Eboh, M. P., (2009), Philosophie africaine de la beauté. Enugu : Snaap Press.

FAO, (2004), L'alimentation et la nutrition en Afrique : éléments pour une politique de sécurité alimentaire. Rome : FAO.

Goran, L. M., (2002), L'alimentation et la santé chez les peuples akan de Côte d'Ivoire. In Recherches Africaines, 1(2), 45–62.

Grégoire, E., et Labazée, P. (Eds.), (1993), Parenté et alimentation : Afrique noire et Madagascar. Paris : Karthala – ORSTOM.

Koné, Y., (2006), Les savoirs endogènes et la gestion de la santé chez les Baoulé. Bouaké : UAO.

Kuhnlein, H.V., et Receveur, O., (1996), Dietary Change and Traditional Food Systems of Indigenous Peoples. Annual Review of Nutrition, 16, 417–442.

Latham, M. C., (2001), La nutrition dans les pays en développement. Rome : FAO.

Le Breton, D., (2002), La sociologie du corps. Paris : PUF.

Mauss, M., (1936/1950), Les techniques du corps. In Sociologie et anthropologie. Paris : PUF.

Messer, E., (1984), Anthropological perspectives on diet. Annual Review of Anthropology, 13, 205–249.

Nzegwu, N., (2006), Family Matters : Feminist Concepts in African Philosophy of Culture. SUNY Press.

Olivier de Sardan, J.-P., (1995), Anthropologie et développement : essai en socio-anthropologie du changement social. Paris : Karthala.

Oyewumi, O., (1997), The Invention of Women: Making an African Sense of Western Gender Discourses. University of Minnesota Press.

Pamplona R. J. D., (2008), Guide des aliments et de leur pouvoir curatif, en 3 tomes Bibliothèque éducation et santé, éditorial safeliz.

Sarr, F., (2007), Esthétique et identité africaine. Dakar : Présence Africaine.

VALNET J., (1990), Se soigner par les légumes les fruits et les céréales, 9e édition, Librairie Maloine