

CONFERENCE « LE BIO ? QUELS EFFET SUR LA SANTE » du 13 JANVIER 2011

Note de synthèse rédigée par le Syrpa Normand après la conférence du 13 janvier 2011, à partir des interventions et de compléments, pris notamment dans Alim'Agri, revue du Ministère de l'agriculture et de l'alimentation.

Le contexte de l'information sur les produits Bio

Selon Gil Kressmann, la liberté de la presse et la liberté d'expression en France permet aux journalistes et aux personnalités qui s'expriment à la radio ou à la télévision d'affirmer n'importe quelle opinion, même non vérifiée. Ils ne seront pas contredits (sauf en cas de diffamation). De même sur internet toute personne peut dire ce qu'elle veut. Dans ce contexte, les produits Bio nous sont présentés comme ayant beaucoup de vertus. Mais qu'en est-il de la véracité des déclarations sur le Bio ?

En matière de publicité, la réglementation est plus contraignante et encadre les allégations santé (voir ci-dessous) pour empêcher les promesses trompeuses.

Les publicités sur le Bio, comme toutes publicités, y sont soumises. C'est pour cela qu'elles ne comportent pas d'arguments santé aussi prononcés que dans les discours tenus dans les médias.

Par ailleurs, les promoteurs des produits Bio ont adopté un discours surprenant qui est de se positionner en « anti » et en attaquant les produits de l'agriculture conventionnelle, en prétendant qu'ils contiennent des résidus toxiques, qu'ils sont mauvais pour la santé, pas bons au goût... Bref que c'est de la mauvaise marchandise...

« Je n'ai jamais vu une marque d'automobile dire que son concurrent était mauvais... Cela n'existe pas ! En marketing, on nous apprend la règle de ne surtout pas attaquer son concurrent car cela peut se retourner contre vous ».

En marketing, un produit doit toujours se positionner par rapport aux avantages qu'il apporte au client. Il faut valoriser ses différences et ses « plus » par rapport aux concurrents, positionnés différemment. A partir de là on peut lui donner une valeur et un prix, en tenant compte d'un coût de production supérieur. Dans le cas des produits biologiques, qui sont à des prix supérieurs de 50 à 70 %, ce n'est pas facile à vendre (étude de Que Choisir et Famille Rurales). Il faut donc vraiment s'interroger sur le positionnement des produits Bio.

L'image des produits Bio

L'enquête CSA, réalisée pour l'Agence Bio, révèle dans son baromètre de consommation et de perception des produits biologiques en France, d'octobre 2009, les raisons de la consommation de produits biologiques à travers les réponses d'un échantillon de 356 personnes (catégorie « Consommateur et acheteur bio ») :

95% : Préserver ma santé

94% : Préserver l'environnement

91% : Ma sécurité, pour être certain que les produits sont sains

87% : La qualité et le goût des produits

72% : Des raisons éthiques

69% : Le bien être des animaux

Le décalage entre les idées reçues et la science

« Les produits Bio sont bons pour la santé »

1) Le mode de production de l'agriculture biologique n'offre aucune garantie que ses produits seront meilleurs pour la santé par rapport à ceux de l'agriculture conventionnelle. En effet l'agriculture biologique impose des obligations de moyens de production, qui interdisent l'utilisation des produits chimiques de synthèse. Mais l'agriculture biologique ne comporte pas d'obligation de résultat qui serait la garantie d'un produit dont les qualités intrinsèques seraient supérieures, prouvées et vérifiées scientifiquement. Cet état de fait est résumé quand il est dit du Bio qu'il a « une obligation de moyens mais pas de résultats ».

2) **Selon Léon Guéguen**, chercheur indépendant retraité de l'Inra, en tant que nutritionniste qui a dirigé le Laboratoire de nutrition et sécurité alimentaire au centre Inra de Jouy-en-Josas, l'effet supérieur des produits Bio sur la santé n'est pas prouvé. Il n'y a pas de différence sur la santé entre un produit bio et son équivalent non bio. D'après un rapport exhaustif qui a analysé toutes les études mondiales sur le sujet, édité en mai 2010

par l'Académie d'Agriculture et une revue de synthèse publiée en juin 2010 dans les « Cahiers de Nutrition et de Diététique », la consommation régulière d'aliments issus de l'agriculture biologique n'a pas d'effet particulier sur la santé. Les faibles différences pour quelques nutriments, constatées entre produits non Bio et produits Bio (parfois plus de vitamine C et de substances anti oxydantes) ne sont pas significatives dans le cadre d'un régime global. Le plus important pour la nutrition est la diversité et l'équilibre de l'alimentation. La consommation des fruits et légumes quelles que soient leurs méthodes de production (Bio ou non Bio), est bénéfique pour la santé et doit être encouragée.

« Nous avons repris toutes les études publiées et validées par un comité de lecture, qu'elles soient favorables ou défavorables au Bio ».

« Ma seule motivation vient de ce que je ne supporte pas que l'on trompe le consommateur sur la valeur intrinsèque de ses aliments. »

3) **Les allégations nutritionnelles** et de santé portant sur les denrées alimentaires doivent être prouvées, dans le cadre du règlement du Parlement européen et du Conseil du 20 décembre 2006 (Règlement (CE) n° 1924/2006), qui est applicable depuis le 1^{er} juillet 2007 et qui stipule qu'est interdite toute information qui :

- Est inexacte, peu compréhensible ou trompeuse (par exemple qui attribue à la denrée des vertus médicinales à tort ou sans que cela soit avéré scientifiquement).
- Suscite des doutes concernant la sécurité ou l'adéquation nutritionnelle d'autres denrées.

Ce règlement complète la directive 2000/13/CE sur l'étiquetage des denrées alimentaires et la directive 2006/114/CE sur la publicité trompeuse.

Ainsi une publicité affirmant que les produits bio sont meilleurs pour la santé serait en infraction.

« Ce qui est naturel est bon pour la santé »

Tout ce qui est naturel n'est pas forcément comestible ou bon pour la santé. Les plantes toxiques ou vénéneuses existent et sont largement répandues dans la nature : cigüe, jonquille, champignon.....

Mais cela peut aussi venir d'une partie de la plante. Faut il rappeler que la pomme de terre pas mûre est toxique (solanine) ?, que certaines personnes sont allergiques aux fraises (la fraise est très allergène, car riche en histamine) ? ... que le lait doit correspondre à certaines normes (les germes et cellules ne doivent pas dépasser un seuil) ?...

Non le côté naturel n'est pas suffisant !

« Si ce n'est pas traité, c'est donc plus naturel et bon pour la santé »

Une plante qui n'est pas traitée, produit ses propres toxines pour se défendre contre une attaque de champignon ou de parasite. La plante développe alors des substances à action fongicide ou insecticide. Ce sont des substances anti oxydantes bénéfiques, comme des polyphénols tels que des flavonoïdes, ou des caroténoïdes, mais aussi des toxines naturelles dont l'innocuité n'est pas démontrée... Les tissus de la plante non traitée qui subit une agression aura une composition différente des tissus d'une plante non agressée.

« Les pesticides sont dangereux pour la santé »

Question de la salle

« Vous ne parlez pas de toutes les études qui existent sur les effets des pesticides sur la santé. Notamment, les travaux d'Isabelle Baldi, ... etc. Il y a évidemment des effets des pesticides sur la santé, et cela vous le passez quand même largement sous silence ? »

Léon Guéguen. « En parlant des pesticides, vous faites le grave amalgame entre le risque pour l'agriculteur et le risque pour le consommateur. Il est clair que les pesticides sont des substances toxiques dangereuses. Si elles ne l'étaient pas elles ne tueraient pas les insectes et les champignons. Il est clair aussi que l'agriculteur est exposé, surtout s'il ne se protège pas et il est certain qu'il y a des études, en particulier celle que vous citez, qui montrent bien qu'il y a des risques importants pour les agriculteurs qui utilisent des pesticides, de contracter des maladies et en particulier certains cancers.

La dose que reçoit le consommateur moyen est de l'ordre du millionième de celle que reçoit un agriculteur mal protégé (sans masque et équipements). Et en plus pour l'agriculteur, l'exposition aux produits se fait surtout par inhalation. Donc il n'y a pas la barrière intestinale ou le foie qui arrêtent ou qui détruisent les molécules. Ce qui est inhalé est infiniment plus toxique que ce qui est ingéré ! Et en plus la dose est incommensurablement plus grande ! »

« Au moins dans le Bio, il n'y a pas de résidus chimiques »

Léon Guéguen. « Les résidus de pesticides dans les produits de l'agriculture conventionnelle sont à des doses inoffensives si l'on accepte les limites maximales (LMR) fixées par des comités d'experts internationaux! Moins de 4 % des fruits et légumes dépassent ces limites, qui sont bien loin des limites de toxicité.

Vous avez vu probablement récemment une étude qui a été faite par une association sur l'assiette d'un enfant de 10 ans, en France. Elle a été très médiatisée. 128 résidus chimiques ont été trouvés dans leur assiette. Je vous précise que les progrès des méthodes analytiques permettent de trouver partout des résidus chimiques ... Les valeurs deviennent infinitésimales ! Et ce n'est pas 128 mais des centaines ! Je précise aussi que pratiquement tous les résidus chimiques étaient inférieurs à la LMR, et qu'aucun produit Bio n'a été analysé, ce qui aurait aussi révélé la présence de dizaines de résidus chimiques ! Sur les 128, seulement 1/3 des résidus étaient imputables à l'agriculture. Tous les autres résidus chimiques étaient imputables aux retombées atmosphériques, dioxines et autres, ... aux emballages, ... aux matériaux de construction ou du mobilier ...aux biocides ménagers, car les gens ne tiennent absolument pas compte des biocides qu'ils utilisent dans la maison, dans le jardin, pour les insectes les moustiques. Ceux là on les ignore... »

Nota: Les résidus chimiques sont très contrôlés par la réglementation sur les produits de traitement pour qu'ils ne se retrouvent pas dans les aliments. La présence de résidus de pesticides ou de médicaments vétérinaires dans les aliments mis en marché doit être inférieure à une limite réglementaire dite limite maximale de résidus (LMR). Cette limite maximale est calculée en fonction de différents critères dont celui qui vérifie qu'en consommant les produits d'une ration alimentaire normale à leurs LMR respectives, le consommateur n'ingère pas plus que la dose journalière admissible(DJA). La DJA est la quantité d'une substance dans les aliments ou dans l'eau potable qui peut être ingérée quotidiennement pendant toute une vie sans risque pour la santé. Elle est exprimée en milligrammes de substance par kg de poids corporel et par jour.

Le respect des LMR fait l'objet de contrôles par la Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes (DGCCRF). La DGCCRF publie chaque année sur internet les résultats du plan de surveillance annuel des résidus de pesticides.

En 2008, un total de **5 063 échantillons** ont été analysés. Les analyses ont porté sur la recherche et le dosage de 251 matières actives. Pour les fruits et légumes, les analyses du plan de surveillance (3 430 échantillons) révèlent que 56,2 % des échantillons ne contiennent pas de résidus, 96 % des fruits et légumes analysés respectent la réglementation et les LMR ont été dépassées dans 4 % des cas.

« L'agriculture Bio ne pollue pas l'environnement »

En agriculture biologique, les cultures sont plus diversifiées sur l'exploitation, ce qui est favorable à la biodiversité. L'agriculture bio fait appel à des solutions naturelles et agronomiques.

L'agriculture Bio n'apporte pas de pesticides de synthèse dans l'environnement (sauf le cuivre, le soufre, la roténone, les pyrèthres et d'autres !), et sans compter les retombées atmosphériques dans les cultures biologiques. Elle assure donc une meilleure préservation des eaux, du milieu (faune et micro faune), et moins de résidus de synthèse dans les produits.

Gil Kressmann. « L'agriculture biologique a permis de revaloriser l'agronomie qui avait été un peu oubliée par l'agriculture conventionnelle pendant 20 ou 30 ans et lui a donné des idées pour se développer autrement : agriculture raisonnée, agriculture à Haute Valeur Environnementale.... »

Léon Gueguen. « Nous reconnaissons et nous disons tous que l'agriculture biologique a joué un rôle positif d'alerte, pour tirer la sonnette d'alarme à tout le reste de l'agriculture et en particulier l'agriculture intensive non contrôlée, pour attirer l'attention sur les abus. C'est tout à fait vrai et c'est énorme, je le reconnais objectivement. »

« La Maison dans laquelle j'ai travaillé l'INRA se préoccupe aussi de l'agriculture biologique avec des équipes et un grand nombre de chercheurs qui s'intéressent au Bio. Dans le but justement de s'en servir comme laboratoire de recherche, pour améliorer les pratiques de l'agriculture intensive. L'agriculture raisonnée ou écologiquement intensive ou encore à Haute Valeur Environnementale s'inspirent beaucoup des observations qui ont été faites en agriculture biologique et revendique aussi de ne pas polluer ».

Question de la salle : Est-ce que l'agriculture conventionnelle empoisonne la terre ?

Gil Kressmann. « Tout dépend des pratiques agricoles. De nouvelles mesures sont prises dans l'agriculture raisonnée pour polluer le moins possible, mais que veut dire la pollution ? ... Ce qui est important c'est l'impact sur l'environnement. On peut utiliser des produits phytosanitaires ou des engrais chimiques sans polluer parce la plante les utilise, sans qu'il y ait d'excédent, et parce qu'ils sont employés à la bonne dose, au bon moment, au bon endroit.

Léon Guéguen. « Le meilleur exemple d'intoxication des sols par des produits de traitement, c'est le cuivre ! En particulier en viticulture. La vigne Bio utilise des doses massives de sulfate de cuivre. Parce qu'il n'y a pas autre chose ! Et des sols de vigne sont aujourd'hui complètement intoxiqués. La vie microbienne n'existe pratiquement plus. Les plantes ne repoussent plus. Et les moutons qui broutent sous les vignes sont intoxiqués ! Ils meurent de jaunisse. Il faut savoir que le mouton est très sensible à l'intoxication au cuivre. Cet exemple d'intoxication des sols, se pose en Bio. »

« Les produits Bio sont plus sains »

C'est le propre de toute marchandise commercialisée d'être « saine, loyale et marchande », sinon elle serait retirée du marché. Les consommateurs peuvent acheter la nourriture Bio ou non Bio en France en toute confiance. La France est l'un des pays où la sécurité sanitaire des aliments est la plus élevée. Par contre, aux Etats-Unis, chaque année entre 7000 et 8000 personnes décèdent des suites d'une intoxication alimentaire, alors qu'en France c'est une moyenne de 8 personnes/an. La Direction Générale de l'Alimentation DGAL met en œuvre des plans annuels de contrôles très stricts. Au niveau européen, le « paquet hygiène » fait reposer la sécurité alimentaire sur la responsabilité primaire de tous les professionnels de la chaîne alimentaire : agriculteurs, négociants, industriels, transporteurs, distributeurs, importateurs... qui ont une obligation de résultats en matière de traçabilité et d'hygiène. (Supplément Alim'Agri N°1546 –nov. Déc. 2010 page 4)

« L'agriculture biologique interdit l'utilisation des OGM »

L'Agriculture Biologique refuse l'utilisation des OGM, comme s'il y avait un effet santé des OGM ? En réalité, cet argument entretient une confusion. Comme si le terme OGM désignait une substance toxique qui pourrait nous contaminer. En réalité il n'en est rien, puisque l'ADN et les gènes qui sont le support de l'information génétique (que les aliments soient issus d'OGM ou non), sont détruits pendant la cuisson ou au cours de la digestion. Rappelons tout simplement que le gène est une succession d'acides aminés. Lorsque nous consommons des aliments, notre organisme décompose les différents constituants et se nourrit ensuite des éléments de base (d'origine OGM ou non) qui ne portent alors plus aucune information génétique initiale. Les OGM ne se retrouvent donc pas dans les produits transformés et sont digérés comme n'importe quel produit à condition qu'il soit comestible, et c'est le cas des produits OGM qui nourrissent le monde et le bétail depuis des années.

Gil Kressmann. « En s'interdisant les OGM, l'agriculture Biologique s'empêche de réaliser les gains de productivité dont elle a besoin pour devenir plus compétitive et approvisionner les grandes surfaces. Car elle doit faire face à l'importation des produits Bio qui risquent de lui prendre ses marchés en France. Seule une rupture technologique comme celle issue des biotechnologies, pour améliorer les rendements des plantes, lui permettrait de diminuer les coûts de production et d'envisager une réduction des prix de vente. Mais en France, les producteurs bio semblent exclure de revenir sur le bannissement des OGM, même si le débat existe déjà aux Etats-Unis. »

« Des raisons éthiques : on peut produire sans pesticides et s'en porter mieux »

L'agriculture Bio est une production sans la dépendance de produits chimiques, de façon la plus naturelle possible, mais elle entraîne plus de travail mécanique. De fait, l'agriculteur Bio a besoin de vendre sa production à des prix plus élevés pour compenser le travail supplémentaire qui lui fait obtenir moins de rendement (perte de rendement de 20 à 50%). L'agriculture bio subit les attaques de parasites et insectes ravageurs qui détruisent une partie des récoltes.

Léon Guéguen. « Les évolutions actuelles de l'agriculture conventionnelle, vers des formes plus respectueuses de l'environnement, notamment par l'application du plan Ecophyto 2018 la conduira à se rapprocher du Bio mais sans renoncer complètement aux intrants chimiques de synthèse qui sont incontournables pour éviter une chute importante des rendements. On ne peut pas augmenter ou maintenir les rendements sans engrais. On ne peut pas protéger les cultures sans la moindre trace de pesticide de synthèse !

Et encore plus dans les pays africains, notamment dans les zones subsahariennes. On entend dire que le bio généralisé permettrait de nourrir la planète, ce qui a été clairement démenti par un communiqué du Directeur général de la FAO, proclamant qu'il n'est pas possible d'augmenter suffisamment les rendements sans un minimum d'engrais ! Ce n'est pas non plus possible de protéger les récoltes, dont la moitié est le plus souvent perdue sur pied ou après la récolte, sans aucun traitement phytosanitaire ! Donc, on peut faire mieux que l'agriculture intensive et ses abus, c'est clair, mais sans aller jusqu'au Bio qui renonce par dogme à toute molécule chimique de synthèse et qui réduit les rendements. Ce n'est pas possible ! On ne peut pas aller vers une réduction des rendements partout dans le monde alors qu'il faudra augmenter la production alimentaire mondiale de 70 % selon la FAO ! Accepter de baisser les rendements, c'est un raisonnement égoïste de pays nanti ! »

L'exemple d'une idée reçue, due à une décision politique et non scientifique : les nitrates

« Question de la salle : Vous remettez en cause les normes sanitaires, sur les nitrates, sur les pesticides, c'est des normes qui sortent de l'Organisation Mondiale de la santé ! Donc on peut remettre en cause l'Organisation Mondiale de la Santé, mais quelle est la légitimité de tout ça ? »

Léon Guéguen. « Vous me dites que l'on ne tient pas compte des normes de l'OMS. Mais on ne remet absolument pas en cause les normes de l'OMS, mais où avez-vous vu cela ? Pas du tout ! On les respecte... Même si parfois on les critique, par exemple pour les nitrates de l'eau dont la teneur maximale est arbitraire et n'est pas une norme sanitaire, et nous ne sommes pas les seuls à le dire.

La norme de 50 mg/l n'est pas une norme sanitaire. Selon l'EFSA (2008) : « l'effet carcinogène des nitrates des légumes n'a jamais été démontré et ne devrait pas être mis en avant pour contrecarrer leur consommation dans notre alimentation ». Au contraire leur consommation est bénéfique pour les vaisseaux, les muqueuses et le cœur. La question des nitrates ne se pose pas dans les fruits qui n'en contiennent pratiquement pas.

Les variations de teneurs en nitrates sont sensibles dans les légumes, en fonction de très nombreux facteurs : soleil, pluie, température, l'azote soluble des engrais. L'azote soluble se trouve également dans le guano et la farine de sang ou de viande qui sont utilisés en Bio, avec également un risque de teneur en nitrate élevé.

Seules les femmes enceintes et les nourrissons, doivent faire attention à la consommation excessive de nitrate. Mais ce risque peut être très bien contrôlé par l'hygiène alimentaire. »

En conclusion

Non ! Les produits Bio ne sont pas meilleurs pour la santé. Tous nos aliments bio ou non bio sont bons pour notre santé et font l'objet de contrôles très stricts. Notre alimentation produite en France est sûre et saine. L'important est d'avoir une alimentation variée et équilibrée en nutriments.

Non ! Les produits alimentaires non Bio ne sont pas « gorgés » de pesticides. A 96% les aliments vendus en France ne dépassent pas les limites maximales réglementaires de résidus, seuils admis sans aucun effet sur notre santé même avec une consommation régulière toute notre vie. Nous pouvons avoir confiance dans notre alimentation.

Non ! Les produits Bio ne sont pas meilleurs au goût. Les tests de consommation à l'aveugle ne montrent pas une tendance nette pour le bio. Le goût est beaucoup plus une question de variété cultivée, de terroir, de maturité, de conservation, voire une notion de plaisir subjective. Les produits Bio peuvent bien sûr avoir bon goût, tout comme les produits conventionnels.

Les avantages du bio

