

*Les dossiers du Grappe asbl*

# **BIEN MANGER POUR LA SANTE... de la Planète**

Groupe de Réflexion et d'Action Pour une Politique Ecologique

**G r a p p e**  
asbl

Groupe de Réflexion et d'Action Pour une Politique Ecologique

**G r a p p e**  
asbl

# **Ce que bien manger veut dire ... ou ... comment nos choix alimentaires peuvent influencer les grandes questions écologiques d'aujourd'hui**

-

## **I. En guise de rappel et d'introduction**

### **Bien manger pour notre santé et celle de la planète**

Il est communément admis qu'une alimentation saine et équilibrée est gage d'une bonne santé;

Encore faut-il s'entendre sur le sens des qualificatifs sain et équilibré.

Une alimentation saine est constituée de produits frais, exempts de polluants chimiques ou bactériologiques, d'additifs douteux ou ayant subi des traitements préjudiciables à la qualité normalement attendue.

Une alimentation équilibrée n'entraîne pas de surcharge pour l'organisme ou de déséquilibre; elle est donc variée et riche en vitamines et oligo-éléments.

## **II. L'alimentation industrielle**

Force est de constater que l'alimentation industrielle et lourdement composée de produits animaux ne répond pas à ces critères.

En effet, elle se caractérise par :

- des méthodes de production visant avant tout le rendement : quantité, rapidité de la production au détriment de la qualité (élevages hors-sol et intensifs, accélérateurs de croissance tant dans les productions animales que végétales, monocultures ...etc...)
- l'émergence de technologie douteuses ou nocives : OGM, irradiation, usage très larges de produits chimiques abusivement présentés comme naturels (additifs en tous genres : colorants, conservateurs, édulcorants, arôme etc...voir à ce sujet le « Guide des additifs alimentaires, les précautions à prendre » aux éditions Frison-Roche)

- la mondialisation accélérée de la chaîne alimentaire et la main-mise des multinationales en amont sur la production (agriculture, pêche, élevage), en aval sur la transformation et la commercialisation.

Les incidents et épisodes dramatiques manifestement liés aux méthodes de production industrielles comme la crise de l'ESB, celle du poulet à la dioxine et l'épidémie de peste porcine, ne doivent pas occulter la dégradation généralisée de la qualité des aliments consommés dans les pays industrialisés.

Les réponses à ces problèmes qui s'inscrivent dans la continuité de ce qui se pratique depuis quelques décennies s'avèrent incapables de remédier à la situation.

Ni les législations mises en place au niveau européen, ni les organismes de contrôle ne parviennent à infléchir cette évolution.

La main-mise des sociétés multinationales, avec la complicité des pouvoirs publics de tous niveaux, sur l'agriculture, l'élevage et la pêche en amont, sur la transformation et la commercialisation en aval a emprisonné la grande masse de nos concitoyens dans une logique de production – consommation soucieuse avant tout de profits financiers et de croissance du chiffre d'affaire.

Le consommateur abruti par un déferlement publicitaire omniprésent et trompeur a bien du mal à échapper à un circuit commercial tentaculaire qui n'évoque la qualité qu'à coup d'arguments le plus souvent fallacieux.

### III. Conséquence du système alimentaire industriel

Les conséquences de ce système alimentaire industriel ne se marquent pas seulement en terme de santé pour les consommateurs mais aussi en dégâts écologiques, économiques et sociaux. En aucun cas ce système n'est soutenable.

#### Dégâts écologiques

Les dégâts écologiques sont multiples.

A l'heure où la prise de conscience des changements climatiques s'universalise, il est important de se rendre compte de la **contribution significative de l'alimentation industrielle à la montée de l'effet de serre :**

*Il faut rappeler ici que lorsqu'on parle de gaz à effet de serre, on pense souvent CO<sub>2</sub>. Cependant d'autres gaz entrent en compte qui s'ils sont présent en quantité moindre n'en n'ont pas moins un pouvoir de captation plus élevé que le CO<sub>2</sub> :*

*Pouvoir absorbant*

CO <sub>2</sub> (dioxyde de carbone)	1
N <sub>2</sub> O (protoxyde d'azote)	296
CH <sub>4</sub> (méthane)	23

- l'agriculture industrielle est basée sur le recours à de nombreux intrants chimiques, pesticides et engrais, tous issus de la pétrochimie donc consommateurs de pétrole;
- l'allongement des circuits de transformation-distribution des aliments contribue à l'explosion des transports eux-mêmes fortement impliqués dans les rejets de gaz à effet de serre (GES);
- le N<sub>2</sub>O, puissant GES, est massivement émis par les sols cultivés à grand renfort d'engrais azotés;
- l'élevage industriel utilise largement les aliments composés pour animaux à base de soja ou de maïs, cultures pratiquées à grande échelle dans les principaux pays producteurs au détriment de cultures vivrières et souvent après un déboisement ou un défrichage massif.
- l'impact en terme de GES est considérable puisque les bovins contribuent fortement aux émissions de gaz méthane et que le déboisement des forêts diminue les capacités de piégage du CO<sub>2</sub>.

Une alimentation carnée telle qu'elle est de plus en plus largement adoptée dans le monde participe donc directement et indirectement à l'émission de gaz à effet de serre .

De même, la consommation de végétaux ( fruits et légumes) hors saison implique des transports rapides, gros émetteurs de GES ( avion et camion ), l'avion étant, de loin, le contributeur le plus efficace à l'émission de GES par kilomètre parcouru ( voir texte du collectif « avion rouge » à ce sujet).

*Un exemple : Les fraises hors saison et leurs effets sur le climat.*

*Les fraises cultivées au Sud de l'Andalousie sont exportées vers la France, la Belgique et le Nord de l'Europe.*

*Pour la France, 80.000 tonnes/an, soit 1500 Km en camions de 10 tonnes, c'est-à-dire 16.000 camions ... et le CO<sub>2</sub> et autres polluants qui en résultent.*

## **Autres déséquilibres écologiques**

Mais il ne faudrait pas que la focalisation médiatique sur l'effet de serre contribue à occulter les autres déséquilibres planétaires qui menacent l'humanité.

Citons dans le désordre :

1. la dégradation accélérée de la biodiversité;
2. l'épuisement des ressources naturelles surexploitées (eaux douces, faune marine, forêt primaire);
3. la contamination irréversible des écosystèmes par des polluants toxiques, bioaccumulables et persistants;
4. la désertification accélérée de nombreuses régions par leur surexploitation.

Pour chacun de ces déséquilibres, l'alimentation industrielle a une responsabilité importante.

## 1. La biodiversité

Pour ce qui concerne la biodiversité, on sait que l'agriculture intensive joue un rôle essentiel dans la disparition de nombreuses espèces. Les rapports officiels concernant l'état de la biodiversité dans l'Union européenne confirment l'action dévastatrice des pratiques de l'agriculture industrielle.

On a vu ci-avant l'impact d'un élevage industriel fonctionnant essentiellement grâce aux cultures de maïs et de soja sur la déforestation. Le cas du Brésil, principal producteur de soja, est particulièrement significatif (voir aussi le point désertification ci-après).

Une autre illustration des conséquences désastreuses de la perte de biodiversité est celle de la crevetticulture et de la destruction des mangroves.

Un tiers des crevettes consommées dans le monde provient d'élevages. L'Indonésie est le troisième producteur après la Thaïlande et la Chine. Les fermes à crevettes s'implantent en bordure de mer, souvent au détriment de la mangrove (forêt maritime de palétuviers).

### Le cas de L'indonésie.

- *En 2002, 33,8 millions d'hectares de zones humides (essentiellement de mangrove), ont disparu ;*
- *25 % de la mangrove subsistante est disponible pour une reconversion en fermes à crevettes (décision gouvernementale)*
- *Or 1 hectare de mangrove produit jusqu'à 10 tonnes de poissons et de crustacés par an.*
- *1 milliard de personnes en dépendent comme sources de protéines.*

*En décembre 2005, seules les zones où la mangrove subsiste ont été épargnées par le tsunami.*

*(Source : E.Grundmann : « Ces forêts qu'on assassine » ; 2007)*

## 2. L'épuisement des ressources naturelles

### - L'eau douce

Les réserves en eau douce sont un paramètre essentiel dans les régions sèches pour la vie, et parfois même pour la survie, des populations qui y vivent. La pratique de cultures exigeantes en eau dans des régions où elle est une ressource rare, passant notamment par des techniques d'irrigation à grande échelle, a souvent comme conséquence de priver les populations locales d'un accès à l'eau pourtant vital.

Ainsi, en consommant hors saison, chez nous, des légumes ou des fruits originaires de ces pays, nous privons indirectement d'une ressource indispensable les plus pauvres et déséquilibrons totalement l'écosystème local.

De même avec une alimentation abusivement carnée : il faut **15.000 litres d'eau** pour produire **1 kg de viande**.

En 2025, près de 2,4 milliards de personnes pourraient manquer d'eau douce.

## - La pêche industrielle

La pêche industrielle par des techniques de plus en plus invasives a abouti à l'extinction de nombreuses espèces marines. Le bulletin de santé, publié récemment par une équipe de 15 chercheurs internationaux, de l'état global des océans (Science, 3/11/2006) montre un effondrement catastrophique de la biodiversité marine.

Une espèce comme la cabillaud a disparu à 97% du fait de la pêche industrielle et des chaluts de fond. Selon ces scientifiques, cet effondrement global aboutirait au milieu du 21<sup>e</sup> siècle à la disparition de presque tous les poissons sauvages comestibles...En effet 70% des espèces commerciales de poissons sont déjà pêchées au-delà de leur capacité de reproduction.

L'aquaculture, présentée comme une solution, ne fait, avec les pratiques dominantes, qu'accentuer les dommages (destruction des écosystèmes côtiers comme les mangroves et les fjords et propagation de maladies dues à la promiscuité aux espèces sauvages.)

## 3. Une pollution multiforme et contamination généralisée des écosystèmes

La pollution par l'agriculture et l'élevage industriels est multiforme. La plus préoccupante est sans doute celle due aux pesticides massivement utilisés dans le monde entier.

Il s'agit pour nombre de ces produits de substances toxiques, persistantes et bioaccumulables qui se retrouvent dans les eaux et les sols et en fin de compte dans l'eau de boisson et les aliments.

Il faut ajouter à cela les additifs médicamenteux utilisés dans les élevages, les engrais chimiques et les déjections animales qui contribuent à la propagation de microorganismes pathogènes qui entraînent le recours à des traitements chimiques des eaux pour restaurer leur potabilité.

## 4. La désertification accélérée

Ce qui est en train de se passer dans la forêt amazonienne est exemplaire : depuis 1970, la forêt amazonienne a perdu 16% de sa superficie et près de la moitié risque de disparaître avant 2050, principalement à cause de l'élevage et de la production de soja.

L'élevage hors sol en Europe implique la consommation de tourteaux (soja, maïs, ....) originaires principalement des Etats-Unis, du Brésil et de quelques autres pays.

### Le Brésil et la hamburger connexion.

Le Brésil est le 1<sup>er</sup> exportateur mondial de viande bovine et le 2<sup>ème</sup> exportateur mondial de soja.

L'expansion du soja et de l'élevage a lieu au détriment de la forêt amazonienne. Chaque année, plus de 25.000 Km<sup>2</sup> de forêt disparaissent.

Chaque année dans le monde, 10 millions d'hectares de terres arables sont gagnés par la désertification et deviennent inexploitable. C'est l'équivalent de la surface de la Belgique et des Pays-Bas réunis.

## Dégâts économiques et sociaux

Outre les nombreux dégâts environnementaux (eux-mêmes directement porteurs de nombreux dégâts sociaux), le choix de l'agriculture industrielle est par ailleurs responsable de nombreux problèmes économiques et sociaux.

Ceux-ci émergent particulièrement aujourd'hui : en effet nous sommes confrontés à une crise alimentaire mondiale majeure. De nombreuses émeutes de la faim ont éclaté (et éclateront encore) dans plusieurs pays pauvres : Egypte, Cameroun, côte d'Ivoire, Sénégal, Haïti... devant la hausse vertigineuse des prix des denrées alimentaires de base.

Or, la FAO déclare que l'agriculture telle qu'elle est pratiquée actuellement pourrait nourrir 12 milliards d'êtres humains, soit le double de la population mondiale actuelle !

Où est donc le problème ?

La cause première réside pour la plupart des pays du Tiers-Monde **dans la perte de la souveraineté alimentaire c'est -à -dire la capacité des peuples à se nourrir eux-mêmes.**

« Un pays sans agriculture est un pays perdu » disait déjà dans les années 1970 René Dumont.

En cause, entre autres, les cultures de rentes : coton, café, cacao voire certaines productions maraîchères,... qui sous la pression des pays occidentaux ont remplacé les cultures vivrières dans les pays du tiers-monde.

Ainsi le Sénégal, pays agricole, est obligé d'importer 80% de son riz alors qu'il est exportateur d'arachide à bas prix (arachide qui entre massivement dans la composition de nombreux aliments industriels ...et qui est responsable de nombreuses allergies infantiles !!! ...)

Ces cultures d'exportation (qui nous permettent de manger hors saison- à des prix défiants toute concurrence- toute une série de produits) rapportent des devises qui servent soit à rembourser la dette soit à acquérir des technologies douteuses (notamment des armes) ou peu appropriées.

L'Europe et les USA qui subventionnent massivement leurs agricultures exportent des produits à bas prix ou encore leurs surplus qui concurrencent les productions locales et empêchent la survie des petits agriculteurs locaux qui vont gonfler les bidonvilles dans l'espoir de trouver une vie meilleure... . Et chez nous les petites exploitations ne peuvent pas non plus survivre face à des importations de productions non régionales et produites à moindre coût par une main-d'œuvre largement exploitée. On le constate : ces pratiques ne profitent qu'à quelques grosses entreprises multinationales et sont particulièrement négatives pour les paysans qu'ils soient du sud ou du nord.

Or aujourd'hui la folie des biocarburants (qui ne sont en rien une réponse au problème énergétique—voir le dossier du Grappe à ce sujet) provoque une importante spéculation sur les terres agricoles et une concurrence majeure avec les productions alimentaires.

On assiste donc à une flambée des prix et donc à des émeutes de la faim puisque la souveraineté alimentaire a disparu.

Les perturbations liés au changement climatique risquent bien d'accentuer encore les pénuries alimentaires. Il est donc plus que temps que les populations puissent se nourrir elles-mêmes, et qu'elles puissent le faire avec une agriculture saine, garante de leur santé.

## IV. Bien manger : une priorité

On voit ainsi que le choix individuel de bien manger, c'est-à-dire de privilégier les produits issus d'une agriculture et d'un élevage écologiques (bio ou à tendance bio), de donner la priorité aux produits de la région et de saison et de rééquilibrer le régime alimentaire( moins de produits animaux) contribue à enrayer l'évolution dramatique décrite ci-dessus, tout en favorisant la santé et en permettant aux autres terriens de vivre décemment.

Ce choix individuel est d'ores et déjà possible mais il doit être favorisé par des mesures politiques appropriées :

- principe de souveraineté alimentaire (OMC- PAC);
- aides agricoles orientées vers le bio et le marché régional;
- protection des terres agricoles et des écosystèmes;
- mise hors la loi progressive mais rapide des rejets de substances dangereuses
- arrêt des subventions aux pratiques écologiquement nocives.

## V. Vers une coalition pour le bien manger

Potentiellement, il existe un large mouvement porteur d'une politique du bien manger.

D'une part, parce que tout le monde mange et boit et ensuite parce que l'existence de multiples associations militantes est porteuse, à condition que la cohérence de leurs préoccupations soit assurée.

Il s'agit d'associations écologistes, altermondialistes, tiers-mondistes, culturelles, naturalistes, de protection des animaux et...gastronomiques.

En Belgique francophone pointons dans le désordre : Amis de la Terre, Pan Belgique, Slow food, Collectif avion rouge, Nature et Progrès, Grappe, Fugea, Maison de l'écologie, Association des fromagers bio de Wallonie, Unab, Plate-forme souveraineté alimentaire, Coprosain, Confédération paysanne....etc...etc..

Il est intéressant de signaler ici au terme de ce petit dossier les conclusions de la Conférence internationale sur l'agriculture biologique et la sécurité alimentaire qui s'est tenue à la FAO à Rome du 3 au 5 mai 2007, en marge de la 33<sup>e</sup> session du Comité de la sécurité alimentaire mondiale

- *L'agriculture biologique peut contribuer à la sécurité alimentaire, mais sa capacité à affirmer son rôle dépend en grande partie de l'existence d'une véritable volonté politique.*
- *L'agriculture biologique peut atténuer les effets des nouveaux problèmes, comme les changements climatiques, grâce à des mesures comme la fixation améliorée du carbone du sol. Elle propose également des solutions pratiques en matière d'adaptation aux effets des changements climatiques.*
- *L'agriculture biologique permet de renforcer la sécurité hydrique dans plusieurs domaines : qualité de l'eau potable, diminution des besoins en irrigation des sols*

*biologiques et augmentation des rendements dans des conditions de stress hydrique dû à la variabilité climatique.*

- *L'agriculture biologique permet de protéger l'agrobiodiversité et d'en garantir une utilisation durable.*
- *L'agriculture biologique renforce la suffisance nutritionnelle, grâce à une diversification accrue des aliments biologiques, qui sont plus riches en micronutriments.*
- *L'agriculture biologique stimule le développement rural, en créant des revenus et des emplois dans des zones où les populations n'ont d'autre choix que de recourir à la main-d'œuvre, aux ressources et aux connaissances locales.*
- *Il est indispensable d'établir un réseau international axé sur la recherche biologique et sur une vulgarisation rationnelle, afin de poursuivre la mise en valeur de l'agriculture biologique. Une partie plus importante des ressources publiques devrait être consacrée aux sciences agroécologiques.*
- *La sécurité alimentaire est étroitement liée aux politiques agricoles qui déterminent les choix en matière d'exportation et d'importation. L'agriculture biologique établit un lien entre les objectifs économiques et les objectifs environnementaux et sociaux, mais sa mise en valeur ne peut se poursuivre si les mêmes règles ne sont pas appliquées à tous, grâce à des interventions appropriées de politique générale.*
- *La sécurité alimentaire n'est pas uniquement un sujet de préoccupation pour les pays en développement, car la crise des combustibles fossiles, les changements climatiques et d'autres faiblesses de la chaîne alimentaire sont également susceptibles de mettre en danger les zones ne souffrant pas d'insécurité.*

## Propositions d'actions immédiates

Dans l'immédiat, Grappe propose de se lier par un partenariat officiel et suivi à l'association nord-américaine « Food and Water Watch » car il nous paraît important d'être informé de ce qui se passe sur d'autres continents afin d'alimenter à la fois l'action et la réflexion .

Grappe propose également qu'une action sur l'alimentation soit mise au programme des prochaines rencontres Alter-ékolo.

Par ailleurs, l'irradiation des aliments est en train de se créer sournoisement un chemin et est de plus en plus présente dans notre alimentation sans que nous puissions nous en rendre compte car il s'avère que l'étiquetage à ce sujet reste plus que lacunaire de même d'ailleurs que les contrôles dont on peut se demander s'ils sont réalisés avec le sérieux requis. Grappe estime qu'une intervention forte à ce propos est opportune et urgente. (voir nos 10 propositions aux partis politiques dans le cadre des dernières élections législatives et surtout leurs réponses, site [www.grappebelgique.be](http://www.grappebelgique.be))

Enfin, Grappe s'inquiète fortement des perspectives d'utilisation de matériaux issus des nanotechnologies dans l'alimentation humaine (c'est déjà le cas aux USA!!) et prendra là aussi l'initiative d'attirer l'attention et des pouvoirs politiques et du grand public.

Martine Dardenne et Paul Lannoye  
Chercheurs associés au Grappe asbl