

Bio - les 7 vérités qui dérangent (les industriels préféreraient que vous les ignoriez)

Chère lectrice, cher lecteur,

Dans [ma dernière lettre](#), je vous ai montré comment les industriels tentaient de mettre la main sur le marché juteux que représente désormais le bio.

Aujourd'hui, j'aimerais vous présenter en détail les garanties que nous avons quand nous achetons un produit bio... mais aussi les limites du label.

J'ai notamment relevé 7 « problèmes » avec le cahier des charges bio. J'y reviens dans un instant.

Quand vous achetez un produit avec le logo AB (et/ou Eurofeuille), voici les garanties que vous avez par rapport à un produit issu de l'agriculture conventionnelle :

- Pour les végétaux : absence d'OGM et de pesticides (dans une certaine mesure)
- Pour les animaux : accès en plein air, nourriture sans pesticides et sans OGM, traitements vétérinaires et médicamenteux réduits au strict minimum et réservés aux cas d'urgence.
- En théorie, les éleveurs sont tenus de limiter le transport des animaux et d'assurer un minimum d'espace vital à chaque animal...

Notez tout de même que le label autorise les exploitations dites « mixtes », où il est possible de cultiver ou d'élever du bétail en conventionnel et en bio à la fois.

C'est sûr que c'est déjà mieux qu'un produit sans label, mais ça reste tout de même très basique et cela peut vite conduire à des dérives industrielles, que j'aimerais vous présenter ci-dessous.

1. 250 000 poules sous le même toit... vous appelez ça du bio ?

C'est triste à dire, mais la ferme bio du XXI^e siècle ne ressemble souvent pas à l'image idyllique que nous avons du bio.

En vérité, les réglementations européennes n'imposent aucune limite de taille aux producteurs bio. Vous pensez bien que pour remplir les rayons des supermarchés de la France entière et faire face à l'explosion du bio, les petites fermes familiales ne suffisent plus.

En France, les exploitations dépassant 10 hectares de serres ou 100 hectares de cultures en plein champ sont encore rares, mais ce n'est pas le cas dans le reste de l'Europe, notamment en Espagne^[1], en Allemagne ou dans les pays de l'Est.

« On sait qu'il y a une forte pression des pays du nord et de l'est de l'Europe pour affaiblir le cahier des charges européen bio », explique Guillaume Riou, agriculteur céréalier, éleveur bio dans les Deux-Sèvres et secrétaire national de la Fnab. En somme, une façon de pouvoir produire toujours plus, sans question éthique ni environnementale.

Dans certains pays d'Europe, comme en Italie, des élevages de poules pondeuses à 250 000 places voient le jour^[2]. En France, on compte déjà des élevages bio à 24 000 poules.

Pour les poulets de chair, la Commission propose de modifier dans ses normes techniques **un petit mot qui change tout**. Aujourd'hui, un bâtiment fixe ne peut accueillir plus de 4 800 poulets. Le mot « *bâtiment* » pourrait être remplacé par « *compartiment* ». Ainsi, plusieurs lots de 4 800 poulets pourraient cohabiter, simplement séparés de cloisons, dans le même hangar.

« *Nous demandions aussi la limitation de la taille des élevages de poules pondeuses, poursuit David Léger, secrétaire national Fnab en charge des filières volailles, mais cela a été refusé. Pourtant, plus un bâtiment est grand, plus il est difficile d'accéder au parcours de plein air pour les animaux.* »

2. Des pesticides aussi (mais pas les mêmes)

L'agriculture bio interdit l'usage de pesticides de synthèse (créés en laboratoire), mais d'autres produits naturels, tout aussi controversés et potentiellement dangereux pour la santé y sont autorisés.

Vous avez déjà entendu parler de la « bouillie bordelaise » ? Ce fongicide d'origine « naturelle » a pour composé principal du sulfate de cuivre, résidu le plus souvent retrouvé sur les aliments biologiques.

« *Il reste une préoccupation pour les oiseaux, les mammifères, les micro-organismes du sol, les consommateurs et les travailleurs* », selon Françoise Weber, directrice générale de l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses).

C'est la forme de cuivre « *la plus toxique pour l'homme*, prévient quant à lui le magazine 60 millions de consommateurs. *Il provoque de sévères irritations cutanées et oculaires, tout en étant toxique en cas d'ingestion*^[3]. »

Dans ce domaine, les études scientifiques récentes font défaut. Il faut remonter à 1969 pour retrouver les travaux des chercheurs de la Faculté de médecine de Lisbonne^[4].

Ils ont décrit le « syndrome du poumon des pulvérisateurs des vignes », qui provoque une altération des tissus pulmonaires pouvant mener à une insuffisance respiratoire ou des lésions au foie comme des cirrhoses.

D'ailleurs, la réautorisation du sulfate de cuivre en Europe par l'EFSA^[5], en janvier 2018, n'a tenu qu'à un cheveu... Et à la mobilisation des lobbys du bio, qui seraient fort dépourvus sans ce produit.

Au total, il y a plusieurs centaines de pesticides et engrais autorisés en bio, qui sont listés aux annexes I et II du règlement européen^[6]. La plupart dérivent du cuivre et du soufre.

3. Souffrance animale labellisée bio

Selon l'article 14 de la réglementation européenne, « *toute souffrance, y compris la mutilation, est réduite au minimum pendant toute la durée de vie de l'animal, y compris lors de l'abattage* ».

Pourtant, certaines mutilations sont acceptées, toujours pour favoriser l'industrialisation.

L'époinçage des poules par exemple : le bout du bec (jusqu'à un tiers) peut être coupé avant les 10 premiers jours des poussins, afin d'éviter que les poules trop nombreuses et trop stressées ne se picorent entre elles. Des pratiques totalement interdites avec les labels Demeter et Nature & Progrès.

Le cahier des charges actuel limite le nombre de poules par bâtiment à 3 000, mais il ne limite pas le nombre de bâtiments et prévoit un espace plus petit que le Label rouge (4 m² par poule au lieu de 5).

Les bœufs, quant à eux, peuvent être écornés lorsqu'ils sont jeunes (ce que refusent également Demeter et Nature & Progrès) et transportés pendant des heures avant d'être abattus (même si, officiellement, le règlement suggère de « *réduire la durée du transport des animaux d'élevage au minimum* »).

Le but est d'éviter que les animaux se blessent entre eux (mais aussi parce qu'un bovin sans cornes prend moins de place).

4. Des tomates qui prennent l'avion en plein hiver

Avec le bio européen, il n'y a pas de restrictions sur la saisonnalité, le transport à travers le monde, et son impact écologique...

Les supermarchés et hard discounters, qui vendent aujourd'hui la moitié des produits bio en France, ont souvent recours à des importations massives provenant d'exploitations industrielles, bien éloignées des valeurs fondamentales du bio.

Ces exploitations industrielles sacrifient l'aspect social et ne se préoccupent en rien de la saisonnalité de leurs fruits et légumes, commercialisant tomates, poivrons et concombres bio toute l'année, ce qui est à l'origine d'une pollution incroyable !

Selon l'Agence de l'environnement et de la maîtrise des énergies (Ademe), rien que le fait de produire un fruit hors saison émet 10 à 20 fois plus de gaz à effets de serre que le même fruit produit localement et acheté en pleine saison^[7].

Sans parler du goût : franchement, vous avez déjà goûté des tomates en plein hiver ?

5. Des montagnes de plastique pour emballer les légumes

Vous avez sans doute remarqué qu'au rayon bio, la plupart des fruits et légumes sont recouverts par des couches d'emballages plastiques.

Le pire, c'est que les produits conventionnels, eux, sont disponibles en vrac. Ce n'est donc pas un problème logistique, mais simplement pour des raisons financières : selon la loi, les établissements qui optent pour le vrac doivent être contrôlés par des organismes indépendants, comme Ecocert ou Bureau Veritas, qui vérifient deux fois par an, aux frais du distributeur, que l'origine bio est bien

respectée et surtout que les produits bio n'entrent pas en contact avec les conventionnels (non-bio, donc).

C'est totalement absurde !

On ne choisit pas le bio seulement pour sa santé, mais aussi pour préserver l'environnement. Alors quand on sait que des tonnes de plastique sont fabriquées uniquement pour emballer des produits labellisés bio, et que ceux-ci finiront au mieux, incinérés, et au pire, dans l'océan...

6. Attention : bio ne veut pas dire sain

En supermarché ou dans les magasins spécialisés, certains produits, même bio, restent très éloignés d'une alimentation saine.

Une vinaigrette bio prête à l'emploi sera, par exemple, presque toujours à base d'huile de tournesol, riche en oméga-6. Or ceux-ci sont inflammatoires, contrairement aux oméga-3 (huile de colza, lin, cameline) et aux oméga-9 (huile d'olive), bien meilleurs pour notre santé cardiovasculaire.

Parfois, les vinaigrettes contiennent même du sucre (bio) ! C'est également le cas des soupes préparées ou des sauces tomates. Même la charcuterie bio peut contenir des nitrites, dont on connaît aujourd'hui les dangers qu'ils représentent pour la santé^[8].

Et on ne parle même pas des pizzas, lasagnes surgelées, biscuits et autres barres chocolatées...

Il ne faut pas que le bio devienne une excuse pour manger mal.

Évitez donc les aliments transformés, surtout ceux qui contiennent des ingrédients tels que : poudre de lait, sirop de glucose, dextrose, sirop de sucre inverti, graisse de palme (biscuits, pâte à tartiner, chips, plats cuisinés...).

Et lisez bien les étiquettes pour savoir ce qui est bio ou ce qui ne l'est pas dans la composition de votre produit. Car pour pouvoir porter le logo bio, il suffit que 95 % des ingrédients soient d'origine biologique (ils sont en général signalés par un astérisque)^[9]. Les 5 % restant peuvent venir de n'importe où.

7. Qui financez-vous vraiment quand vous achetez du bio ?

Oui, le bio coûte en moyenne 30 % de plus. En tant que consommateurs, on aimerait que ce soit pour mieux rémunérer l'agriculteur, dont le rendement est plus faible sans pesticides de synthèse.

Pourtant, 46 % du surcoût du bio provient en réalité des « surmarges » réalisées sur le bio par les grandes surfaces : en moyenne les marges brutes sur les fruits et légumes sont deux fois plus élevées (+ 96 %) en bio qu'en conventionnel.

Cet écart de marge est encore plus spectaculaire pour les deux produits frais les plus consommés du rayon : + 145 % pour la tomate et + 163 % pour la pomme !

Au global, la stratégie de marge de la grande distribution – à la justification économique obscure – aboutit à l'augmentation de 135 € du panier bio annuel d'un ménage^[10].

Autrement dit, seulement la moitié du surcoût du bio payé par le consommateur va à la production, le reste étant capté par la grande distribution, bien que cela n'ait aucun coût supplémentaire pour eux...

Si le bio coûte aussi cher, ce n'est donc pas parce qu'il est plus difficile à produire, mais parce que les supermarchés ont bien compris que nous étions prêts à dépenser plus pour notre santé.

Faut-il arrêter d'acheter des aliments bio ?

La réponse est non. Comme on l'a vu, le bio est un progrès par rapport à l'agriculture conventionnelle.

Mais nous venons aussi de voir que le label n'était pas une garantie de produit sain et respectueux de la nature.

Si vous souhaitez vraiment avoir une alimentation la plus saine possible, vous ne pouvez pas vous fier uniquement au logo AB ou Eurofeuille.

Dans ma prochaine lettre, je partagerai avec vous mes conseils pour ne plus se faire avoir par le marketing du bio et faire de vrais choix pour votre santé.

À bientôt !

Amicalement,

Florent Cavalier