Publié sur *écoconso* (https://www.ecoconso.be)

FOCUS CONSO : L'ALIMENTATION 2/3 - MANGER BIO

ARTICLES
[*mise à jour : 11/2015*]

Manger bio... pour qui, pourquoi? Effet de mode, marketing ou réelles garanties ?

- Manger bio?
- Enjeux sanitaires, environnementaux et sociaux
- Pistes de rélfexion et solutions:
  - infos pratiques
  - actus
  - démontage d'arguments publicitaires et greenwashing
  - labels
  - changements de comportements et alternatives

MANGER BIO?

Aujourd'hui, le mot « bio », passé dans le langage courant, se voit largement galvaudé. Quelle est sa réelle signification en alimentation? Quels en sont les labels et quelles garanties offrent-ils? A quels enjeux et préoccupations le bio alimentaire répond-il ? Parti de la militance, ce mouvement a parfois bien du mal à ne pas se laisser gagner par la mode et le marketing. Et puis, peut-on nourrir le monde en bio, les productions étant prétendument moindres et les coûts plus élevés ?

Comme évoqué dans le **Focus conso « Alimentation »** du mois de septembre, se nourrir est un droit humain fondamental, alors que la faim touche 800 millions de personnes dans le monde. Afin de

répondre à la demande croissante de nourriture d’une population mondiale toujours plus nombreuse, certains pensent que la solution est de produire plus, et surtout des végétaux et animaux résistants aux maladies, faisant ainsi une place accrue aux modifications génétiques pour remplacer les produits phytopharmaceutiques aux effets délétères. D’autres pensent que l’agro-écologie peut nourrir le monde pendant que d’autres encore croient que leur santé ne tient qu’à la qualité biologique des aliments qu’ils ingèrent, même s’ils sont venus de très loin. Comment s’y retrouver ?

ENJEUX SANITAIRES, ENVIRONNEMENTAUX ET SOCIAUX

Dès les années 50, la volonté de produire plus a conduit l’agriculture de pratiques extensives à des modes intensifs, avec en corollaires, productions industrielles, grandes cultures, mécanisation, usage de pesticides et d’antibiotiques, troupeaux toujours plus nombreux, poulets en batteries, OGM, etc., bref, tout pour augmenter les rendements et la rentabilité. On pouvait ainsi manger de tout, tout le temps, partout et pas cher. Las, ce « progrès » se fit au détriment de la qualité, de la santé des travailleurs et des consommateurs, ainsi que de l’environnement : sols appauvris, nappes phréatiques polluées, nutriments en baisse, résidus de pesticides en hausse, maladies professionnelles liées à l'usage des pesticides, perturbations endocriniennes et autres cancers liés à la présence de pesticides dans les aliments, etc.

Dans les années 60 déjà, des irréductibles issus du monde associatif (Nature et Progrès, Soil Association, etc.) se sont insurgés contre ces dérives. D’abord considérés comme des originaux réfractaires au progrès, ils ont établi les règles de la production biologique et rassemblent maintenant de plus en plus de convaincus. Les scandales environnementaux et sanitaires des pratiques qu’ils dénoncent apportent régulièrement de l’eau à leur moulin.

PISTES DE RÉFLEXION ET SOLUTIONS

Le bio est désormais une alternative crédible aux défis de la production dans le respect de l'humain, de l'environnent et de la santé publique, même si l’on retrouve, sous le même vocable d’alimentation biologique et sous les mêmes labels, des démarches très différentes. Par exemple, des productions issues de petites exploitations paysannes comme de l’industrie de la transformation bio pourront prétendre au label européen de l'agriculture biologique pourvu qu'ils respectent les critères de la législation.

L'UE définit « l'agriculture biologique » ainsi : « méthode de production agricole basée sur le respect du vivant et des cycles naturels, qui gère de façon globale la production en favorisant l'agrosystème mais aussi la biodiversité, les activités biologiques des sols et les cycles biologiques. Pour atteindre ces objectifs, les agriculteurs biologiques doivent respecter le règlement européen qui exclut notamment l'usage d'engrais chimiques et pesticides de synthèse, ainsi que les organismes génétiquement modifiés ». L'industrie agro-alimentaire tente de cantonner le bio à cette définition technique qui l'arrange bien. Cela lui permet de faire fi des distances entre le lieu de production, de transformation et de distribution, des conditions de travail et de production, de la saisonnalité des aliments, etc. Et si le bio était plus qu'un étiquetage?

Pendant le mois de novembre, nous ferons le point :

- **informations pratiques** pour le consommateur : conseils, trucs & astuces
    - Qui veut des OGM ? (dossier novembre 2015)
    - Alimentation : bio et réfléchie (dossier)

- **actualité du secteur** :
  - Législation européenne en matière de production biologique :
    - RÈGLEMENT (CE) No 834/2007 relatif à la production biologique et à l'étiquetage des produits biologiques
    - RÈGLEMENT (CE) No 889/2008 portant modalités d'application du règlement 834/2007 (version consolidée du 1er janvier 2015)

- **démontage** des arguments publicitaires et du greenwashing :
  - finalement, l'huile de palme bio, c'est bon ou c'est pas bon?

- **labels** pour bien choisir :

Label européen de l'agriculture biologique : les produits sur lesquels il est apposé respectent le règlement européen en matière d'agriculture biologique. Sont concernés : produits agricoles (y compris l'aquaculture), aliments pour animaux et semences destinées à la culture. Le vin (production des raisins et vinification) est également concerné depuis 2012.

Nature et Progrès : les produits respectent les chartes de l'agriculture biologique de Nature & Progrès. Marque associative privée. Il y a deux mentions « Nature & Progrès » pour l'alimentation : la mention française, et la mention belge.

Biogarantie : label belge de l'alimentation bio; il garantit que les fruits et légumes proviennent de l’agriculture biologique (les produits composés contiennent min. 95 % d’ingrédients bio). Il ajoute au respect du réglement européen des critères intéressants, comme l'interdiction absolue des sels nitrités et des nanotechnologies à tous les stades de la transformation des produits. Seule la gélatine issue de poissons sauvages est autorisée, les chicons ne peuvent être forcés dans l’eau mais bien dans le sol (la culture en elle-même s’effectuant en pleine terre selon le règlement européen)...

Label AB : label français de l'agriculture bio. il garantit que les fruits et légumes proviennent de l’agriculture biologique (les produits composés contiennent min. 95 % d’ingrédients bio). Il ajoute essentiellement les règles de production détaillées applicables aux animaux d'élevage (lapins, poulettes, escargots, etc.)

Demeter : garantit que le fruit ou le légume provient de l’agriculture biologique (produits composés : min. 95 % d’ingrédients bio). Respecte également les principes de la biodynamie (par ex. nécessité d’avoir du bétail au sein de l’exploitation agricole).

Soil Association : label anglais qui garantit que les fruits et légumes proviennent de l’agriculture biologique (les produits composés contiennent min. 95 % d’ingrédients bio). Il respecte les critères du bio européen mais est plus strict sur certains aspects. On le retrouve dans nos rayons sur des produits...anglais !

- **changements de comportements et alternatives** pour une alimentation saine :
  - L'alimentation durable
  - Manger moins de viande
  - Poisson durable : local (européen), de saison, sauvage ou d'élevage, tous les critères et les labels pour bien choisir
  - Halte au gaspillage alimentaire ! 20kg de nourriture sont jetés par an et par habitant en Belgique. 1/4 de la production mondiale de nourriture est jetée. Quand on dit que le bio est cher, c'est aussi une question de coût global. Si on gaspillait moins, on pourrait redistribuer le "bénéfice" sur des produits bio judicieusement sélectionnés et consommés.
  - Menus classiques ou menus durables ? La brochure J'aime pas les chicons vous dit comment faire des choix pour manger local, sain, facile et pas cher en famille

...

Nous avons vu précédemment comment «**manger durable**» en trois étapes! Complétons cette information par **Manger bio ou local ou équitable ?**

La page du focus, qui reprend déjà de nombreuses infos pratiques, sera complétée au fil du mois.

Restez branchés pour suivre les nouveautés !

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | info@ecoconso.be | www.ecoconso.be

---

Liens
[1] https://www.ecoconso.be/fr/content/conditions-dutilisation-de-nos-contenus
[2] http://www.ecoconso.be/fr/content/focus-conso-lalimentation

[3] http://www.ecoconso.be/fr/content/qui-veut-des-ogm-organismes-genetiquement-modifies
[4] http://www.ecoconso.be/fr/Alimentation-bio-et-reflechie
[5] http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2007:189:0001:0023:FR:PDF
[6] http://eur-lex.europa.eu/legal-content/FR/TXT/PDF/?uri=CELEX:32008R0889&qid=1421324457943&from=FR
[7] http://www.ecoconso.be/fr/L-huile-de-palme-tour-d-horizon
[8] http://www.ecoconso.be/fr/content/label-europeen-de-lagriculture-biologique
[9] http://www.ecoconso.be/fr/content/nature-progres-alimentation
[10] http://www.ecoconso.be/fr/content/label-biogarantie-alimentation
[11] http://www.ecoconso.be/fr/content/label-ab-agriculture-biologique
[12] http://www.ecoconso.be/fr/content/label-demeter-alimentation
[13] http://www.ecoconso.be/fr/content/label-soil-association-alimentation
[14] http://www.ecoconso.be/fr/L-alimentation-durable%2C483
[15] http://www.ecoconso.be/fr/Si-on-mangeait-moins-de-viande
[16] http://www.ecoconso.be/fr/Poisson-durable
[17] http://www.ecoconso.be/fr/Halte-au-gaspillage-alimentaire
[18] http://www.ecoconso.be/fr/J-aime-pas-les-chicons
[19] http://www.ecoconso.be/fr/1-2-3-Je-mange-durable%2C607
[20] http://www.ecoconso.be/fr/Manger-bio-ou-local-ou-equitable

Cette publication est mise à disposition sous un contrat Creative Commons