

# COLLOQUE SANTÉ ENVIRONNEMENT ALIMENTATION BIO & SANTÉ QUE SAIT-ON DES BÉNÉFICES EN 2018 ?

Jeudi 13 décembre 2018 - De 14h à 17h45- Rennes /// Entrée Gratuite sur inscription  
à l'École des Hautes Études en Santé Publique- 15 avenue du Pr Léon Bernard- 35043 Rennes Cedex



Avec le soutien de



IL FAIT **BIO** EN **BRETAGNE** !

[www.bio-bretagne-ibb.fr](http://www.bio-bretagne-ibb.fr)

# ALIMENTATION BIO ET SANTÉ, QUE SAIT-ON DES BÉNÉFICES EN 2018?



COLLOQUE ORGANISÉ PAR INITIATIVE BIO BRETAGNE | AVEC LE SOUTIEN FINANCIER DE L'INSTITUT OLGA TRIBALLAT, LA DIRECTION RÉGIONALE DE L'ALIMENTATION, DE L'AGRICULTURE ET DE LA FORÊT DE BRETAGNE ET LA RÉGION BRETAGNE.

A L'ATTENTION DES PROFESSIONNELS DE SANTÉ (MÉDECINS, DIÉTÉTICIENS, INFIRMIÈRES...) PRESCRIPTEURS, ACHETEURS DE RESTAURATION COLLECTIVE, GESTIONNAIRES ET RESPONSABLES RESTAURATION, ÉLU(E)S, SOCIÉTÉS DE RESTAURATION, FOURNISSEURS DE LA RESTAURATION COLLECTIVE BIO, ASSOCIATIONS DE CONSOMMATEURS, ASSOCIATIONS ENVIRONNEMENTALES...

**AU PROGRAMME :** Introduction : Les aménités de l'Agriculture Biologique (étude Itab 2016) | Pr Denis Lairon, Nutritionniste, Directeur de Recherche émérite à l'INSERM (Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale) : Qualités nutritionnelles et consommation des produits bio, résultats de l'étude BioNutrinet Santé | Dr Jean-François Deleume, Radiologue (AMLP-Association Médicale Alerte des Médecins sur les Pesticides / administrateur IBB) : Pesticides et Santé : que sait-on des risques professionnels, riverains des épandages, domestiques et Alimentaires en 2018 | Dr Pierre Souvet, Cardiologue (Président ASEF-Association Santé Environnement France) : Une alimentation saine est-elle possible ?

## INTRODUCTION : LES AMÉNITÉS DE L'AGRICULTURE BIOLOGIQUE (ETUDE ITAB 2016)

**L'Agriculture Biologique est-elle bonne pour la biodiversité ? Est-ce vraiment meilleur pour le sol de cultiver en Bio ? Et si je consomme Bio, ma santé sera-t-elle améliorée ? L'Agriculture Bio est-elle un modèle économiquement viable par rapport à l'Agriculture Conventioneerelle ? Comment l'Agriculture peut-elle rendre des services ?**

C'est à ces différentes questions, qu'ont tenté de répondre concrètement et scientifiquement 2 chercheurs de l'Itab et de l'Inra en 2016, dans une étude commanditée par le Ministère de l'Agriculture, de l'Agroalimentaire et de la Forêt.

L'étude « Quantifier et chiffrer économiquement les externalités de l'Agriculture Biologique ? » analyse les externalités, positives et négatives, en lien avec l'Agriculture Biologique, en vue d'envisager une rémunération de ses externalités positives. Elle a consisté en un état des lieux des connaissances, à travers des publications scientifiques de références et a amené à des conclusions chiffrées économiquement.

Le but ? Rendre visible et mesurable par le consommateur et le décideur publique les avantages et les inconvénients de l'agriculture biologique à travers l'environnement, la santé et le social/sociétale. Le résultat ? Les bienfaits de l'Agriculture Biologique sont confirmés à de nombreux niveaux !

« Il y a externalité lorsque l'activité de production d'un agent a une

influence non marchande (positive ou négative) sur le bien-être d'un autre sans qu'aucun ne reçoive ou ne paye une compensation pour cet effet. Les externalités ne sont pas directement visibles et mesurables par le consommateur »

Nous replacerons le cadre et la démarche de l'étude qui a nécessité la mobilisation de plus de 280 références bibliographiques, nationales et internationales dans différents domaines et la consultation individuelle d'une vingtaine d'experts pour actualiser les références sur des sujets particuliers.

Nous présenterons enfin les principaux résultats de l'étude, résumés dans un tableau récapitulatif qui souligne les nombreux effets favorables de la bio :

- Moindre pollution des ressources en eau
- Protection de la biodiversité
- Amélioration des apports en alimentation humaine
- Création d'emplois...

**Pour en savoir plus :**

Synthèse : <http://itab.asso.fr/downloads/amenites/amenites-ab-synthese-nov2016.pdf>

Etude complète : <http://www.itab.asso.fr/downloads/amenites/amenites-ab-rapport-nov2016.pdf>

**Auteurs : Natacha Sautereau (ITAB). Marc Benoit et Isabelle Savini (Inra).**

## QUALITÉS NUTRITIONNELLES ET CONSOMMATION DES PRODUITS BIO, RÉSULTATS DE L'ÉTUDE BIONUTRINET SANTÉ. PR DENIS LAIRON

Les synthèses récentes (2012-16) des données scientifiques disponibles sur la qualité comparée des aliments bio et conventionnels permettent de dire que les produits végétaux bio ou animaux contiennent plus de certains nutriments et beaucoup moins de pesticides de synthèse. Dans les aliments transformés bio, ne sont autorisés qu'une cinquantaine d'additifs (presque tous naturels).

L'étude épidémiologique BioNutrinet-Santé que nous conduisons sur les consommateurs de produits bio en France (coordonnée par E. Kesse-Guyot, EREN Inserm-Inra-Université Paris 13) concerne plus de 100 000 adultes et a déjà fait l'objet de 13 publications scientifiques internationales. Les résultats obtenus permettent de dire que les consommateurs réguliers de produits bio, comparés aux non consommateurs de bio (en tenant compte des autres facteurs), montrent :

un meilleur profil alimentaire (plus d'aliments végétaux, moins raffinés), des apports supérieurs en nombreux nutriments et fibres, un plus grand respect des recommandations (PNNS) et une contamination (urines) par des pesticides réduite. Concernant la santé, ces consommateurs bio ont une probabilité d'être en surpoids et obèses beaucoup plus faible (env. - 50% ou -31%, 2 études), une probabilité diminuée d'avoir un syndrome métabolique (facteur de risque cardio-vasculaire) (-31%) et un risque de développer un cancer diminué (-25% au total; -34% pour le cancer du sein chez la femme ménopausée et -76% pour les lymphomes).

Ces constats scientifiques rejoignent ainsi les attentes croissantes de nombreux citoyens et professionnels, ainsi que les nouvelles recommandations nutritionnelles du PNNS (Ministère de la Santé) pour des alimentations plus saines et durables.



**Pr Denis Lairon, Nutritionniste, Directeur de Recherche émérite à l'INSERM** (Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale) - Unité de recherche Nutrition, obésité et risque thrombotique - Inserm/Inra, faculté de médecine de Marseille Docteur es-sciences, il a été le coordinateur du groupe de travail et du rapport de l'Afssa paru en 2003 sur la "qualité nutritionnelle et sanitaire des produits de l'agriculture biologique". Plus récemment il a contribué à un volet de l'étude **Nutrinet-Santé**. Présentée comme une des plus grandes études jamais lancées au monde sur Internet et sur des volontaires (500 000 à terme), Nutrinet-Santé vise à mieux comprendre les relations entre la nutrition, la santé, les comportements alimentaires. Elle est coordonnée par l'unité de recherche en épidémiologie nutritionnelle affiliée à l'Inserm, l'Inra, le Cnam et l'université Paris XIII. Le volet piloté par Denis Lairon de l'Inserm et portant sur 54 311 participants concerne le profil des consommateurs de produits bio en France. Des résultats ont été publiés en octobre dernier.



## PESTICIDES ET SANTÉ : QUE SAIT-ON DES RISQUES PROFESSIONNELS, RIVERAINS DES ÉPANDAGES, DOMESTIQUES ET ALIMENTAIRES EN 2018?

### DR JEAN-FRANÇOIS DELEUME

**PESTICIDES et SANTE HUMAINE** : que sait-on en 2018 des conséquences sanitaires des expositions professionnelles aux pesticides, de l'exposition des riverains aux épandages, des expositions domestiques notamment pendant la grossesse et chez les enfants, de l'exposition de la population générale par voie alimentaire ?

Les tableaux de maladies professionnelles liées aux pesticides témoignent des risques comme celui de la maladie de PARKINSON (RA58) et celui des LYMPHOMES (RA59) ainsi que ceux liés aux solvants des formulations commerciales comme les LEUCEMIES du benzène (RA19). Pour les riverains des épandages de pesticides, l'INSERM a établi en 2018 qu'il y a un risque augmenté de maladie de PARKINSON particulièrement en région viticole. Pour les risques liés aux utilisations domestiques, une méta-ana-

lyse de 2015, confirme l'augmentation du risque de LEUCEMIES pour les enfants exposés à domicile pendant la grossesse aux insecticides, et de TUMEURS du système nerveux. L'expertise collective de l'INSERM, Pesticides Effets sur la santé, identifiait déjà ces risques en 2013. Des risques liés à la consommation d'aliments contaminés par des résidus de pesticides pour la population générale sont démontrés par exemple dans les études de l'INSERM en Guadeloupe reliant les mesures de l'insecticide CHLORDECONE dans le sang aux risques d'accouchements prématurés pendant la grossesse et de troubles du développement neurologique pour les garçons de la cohorte TI-MOUN, de cancers de la prostate pour les hommes de l'étude KARUPROSTATE. En 2018 des résultats de la cohorte française NUTRINET SANTE confirment que la consommation d'aliments issus de l'Agriculture Biologique, diminue significativement le risque de développer un cancer, notamment cancer du sein et lymphome.



**Dr Jean-François DELEUME . Médecin spécialiste en radiodiagnostic et imagerie médicale. Médecin des hôpitaux.** Membre du comité de pilotage du Plan Régional Santé-Environnement de Bretagne pour les associations environnementales. Porte-parole et administrateur de l'association Alerte des Médecins sur les Pesticides. Administrateur d'Initiative Bio Bretagne.



## UNE ALIMENTATION SAINNE EST-ELLE POSSIBLE ? DR PIERRE SOUVET

Une grande partie de l'alimentation est contaminée par des produits chimiques issus de l'industrie. L'alimentation est une voie fréquente de contamination. Outre la contamination par les pesticides, on note la présence ubiquitaire de contaminants qui ont pour la plupart des propriétés perturbatrices endocriniennes qui se rajoutent à leur toxicité directe.

Les Perturbateurs Endocriniens (PE) sont des substances chimiques (xénobiotiques développées par la chimie minérale et/ou organique de synthèse) ou naturelles (phyto-oestrogènes, certains métaux lourds) capables d'interférer avec le système hormonal. Cette action peut se faire à chaque étape du fonctionnement normal des hormones (transport, métabolisme, production, régulation des gènes, activation...). Les PE sont capables de persister dans l'environnement et la compréhension de leur mode d'action marque un changement de paradigme toxicologique. En effet, ce mode d'action complexe met en jeu des effets à des doses infinitésimales, et décrits par des courbes de dose-effets non proportionnelles à la dose dite non monotone. De plus, leur toxicité peut être accentuée par un effet cocktail, un effet cumulatif de par la nature chronique de l'exposition tout au long de la vie. Des mécanismes épigénétiques sont l'une des bases du mode d'action des PE. Ils sont définis par la modulation de l'expression des gènes sans en modifier la structure.

Certaines périodes de la vie rendent les populations plus vulnérables à l'action des PE. Il s'agit là de la notion de fenêtres d'exposition. Ces phases de vulnérabilité sont la période fœtale et embryonnaire, la petite enfance ainsi que la puberté. Les pathologies liées aux perturbateurs endocriniens sont essentiellement des pathologies chroniques, cancer hormono dépendants troubles de

fertilité et de reproduction, troubles métaboliques (diabète, obésité), troubles du développement cérébral.

Nous passerons en revue les contaminants industriels directs de la chaîne alimentaire notamment la contamination au méthylmercure et aux PCB (polychlorobiphényles). Elle se fait essentiellement par les poissons d'eau douce et les poissons de mer prédateurs de fin de chaîne alimentaire.

Les PCB ont une forte affinité pour les graisses et vont se retrouver en plus forte quantité dans les poissons gras et dans nos graisses ! Les emballages alimentaires peuvent générer la contamination de l'aliment (boîtes de conserve canettes, emballages...) d'autant plus qu'il y a chauffage, ce qui va accentuer le passage du contaminant vers l'aliment ; les bisphénols et les phtalates en font partis. Les composés perfluorés peuvent être libérés de certains ustensiles de cuisine antiadhésifs ou certains emballages alimentaires.

La non exposition totale à ces polluants est impossible car ils sont ubiquitaires dans l'environnement et la chaîne alimentaire ; des mesures personnelles de réduction d'exposition doivent être connues ; manger bio, cuisiner, préférer les conserves et bouteilles en verre, éviter de faire chauffer les contenants alimentaires en plastique, appliquer des précautions particulières lors des périodes de sensibilité particulière (grossesse, enfance...).

Réf : *Comment protéger mes patients de la contamination chimique et des perturbateurs endocriniens*. URPS PACA ML . ASEF .ARS  
<http://www.urps-ml-paca.org/wp-content/uploads/2018/10/Guide-Perturbateurs-Endocriniens.pdf>



### Dr Pierre Souvet, (Président ASEF-Association Santé Environnement France)

Cardiologue libéral depuis 1986. Président et cofondateur de l'Association Santé Environnement France depuis 2008. Elu « **médecin de l'année 2008** » par le journal *Impact Médecine*. **Membre du Groupe Santé Environnement** au titre de l'ASEF (Le groupe santé environnement (GSE) a été mis en place le 19 octobre 2009 par les ministères chargés de la Santé et de l'Environnement). Enseignant au DU management du développement durable en santé de la faculté de Montpellier depuis 2013. **Ouvrages** : *200 alertes santé environnement* - Préface de Nicolas Hulot. Edition Trédaniel 2016 / *Notre santé et la biodiversité* - Préface de Hubert Reeves et Pierre Souvet. Edition Buchet Chastel 2013.

POUR PRÉPARER L'AVENIR BIO ENSEMBLE,  
REJOIGNEZ NOS ADHÉRENTS !

### INITIATIVE BIO BRETAGNE

EN BRETAGNE, LES ACTEURS DE LA FILIÈRE BIO S'ORGANISENT AFIN DE DÉVELOPPER L'OFFRE DE PRODUITS BIO RÉGIONAUX : CRÉER UNE VALEUR AJOUTÉE AU SEIN DE LA FILIÈRE BIO, DES EMPLOIS DANS LA PRODUCTION, LA TRANSFORMATION ET LA DISTRIBUTION... EN S'APPUYANT SUR LE RÉSEAU DES ENTREPRISES BIO BRETONNES !

### 3 RAISONS D'ADHÉRER À IBB !

- 1. PARTICIPER À UN RÉSEAU ACTIF**  
Journées Filières et Techniques, Rencontres d'Affaires, colloques, présence collective sur les salons...
- 2. SE TENIR INFORMER FACILEMENT**  
Une veille constante sur l'actualité de la filière et du marché Bio et des outils adaptés...
- 3. ÊTRE ACCOMPAGNÉ DANS SES PROJETS**  
Aides financières, appui au développement d'activités, de gammes et de filières Bio, mise en relation, valorisation des acteurs Bio bretons, recherche et expérimentation...

ADHÉRER À IBB VOUS PERMET DE REJOINDRE UN RÉSEAU DE 180 ENTREPRISES ET ORGANISMES ET DE BÉNÉFICIER DE L'ENSEMBLE DE NOS SERVICES !

### VOUS AVEZ UNE QUESTION?

#### CONTACTEZ-NOUS !

INITIATIVE BIO BRETAGNE  
 2 SQUARE RENÉ CASSIN - IMMEUBLE LES GALAXIES  
 35700 RENNES  
 TÉL. 02 99 54 03 23  
 CONTACT@BIO-BRETAGNE-IBB.FR

WWW.BIO-BRETAGNE-IBB.FR



@IBB\_BioBretagne



BioBretagne