

De la Fourche
à la Fourchette

Liliane Fovini-Ponscarne

Avril 2007

De la fourche à la Fourchette 2

*"Ce qui importe alors par-dessus tout,
c'est d'apprendre aux hommes
que la vie humaine ne se déroule pas au hasard
des circonstances extérieures,
mais qu'elle est sous
la dépendance étroite d'un ensemble
de lois précises qui décernent
la santé et la paix à ceux
qui les suivent et qui,
par contre, traitent douloureusement
les ignorants et les rebelles..."*

*Dr Paul Carton
(1875-1947)*

Introduction

Pour parler des aliments biologiques, il faut d'abord se pencher sur le sol et les plantes qui y poussent.

Le cycle de la vie sol-plante

L'agriculture biologique fait appel au système ou à la méthode des restitutions organiques.

Cette démarche est celle de la continuité des chaînes biologiques entre les micro-organismes et les éléments minéraux du sol, les végétaux, les animaux et les consommateurs. Tout cela se tient et constitue un cycle fermé. Si cette conception n'est pas respectée, on arrive à la désertification.

Pour comprendre comment cette continuité est le plus souvent brisée par les techniques chimiques et mécaniques, il faut considérer la manière avec laquelle les micro-organismes régénèrent le sol et participent à la fertilité de cette substance vivante.

La nourriture naturelle des plantes provient de la transformation des formes de vie ayant péri dans un ensemble complexe d'éléments minéraux, assimilables pour elles.

Cette dégradation est le fait de centaines de milliards à l'hectare d'insectes, vers de terre, d'acariens, champignons ou bactéries qui constituent la population du sous-sol et dont l'importance est primordiale.

Les vers de terre, en améliorant sa structure, rendent le sol meuble et bien aéré, ce qui facilite la pénétration de l'eau et de l'air. L'humidification qui en résulte, ainsi que la transformation accélérée de la matière organique en humus, assurent aux prairies ou aux plantes une plus grande résistance à la sécheresse ou aux érosions provoquées par les grandes pluies.

Il s'agit là de l'agriculture biologique et pas du tout de l'agriculture dite intégrée ou raisonnée, ce qui veut dire que l'agriculture productiviste ou chimique n'est pas raisonnable ; pour moi, cette dernière devrait être tout simplement interdite, étant donné qu'elle ne résout pas le problème de la famine et de la sous-alimentation, mais qu'elle provoque au contraire, une foultitude de dysfonctionnements dans la vie des sols, ainsi que des troubles divers et des maladies dites de civilisation.

Pour ce qui a trait à l'écologie, c'est un désastre, car elle perturbe gravement tous les cycles naturels dont dépend la santé de tous les êtres vivants.

Agriculture : la méthode québécoise

Il existe plusieurs autres bonnes méthodes culturales, pratiquées à travers la planète. Les cultivateurs savent que pour pénétrer les couches de terre, l'eau a besoin de trouver une terre qui ne soit pas trop compacte. Je pense en particulier à la méthode développée par un Canadien, qui consiste à broyer des branches et des branchettes et à en recouvrir le sol.

Ce Québécois s'est demandé comment fait la forêt pour produire de l'eau et ses réflexions l'ont amené à comprendre que c'étaient les champignons qui étaient à l'œuvre dans le sol forestier et pas les bactéries qui se trouvent dans un sol cultivé conventionnellement ou dans le compost.

Avec le changement climatique, il est urgent de reboiser, après avoir dévêtu la terre de ses plus belles parures... Si l'humanité veut encore se nourrir à l'avenir, elle sera obligée de replanter des haies et des arbres. Les autoroutes ne procurent pas à manger ni à boire.

Définition de l'agriculture biologique et de ses principes de base, d'après le Rapport Debatisse publié en douze langues dans les différents pays de la C.E.E., le 2 avril 1987.

« L'agriculture biologique est une agriculture à haute valeur ajoutée, plus autonome, plus économique, et sans impact négatif sur les ressources naturelles, la santé et le milieu naturel.

L'ensemble de ces pratiques constituent une utilisation rationnelle du complexe universel: « soleil, plantes, eaux, sol, micro-organismes ».

C'est par le principe de la photosynthèse la plus grande richesse énergétique renouvelable du globe, que cette bio-industrie fonctionne avec les enzymes de la terre. Elle peut produire des milliers de fois plus d'énergie (biomasse, azote, protéines) que l'homme ne peut en utiliser.

C'est à l'évidence le seul gisement exploitable intelligemment pour l'avenir de l'humanité. L'agriculture biologique est l'une des technologies sérieuses pour la mise en valeur de ce gisement.

Ses pratiques constituent une meilleure gestion des *éco-agrosystèmes* d'après l'agronome M. A. Altieri de l'université de Berkeley en Californie. Elles figurent parmi les bio-technologies renouvelables, traditionnellement adaptées (n'oublions pas que la fermentation est connue depuis l'antiquité). Elle constitue le meilleur outil de gestion des exploitations par rotations, diversifications, alternances ou associations de productions et lutte biologique intégrée, c'est-à-dire les systèmes de régulation naturelle, contre la prolifération des parasites.

Pourquoi est-il devenu urgent d'encourager l'agriculture biologique? Parce que sur le plan du milieu vital, tous les experts sont unanimes à démontrer les méfaits de l'agriculture industrielle, et aussi parce que sur le plan de la santé, des médecins, des oncologues réputés lancent des cris d'alarme en déclarant que *agriculture-alimentation-santé* sont trois réalités indissociables. Parce que sur le plan économique, l'agriculture productiviste est devenue une absurdité.

Après avoir permis un réel progrès social et culturel, la modernisation de l'agriculture en une trentaine d'années a dépassé ses objectifs. La course aux rendements est devenue une obsession généralisée qui n'a plus aucune justification sérieuse. Elle ne sert ni les pays développés qui croulent sous l'abondance des réserves, ni les pays en voie de développement, pourvoyeurs obligés de nos matières premières à bas prix qui mobilisent leur énergie et leurs meilleures terres à la satisfaction de nos besoins, plutôt qu'à leur propre sécurité alimentaire.

Elle ne sert pas non plus les intérêts des agriculteurs qui doivent enfin comprendre que rendement n'est pas synonyme de revenu, ni ceux des consommateurs qui savent maintenant que quantité n'est pas synonyme de qualité.

Cette situation a pu ainsi se prolonger parce que l'opinion publique a confondu performances agronomiques et succès économiques, alors que le bilan global de l'agriculture industrielle est devenu négatif, comme nous l'avons démontré. En effet, on découvre maintenant les « coûts cachés » de cette agriculture moderne, lesquels sont transférés vers des secteurs dits < périphériques > tels que:

- a) Les contribuables qui s'aperçoivent qu'ils doivent supporter les coûts sociaux de la pollution des nappes phréatiques, de la désertification rurale, des incendies de forêts, du chômage, du gaspillage d'énergie, du soutien artificiel des prix par les subventions.
- b) Les générations futures qui devront supporter les conséquences de nos actes : appauvrissement ou disparition des ressources génétiques et de la matière organique, érosions des sols. etc.

Le bien-fondé des objectifs de progrès qui ont guidé les choix de la politique agricole d'après-guerre ne doivent pas nous faire oublier que le modèle d'agriculture devenu « *dominant* » est de moins en moins adapté aux exigences de la situation et, de plus en plus dangereux pour l'équilibre social, économique et alimentaire de la planète.

La vocation essentielle de l'agriculture est d'assurer la sécurité alimentaire des communautés humaines avec comme corollaire indispensable, l'entretien des ressources naturelles de l'appareil de production (*le sol*).

En conclusion, il devient urgent de répondre aux aspirations des populations qui ont pris conscience de l'absurdité et des dangers de la situation actuelle etc., dont 27 % d'après les sondages récents, souhaitent le développement d'une agriculture de qualité.

Pour souligner certains des thèmes nouveaux mis en avant par les nutritionnistes et les cancérologues, disons qu'en quelques années l'épidémiologie a fait de grands pas en avant sur la *relation alimentation - santé*.

Des cancérologues aussi célèbres que le professeur Georges Mathé n'hésitent pas à stigmatiser l'agriculture moderne. Il ne fait d'ailleurs que confirmer la conclusion de deux colloqués scientifiques organisés par des spécialistes à Vienne en Septembre 1984 et à Sienne en Italie en Avril 1985, qui s'interrogeaient sur les moyens d'endiguer l'hécatombe des maladies modernes, cancer et athérome coronarien, en déclarant qu'il fallait d'urgence réformer l'agriculture et l'alimentation, car les échecs de la médecine moderne, face à ces maux, iraient en s'aggravant.

Le professeur Mathé, dans un document qu'il a diffusé en 1986, désigne clairement la responsabilité des substances chimiques de l'agriculture (hormones, engrais et pesticides). Son collègue nutritionniste réputé, le Professeur Lederer de l'université libre de Bruxelles qui intervenait au colloque « Santé-Nutrition - Agronomie et problèmes Agricoles » le 13 Juin 1986 à Paris, devait déclarer que l'espérance de vie a commencé à diminuer sensiblement depuis les années 1960, après avoir progressé jusque-là et que, d'après lui et de nombreux collègues *la médecine de soins était au bout de ses possibilités*.

Il faut indéniablement remettre en cause l'alimentation, les chiffres le confirment, 40 à 50 % des maladies sont dues aujourd'hui à des désordres alimentaires. Ce qui faisait dire au professeur G. Mathé que 50 % du budget de la Santé pourrait être économisé grâce à la prévention nutritionnelle accompagnée d'une indispensable réforme de l'agriculture et, de citer en exemple le cas du pain dont on redécouvre les vertus comme aliment préventif des cancers colo-rectaux, grâce à la protection de ses fibres si importantes pour l'amélioration du transit intestinal...

Alimentation

Définition du terme « biologique »

1 - Que le qualificatif « biologique » ait dû être accolé à l'adjectif alimentaire est un paradoxe. Comme si l'alimentation ne devait pas, par essence même, être biologique, c'est-à-dire être de la vie, servir à la vie ! Que l'expression paradoxale « alimentation biologique » ait dû être inventée et qu'elle se soit imposée, est le signe que le système productiviste mérite, pour le moins, d'être fortement amélioré, sinon remplacé.

2 - Une telle qualité biologique exigée par le consommateur averti, des denrées qu'il consomme, implique une multitude de contraintes de production, de conservation, de transformation, de transport.

Le concept de « qualité biologique »

A partir du moment où la certitude est acquise et qu'une bonne part des maladies est directement causée par l'alimentation, le moyen le plus simple pour les supprimer est à la fois d'éliminer de l'alimentation tout ce qui est susceptible de les provoquer et d'insérer dans celle-ci tout ce qui peut permettre de lutter contre elles.

La qualité étant définie comme l'aptitude d'un produit (ou d'un service) à satisfaire les besoins des utilisateurs, la qualité « biologique » doit être conférée, en ce qui concerne l'alimentation et sa production, à toute denrée, à toute pratique agricole, à tout procédé de préparation, de conservation, etc... à tout régime dépourvu de conséquence néfaste pour la vie.

Mérite le qualificatif « biologique », tout aliment présentant d'une part, une teneur élevée en matière sèche (signe de sa bonne composition minérale), le spectre complet des oligo-éléments, des vitamines, caractéristiques de son espèce et les produits spécifiques de celle-ci et ne contenant pas, d'autre part, de produits phytosanitaires de synthèse, de nitrate (et nitrite) d'origine industrielle, de conservateurs, de colorants, d'édulcorants, d'auxiliaires de sapidité, de molécules anormales, de substances cancérigènes ou autres.

Cette situation, au lieu de s'améliorer, s'est beaucoup aggravée. L'homme a toujours le réflexe de nier l'évidence, à ne pas croire ou à ne pas accepter ce qu'il a incontestablement sous les yeux.

Des professeurs de médecine nous disent aujourd'hui que l'augmentation de plusieurs maladies est due à l'allongement de la vie ; d'autres, tout aussi diplômés, nous expliquent que la principale cause de l'augmentation de nos maladies de civilisation (du style de vie) est la masse considérable de substances qui sont étrangères à notre biologie et également à celle de la nature.

Quant aux responsables officiels, ils commencent toujours par prendre le parti de ceux qui nient l'évidence et comme cette période dure plusieurs années et même plusieurs générations, les problèmes qui n'ont pas été résolus à temps, tournent au désastre, comme nous pouvons le constater chaque jour...

Dans le domaine des substances chimiques répandues partout, la situation n'est pas « sous contrôle ». Si la situation était bien maîtrisée, les problèmes n'iraient pas en s'aggravant.

De la fourche à la Fourchette 7

Les autorités, régulièrement, obstinément, parfois farouchement, s'emploient à nier l'évidence. Il est vrai que lorsqu'une situation nous apparaît à la fois plus ou moins terrible et inévitable, n'avons-nous pas tendance à nous dire : « Je préfère ne pas y penser » ?

« S'il faut prévenir la catastrophe, on a besoin de croire en sa possibilité avant qu'elle ne se produise ; si, inversement, on réussit à la prévenir et qu'elle ne se soit pas réalisée, ce fait la maintient dans le domaine de l'impossible et les efforts de préventions en apparaissent rétrospectivement inutiles ». (Réf. : Jean-Pierre Dupuy, « Pour un catastrophisme éclairé »).

D'un côté nous avons à notre disposition la possibilité de nous informer sur des sujets graves et de l'autre côté, des décideurs politiques qui ne veulent ou qui n'ont pas le temps de lire les livres et les documents qui pourraient les aider à prendre de meilleures décisions, même si cela gêne quelques intérêts particuliers ou froisse quelque parti politique.

Étude sur les méfaits du sucre aux Etats-Unis

Une étude a été faite aux États-Unis d'Amérique ne portant effectivement que sur la consommation de sucre chez les délinquants, mais les résultats sont déjà concluants. Voici une traduction de l'article en question, paru dans la revue américaine « PREVENTION » d'octobre 1983.

Les innovations des programmes pénitentiaires montrent qu'une amélioration de l'alimentation pourrait être notre meilleure défense contre la vague croissante de la violence.

L.M. (Extrait de la Préface du traducteur)

Pourquoi nos rues et nos parcs sont-ils aujourd'hui beaucoup moins sûrs qu'il y a 10, 15 ou 20 années ? Pourquoi nos jeunes deviennent-ils fous furieux et commettent-ils des crimes atroces ?

Depuis bien des années des solutions sont cherchées pour remédier à cette effrayante épidémie de crimes et de violence dans notre société. Des peines de prison de plus en plus sévères sont infligées, l'embauche des policiers est augmentée, les serrures à nos portes sont doublées, nous évitons de nous promener seuls la nuit, nous faisons déborder la population de nos prisons. Malgré tout cela la criminalité n'a pas de cesse. En dépit des thèses pour renforcer la sévérité face au crime, la déconcertante épidémie de violence atteint de telles proportions qu'il n'y a guère de ville ou de hameau de notre pays tout entier qui n'ait été victime de ses conséquences tragiques. Pourquoi ?

Combien d'entre nous penseraient à associer le comportement aberrant, conduisant à des actes criminels, au type de nourriture consommée ? Nous avons longtemps cherché à savoir ce qui « dévorait » les jeunes, mais peut-être est-il temps de se demander ce qu'ils ont dévoré !

"Améliorer l'alimentation et le genre de vie des enfants qui présentent des troubles du comportement et des retards dans leurs études serait un pas de géant vers une réduction de la délinquance juvénile et de la fréquence des actes criminels, affirme Alexandre Schauss, pionnier dans le développement de la réinsertion innovatrice et auteur du livre "Régime, crime et délinquance" (Parker House, 1980).

Schauss, éditeur du "Journal international de recherche biosociale", remarque, alors qu'il travaillait dans les services de jeunesse dans le Dakota du sud, que le groupe de maisons qui faisaient le meilleur travail dans le domaine de la réinsertion, offraient une meilleure alimentation. Dans une institution spécialisée, "Notre Maison", dans l'Huron, les jeunes font des séjours de 3 à 6 mois, alors que la moyenne pour cet État se situe entre 12 et 18 mois. Les jeunes profitent des légumes de leur propre

potager, goûters complets, mais pas de café, ni de thé ni de sucre.

Schauss nous a déclaré ce qui suit: « la conduite déviante est absolument fonction d'un excès de sucre, qui n'en est pas l'unique cause ». L'influence négative de la pauvreté, du chômage, de la violence familiale et des problèmes psychosociaux ne peut être écartée, mais il est certain que les déficiences vitaminiques, les additifs alimentaires chimiques, les allergies, les empoisonnements au plomb, les carences en fer, ainsi que l'hypoglycémie (faible teneur en glucose dans le sang) doivent être pris en considération.

Un programme alimentaire a fait baisser la criminalité

"J'ai vu des prisonniers remplir à moitié de sucre leur tasse de café", dit Schauss. "Les détenus adultes consomment

quotidiennement une moyenne de 20 onces (567 g) et les adolescents 12 onces (340 g) de sucre. Cette surcharge de sucre peut provoquer toutes sortes de désordres du métabolisme, ainsi que de l'hypoglycémie."

Lorsque Schauss était directeur stagiaire dans le Comté de Pierce, État de Washington, le taux de retour au crime (récidive) était de 33%. Au bout d'une année, pendant laquelle un groupe expérimental de détenus adultes avait été soumis à un programme alimentaire, le taux de récidive s'abaissa à 11%. Au bout de deux années, le taux de récidive de ce groupe continuait à être bien au-dessous de la moyenne nationale, qui oscille entre 25% et 75%.

Barbara Reed, autrice de "Food, Teens and Behavior" (Alimentation, Jeunes et Comportement - Natural Press 1983), témoigna en 1977 avoir utilisé ce qu'elle appela une "alimentation anti-crime". Lors de son stage d'administratrice à Cuyahoya Falls (dans l'Ohio) il y avait 252 sur 318 détenus qui souffraient de maladies causées par une mauvaise alimentation et par des carences vitaminiques. Très peu de ceux qui poursuivirent le programme amélioré d'alimentation repassèrent devant le tribunal pour délit. Dans la plupart des cas, Reed nota que la remarquable amélioration de leur santé les rendait plus réceptifs à un programme normal de réinsertion.

Pendant de nombreuses années, la relation entre l'alimentation et le crime fut largement ignorée par les criminologues et particulièrement par les directeurs d'institutions pénitentiaires, car, comme le dit Schauss: « Ils n'ont jamais étudié au cours de leur formation professionnelle, la relation entre le régime alimentaire et la criminalité. Cela ressemble beaucoup à l'attitude de certains médecins face à l'alimentation et aux vitamines. Comme ils ne les ont jamais étudiées dans leurs facultés de médecine, ils ne se sentent guère à l'aise pour les recommander ».

D'après Stephen Schoenthaler, Ph. D., directeur des études de droit pénal au California State College, l'étude pilote révéla que la réforme alimentaire de 276 jeunes avait amené les améliorations suivantes: 48% pour le comportement asocial, 77% pour les vols, 82% pour les agressions et 55% pour le refus d'obéissance aux ordres.

Quel est le phénomène qui apporta cette remarquable amélioration du comportement ? Ni la psychanalyse, ni les conseils, ni les menaces, ni les récompenses, mais seulement un changement d'alimentation en vue de réduire la quantité de sucre absorbée.

Il ne faut pas oublier que les détenus, leurs parents, ainsi que la plupart du personnel n'étaient pas informés qu'une étude était menée. Ils remarquèrent naturellement le nouveau distributeur de jus de fruits naturels, ainsi que l'absence de sucriers; et lorsqu'ils posèrent des questions à ce sujet, il leur fut dit que quelques changements étaient introduits pour améliorer la santé. Dès la suppression du sucre, les comportements violents baissèrent de 50%. Le directeur de projet, Frank Kern, étant connu comme un enthousiaste de la santé, l'explication fut acceptée avec le sourire.

Même les rares employés qui tenaient à jour les registres de comportement quotidien des détenus, notant chaque infraction aux règles, n'avaient aucune idée qu'une étude était en cours.

Ces registres révélèrent une baisse de 29% pour le comportement violent des adolescents qui avaient à leur actif des délits tels que vols, vols, agressions. Des résultats encore meilleurs furent obtenus pour les adolescents ayant commis des délits d'atteinte à la propriété, de cambriolages, de vols et larcins. Leur taux de violence s'abaisse de 50%, rien de moins. A la suite de cette étude, démontrant sans l'ombre d'un doute la liaison entre le crime et l'alimentation, l'administration fédérale réagit positivement pour la première fois par un soutien financier aux chercheurs dans ce domaine. "Mais" dit Schauss "ce type d'étude, qui cherche à remplacer le sucre raffiné par des aliments sains, n'exige pas de grands budgets". Au contraire, les analyses menées par Kern au service d'approvisionnement des prisons en repas naturels, essentiellement complets, firent ressortir un coût moyen de 61 cents par repas contre 1\$ pour les menus précédents.

D'autres institutions ont réalisé de pareilles économies. Georges Phyfel, directeur de l' Alabama Department Youth Service, nous dit qu'après avoir éliminé les aliments industriels, supprimé le sucre, substitué des jus de fruits frais aux boissons gazeuses et remplacé les bonbons par des fruits, il a constaté non seulement que les enfants étaient devenus plus calmes, moins agressifs, plus intéressés à coopérer, mais encore que le coût de la nourriture avait baissé d'un tiers, ce qui est intéressant !

Comment les enfants acceptèrent-ils ces changements? "Ils ne firent aucune objection", dit Phyfer, seuls les éducateurs émirent des réserves, car ils regrettaient leurs « Coca-colas » et les barres à la crème qu'ils utilisaient auparavant comme récompenses de comportement normal. Ils se rendirent compte par la suite que l'attribution de privilèges différents constituait un système d'encouragement plus naturel et plus sain.

Schauss mentionne que ce qui ne soulevait qu'un intérêt minime parmi les fonctionnaires d'application des peines s'est amplifié à tel point que 42 des 50 États américains sont actuellement en train d'étudier quelque aspect, au moins de la théorie d'après laquelle le crime est fonction de l'alimentation. Par cette amélioration de la nourriture, qui s'instaure maintenant dans la majeure partie du système pénitentiaire du pays, nous espérons voir le jour où couteaux et pistolets cèderont la place aux livres et aux paniers à provisions, et où nous pourrions enfin apprécier sans crainte la beauté de nos parcs et de nos boulevards.

Avec l'approbation du diététicien du Département d'Application des Peines de Virginie, les dix changements suivants ont été introduits:

1. Toute conserve de fruits baignant dans du sirop est préalablement rincée à l'eau froide.
2. Les boissons sucrées et limonades sont remplacées par des jus de fruits naturels.
3. Le thé glacé est servi sans sucre.
4. Confitures et crèmes oléagineuses ont été éliminées.
5. Le distributeur de limonades a été remplacé par un distributeur de jus de fruits.

6. Le sucre a été remplacé par le miel.
7. La mélasse a remplacé le sucre dans tous les mets où ce dernier était utilisé.
8. Les petits déjeuners à base de céréales à haute teneur en sucre ont été éliminés.
9. Il a été demandé aux parents de ne plus envoyer de nourriture à haute teneur en sucre « pour des raisons de santé ».
10. Les plaques de chocolat, barres à la crème, gâteaux glacés, poudings, glaces, tartes, boissons glacées et pâtisseries, biscuits, sorbets, ont été éliminés. Ils ont été remplacés par des fruits frais, des cacahuètes, de la noix de coco, des carottes, du fromage, des châtaignes, du beurre de cacahuètes sur des pains azymes, des oranges, des pommes, des assiettes anglaises, du beurre de cacahuète et du fromage blanc.

« Alimentation et Délinquance : complice pour le crime ! »
de Jane Kinderlehrer, dans « Prévention » d'octobre 1983. p.,. 141.

Cette expérience devrait nous inciter à réfléchir, puis à modifier nos habitudes alimentaires et aussi notre mode de vie ; comme les anciens nous l'ont dit il y a déjà plusieurs siècles, l'ignorance tue ! La force de l'ignorance est une force négative qu'il est nécessaire de remplacer par la sagesse, puis par la Connaissance.

La notion de carence a fortement évolué ces dernières années. En effet, si les carences aiguës et à court terme sont aisées à analyser, il est beaucoup plus difficile de déterminer l'effet à long terme d'une substance d'un élément rare, tel le sélénium par exemple. D'une part, cela demande beaucoup de temps et de patience, d'autre part, l'apport tant qualitatif que quantitatif des substances nutritives dans la ration alimentaire des habitants des pays de niveau économique élevé, n'était pas mis en doute par de nombreux chercheurs jusqu'à ces dernières années.

Des produits chimiques au menu30

Septembre 2006, WWF

Des produits chimiques tels que les pesticides, les PCB* et les retardateurs de flamme bromés ont été retrouvés dans les aliments consommés partout en Europe – aussi bien dans les produits laitiers que dans le poisson ou la viande d'après un rapport publié par le WWF. Ce nouveau rapport, intitulé « Chaîne de Contamination : le Maillon Alimentaire » montre que les aliments constituent un élément crucial dans la chaîne de contamination qui commence par la fabrication des produits chimiques et se termine avec leur apparition indésirable dans notre sang, accompagnée du risque potentiel de développer des maladies graves. Le rapport atteste que ces substances nocives sont également présentes chez les animaux sauvages et dans le milieu vital.

« Les hommes se trouvant en haut de la chaîne alimentaire, il est normal qu'ils soient tout particulièrement exposés aux produits chimiques présents dans la nourriture », explique le professeur Jan Åke Gustafsson, coordinateur de CASCADE, un réseau européen qui s'intéresse aux perturbateurs endocriniens contenus dans les aliments et qui soutient le rapport du WWF. « Dans la mesure où certaines de ces substances chimiques sont comparables aux hormones, elles entraînent des perturbations de notre système endocrinien et peuvent être un facteur de risque de maladies comme l'obésité, différentes formes de cancer et de diabète, ainsi qu'une baisse de fertilité ».

Le rapport du WWF dévoile les résultats d'une analyse effectuée sur 27 échantillons d'aliments différents achetés en supermarché dans sept pays européens : Grande Bretagne, Italie, Espagne, Grèce, Suède, Finlande et Pologne. Ces aliments comportent des produits laitiers (lait, beurre et

fromage), de la viande (saucisses, lard, blancs de poulet, jambon et saucisson) du poisson (saumon et thon), du pain, du miel et de l'huile d'olive. Ils ont été analysés d'après huit

groupes de substances chimiques fabriqués par l'homme : pesticides organochlorés, PCBs, retardateurs de flamme bromés, substances chimiques perfluorées, phtalates, organoétains, alkyphénols* et muscs artificiels. 5 - Les tests ont mis en évidence la présence de matières synthétiques à risque potentiel dans tous les échantillons, qui s'étendent des phtalates dans l'huile d'olive, le fromage et les viandes, aux pesticides organochlorés interdits dans le poisson et la viande de renne, des muscs artificiels et organoétains dans le poisson aux retardateurs de flamme dans les viandes et les fromages.

Alors que le WWF souligne que la consommation de ces aliments ne rend pas pour autant malade, l'organisation mondiale de la santé (OMS) se déclare sérieusement préoccupée par les effets potentiels et à long-terme de faibles expositions répétées à des produits chimiques par le biais du régime alimentaire, en particulier sur les fœtus, les enfants en bas-âge et les jeunes enfants.

« Il est choquant de s'apercevoir qu'un régime sain entraîne l'ingestion de tant de substances contaminatrices », indique Sandra Jen, Directrice de la campagne DetoX du WWF. *« Rompre cette chaîne globale de contamination requiert un engagement ferme de la part des politiciens européens en faveur de la santé et du milieu vital ».*

Les aliments constituent pour l'homme une des principales sources d'exposition aux polluants, en particulier ceux dits persistants et accumulateurs (dans l'espace vital) tels que le DDT*, les PCB* et les retardateurs de flamme bromés. Mais les produits chimiques apparaissent dans le milieu vital par de nombreux autres biais : fuites au moment de leur fabrication, pendant le transport et l'entreposage, lors d'application directe, ainsi que dans l'utilisation de produits de type ordinateurs, télévision ou encore articles de toilette.

Cet automne, le Parlement Européen est appelé à voter la nouvelle loi (REACH)* qui a pour vocation de protéger les hommes et les animaux des méfaits de substances chimiques nocives. Malheureusement, cette législation, durant toute la période de son développements, a fait l'objet d'attaques répétées du groupe d'intérêt de l'industrie chimique, ce qui a eu pour effet de réduire considérablement sa portée et de la rendre aussi inefficace, d'après le WWF, que la législation actuelle.

Le WWF enjoint vivement l'UE à adopter une version de « REACH » beaucoup plus ferme. Les législateurs en charge de cette directive doivent s'assurer qu'elle contraigne les producteurs de substances chimiques à fournir suffisamment de données sur leurs produits de manière à pouvoir en identifier les risques, surtout pour ceux qui présentent les plus forts taux de toxicité. De plus, les substances les plus inquiétantes, telles que les perturbateurs hormonaux, doivent pouvoir être remplacées par des alternatives plus fiables dès lors qu'elles sont disponibles.

Pour en savoir plus

Les pesticides organochlorés sont utilisés en agriculture, les PCB dans l'équipement électrique, les retardateurs de flamme bromés dans les plastiques, les textiles et les équipements électroniques, les substances chimiques perfluorées dans la fabrication de surfaces anti-adhésives et emballages de restauration rapide (!!!), les phtalates pour assouplir le plastique, les organoétains dans les revêtements antialissures, les alkyphénols dans les détergents et enfin, les muscs artificiels comme parfums de synthèse dans les produits d'entretien et les cosmétiques.

Retrouvez toutes les solutions pour réduire votre exposition aux produits chimiques toxiques, pour protéger votre santé, celle de vos enfants et celle de la planète, dans l'ouvrage du WWF « Planète Attitude Santé », aux éditions du Seuil, sortie en librairie le 21 septembre 2006. Parce qu'on ne peut pas vivre en bonne santé sur une planète malade !

Je me garderai bien de souhaiter bon appétit à mes lecteurs ; je crois que cela serait du plus mauvais goût... La santé publique n'a pas de prix, à ce que nous disent nos élus, mais alors quel prix faut-il donner à ce désastre, lequel n'est pas que national, mais aussi international ; les frontières sont ouvertes, le plus souvent pour faire rentrer n'importe quoi, comme le « Cassis de Dijon », par exemple. L'incurie a toujours un prix fort, et ce prix, c'est nous tous qui le payons.

Dans l'esprit du public, l'association : maladie-médecine, contre : maladie - mauvaise alimentation, serait à même d'avoir une perception claire des graves problèmes qui se posent à nos sociétés et qui dépassent le cadre de la médecine.

Choix des aliments et refus de la souffrance

Depuis que l'homme a soumis les animaux à son service, l'harmonie qui régnait encore a fait place à ce que j'appelle un état permanent de guerre. La tranquillité de l'ordre a été remplacée par un rapport de force dans lequel tous les animaux, les captifs et ceux qui sont restés sauvages, ont perdu leur indépendance ; à mesure que l'« homo sapiens » s'est approprié leurs territoires ils n'ont plus de répit, si bien que de nos jours ils n'ont plus leur place – à part quelques reliquats de territoires – dans la grande symphonie de la nature. Les parcs zoologiques ont remplacé les jardins de la liberté et de la diversité.

L'élevage industriel est saturé de lâcheté

L'élevage, comme il est pratiqué depuis l'ère industrielle, est un cortège de douleurs journalières, de privations de recevoir de l'air frais, du soleil, du contact avec la terre ; tous ces éléments sont indispensables pour un minimum de bien-être.

Celle que nous appelons liberté chérie et à laquelle nous tenons comme à la prunelle de nos yeux, nous la leur refusons et cette privation de liberté fait d'eux des prisonniers à vie.

Se nourrir avec des aliments biologiques, c'est aussi faire un choix philosophique et éthique ; cette démarche se fait à la suite d'une réflexion approfondie, nourrie et enrichie par la lecture de livres, de revues, dont les auteurs ont fait ce pas décisif, par respect et par amour pour tous les êtres sensibles qui souffrent et endurent tous les tourments et, parfois, tous les outrages dans un lourd silence de mort. Je pense aussi aux massacres effectués périodiquement pour assainir le marché, et sans que l'opinion publique s'en émeuve !

5 - Bien que l'élevage en batterie soit interdit, ce qui ne l'est pas à l'étranger, c'est l'importation des œufs de batterie. La logique des politiciens est étrange, puisque les décideurs veulent nous faire croire que les poules « élevées » en batterie à l'étranger, ne souffrent pas.

Pour ce qui est des autres animaux, ils ne sont pas tous, et de loin, logés à la même enseigne qu'en Suisse ; il y aurait encore bien des progrès à faire et des améliorations à apporter. La souffrance des uns est la souffrance des autres.

Conclusion

Il y a de quoi être indigné face à l'audace des pouvoirs publics qui demandent à leurs contribuables de verser beaucoup d'argent pour la recherche. Rechercher quoi ? un antidote aux insecticides qui déciment les abeilles ? Il faut être sérieux et cesser de faire preuve de naïveté face à l'État pourvoyeur d'emplois avant tout.

*De la même manière qu'un architecte
garde toujours à l'esprit
la finalité de sa construction,
il nous faudrait penser à la finalité
de notre régime alimentaire choisi.*

L.F.P.

Bibliographie

- Desbrosses Philippe Nous redeviendrons paysans
Éditions du Rocher
- Dr Lévy Joseph Les nouvelles Médecines naturelles
Éditions du Rocher

Lexique

Alkyphénols	Conservateur pour cosmétiques et détergent.
DDT	Dichloro-diphényl-trichloréthane.
PCB	Polychlorobiphényl.
REACH	REACH (Registration, Evaluation, Authorisation and Restrictions of Chemicals) est un projet de loi qui doit permettre l'identification et l'élimination progressive des produits chimiques les plus dangereux. Si cette loi est approuvée, elle sera d'application dans tous les pays de l'Union Européenne.