

Les produits bio : pour ou contre ? - 1/2

Depuis quelques années maintenant, on entend de plus en plus parler des produits bio et des méfaits des pesticides : mais où sont ils cultivés et que veut vraiment dire bio. On commence à comprendre que les aliments ont une influence sur la santé. D'ailleurs depuis toujours on dit; qu'on creuse sa tombe avec sa fourchette...

Pour mériter la dénomination "biologique" un produit agricole doit avoir été cultivé, conservé et transformé sans produits chimiques de synthèse et en phase finale, c'est un organisme certificateur qui décidera si, oui ou non, le produit à droit à la mention "issu de l'agriculture biologique".

Qu'est ce qu'un produit bio ?

Un produit issu de l'agriculture biologique est soit un produit agricole, soit une denrée alimentaire. Pour avoir cette dénomination, il doit résulter d'un mode de production agricole exempt de produits chimiques de synthèse (engrais chimique, herbicides, insecticides, fongicides...) Il peut être fabriqué avec des arômes d'origine naturelle et toute utilisation d'additif est rigoureusement limitée par la réglementation. Contrairement à une idée assez largement répandue, l'Agriculture Biologique n'est pas une agriculture simpliste. Au contraire, elle emploie des méthodes souvent élaborées et plus complexe pour un rendement inférieur à ceux d'une agriculture traditionnelle. D'où des écarts de prix parfois importants entre un légume dit "normal" et un autre bio.

Mais comment reconnaître un produit BIO ?

Peut on être sûr d'acheter bio sans nous faire avoir ? Aujourd'hui, les produits bio sont clairement identifiés et répondent à une réglementation stricte en matière d'étiquetage :

La référence à un organisme de contrôle (Ecocert, Qualité France, Ufise, Agrocourt, ou Aclave) est une réelle garantie. Elle est obligatoire et figure systématiquement sur le produit, accompagnée de la mention "Agriculture Biologique".

Les mentions du type "raisonné", "naturel", "produit fermier"... N'ont donc rien à voir avec l'Agriculture Biologique et n'impliquent ni une certification à chaque étape de la filière, ni la garantie de la non utilisation de produits chimiques.

Le logo AB ou le logo européen permettent un repérage plus facile. Si vous rencontrez ces logos sur un quelconque produit, ils vous garantissent que celui-ci est issu de l'agriculture biologique.

Consommer des fruits et légumes de saison

Manger des fruits et légumes de saison; c'est aussi faire attention à l'environnement de manière détournée. On y pense pas toujours mais privilégier des achats de saison, c'est participer à la réduction de l'effet de serre. Une fraise en hiver ? Certes c'est bon, mais quand on sait qu'un kilo de fraises nécessite près de 5 litres de gasoil pour arriver dans son assiette, c'est tout de suite moins bon. Selon des études du WWF, un fruit importé hors saison par avion consomme 10 à 20 fois plus de pétrole que le même fruit produit localement et acheté en saison...

Conclusion

Consommer bio veut dire deux choses : santé (même si des études sur le sujet sont en cours) mais aussi respect

Les produits bio : pour ou contre ? - 2/2

de l'environnement