



www.sante-environnement-jura.fr

actionsantesolidarite@gmail.com

# LA LETTRE

N° 2024 31

19 NOVEMBRE 2024

## POURQUOI NOUS AGISSONS POUR FACILITER UNE ALIMENTATION BIO POUR LES FEMMES ENCEINTES ?

Ce n'est ni dans un but commercial, ni par idéologie. Pour nous il s'agit bien d'une nécessité sanitaire pour les générations à venir.

1° Les pesticides sont pour la plupart des perturbateurs endocriniens très dangereux pour la santé et principalement pour le fœtus et les jeunes enfants. Ce qui ne veut pas dire que les adultes sont à l'abri du danger.

L'agriculture bio, où les pesticides sont proscrits, ce qui n'est pas le cas du label HVE (Haute Valeur Environnementale), produit non seulement des aliments beaucoup plus sains mais évite la pollution de l'air et des nappes phréatiques par ces produits dangereux. A contrario, l'agriculture industrielle, dite à tort conventionnelle, continue à polluer l'air, les eaux et les sols à tel point qu'ils deviennent improductifs sans l'apport d'intrants chimiques.

2° Les scientifiques du Centre d'études biologiques de Chizé (CNRS\* Université de La Rochelle) et du laboratoire biosciences (CNRS Université de Bourgogne) ont démontré les bénéfices en matière de santé de l'alimentation bio. Ils ont nourri des perdrix avec du maïs et du blé provenant soit de l'agriculture bio, soit de l'agriculture dite conventionnelle. Ils ont été très surpris du résultat : En quelques semaines d'expérience, les perdrix nourries avec les céréales issues de l'agricul-

ture non bio, voient leur système immunitaire dérégulé par rapport à celles nourries au bio. Le taux de globules rouges a diminué et la quantité de parasites intestinaux a augmenté (publication de Jérôme MOREAU ...).

\*CNRS : Centre National de la Recherche Scientifique

3° Et pour les humains ?

Dans une cohorte de femmes enceintes norvégiennes, il a été montré que l'alimentation bio est associée à une réduction du risque de pré-éclampsie (La pré-éclampsie est une pathologie de la grossesse qui résulte d'un dysfonctionnement du placenta. Elle est caractérisée par une élévation de la pression artérielle accompagnée d'une élévation de la quantité de protéines présente dans les urines.).

La pré-éclampsie peut entraîner de nombreuses complications (retard de croissance intra-utérin, naissance prématurée, voire décès de la mère ou de l'enfant).

Parmi l'ensemble des travaux épidémiologiques publiés sur ce sujet de l'alimentation bio, ceux menés à partir de la cohorte NutriNet (70 000 personnes suivies) apportent des réponses intéressantes.

Un article publié en 2022 par la revue « Advances in Nutrition » signé par une vingtaine de chercheurs, les résume ainsi : « La consommation régulière d'aliments issus de l'agriculture biologique est associée à des risques réduits

d'obésité, de diabète de type 2, de cancer du sein post-ménopause et de lymphomes

Et encore, en 2015, une équipe internationale avait estimé que l'exposition aux pesticides organophosphorés, en particulier celle des mères pendant leur grossesse, était responsable de la perte de 2,5 points de quotient intellectuel pour un enfant né en Europe en 2010. Ces pesticides sont proscrits en agriculture bio.

4° Comment éviter la contamination par les perturbateurs endocriniens ? Ceux-ci sont partout et il est pratiquement impossible de les éviter. Par contre nous pouvons diminuer notre exposition en prenant des précautions, notamment en favorisant l'alimentation bio.

Le seul vrai moyen d'éviter les maladies chroniques qu'ils produisent, c'est d'obtenir leur interdiction par l'action collective. C'est le combat que nous menons et auquel vous pouvez vous joindre.

Action Santé Solidarité

Centre Social

Rue de Pavigny

39000 LONS LE SAUNIER

actionsantesolidarite@gmail.com

**Pour ne plus recevoir la lettre, envoyer votre demande de désabonnement à l'adresse mail de l'association**