



LA LETTRE

N° 2026 16

13 avril 2026

www.sante-environnement-jura.fr

CADMIUM : QUELLES SOLUTIONS ?

Sabine BONNOT exerce depuis plus de 30 ans dans les secteurs agroalimentaire et agricole, en France et à l'international. Elle a cofondé et préside Planet-Score, qui est devenu en quatre ans la référence de l'évaluation environnementale pour le secteur agroalimentaire en Europe. Son équipe est aujourd'hui reconnue pour sa capacité à mettre en lumière les sujets environnementaux occultés, en toute indépendance et rigueur scientifique. Planet-score alerte sur le sujet du cadmium dans les aliments depuis sa création en 2022. Elle est également agricultrice.

Elle accuse : **« Le dernier rapport de l'ANSES ne révèle pas un problème nouveau. Il met noir sur blanc ce que les données montraient déjà depuis des années : une contamination massive de la population au cadmium, un métal lourd invisible, inodore et cancérigène qui s'accumule irréversiblement dans l'organisme. 48 % des Français au-dessus des seuils de sécurité. Les enfants sont en première ligne, plus lourdement contaminés que les adultes. Une exposition trois à quatre fois supérieure à celle de nos voisins européens. Ce n'est pas un signal faible. C'est une alerte majeure. Et elle a été ignorée ».**

Puis elle ajoute : **« La question n'est plus scientifique. Elle est politique. La responsabilité des pouvoirs publics fait-elle encore débat ? C'est dans les décennies précédentes qu'il aurait fallu agir, dès que le risque a été connu dans les années 1980. C'est ce qu'ont fait la Suède et la Finlande, par exemple, qui ont géré le sujet en transparence dès les années 1990, et qui ont bien mieux protégé leurs populations et leur intégrité agricole que la France. Pour nous, c'est le court-termisme et l'opacité qui ont prévalu. Les agriculteurs, eux, n'ont pas la main sur les engrais disponibles. Ils n'ont jamais été informés de la présence de cadmium dans les engrais phosphatés qu'ils épandaient - ni par leurs fournisseurs, ni par les instituts techniques, ni par les pouvoirs publics. Ces intrants ont fait**

l'objet d'une promotion massive depuis l'après-guerre, avec un fort soutien institutionnel.

Les producteurs ont saboté sans le savoir leur outil de travail, pour des générations, avec des produits qui « respectaient la réglementation ». Ils apprennent aujourd'hui qu'ils produisent des aliments contaminés sur des sols durablement pollués. Personne n'évoque la trahison que cela représente ».

Que faire dans l'immédiat ?

La première mesure n'est pas alimentaire, mais biologique : la carence en fer multiplie l'absorption intestinale du cadmium par un facteur 2 à 4. C'est colossal - d'autant que les carences en fer augmentent fortement en France depuis plusieurs années. Enfants, femmes, seniors, végétariens : faites-vous doser. C'est peu coûteux, de même que la supplémentation en fer ou l'adaptation de votre alimentation si nécessaire. Savoir, c'est pouvoir.

La seconde mesure est alimentaire. Les produits contaminés sont essentiellement : les céréales (blé, avoine, riz...) et pseudo-céréales (quinoa, sarrasin...), les tubercules (pommes de terre, carottes...), certains légumes-feuilles (épinards, salades), les légumineuses (le soja étant la plus concentrée), certaines graines (notamment sésame, tournesol). Et bien sûr les produits alimentaires transformés qui contiennent ces matières premières (le cadmium ne disparaît pas dans les étapes industrielles).

Les sols sont pollués pour des dizaines d'années. Alors elle préconise : »

Les polluants se fixent principalement sur l'enveloppe des céréales, il convient dès lors d'éviter les produits « complets ». Puis il existe des produits peu ou pas contaminés : légumes-fruits (tomates, courgettes, aubergines), choux, poireaux, oignons, fruits, produits laitiers, œufs, viandes, poissons, et toutes les matières grasses.

Bien évidemment, il est absolument nécessaire de stopper la pollution par le cadmium dès maintenant. Tout retard dans cette prise de décision aboutit à augmenter la pollution.

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