



www.sante-environnement-jura.fr

LA LETTRE

N° 2026 17

13 avril 2026

.Cadmium : manger bio limite l'exposition, sans être une solution miracle

L'Anses estime que l'agriculture bio n'est pas à l'abri de ce métal toxique. Pourtant certaines données, encore fragiles, suggèrent un avantage en faveur du bio.

La position provoque la colère des cultivateurs bio : la Fédération nationale d'agriculture biologique (Fnab) dénonce « *une comparaison factuellement erronée mettant bio et conventionnel sur un pied d'égalité* » et réclame « *un correctif* » à l'Anses.

Autorisées comme engrais en agriculture biologique, les roches phosphatées broyées peuvent effectivement contenir du cadmium. « *Elles vont apporter ce métal au sol comme les engrais conventionnels de synthèse* », explique Christophe Nguyen, directeur de recherche à l'Institut national de recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement (Inrae). Mais dans les faits, leur usage est marginal, précise le chercheur — c'est aussi la raison du courroux de la Fnab. Les agriculteurs bio leur préfèrent des engrais organiques.

Reste que les cultures bio subissent aussi la présence préexistante du cadmium dans les sols, qu'il soit d'origine naturelle ou issu d'une pollution plus ancienne : le composé peut y persister pendant des décennies, soulignait Thibault Sterckeman, autre chercheur de l'Inrae,

Manger bio n'est donc pas une solution miracle même si elle permet de diminuer l'exposition. Une méta-analyse publiée en 2014 dans le *British Journal of Nutrition* donne des arguments en faveur du bio. Elle synthétise les résultats de 343 études (mais très peu concernant la France) et conclut à une teneur en cadmium des aliments inférieure de 48 %, en moyenne, à celle des aliments conventionnels. Cette étude « *n'est même pas évoquée dans les travaux de l'agence* », s'étonne la Fnab.

En moyenne le bio est moins contaminé. Mais il existe des exceptions notamment concernant le chocolat. Le chocolat bio provient de zones sud américaines avec des sols fortement contaminés par le cadmium.

Dans la précédente lettre nous avons donné quelques précautions pouvant limiter notre contamination par ce métal lourd cancérigène.

Vous pouvez vous y reporter.

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