

23 octobre 2018



Consommer bio permet de diminuer les risques d'avoir un cancer

L'ancien président français Sarkozy l'avait prise en grippe et présenté comme un folklore bobo, et voilà qu'une étude scientifique prouve que les consommateurs de produits issus de l'agriculture biologique ont moins de risque d'avoir de cancer que ceux mangeant des produits en provenance de l'agriculture conventionnelle chimique.



L'étude NutriNet-Santé menée par un groupe de chercheurs français a abouti à la publication dans la revue JAMA Internal Medicine d'une étude prouvant cette affirmation sur la base de l'analyse d'une cohorte de 68 946 adultes français volontaires (dont 78% de femmes, âge moyen au départ de 44,2 ans) divisée en quatre groupes : depuis les « gros » consommateurs de bio (environ plus de 50 % de leur alimentation) jusqu'à ceux qui n'en consomment qu'occasionnellement ou jamais. L'étude portait sur 16 produits et s'est poursuivie entre mai 2009 et novembre 2016, pendant laquelle l'échantillon a enregistré 1340 nouveaux cas de cancers (34% de cancers du sein, 13% de cancer de la prostate, 10% de cancers de la peau). Elle s'est faite à partir du remplissage par les volontaires d'un questionnaire sur un site dédié. Ce questionnaire comprend, en plus d'informations sur la consommation alimentaire, des données socio-économiques et sur le style de vie, la situation de santé, le niveau d'activité physique et les mesures anthropométriques (taille, poids).

Les résultats montrent que plus les personnes consomment des produits bio et moindre est leur risque d'avoir un cancer. En ajustant les résultats pour tenir compte de l'effet d'autres facteurs tels par exemple le niveau d'activité physique et certaines

caractéristiques socioéconomique (dans la mesure où l'échantillon n'est pas représentatif de la population française), l'étude montre que la consommation de produits bios permet de diminuer de 25% le risque de cancer. Cette réduction atteint 35% pour les cancers du sein post-ménopause et 76 % pour les lymphomes.

L'étude confirme donc un nombre croissant de résultats de recherche montrant que l'exposition aux pesticides est fortement liée à l'apparition de cancers chez les humains. Les doses présentant un danger ne sont pas bien connues, mais des études suggèrent que l'exposition à un cocktail de pesticides, même à petite dose, présente un effet toxique croissant, même à faible dose.

Rappelons ici que des analyses de produits alimentaires faites par l'EFSA (Autorité européenne de sécurité des aliments) ont établi la présence de résidus de pesticides dans 44% des produits alimentaires conventionnels et seulement dans 6,5% des produits alimentaires organiques. [\[lire\]](#)

Pour en savoir davantage :

- Baudry, J. et al. Association of Frequency of Organic Food Consumption With Cancer Risk - Findings From the NutriNet-Santé Prospective Cohort Study, *Jama Internal Medicine*, 2018
- Étude NutriNet-Santé - Cohorte nationale pour étudier les relations entre la nutrition et la santé, Site Web.
- EFSA, Monitoring data on pesticide residues in food: results on organic versus conventionally produced food, 2018

Sélection d'articles déjà parus sur lafaimexpliquee.org et liés au sujet :

- Procès Monsanto : une affaire qui ne règle rien et qui illustre la nature perverse du prétendu « système de protection des consommateurs », 2018
- L'utilisation de pesticides continue sa progression en France, 2018
- Sous la poussée des consommateurs, l'agriculture biologique est-elle en train de devenir l'élément essentiel de la transition d'une agriculture chimique conventionnelle vers une agriculture plus durable ? 2018
- La production et l'utilisation des pesticides : une atteinte aux droits à l'alimentation et à la santé, 2017.
- Manger des fruits et des légumes, d'accord. Mais lesquels ? 2017
- Alimentation, environnement et santé, 2014/2017.