



25/11/2016

## REPONSES AUX QUESTIONS

### Quelles différences entre le saumon sauvage, le saumon d'élevage et le saumon bio ?

Les saumons d'élevage conventionnel et le saumon bio sont tous deux des poissons d'élevage, alors que le saumon sauvage est... sauvage. Cela veut dire que le saumon sauvage fait ce qu'il fait depuis des millions d'années : il naît dans des rivières où il passe 1 ou 2 ans, avant de rejoindre la mer. Là, pendant 2 à 4 ans, il traverse les océans et se nourrit naturellement de petites crevettes, petits poissons, etc. Lorsqu'il est mûr pour se reproduire, il remonte la rivière où il est né, échappe aux ours et autres prédateurs, se reproduit (on dit qu'il « fraie ») dans un petit nid de gravier préparé par la femelle, puis meurt. Il vit dans un milieu naturel qu'on ne peut pas contrôler, et pour cette raison il ne peut pas porter le label BIO. Etant un poisson sauvage cependant, il est très sensible à la surpêche et à la qualité de son habitat. Malheureusement en Europe, particulièrement en Irlande, Ecosse, Norvège et en France, les populations de saumon sauvage de l'Atlantique (*salmo salar*) sont très menacées, que ce soit dû à la surpêche, à la pollution des rivières, ou à la construction de barrages hydroélectriques qui les empêchent de remonter les rivières. La situation reste critique malgré quelques améliorations récentes. Le saumon sauvage du Pacifique est relativement abondant sur les côtes Russes, de l'Alaska, du Canada et de la côte ouest des Etats-Unis. Il est en général moins gras que son cousin d'élevage.

Le saumon d'élevage naît dans des écloseries et passe en général 1 an en eau douce, avant d'être transféré dans des bassins en pleine mer. Il est principalement élevé en Norvège, ainsi qu'en Ecosse, Irlande, Chili et au Canada. Il se nourrit d'un aliment que l'homme lui fournit, et qui est composé d'une part animale (farines et huiles de poisson, parfois aussi farines d'animaux terrestres, ainsi que de végétaux).

Le saumon bio se distingue par :

- une attention supérieure portée au **bien-être animal** : il y a environ 3 fois moins de saumons dans une cage ; on observe un meilleur respect du cycle naturel des poissons.
- une **alimentation** de meilleure qualité, dont la part végétale doit être certifiée BIO, donc excluant OGM et pesticides, et avec une part d'origine animale plus importante, composée exclusivement de farines et huiles de poisson ; l'origine de ces poissons doit provenir soit de coproduits de poissons destinés à l'alimentation humaine, soit de pêcheries certifiées.
- Un contrôle strict des **traitements** vétérinaires autorisés : si la vaccination est autorisée, les antibiotiques ne peuvent être utilisés qu'en cas de maladie avérée et pour un nombre de fois limité fixé par le cahier des charges ; par ailleurs l'utilisation d'hormones ou dérivés hormonaux est interdite.
- Enfin, l'élevage fait l'objet de **contrôles** au minimum une fois par an, afin d'obtenir le certificat bio.

## Quel est leur impact sur l'environnement ?

Concernant le saumon sauvage, une attention particulière doit être portée à la bonne santé des ressources de poisson, pour éviter la surpêche et garantir le renouvellement de l'espèce. Les techniques de pêche doivent également limiter leur impact sur les écosystèmes et les autres espèces, afin d'éviter par exemple d'attraper dauphins, tortues ou albatros lors de la pêche.

Le saumon d'élevage conventionnel peut avoir des impacts importants sur l'environnement. En premier lieu, l'alimentation n'étant pas bio, elle est susceptible de contenir des OGM, des résidus de pesticide, des additifs de synthèse, et des farines d'animaux terrestres. Par ailleurs, si de nombreux élevages ont adopté des méthodes de travail sérieuses et responsables, des dérives peuvent exister, notamment du fait que le saumon « conventionnel » est moins voire pas contrôlé annuellement par un organisme indépendant. On peut ainsi citer l'utilisation plus ou moins intense d'antibiotiques, des traitements anti-parasitaires assez fréquents dus à la densité des saumons dans les cages d'élevage en mer et à la proximité entre les fermes, mais aussi des dépôts qui peuvent s'accumuler sous les fermes en l'absence de courants suffisants. On note que si le problème de l'utilisation des antibiotiques a été très bien maîtrisé en Norvège, il l'est moins au Chili.

Enfin, le saumon bio subit son environnement plus qu'il ne l'affecte. Compte-tenu des contraintes du cahier des charges bio, son impact environnemental est très fortement réduit pour les raisons citées précédemment.

## Comment bien choisir son saumon ?

Pour le saumon sauvage, il est important de préférer les espèces et origines qui portent un label de pêche durable, et notamment le label MSC. La pêcherie de saumon sauvage d'Alaska est ainsi très majoritairement certifiée MSC. D'autres pêcheries de saumon sauvage MSC existent aussi en Russie et au Canada, mais de façon plus marginale.

Pour l'élevage, là encore le choix d'un label est important, car c'est une garantie de contrôle annuel par un organisme indépendant, et donc d'un risque moindre de dérives telles que celles déjà mentionnées. Le nouveau label ASC est intéressant, mais il autorise les OGM dans l'aliment des saumons. Le label Bio va plus loin sur certains points, notamment le bien-être animal et l'alimentation notamment exempte d'OGM.

Aujourd'hui le saumon d'élevage représente entre 90 et 95% de tout le saumon consommé en France. Si tous pouvaient être issus d'élevages certifiés Bio, ou a minima ASC, notre planète s'en porterait mieux, et nous aussi.

## En quoi la pêche est-elle durable en Alaska ? Y a-t-il aussi du braconnage ?

La pêcherie d'Alaska est certifiée pêche durable par le MSC dans sa quasi-totalité. Les pêcheurs doivent absolument détenir une licence et sont très strictement contrôlés. Le braconnage y est virtuellement impossible, à la différence du Kamtchatka dans l'est de la Russie, où l'état central a beaucoup de mal à réduire la pêche illégale.

Par ailleurs, l'Alaska a mis en place depuis de nombreuses années des droits de pêche spéciaux pour les populations indigènes. Les *Natives* bénéficient non seulement de quotas commerciaux leur assurant une participation économique à l'industrie de la pêche, mais aussi de droits de pêche de subsistance exonérés de quotas.

## Est-ce vrai que les saumons bio sont plus contaminés ? Qu'en disent vos patrons ?

Les conclusions de l'étude sont tirées de l'analyse de 4 pavés de saumon bio frais issus d'Irlande (2), Ecosse (1), Norvège (1), d'un saumon Label Rouge, et de 5 pavés issus d'élevages conventionnels. Il nous semble regrettable de mettre en cause le saumon bio aussi fortement sur la base uniquement de 4 échantillons, et les conclusions doivent être prudentes.

- **Métaux lourds** : les analyses ne montrent pas que le saumon bio est plus contaminé.
- **PCB dioxines et pesticides** : il y a en effet une présence de PCB et dioxines potentiellement supérieure dans le saumon issu de l'agriculture biologique. Comme expliqué par Thalassa, ces molécules proviennent des farines et huiles de poisson qui composent une part plus importante de l'aliment d'un saumon bio. Même si les taux trouvés restent très fortement inférieurs aux normes, cela n'est pas satisfaisant.  
Dans le détail : Les PCB dioxines et pesticides sont présents dans l'environnement, et peuvent se retrouver dans la chair des poissons qui composent l'aliment donné aux saumons d'élevage conventionnel et bio. Il y a une dizaine d'années, les élevages bio étaient mieux-disant que les élevages conventionnels. Depuis, ces derniers ont remplacé pour des raisons économiques la part de farines et huiles de poisson dans l'aliment (à 15-20% aujourd'hui) au profit de végétaux. Les élevages conventionnels ont ainsi indirectement abaissé le risque de contamination, mais, de fait, vont aussi à l'encontre de la nature carnivore du saumon. Quant au bio, pour se rapprocher de l'aliment naturel du saumon, et pour sa qualité nutritionnelle, cette part de poisson dans l'aliment bio est restée plus importante (supérieure à 40%).

## De quoi est composée précisément l'alimentation du saumon bio ?

L'alimentation du saumon bio est composée

- **Entre 40 et 60% de végétaux certifiés bio**, c'est-à-dire sans OGM et issus de productions agricoles respectant elles-mêmes les normes du bio : en fonction des fabricants d'aliments, il s'agit souvent de blé bio, pois bio, soya bio.
- **Entre 40 et 60%** de farines et huiles de poissons marins, qui devraient théoriquement provenir de poissons bio. En pratique, il est très difficile de le garantir car les volumes disponibles sont insuffisants, et il est évidemment interdit de donner du saumon bio à manger à d'autres saumons bio. Il s'agit donc de coproduits issus de poissons découpés pour la consommation humaine (nous mangeons le filet, tout le reste est pour les poissons), ainsi que de petits poissons issus de pêcheries durables en Atlantique Nord ou dans le Pacifique Sud.
- **De vitamines et minéraux** essentiels à la croissance du saumon : en bio, ces compléments alimentaires sont de source naturelle.
- **D'un pigment naturel** qui donne sa couleur à la chair du saumon, comme dans le milieu naturel : la couleur de chair d'un poisson sauvage varie en effet en fonction de son alimentation, d'un blanc très pâle pour le saumon de la Baltique qui se nourrit de harengs et anchois, à un rouge très intense pour le saumon rouge du Pacifique qui mange avant tout des petites crevettes.

Le cahier des charges bio exclut les farines d'animaux terrestres, qui sont autorisées en conventionnel.

## Les saumons bio vivent-ils vraiment dans des tuyaux ? Comment cela peut-il être autorisé en bio?

Non. Aucun saumon d'élevage, bio ou conventionnel, ne vit dans des tuyaux. Ils passent la 1<sup>ère</sup> année de leur vie en eau douce, dans des bassins, ou dans des lacs, et sont transférés en mer au début de leur 2<sup>ème</sup> année. Les « tuyaux » sont utilisés pour organiser ces transferts de la manière la plus douce possible. Il est en effet beaucoup moins stressant pour les saumons de passer d'un milieu à l'autre en nageant dans de l'eau dans des tubes, que d'être manipulés et sortis de l'eau. Malheureusement les journalistes de Thalassa ont manifestement voulu créer la polémique car ils ont bien laissé entendre que les saumons vivaient dans des tuyaux. Les images ont cependant bien montré que les tuyaux reliaient les cuves à un camion, et il s'agissait bien d'un transfert.

## Comment le saumon peut-il être certifié bio si une partie de l'aliment est sauvage et donc n'est pas bio?

En théorie, le cahier des charges bio prévoit que les farines et huiles de poissons devraient provenir de poissons bio.

En pratique, il est très difficile de le garantir car les volumes disponibles sont insuffisants, et il est évidemment interdit de donner du saumon bio à manger à d'autres saumons bio. Il s'agit donc de coproduits issus de poissons découpés pour la consommation humaine (nous mangeons le filet, tout le reste est pour les poissons), ainsi que de petits poissons issus de pêcheries durables en Atlantique Nord ou dans le Pacifique Sud.

Sans cela, il n'y aurait sans doute plus aucun élevage bio.

## Quelle alimentation est donnée aux saumons bio Food4Good élevés en mer d'Irlande ? (NB : il s'agit ici du saumon bio nature Food4Good)

L'alimentation est composée de :

- 60% de farines et huiles de poissons qui ne proviennent pas de la mer Baltique, et dont la majorité est issue de coproduits de poissons pêchés et découpés pour la consommation humaine.
- 40% de végétaux bio : huile de soja bio, blé bio, guar bio et soja bio
- Des compléments alimentaires : iode, cuivre, manganèse, zinc, pigment

Elle ne contient ni farine d'animaux terrestres, ni éthoxyquine.

## Y a-t-il de l'éthoxyquine dans le saumon bio ? (NB : c'est un antioxydant controversé, qui sert à éviter la dégradation des huiles et farines de poisson dans l'aliment)

L'éthoxyquine est un additif autorisé en conventionnel et en bio. Sa présence dans la chair n'est pas souhaitable. L'étude Thalassa/60 millions de conso en a retrouvé dans la chair de certains saumons conventionnels de Norvège.

- Chez Food4Good : l'aliment de notre saumon bio de mer d'Irlande ne contient pas d'éthoxyquine.

## L'alimentation en bio contient-elle des farines d'animaux terrestres ?

Non, c'est interdit par le cahier des charges bio, alors que c'est autorisé dans le conventionnel.

## Le mode d'élevage bio peut-il avoir recours aux hormones ou dérivés hormonaux ?

Non, c'est interdit par le cahier des charges bio, alors que c'est autorisé dans le conventionnel.

## Est-ce que le bio utilise aussi des pesticides pour lutter contre les poux de mer ?

Non, c'est interdit.

Pourquoi : Le bio a des densités d'élevage 2 à 3 fois inférieures au conventionnel. Les poux de mer sont donc un problème beaucoup moins important dans le bio. Lorsqu'un traitement est vraiment nécessaire, on utilise une solution d'eau oxygénée.

## Je suis enceinte, est-ce que je peux manger du saumon ? du poisson ?

Oui. Le poisson apporte des omega-3 EPA et DHA absolument essentiels dans le bon développement du cerveau de votre enfant. Vous pouvez manger sans crainte 1 à 2 portion de poisson par semaine, dont au moins 1 poisson gras. Préférez une portion de saumon sauvage ou bio, car des petits poissons en début de chaîne alimentaire peuvent contenir plus de contaminants en fonction du lieu où ils ont été pêchés.

## Pourquoi le saumon bio est-il plus contaminé que le saumon conventionnel ?

Les conclusions de l'étude sont tirées de l'analyse de 4 pavés de saumon bio frais issus d'Irlande (2), Ecosse (1), Norvège (1), d'un saumon Label Rouge, et de 5 pavés issus d'élevages conventionnels. Il nous semble regrettable de mettre en cause le saumon bio aussi fortement sur la base uniquement de 4 échantillons, et les conclusions doivent être prudentes.

- **Métaux lourds** : les analyses ne montrent pas que le saumon bio est plus contaminé.
- **PCB dioxines et pesticides** : il y a en effet une présence de PCB et dioxines potentiellement supérieure dans le saumon issu de l'agriculture biologique. Comme expliqué par Thalassa, ces molécules proviennent des farines et huiles de poisson qui composent une part plus importante de l'aliment d'un saumon bio. Même si les taux trouvés restent très fortement inférieurs aux normes, cela n'est pas satisfaisant.

Dans le détail : Les PCB dioxines et pesticides sont présents dans l'environnement, et peuvent se retrouver dans la chair des poissons qui composent l'aliment donné aux saumons d'élevage conventionnel et bio. Il y a une dizaine d'années, les élevages bio étaient mieux-disant que les élevages conventionnels. Depuis, ces derniers ont remplacé pour des raisons économiques la part de farines et huiles de poisson dans l'aliment (à 15-20% aujourd'hui) au profit de végétaux. Les élevages conventionnels ont ainsi indirectement abaissé le risque de contamination, mais, de fait, vont aussi à l'encontre de la nature carnivore du saumon. Quant au bio, pour se rapprocher de l'aliment naturel du saumon, et pour sa qualité nutritionnelle, cette part de poisson dans l'aliment bio est restée plus importante (supérieure à 40%).

## Les niveaux de contaminants autorisés ne sont-ils pas plus bas dans le bio ?

Ce n'est pas le cas. Le bio définit un ensemble de moyens à mettre en œuvre, plus qu'un résultat garanti.

La filière bio subit la contamination de l'environnement causée depuis des décennies par les productions agricoles non bio et d'autres industries. A travers le soutien apporté aux filières bio, nous œuvrons pour réduire la contamination présente et future de l'environnement, et ainsi éviter de disperser aujourd'hui sur terre et en mer des produits chimiques qui persisteront encore pendant 40 ans voire plus (cas de nombreux pesticides interdits depuis les années 70).

Si tout le monde était bio il n'y aurait plus de problèmes...

## **Est-ce que des contrôles sont faits sur les contaminants dans les saumons bio que vous vendez ? (saumon bio surgelé)**

Oui. La majorité de nos fournisseurs, comme Food4Good, réalise des analyses régulièrement sur différents contaminants, afin de surveiller et de vérifier la conformité réglementaire.

## **Pourquoi vendez-vous du saumon bio s'il est contaminé ?**

Même si les teneurs en certains contaminants sont un peu plus élevés que dans le conventionnel, les taux relevés restent très largement inférieurs aux normes. Le saumon bio est riche en omega-3 EPA & DHA, et apporte également des quantités importantes de vitamines D et E. Il reste donc un bon choix, bien meilleur pour la santé que d'autres petits poissons gras pour lesquels le risque de contaminants peut être supérieur. Nous recommandons aussi de varier les espèces : poissons maigres, poissons gras, mais surtout pas de ne manger que des petits poissons gras de début de chaîne alimentaire, qui peuvent être encore plus pollués.

## **Pourquoi d'une marque à l'autre, le poisson bio est-il plus ou moins contaminé ?**

Les différents élevages bio n'utilisent pas tous le même aliment. L'origine des huiles et farines de poisson peut varier, de même que les espèces ou la proportion de farines et huile dans l'aliment.

## **Les produits Food4Good ne contiennent pas de contaminants, n'est-ce-pas ?**

Malheureusement les contaminants sont dans l'environnement, et il est presque impossible d'y échapper totalement. Food4Good cherche à réduire au maximum le risque de contaminants, en sélectionnant les espèces présentant le moins de risque, en sélectionnant les zones de pêche, et les fermes d'élevage. Enfin, Food4Good fait analyser de nombreux produits chaque année par un laboratoire indépendant.

## **Peut-on continuer à manger du saumon bio Food4Good ?**

Oui sans problème. Certains clients veulent absolument du bio, d'autres préfèrent le sauvage. Dans les deux cas, les risques de contaminants sont très en dessous des normes réglementaires, et les apports nutritionnels en omega 3 EPA DHA, vitamines A, D ou E, et autres minéraux et vitamines, sont essentiels.

**Quels sont les avantages à manger du saumon bio alors ?**

**Le saumon bio Food4Good est-il lui aussi plus contaminé que le saumon conventionnel ?**

**Pourquoi la réglementation européenne ne mentionne-t-elle pas de limites maximales de résidus pour le poisson ? Sur quelles mesures pouvons-nous nous baser ?**

**Le poisson bio, nourri de manière différente, apporte-il plus de valeurs nutritionnelles que le saumon conventionnel ?**

**Comment expliquer la différence de prix significative d'un saumon bio et d'un saumon conventionnel en sachant qu'il contient plus de contaminants ?**

**L'alimentation d'un poisson bio provient d'une zone de pêche durable mais celle-ci est plus contaminée. Alors, qu'entend-on par « zone de pêche durable » ?**

**Qu'est-ce qu'on peut manger alors ?**