Manger peut-il nuire à notre santé ? (Rediff + Màj)

30/05/2014 à 14h50



Addendum du 30/05/2014 : “L*a consommation systématique des produits premiers prix par une population croissante pourrait avoir, à terme, des répercussions sur la santé publique*” dénonce la Cour des comptes.

Au menu de ce documentaire diffusé sur France 3 et réalisé par Éric Guéret et Isabelle Saporta, les substances dangereuses contenues dans nos produits d’alimentation courants: arsenic, plomb, mercure, dioxine, furane, PCB, pesticides…

Les aliments mis en cause

Menée par plusieurs journalistes en France et en Norvège, l’enquête cible notamment les pommes et le blé, accompagnés de leurs pesticides nocifs, en particuliers pour les enfants. Côté viande, le porc est en ligne de mire: ils consommeraient la moitié des antibiotiques de France! Enfin, le saumon de Norvège: notre pays, avec 136.200 tonnes consommées en 2010, est le plus gros marché d’exportation de ces poissons engraissés aux farines de poisson et huiles végétales.

Alors qu’avant la deuxième guerre mondiale on mangeait naturellement bio, l’industrie agro-alimentaire vend des produits avec risques d’obésité et de cancers à la clé, mais

“*rien n’est irrémédiable*”, conclut l’enquête. Elle fournit quelques pistes : manger bio (mais tout n’est pas idéal), donner du lin (riche en omégas 3) aux animaux, réduire la consommation de viande, utiliser l’huile de colza, préférer le pain enrichi en lin… Et manger des poissons petits, moins riches en toxines.

Réalisé par Eric Guéret (2010)

(Merci à EasterEgg)