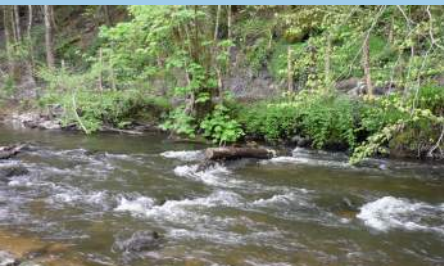


Comprendre et agir



Crédit J. GUILLOCHET

Du saumon pour les fêtes de fin d'année ?

Suite aux scandales révélant les conditions d'élevage du saumon en Norvège et l'apparition d'une épidémie du virus AIS (Anémie infectieuse du saumon) au Chili, des questions se posent quant à l'achat et la consommation de saumon. Faut-il mieux choisir ou s'en passer ?

X Bannissez le saumon d'élevage conventionnel

Dans l'ensemble, l'élevage de saumon pose problème pour la préservation de l'environnement (excréments, produits chimiques, maladies, pêche minotière) et pour la survie des saumons sauvages.

Les parasites et les maladies prolifèrent dans les élevages en mer et menacent les populations de saumons sauvages. Auparavant, de part leur cycle de reproduction, les jeunes saumons n'étaient pas exposés aux agents pathogènes portés par leurs parents. Désormais, ils se développent dans les fermes aquacoles et contaminent les jeunes saumons sauvages qui ne sont pas aptes à y résister.

Pour remédier aux problèmes sanitaires des élevages intensifs de saumons, les industriels utilisent des produits hautement toxiques pour les organismes aquatiques.

En cause, notamment, le diflubenzuron et le teflubenzuron, des pesticides utilisés pour contrer la prolifération du pou de mer. Une méthode plutôt radicale pour éliminer un parasite, le gydactylose, s'est également développée en Norvège. Un parasiticide impactant fortement de nombreuses formes de vie est répandu dans les rivières, alors même que l'éradication du parasite ciblé n'est pas certaine.

À savoir

Le pou de mer est un petit crustacé qui affecte les poissons. Il les parasite et se nourrit de leur peau, leur sang et leurs mucus. Les pisciculteurs cherchent à les éliminer car les jeunes saumons y sont très vulnérables.

Dour ha Stêrioù Breizh
Eau & Rivières
de Bretagne



Comprendre et agir

À savoir

La réglementation européenne encadre, depuis 2009, l'aquaculture biologique. Elle autorise la mixité bio/non bio dans les fermes aquacoles, à condition d'une séparation de 5 km entre les élevages.



Labels MSC et Friend of the sea

À savoir

L'Anses recommande de manger du poisson deux fois par semaine dont un poisson gras. La forte teneur en oméga 3 dans les poissons gras contribue à prévenir les maladies cardio-vasculaires. Ces apports sont également nécessaires au fonctionnement du cerveau et de la rétine.

Demi-vie :

Temps mis par une substance (molécule, médicament...) pour perdre la moitié de son activité pharmacologique ou physiologique.

Dour ha Stêrioù Breizh
Eau & Rivières
de Bretagne



✓ Des alternatives avec le saumon élevé à terre et l'aquaculture biologique

Le saumon labellisé Agriculture Biologique se développe. Bien que les problèmes environnementaux liés à la concentration de saumon ne soient pas résolus, leur impact sur l'environnement est moindre. Les traitements sont limités et les farines de poissons issues de pêcheries durables.

Attention toutefois, plusieurs études mettent en évidence les substances toxiques retrouvées dans le saumon issu d'élevages conventionnels, ainsi que dans celui labellisé en bio. La proximité de fermes bio et non bio en serait à l'origine.

Un conseil : abstenez-vous d'acheter du saumon bio industriel et favorisez des labels plus restrictifs que les normes européennes. Le label Bio Cohérence, notamment, n'accepte pas la coexistence d'élevages conventionnels et bio dans la même ferme aquacole.

Afin de protéger les populations sauvages, dirigez votre choix vers des élevages de saumons à terre en enclos fermés. A défaut, l'élevage de truite en bassins enclos est également une bonne alternative.

✓ Privilégiez le saumon sauvage d'Alaska

Pour votre santé comme pour l'environnement, tournez-vous vers le saumon sauvage d'Alaska (Pacifique Nord). Ses stocks ne sont pas en danger et les labels Marine Stewardship Council (MSC) ou Friend of the sea certifient que la ressource n'est pas surexploitée.

À l'inverse, n'achetez pas de saumon sauvage d'Atlantique car ses stocks sont très affaiblis !

✗ Limitez votre consommation de saumon

Dans tous les cas, limitez votre consommation de saumon. Ces poissons gras accumulent dans leurs chairs des métaux lourds (mercure, arsenic, plomb...) et des polluants organiques persistants (dioxines, PCB...) qui sont toxiques pour le système nerveux, le système hormonal et immunitaire.

En Norvège, les autorités sanitaires ont reconnu le caractère dangereux d'une consommation excessive de saumon. Depuis 2013, il est recommandé aux jeunes femmes et aux femmes enceintes de ne pas manger plus de deux fois par semaine du poisson gras.

Il est en effet prouvé que les polluants organiques persistants, contenus dans ces poissons, subsistent dans l'organisme et sont transférés à l'enfant lors de la grossesse et l'allaitement. À noter que limiter sa consommation de poissons gras pendant la grossesse ne suffit pas, elle est à réduire dès l'adolescence puisque ces composants ont une demi-vie de l'ordre de 10 ans.

	À privilégier	À éviter
Saumon sauvage	Saumon sauvage d'Alaska comportant le label MSC ou Friend of the sea	Saumon sauvage d'Atlantique
Saumon d'élevage	Saumon d'élevage bio en évitant le bio industriel Saumon d'élevage provenant de fermes aquacoles à terre et alternative possible avec la truite	Saumon d'élevage conventionnel, notamment en provenance de Norvège et du Chili