**Agriculture, alimentation et santé : comment placer l’action des Parcs au cœur des aspirations et besoins croissants de la société ?**

Depuis longtemps, les Parcs encouragent une agriculture plus écologique et sa valorisation par une reterritorialisation accrue de l’alimentation. Ce sont notamment les projets alimentaires qui se développent dans les Parcs avec une approche globale : restauration collective, diversification, contrats de réciprocité, foncier, agroécologie, accessibilité à tous…autant de projets qui doivent nous conduire à devenir territoires d’une alimentation responsable et durable. Les Parcs s’y sont notamment engagés au travers d’un plaidoyer commun signé par tous les présidents.

Les choix alimentaires aujourd’hui sont très conditionnés par l’impact possible sur la santé mais aussi sur l’environnement. Les distributeurs l’ont bien compris dans leurs messages publicitaires. Aussi, dans un fratras d’injonctions parfois contradictoires et souvent mercantiles, comment s’y retrouver  ?

Cet atelier s’est ainsi atelé à préciser les objectifs de santé publique liés à l’alimentation et par ricochet à l’agriculture.

Nous avons demandé à Denis Lairon, nutritionniste, directeur de recherche émérite à l’INSERM de nous éclairer sur les *transitions nécessaires pour s’orienter vers des systèmes alimentaires territoriaux durables et favorables à une bonne santé de la population.*

Ce dernier a d’abord rappelé le **contexte des Parcs naturels régionaux** :

* des espaces d’intérêt écologique et culturel, porteur d’une dynamique collective et innovante,
* des espaces naturels et humains riches, mais souvent fragilisés, avec des systèmes agri-alimentaires locaux traditionnels bouleversés par de fortes évolutions de l’agriculture et de l’alimentation,
* mais aussi des territoires pour inventer une autre vie.

**Impacts de l’évolution de l’alimentation**

Depuis les années 50, l’alimentation des Français a beaucoup évolué :

-Moins de produits végétaux : céréales, pommes de terres, légumes secs ;

-Plus de produits animaux ;

-Plus de sucres, lipides, sels, plus d’aliments transformés ;

- Pas assez de fruits, légumes, féculents ;

-Trop de lipides, de protéines avec rapport déséquilibré protéine animale/végétale ;

- trop d’apports de glucides simples (sucres), trop de sel, trop d’apport en énergie ;

-Pas assez d’apport en minéraux et vitamines, en fibres alimentaires.

Aussi, les maladies non-transmissibles liées à l’alimentation ont progressé : surpoids et obésité, diabète type 2, maladies cardiovasculaires, cancers, allergies, avec un coût annuel estimé à plus de 100 milliards d’euros en France. Cette évolution pose des problèmes de santé publique -aspect cancérogène de la viande rouge et de la charcuterie, résidus de pesticides (y compris in utero)-  mais également de dégradation des écosystèmes (épuisement des ressources, pollutions, perte de biodiversité, changement climatique).

## Manger sain et durable, oui mais comment  ?

Le programme national nutrition santé 4 recommande depuis 2019 :

* D’augmenter les fruits et légumes, les fruits à coque, les légumes secs, les produits céréaliers complets et peu raffinés ;
* De réduire les produits laitiers et les fromages, les viandes rouges, la charcuterie, les matières grasses ajoutées (privilégier les huiles), les produits sucrés, le sel ;
* De privilégier les fruits et légumes, céréales, légumineuses cultivés en bio.

L’étude Nutrinet-Santé a suivi une cohorte nationale pour étudier les relations entre modes de vie, alimentation et santé, à la fois avec des questionnaires mais également des données cliniques et biologiques. Il en résulte que les consommateurs de produits biologiques réguliers ont une alimentation nettement plus végétale, de meilleure qualité, avec des apports en nutriments souvent supérieurs et une probabilité de surpoids et d’obésité fortement réduite ainsi qu’un plus faible risque de développer un syndrome métabolique, un diabète de type 2 (-35 %) ou un cancer (-25%). Des études réalisées en Allemagne et aux USA vont dans le même sens. Avec une alimentation qui respecte les recommandations du PNNS-4, soit plus de végétaux et en bio, on réduit notablement l’exposition aux pesticides et les impacts sur les ressources et les gaz à effets de serre.

Il existe un consensus international impressionnant sur la nécessité de changement notamment pour des systèmes de production et de consommation alimentaire durable. Une transition alimentaire pour la santé des humains et de la planète est possible à toutes les échelles par une approche « système alimentaire durable ». Parmi les exemples d’approche système, Denis Lairon met en avant l’action du Parc naturel régional du Luberon avec son projet alimentaire territorial (PAT). Ce Parc a un patrimoine agricole exceptionnel avec une grande diversité de produits sous démarches de qualité et une proportion importante de surfaces en bio (23%). Avec une alimentation méditerranéenne, une culture du marché et de la vente directe, ce territoire a un bon potentiel pour développer des systèmes alimentaires durables. Toutefois, avec la surface agricole actuelle, le territoire ne peut potentiellement répondre qu’à 17% des besoins alimentaires totaux. L’ambition du PAT est d’augmenter l’autonomie alimentaire du territoire, stopper l’artificialisation des terres agricoles, intensifier la transition agro-écologique, augmenter la consommation locale, végétale, de saison, bio/sans pesticides. Les publics cibles sont les familles et la restauration collective.

**Résumé des retours des participants**

* **Le Bio** apparait comme un levier important de la transition des systèmes (notamment via les cantines). Même si, comme ça été souligné, il faut réfléchir au-delà du bio (problèmes du bio produits sous serres chauffées ou importé). D’où l’importance de croiser avec l’aspect local et de saison.
* Beaucoup ont évoqué l’importance de **l’autonomie alimentaire** avec l’exemple de l’outil CRATER <https://crater.resiliencealimentaire.org/> ou encore l’outil PARCEL <https://parcel-app.org>. Les PNR sont souvent mieux placés que d’autres territoires, mais dans certaines zones ce sont des questions difficiles à aborder.
* Des questionnements sur les **émissions GES des aliments** : végétalisation de l’alimentation, production locale & transport, bio versus non-bio… Malgré une idée reçue, les émissions liées au transport sont assez faibles au regard du type d’aliment et en particulier de la viande en tête des émissions. Infographie très intéressante sur les émissions de GES de différents aliments, conçue par Bon Pote : <https://i0.wp.com/bonpote.com/wp-content/uploads/2021/05/ALIMENTATION-BON-POTE-1.png?ssl=1>.
* Des questions aussi sur « comment faire face à l’industrie agro-alimentaire et **mieux informer la population »** : étiquetage, éducation au goût… Mais aussi sensibilisation de la profession agricole (communiquer notamment les études scientifiques auprès de la profession agricole).
* La **restauration collective**, un levier stratégique : utilisation de produits bio, de saison mais également de produits bruts, peu transformés
* Une participante interpelle **sur l’impact environnement & santé de la pêche** (surpêche, polluants). Le poisson n’est pas mentionné dans la présente étude. Qu’en est-il ?

Réponse de Denis Lairon : effectivement cela n’a pas été abordé, il n’y pas de nouvelles recommandations sur ce point, mais il faut effectivement limiter la consommation de poisson (2 portions/semaine et une seule pour les femmes enceintes).

Un participant renvoie à une étude sur les métaux lourds dont voici le lien :<https://www.santepubliquefrance.fr/presse/2021/exposition-aux-metaux-de-la-population-francaise-resultats-de-l-etude-esteban>

Ce participant souligne que, dans ce rapport, le bio est mentionné pour son usage du cuivre : Denis Lairon peut répondre que la pollution par le cuivre date de bien avant le bio et une étude scientifique récente de chercheurs de l’INRAE montre que la vie des sols n’est affectée que par des doses de cuivre au moins 50 fois supérieures à celles utilisées en bio aujourdhui. Et les consommateurs réguliers d’aliments bio n’ont pas plus du cuivre dans leur sang selon notre étude de 2018.