

Décembre 2025

iles
de
paix

Santé, sécurité et justice sociale : les enjeux globaux d'une alimentation saine

Analyse

Sur le papier, le droit à l'alimentation est universel. Dans la réalité, il reste l'un des plus bafoués au monde, sous-alimentation et obésité représentant les deux facettes d'une même problématique. Cette analyse s'intéresse à la notion d' "alimentation saine" qui, bien qu'elle semble aller de soi, recouvre en réalité non seulement deux dimensions complémentaires, mais aussi deux niveaux de responsabilité, à bien comprendre et distinguer pour développer de nouvelles normes collectives plus durables et saines pour l'ensemble de la population.

Découvrez nos autres publications



Avec le soutien de

Bruno Schiffers

 FÉDÉRATION
WALLONIE-BRUXELLES

Iles de Paix, c'est toi, moi, elle, lui, elles, eux... en un mot : nous !

Par l'élaboration et la diffusion d'études, analyses et outils socio-culturels d'Éducation Permanente, Iles de Paix soutient le développement, chez l'ensemble des citoyens de la FWB, d'une citoyenneté active et critique. Dans cette même optique, l'association donne périodiquement la parole à des citoyennes et citoyens, qu'ils soient volontaires ou sympathisants, dont les contributions enrichissent notre réflexion et élargissent notre perspective.

Santé, sécurité et justice sociale : les enjeux globaux d'une alimentation saine

L'auteur

Bruno Schiffers

Ingénieur, Docteur en Sciences Agronomiques, Bruno Schiffers était, jusque fin 2018, Professeur et responsable du Laboratoire de Phytopharmacie de Gembloux Agro-Bio Tech.

Durant presque 40 années de carrière dans la recherche, il a pu aborder presque tous les aspects liés aux risques pour la chaîne alimentaire et à l'usage des pesticides comme en témoignent ses publications scientifiques. Durant les 20 dernières années, ses recherches et ses activités d'expert (auprès de l'AFSCA, du Comité Régional Phyto, du Conseil Supérieur de la Santé et du Conseil de Biosécurité) se sont orientées sur l'évaluation des risques. Il continue à travailler, avec sa société AG-TECH CONSULT, comme expert en ingénierie de formation.

Depuis 8 ans, il est administrateur chez Iles de Paix. Il est également administrateur chez Nature & Progrès, et chauffeur bénévole pour ALTEO.



Comment expliquer que, dans un monde qui produit assez de nourriture pour toutes et tous, des millions de personnes meurent encore de la faim tandis que d'autres souffrent d'obésité ? Qui décide réellement de ce que nous mangeons : les citoyens, ou les multinationales agroalimentaires et de la distribution ? Pourquoi une alimentation saine reste-t-elle le privilège de certaines personnes, alors qu'il s'agit d'un droit universel ? Jusqu'à quand les modes de production intensifs et destructeurs de l'environnement vont-ils perdurer alors que des alternatives durables, respectueuses de la santé et de la justice sociale sont possibles ?

L'alimentation : un besoin vital et universel... à dimension culturelle et politique

Chez l'être humain, l'alimentation a toujours occupé une place singulière. Notre espèce s'est façonnée à travers un régime omnivore souple, fruit d'une évolution autant biologique que culturelle. Nos molaires sont faites pour broyer, nos incisives pour croquer, mais nos canines n'ont rien de celles d'un prédateur carnivore. Notre tube digestif, plus court que celui des autres primates, assimile mal les fi-

bres, mais absorbe rapidement les nutriments concentrés : viande, tubercules cuits, graines. L'invention de la cuisson fut un tournant décisif : elle a rendu les aliments plus digestes, plus sûrs, plus caloriques, ouvrant la voie au développement d'un cerveau particulièrement énergivore. L'histoire de **notre alimentation** n'est donc pas qu'une affaire de physiologie : elle est **indissociable de la culture, des techniques et des choix collectifs qui ont modelé l'humanité.**

Et aujourd'hui ? L'alimentation demeure notre carburant vital. Elle nourrit nos gestes, nos pensées, nos existences. Sans énergie, sans nutriments, sans vitamines ni minéraux, il n'y a ni croissance, ni réparation cellulaire, ni système immunitaire capable de tenir. Sans protéines, lipides, glucides, vitamines ou oligo-éléments, il n'y a ni santé, ni équilibre.

En réalité, manger n'est jamais anodin. C'est l'acte qui relie la biologie à la société, la nature à la culture. En 2019, les mangeuses et mangeurs qui vivent en Belgique ont dépensé 34,5 milliards d'euros pour leur alimentation (Comeos, 2019). **Mais qui décide de ce que nous consommons vraiment ?** La question est cruciale, car chaque repas n'est pas seulement une nécessité : c'est une question de justice, de pouvoir et d'existence même.



Le droit à l'alimentation : une promesse trahie

Le **droit à l'alimentation** est inscrit noir sur blanc dans les textes fondateurs des Nations Unies. La *Déclaration universelle des droits humains* proclame que "toute personne a droit à un niveau de vie suffisant" pour assurer sa santé et son bien-être, dont une alimentation adéquate (Assemblée générale des Nations Unies, 1948). En 1966, le *Pacte international relatif aux droits économiques, sociaux et culturels* enfonce le clou en affirmant que chacune et chacun doit être "à l'abri de la faim".

Sur le papier, **ce droit est universel**. Dans la réalité, il reste **l'un des plus bafoués au monde** :

- Alors que la planète produit a priori assez de nourriture pour tous, selon le rapport *L'Etat de la sécurité alimentaire et de la nutrition* dans le monde publié conjointement par la FAO, le PAM, l'OMS et l'UNICEF, 673 millions de personnes dans le monde souffrent de la faim. D'autres estimations récentes parlent d'environ 733 millions de personnes en situation de sous-alimentation ou confrontées à la faim chronique, tandis que 2,3 milliards vivraient au quotidien, partout dans le monde, une insécurité alimentaire modérée à sévère selon les années (ce que l'on appelle "la faim cachée").
- Paradoxalement, selon un rapport de l'OMS paru en 2022 et l'étude *Worldwide trends in underweight and obesity from 1990 to 2022* du Lancet parue en 2024, 2,5 milliards d'adultes dans le monde étaient alors en surpoids, et parmi eux entre 890 millions et 1 milliard souffraient d'obésité.

Autrement dit : **sur cette planète, une abondance de denrées cohabite avec une pénurie d'accès. Une injustice structurelle !**

La malnutrition n'est pourtant pas une fatalité : elle est le résultat de politiques publiques insuffisantes, souvent dictées par les intérêts privés. **Qui décide de ce que nous mangeons ?**

Des gouvernements soucieux du bien-être de leurs citoyens, ou des multinationales agroalimentaires obsédées par leurs marges bénéficiaires ?

Quand la FAO adopte, en 2004, des *Directives volontaires pour concrétiser le droit à l'alimentation*, le mot clé reste : "volontaires". Comment peut-on espérer garantir un droit humain universel si le respect de celui-ci repose sur la bonne volonté de chaque gouvernement ?

L'approche par les droits humains change pourtant tout : la faim n'est pas un manque de nourriture, c'est un manque de justice. Comme le souligne Flavio Valente, ancien secrétaire général de FIAN, l'enjeu n'est pas de distribuer des sacs de riz pour calmer les crises, mais de transformer les relations de pouvoir qui empêchent structurellement des millions de personnes d'accéder à leurs moyens de subsistance.

Le droit à une alimentation saine ?

Parler d' "alimentation saine" semble aller de soi : pourtant cette notion recouvre en réalité non seulement **deux dimensions complémentaires**, mais aussi **deux niveaux de responsabilité**, qu'il est essentiel de comprendre et de bien distinguer.

Première dimension : l'aspect diététique de la nutrition – une responsabilité déléguée à l'individu

L'aspect diététique de la nutrition fait référence à tout ce qui concerne une alimentation équilibrée, capable de fournir à l'organisme tous les nutriments nécessaires pour grandir, se développer et rester en bonne santé. Cela implique l'étude de la composition des aliments, de leur valeur nutritionnelle et de la manière de les combiner pour répondre aux besoins individuels, dans le but de prévenir et de traiter des maladies liées à une mauvaise alimentation. Ainsi, selon les recommandations de l'Organisation mondiale de la santé ou celles du Conseil Supérieur de la Santé, un régime alimentaire sain doit inclure, en diverses proportions, une grande diversité d'aliments d'origine végétale (en majorité) et animale (en quantités raisonnables), limiter la consommation

de viande rouge, l'excès de sucres, de sel et de graisses saturées, mais aussi s'inscrire dans des pratiques alimentaires adaptées à chaque culture et à chaque âge de la vie.

La faim n'est pas un manque de nourriture, c'est un manque de justice

Les "pyramides alimentaires" ou, plus récemment, les guides alimentaires, traduisent les recommandations nutritionnelles sous des formes visuelles accessibles au grand public. Elles varient selon les régions du monde : la pyramide méditerranéenne, riche en huile d'olive, légumes et poisson, n'est pas identique au modèle asiatique où dominant le riz, les légumes fermentés et le soja. Toutes reposent cependant sur le même principe : promouvoir la variété et la modération pour réduire les risques d'obésité, de maladies cardiovasculaires, de diabète ou de cancers. Par ailleurs, les pratiques alimentaires sont également influencées par des choix culturels, religieux (jeûnes, interdits alimentaires), médicaux (régimes pauvres en sodium ou hyperprotéinés) ou éthiques (comme le végétarisme ou le véganisme). Cette **diversité de pratiques** illustre la richesse des traditions et des valeurs en matière d'alimentation, mais elle rappelle aussi la nécessité de disposer de repères communs fondés sur des critères scientifiques et sanitaires. Une alimentation saine n'est donc pas une abstraction universelle : elle **s'inscrit profondément dans les contextes sociaux et culturels**.

La responsabilité de suivre — ou non — les recommandations des institutions scientifiques est généralement attribuée aux individus. Cependant, culpabiliser les consommatrices et consommateurs est un peu facile ! En réalité, **les pratiques alimentaires individuelles s'inscrivent dans un "environnement alimentaire" qui influence les choix de chacune et chacun, mais aussi l'accessibilité à une alimentation saine**. La densité de répartition des fast foods, le marketing des produits ultra-transformés et la différence de prix perçue entre aliments sains et malsains pèsent ainsi fortement sur les comportements. A contrario, des études montrent que la disponibilité locale de fruits et légumes augmente leur consommation.



© Canva

En Belgique, l'Observatoire de la Santé du Hainaut souligne également que les inégalités sociales limitent l'accès à une alimentation saine et abordable[1].

Ainsi, **au-delà des choix individuels**, on sait aujourd'hui que **l'environnement alimentaire constitue un déterminant majeur de la santé nutritionnelle**.

Seconde dimension : la sécurité sanitaire des aliments – une responsabilité qui incombe aux producteurs et aux autorités compétentes

Cette seconde dimension est souvent oubliée dans le débat public. Et pourtant, **un aliment "sain" n'est pas seulement nutritif : il doit aussi être sûr**. Cela signifie qu'il ne doit pas contenir de germes pathogènes (tels que les salmonelles, Escherichia coli entérohémorragiques, Listeria, Campylobacter, noro- et rotavirus) ni de contaminants chimiques, en nombre ou à des concentrations qui peuvent provoquer des toxico-infections ou des intoxications. Pour s'en prémunir, le producteur d'aliments doit d'abord **respecter les principes d'hygiène alimentaire** qui garantissent la salubrité de l'aliment, ses caractéristiques intrinsèques, à savoir : le goût, l'odeur, la texture, la présentation que la présence de microbes de dégradation (bactéries, levures et moisissures) peut altérer. C'est l'assurance que les aliments sont "acceptables" pour la consommation humaine.

Cependant, les causes d'intoxication ne sont pas seulement imputables à l'hygiène, mais aussi à la présence de contaminants d'origine et de nature très diverses qui, à certaines concentrations, peuvent être toxiques pour le consommateur. Ceux-ci peuvent provenir de l'environnement (arsenic, cadmium, plomb), de moisissures naturelles (mycotoxines), de toxines de plantes (phytotoxines) ou de micro-algues marines (phycotoxines paralysantes, amnésiques, et diarrhéiques). **D'autres contaminants ont pour origine les méthodes de production**, tels que les nitrates, les résidus de pesticides ou d'antibiotiques et d'autres médicaments vétérinaires. D'autres encore sont le **résultat des processus industriels de transformation** : formation d'acrylamide lors de la cuisson de produits riches en hydrates de carbone comme le pain, les chips, les frites ; présence d'hexane utilisé pour l'extraction des huiles ; etc.

Cette **distinction entre alimentation saine**, au sens diététique du terme, **et alimentation sûre** s'illustre bien au travers de cas concrets. Ainsi, en dépit des avantages reconnus pour la santé humaine d'une consommation régulière de fruits et de légumes frais, des études récentes d'exposition des consommateurs aux résidus de produits phytosanitaires indiquent que, pour certains groupes tels que les enfants, le risque d'intoxication n'est pas négligeable. De même, l'ab-

[1] Source : Observatoire de la Santé du Hainaut, *Alimentation de qualité & inégalités sociales de santé Des initiatives pour agir ensemble sur un territoire*, 2020.

sence d'un contaminant, comme les résidus de pesticides, pour les denrées issues de l'agriculture biologique ne permet pas de prétendre que l'aliment est automatiquement sain. Aussi les producteurs bio redoublent-ils de vigilance, notamment lors de la récolte et du tri. Il s'agit en effet d'écartier les produits porteurs de moisissures, car l'absence de traitements fongicides peut permettre à certains champignons de se développer dans les champs et/ou durant le stockage des produits récoltés, donnant lieu à des concentrations élevées de mycotoxines dont la toxicité est, pour la plupart, bien plus élevée que celle des résidus de pesticides aux mêmes concentrations.

A qui incombe la **responsabilité de la sécurité des aliments** ? En premier lieu, au producteur. Il a obligation de mettre sur le marché des produits sûrs, c'est-à-dire conformes aux normes de sécurité sanitaire (par exemple les LMR ou Limites Maximales applicables aux Résidus). Après évaluation du risque, ces limites maximales ont été fixées pour chacun des contaminants biologiques et chimiques, que leur origine soit naturelle (on dit aussi "non intentionnelle") ou non. À l'échelle internationale, le *Codex Alimentarius*, élaboré conjointement par **l'OMS et la FAO**, constitue la référence en matière de normes de sécurité alimentaire. **L'Union européenne et les États membres** traduisent ces principes dans leur droit, garantissant ainsi aux consommateurs que les aliments commercialisés sont propres à la consommation.

Un aliment peut être sûr au sens sanitaire mais ne pas être sain au sens nutritionnel, et vice-versa. Il doit être les deux pour mériter pleinement le qualificatif de "sain".

La distinction entre aliment sûr et aliment sain est donc fondamentale. Un produit peut être sûr au sens sanitaire — par exemple une boisson gazeuse sans résidus chimiques ni bactéries — mais ne pas être sain au sens nutritionnel, en raison de sa teneur excessive en sucre. Inversement, un aliment riche en nutriments, comme une salade fraîche, peut devenir dangereux s'il est contaminé par des

bactéries pathogènes ou des résidus. Pour qu'un aliment mérite pleinement le qualificatif de "sain", il doit donc être à la fois sûr et contribuer, par ses apports, à un régime équilibré.

Alimentation saine et méthodes de production agricole

La question de l'alimentation saine ne peut être isolée des conditions de production agricole qui déterminent, en amont, la qualité et la sécurité des aliments.

Le modèle de **production industrielle intensive** qui domine depuis l'après-guerre a permis d'augmenter fortement les rendements, d'assurer une disponibilité abondante de denrées et de réduire leur prix relatif, garantissant ainsi une sécurité alimentaire quantitative. Cependant, cette intensification repose sur l'usage massif d'intrants chimiques — pesticides, herbicides, fongicides, engrais de synthèse, antibiotiques en élevage — qui posent de sérieux problèmes sanitaires et environnementaux. Même si les résidus chimiques sont encadrés, l'exposition chronique et les effets dits "cocktail" — c'est-à-dire les interactions entre plusieurs résidus chimiques présents en faible dose dans un même aliment — suscitent de nou-



velles inquiétudes quant aux impacts sur la santé, notamment dans les cas d'exposition prolongée aux résidus de pesticides, et particulièrement pour les femmes enceintes et les enfants quand il s'agit de perturbateurs endocriniens. Par ailleurs, l'abus d'antibiotiques en élevage contribue à l'antibiorésistance, considérée par l'OMS comme l'une des plus grandes menaces pour la santé mondiale. En outre, l'agriculture intensive appauvrit et fragilise les sols, réduit la biodiversité et génère une forte pollution des eaux, tout en enfermant les producteurs dans une dépendance économique vis-à-vis des multinationales de l'agrochimie.

Face à ces limites, l'**agroécologie** apparaît comme une alternative. Elle vise à intégrer la production alimentaire dans les cycles naturels en valorisant la biodiversité, les rotations culturales, la gestion durable des sols et la réduction drastique des intrants chimiques. Elle permet de produire des aliments plus sûrs (moins de résidus chimiques), tout en favorisant la résilience des écosystèmes agricoles et la souveraineté alimentaire des populations. Si ses rendements peuvent parfois être légèrement inférieurs à court terme, les études montrent qu'ils restent stables, voire supérieurs sur le long terme grâce à la préservation de la fertilité des sols. Toutefois, sa diffusion à grande échelle nécessite un fort accompagnement public — formation des producteurs, soutien à la recherche, valorisation des circuits courts — sans quoi la transition demeure difficile et économiquement risquée pour les exploitants.

L'**agriculture biologique** constitue un pas supplémentaire, puisqu'elle interdit les pesticides et engrais de synthèse, les OGM et l'usage systématique des antibiotiques. Ses bénéfices pour la santé sont de mieux en mieux documentés : une méta-analyse récente a montré que la consommation régulière de produits bio réduisait de 25 % le risque de cancer et de 40 à 50 % le risque de surpoids ou d'obésité, grâce à une meilleure composition nutritionnelle (plus d'antioxydants, de vitamines et d'oméga-3) et à une moindre exposition aux pesticides. Sur le plan sanitaire, seule l'agriculture biologique, qui s'appuie sur un cahier des charges bien défini assorti de contrôles fréquents chez le producteur et d'une certification, peut garantir l'absence de résidus dans les produits alimentaires. Sur le plan environ-



nemental, la bio contribue à enrichir les sols en matière organique, à préserver la biodiversité et à limiter la pollution de l'eau. Mais elle présente aussi des limites : les rendements peuvent être plus faibles dans certains contextes, et surtout les

Seule à même de garantir l'absence de résidus dans les produits alimentaires, l'agriculture biologique présente en outre de nombreux bénéfices pour la santé.

coûts de production plus élevés ainsi que les marges plus élevées appliquées par les distributeurs sur les produits bio se traduisent souvent par des prix de vente supérieurs [2]. Cette barrière économique rend l'accès au bio difficile pour une partie des ménages modestes s'ils ne peuvent profiter de ventes en circuits courts, accentuant les inégalités sociales face à l'alimentation saine. Il faut néanmoins relativiser la différence entre le coût de l'alimentation, estimé à 20 €/jour par personne, et celui pour une alimentation saine, qui serait plutôt de 22 €/jour environ.

[2] En 2023, BioWallonie a comparé les marges du bio et du non-bio dans les grandes et moyennes surfaces pour 7 produits, montrant des écarts importants. L'hypothèse de l'organisation est que "Le consommateur bio regarderait moins au prix qu'à la qualité, donc des légères augmentations n'affecteraient pas sa décision d'achat".

Manger bio, juste une question de prix ?

Selon la FAO, **plus de 40 % de la population mondiale ne peut pas se permettre une alimentation réellement saine**, faute de moyens financiers ou d'accès à des produits sûrs et nutritifs.

L'un des arguments les plus souvent avancés contre l'alimentation biologique est son prix plus élevé. Les produits bio coûtent-ils réellement plus cher, ou s'agit-il avant tout d'une question de priorités budgétaires ? En moyenne, les denrées biologiques affichent des prix supérieurs de 20 à 30 % par rapport aux produits conventionnels. Cette différence s'explique principalement par des coûts de production plus élevés — différence de volume et d'échelle de production, main-d'œuvre plus importante et locale, rendements parfois inférieurs, certification^[3]. Il en est autrement dans les pays dits "du Sud global", où on observe que les produits agroécologiques sont souvent vendus au même prix que les autres, l'augmentation du coût de la main-d'œuvre (moins chère qu'en Europe) étant compensé par une augmentation de la productivité, les coûts de transport moindres et la diminution des achats d'intrants chimiques.

La question du coût des aliments amène à une interrogation cruciale : **les familles à revenus modestes sont-elles condamnées à manger moins sainement à cause du prix et de l'accessibilité des denrées ?** Les inégalités sociales d'accès à une alimentation saine sont bien documentées : les ménages à faibles revenus consomment moins de fruits, légumes et produits bio que les catégories plus favorisées. Le prix constitue une barrière réelle, mais n'est pas la seule. Certaines études montrent que, ramenée à l'ensemble des dépenses d'un ménage, la part consacrée à l'alimentation est relativement faible par rapport au logement, aux transports ou aux loisirs et sert souvent de variable d'ajustement du budget des familles modestes. Le manque de temps, l'accès logistique (déserts alimentaires), la méconnaissance culinaire ou encore l'influence du marketing jouent également un rôle. Pour que les familles modestes puissent accéder à une alimentation plus saine, il faut non seulement travailler sur les prix, mais aussi sur d'autres dimensions telles que l'organisation des filières locales et l'offre disponible dans les quartiers populaires.

Une question de choix politiques

Face à cette situation, les cantines scolaires, les hôpitaux et les maisons de repos ont un rôle clé à jouer dans la transition. En intégrant davantage de produits bio et locaux, ces institutions pourraient contribuer à démocratiser l'accès à une alimentation de qualité par le soutien apporté aux producteurs, le développement de filières et donc la recherche, les infrastructures, les règlements adaptés, etc. En France, la loi dite "Egalim 2"^[4] impose déjà que 50% des produits servis dans la restauration collective publique soient durables ou bio, dont 20 % minimum, bio. Cette orientation traduit **un choix politique : utiliser la commande publique comme levier pour soutenir la transition agricole** et rendre accessibles à toutes et tous, y compris aux enfants et aux personnes âgées, des repas de meilleure qualité.

Dès lors, le bio est-il réservé à une minorité privilégiée, ou bien peut-il devenir un modèle collectif si les politiques agricoles évoluent ? L'histoire de l'agriculture intensive montre que **ce sont les choix politiques** (Politique agricole commune de l'UE, subventions aux intrants, organisation des filières, etc.) **qui ont façonné les pratiques actuelles**. Rien n'empêche donc, en théorie, de réorienter ces soutiens vers l'agroécologie et le bio afin de les rendre compétitifs et accessibles à toutes et tous. L'exemple du Danemark, qui a investi massivement dans le bio pour la restauration collective, prouve que le bio peut sortir de la niche pour devenir une norme commune.

^[3] En juin 2024, l'[Observatoire des prix bio](#) (mis en place par Biowallonie et ConsomAction) a, par exemple, constaté environ 20 % de différence pour la viande, les produits laitiers, les céréales et secs bio.

^[4] Source : [Ministère français de l'Agriculture, 2021](#).

Un autre élément central du débat est celui des **“coûts cachés” de l’agriculture conventionnelle**. Si les produits issus du modèle intensif semblent moins chers, c’est parce que leur prix ne reflète pas leurs externalités négatives : pollution des sols et de l’eau, perte de biodiversité, émissions de gaz à effet de serre, mais aussi maladies chroniques liées à l’exposition aux pesticides ou à la malbouffe. Ces coûts sont reportés sur la collectivité via les systèmes de santé ou les politiques de dépollution. Selon la FAO, chaque dollar dépensé pour un aliment produit par l’agriculture conventionnelle engendre jusqu’à deux dollars de coûts cachés pour la société. Le bio et l’agroécologie, bien que plus chers en apparence, pourraient donc se révéler plus “rentables” si l’on intégrait ces externalités dans les calculs.

Ainsi, **chaque modèle agricole présente des avantages et des risques**. L’agriculture intensive assure la disponibilité et l’accessibilité financière, mais au prix d’une fragilité sanitaire et environnementale. Le bio et l’agroécologie offrent des garanties supérieures pour la santé et la durabilité, mais posent la question cruciale de l’accessibilité quantitative et économique, si leur généralisation n’est pas accompagnée de politiques ambitieuses.

En définitive, penser l’alimentation saine suppose d’élargir la réflexion à l’ensemble du système alimentaire. Il ne suffit pas que les individus fassent “les bons choix” encore faut-il que les aliments proposés soient à la fois sûrs et nutritifs, produits dans le respect de l’environnement et accessibles à toutes les catégories sociales. Ainsi, **l’alimentation saine n’est pas seulement une affaire de choix individuels, mais de décisions collectives** étant donné que, derrière chaque produit consommé, se cache un système agricole, économique et politique. À nous de **mettre en débat l’avenir de l’agriculture**, la place que doivent occuper l’agroécologie et le bio face aux limites du modèle intensif et comment résoudre la tension entre les impératifs sanitaires, environnementaux et de justice sociale **L’enjeu n’est pas seulement de “bien manger”, mais de décider collectivement quel modèle de production et de consommation nous voulons soutenir, afin que l’alimentation soit à la fois sûre, nutritive, accessible à toutes et tous et respectueuse de la terre nourricière.**

Relocaliser son alimentation ?

La question de la **consommation locale** mérite une attention particulière car elle brouille souvent le message de l’alimentation biologique. Manger local, c’est souvent soutenir des petits producteurs, parfois à un prix plus élevé que le conventionnel importé. Mais est-ce forcément plus écologique qu’un produit bio importé ? Pas toujours. L’impact environnemental d’un aliment dépend de multiples facteurs : mode de production, transport, conservation. Un produit local cultivé sous serre chauffée en hiver peut avoir une empreinte carbone plus forte qu’un produit bio importé de saison. Le choix entre local et bio doit donc être réfléchi : idéalement, il faut combiner les deux en privilégiant des filières locales, bio et de saison, ce qui demande une organisation des circuits courts et une adaptation des habitudes alimentaires.

Iles de Paix a consacré un numéro de la collection *Phosphore* aux enjeux de la relocalisation de l’alimentation. Découvrez-le sur ilesdepaix.org !



Références

- Altieri, M. (2018). *Agroecology: the science of sustainable agriculture*. CRC Press.
- Assemblée générale des Nations Unies. (1948). *Déclaration universelle des droits de l'homme*. Organisation des Nations Unies. <https://www.un.org/fr/about-us/universal-declaration-of-human-rights>
- Assemblée générale des Nations Unies. (1966). *Pacte international relatif aux droits économiques, sociaux et culturels*. Organisation des Nations Unies. <https://www.ohchr.org/fr/instruments-mechanisms/instruments/international-covenant-economic-social-and-cultural-rights>
- Chaudron, C., & Lamine, C. (2019). *Inégalités sociales d'accès à l'alimentation biologique*. *Revue française de sociologie*, 60(3), 423-452. <https://doi.org/10.3917/rfs.603.0423>
- Codex Alimentarius (FAO/OMS, 2003). CAC/RCP 53-2003, Code d'usages international recommandé en matière d'hygiène pour les fruits et les légumes frais
- Comité des droits économiques, sociaux et culturels (CDESC). (1999). *Observation générale n°12 : Le droit à une alimentation suffisante*. Nations Unies. <https://www.ohchr.org/fr/resources/educators/human-rights-education-training/series-2-no-12-right-adequate-food>
- FAO. (2018). *Agroecology for sustainable food systems*. FAO.
- FAO. (2019). *The State of Food and Agriculture 2019: Moving forward on food loss and waste reduction*. Food and Agriculture Organization of the United Nations. <https://doi.org/10.4060/ca6030en>
- FAO. (2021). *The state of food and agriculture 2021: Making agrifood systems more resilient to shocks and stresses*. Food and Agriculture Organization of the United Nations. <https://doi.org/10.4060/cb4476en>
- FAO. (2021). *The state of food and agriculture*. FAO.
- FIAN International. (s.d). *Le droit à l'alimentation*. FIAN International. <https://www.fian.org/fr/what-we-do/the-right-to-food>
- FIAN International. (s.d). *Se nourrir est un droit ! Module pédagogique*. FIAN Belgique. <https://www.fian.be/ressources/se-nourrir-est-un-droit>
- INSEE. (2022). *La dépense de consommation des ménages*. Institut national de la statistique et des études économiques. <https://www.insee.fr/fr/statistiques/>
- ITAB. (2024). *Effets comparés de l'agriculture biologique et conventionnelle*. Institut technique de l'agriculture biologique.
- ITAB. (2024). *Effets comparés de l'agriculture biologique et conventionnelle : synthèse de la littérature scientifique*. Institut technique de l'agriculture biologique. <https://itab.fr>
- Ministère de l'Agriculture et de la Souveraineté alimentaire. (2021). *Loi Egalim : 50 % de produits durables et de qualité dont 20 % de bio dans la restauration collective publique*. <https://agriculture.gouv.fr>
- Office du Haut-Commissariat aux droits de l'homme (OHCHR). (s.d). *Le droit à l'alimentation*. Nations Unies. <https://www.ohchr.org/fr/right-to-food>
- Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO). (2004). *Directives volontaires à l'appui de la concrétisation progressive du droit à une alimentation adéquate dans le contexte de la sécurité alimentaire nationale*. FAO. <https://www.fao.org/4/y7937f/y7937f00.htm>
- Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO). (2015). *L'état de l'insécurité alimentaire dans le monde*. FAO. <https://www.fao.org/publications/sofi/fr>
- Organisation mondiale de la Santé (OMS). (2020). *Healthy diet – Fact sheet*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- Schiffers, B. (2011). *Principes d'hygiène et de management de la qualité sanitaire et phytosanitaire*. Manuel de Formation du COLEAD. 345 p.
- W. Claeys, J.F. Schmit, C. Bragard, G. Maghuin-Rogister, L. Pussemier & B.Schiffers (2010) – *Exposure of several Belgian consumer groups to pesticide residues through fresh fruit and vegetable consumption*. *Food Control* 22 (2011): 508-516
- NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC)– The Lancet (2024). *Worldwide trends in underweight and obesity from 1990 to 2022: a pooled analysis of 3663 population-representative studies with 222 million children, adolescents, and adults*. *The Lancet*, Volume 403, Issue 10431, p.1027-1050, March 16, 2024.
- ONU (2024). *La lutte contre la faim dans le monde recule de 15 ans, selon un rapport de l'ONU*. <https://news.un.org/fr/story/2024/07/1147321>
- FAO, FIDA, OMS, PAM et UNICEF (2025). *Résumé de L'état de la sécurité alimentaire et de la nutrition dans le monde 2025. Lutter contre la forte inflation des prix des produits alimentaires pour améliorer la sécurité alimentaire et la nutrition*. Rome. <https://doi.org/10.4060/cd6015fr>

- Sciensano (2018). *Sciensano, enquête de santé sur l'état nutritionnel, 2018*.
- Berger, N. (2025). *Les habitudes alimentaires des Belges et le rôle des environnements alimentaires*. Sciensano, présentation du 26/09/2025. Journée de l'Alimentation Durable, Namur.
- Peuch, J. (2022). *Droit à l'alimentation et droit à la santé : des liens étroits qui peinent à se concrétiser dans les politiques publiques*. https://www.fian.be/IMG/pdf/2022_12_mc_education-sante-peuch.pdf

Éditeur responsable
Iles de Paix ASBL
Rue du Marché 37
4500 Huy
085 23 02 54

education.permanente@ilesdepaix.org
www.ilesdepaix.org

**iles
de
paix**