

Cadmium : un poison discret dans nos assiettes

En France, nous consommons tous les jours des aliments contaminés par un métal toxique : le **cadmium**. On le retrouve dans des produits très courants comme le pain, les céréales du petit déjeuner, les pâtes ou les pommes de terre.

D'où vient ce métal lourd ? Principalement des **engrais phosphatés** utilisés en agriculture. Une fois dans les sols, il s'infiltré dans les cultures, puis dans notre alimentation. Et il ne s'élimine pas facilement : il s'accumule dans notre corps au fil des années.

Un danger pour la santé, même à petites doses

Le cadmium est reconnu pour ses effets néfastes sur les reins, les os, le système cardiovasculaire et les voies respiratoires. Il est aussi classé comme cancérigène.

Depuis 2021, **Santé publique France** alerte sur son rôle possible dans l'augmentation spectaculaire des cancers du pancréas. Le nombre de cas a quadruplé en trente ans. Et les enfants ne sont pas épargnés : leur consommation d'aliments très exposés les rend particulièrement vulnérables.

Déjà Que Choisir, en septembre 2019, faisait état de la situation en nous signalant que le cadmium faisait partie des métaux lourds les plus toxiques, et que nous y sommes trop exposés via l'alimentation. En cause, selon l'Agence nationale de sécurité sanitaire (Anses), les épandages d'engrais minéraux phosphatés par les agriculteurs. Le cadmium migre dans les cultures et se retrouve dans notre assiette.

La population française est particulièrement exposée au cadmium. Selon les données de **Santé publique France**, l'imprégnation moyenne des Français adultes a quasiment doublé entre 2006 et 2016,

Durant cette période, les analyses d'urine indiquent une augmentation du taux de cadmium, passant de 0,29 microgramme de Cadmium par gramme de créatinine ($\mu\text{g/g}$) à 0,57 $\mu\text{g/g}$. Et chez les enfants français, le taux moyen est de 0,28 $\mu\text{g/g}$. L'imprégnation est 4 fois plus élevée qu'en Allemagne, 15 fois plus qu'au Danemark.

Une spécificité française préoccupante

Pourquoi la France est-elle autant exposée ? Parce qu'elle importe des roches phosphatées très riches en cadmium pour fabriquer ses engrais. L'Agence nationale de sécurité sanitaire recommande de limiter la concentration des engrais phosphatés à 20 mg de cadmium par kg d'anhydride phosphorique (qui est le composant majoritaire des engrais minéraux phosphatés).

Le seuil autorisé reste aujourd'hui à **60 mg/kg**.

Résultat : en dix ans, la contamination moyenne des Français a doublé.

LE BIO UNE VRAIE SOLUTION

Les aliments issus de l'agriculture biologique contiennent en moyenne 48 % de cadmium en moins. Une différence due à la non-utilisation des engrais phosphatés minéraux.

C'est pourquoi des médecins comme le Dr Pierre Souvet appellent à **soutenir la filière bio, au lieu de la fragiliser.**

Il est temps de réagir en soutenant une agriculture plus propre et en repensant notre modèle alimentaire.

Viviane Siuda, présidente de l'UFC-Que Choisir de la Vienne