



Articles

## Les 7 questions qu'on se pose sur le bio

**Que veut dire « bio » ? Peut-on se fier aux labels ? Le bio est-il plus cher ? On répond à 7 questions fréquentes autour du bio.**



L'agriculture bio propose une alternative au système traditionnel. Sur des aliments bio, il n'y a pas, ou alors nettement moins de résidus de pesticides interdits<sup>[1]</sup> que dans les produits conventionnels.<sup>[2]</sup> Les produits bio ont moins d'impact sur l'environnement.<sup>[3]</sup> [Ils sont également meilleurs pour la santé.](#)<sup>[4]</sup>

Le bio a le vent en poupe. L'agriculture moderne, essentiellement basée sur un système « productiviste »<sup>[5]</sup> a montré ses limites, tant en matière d'efficacité que de santé et d'environnement.

Et le bio est aujourd'hui un secteur très organisé et contrôlé, qui gagne progressivement des parts de marché. Mais on se pose encore beaucoup de questions sur le bio.

### Sommaire :

1. [Bio : qu'est-ce que ça veut dire ?](#)
2. [Est-ce qu'il y a différents labels bio ?](#)
3. [Peut-on faire confiance aux labels bio ?](#)
4. [Est-ce que le bio est toujours bio ?](#)
5. [Le bio peut-il nourrir tout le monde ?](#)
6. [Le bio est-il plus cher ?](#)
7. [Où trouver des produits bio ?](#)

-----

# 1. Bio : qu'est-ce que ça veut dire ?

Ne peuvent s'appeler bio que des aliments qui respectent la réglementation européenne en matière d'agriculture biologique. **Les principales règles** de l'agriculture biologique sont :

- pas de pesticides (herbicides, fongicides, insecticides...) de synthèse <sup>[6]</sup>
- pas d'engrais de synthèse <sup>[7]</sup>
- pas d'OGM <sup>[8]</sup>
- plus d'espace / un accès à l'extérieur pour les animaux d'élevage
- de la nourriture bio pour les animaux d'élevage
- pas d'ajout systématique d'antibiotiques aux aliments des animaux d'élevage <sup>[9]</sup>
- ...

Et qu'en est-il pour les **produits transformés** ? Ils doivent contenir **au moins 95% d'ingrédients bio** pour pouvoir être vendus avec le label bio (un biscuit bio, par exemple, sera composé de minimum 95% d'ingrédients bio, soit en général de la farine bio, du sucre bio, des œufs bio, etc.). Ces règles sont [reprises dans une directive européenne](#). <sup>[10]</sup>

## 2. Est-ce qu'il y a différents labels bio ?

Oui et non. **Le mot « bio » est protégé dans toute l'Europe en matière d'alimentation.** <sup>[11]</sup>

Cette réglementation, très technique, régit les cultures et l'élevage mais ne tient pas compte, par exemple, de l'emballage ou de la proximité du lieu de production avec le lieu de vente ([détails ci-dessous](#)). Tous les labels bio en Europe doivent donc se soumettre aux mêmes normes. Et **tous les produits bio sont vérifiés et certifiés.**

Il y a par contre des labels ou des mentions privées qui ajoutent des critères.

Par exemple :

- [Mention Nature & Progrès](#). Les membres de l'association Nature & Progrès ont été les premiers à développer l'agriculture bio. Leur approche est la plus cohérente et la plus poussée : produits locaux, vente en circuit court, petits producteurs... <sup>[12]</sup> Pour eux, le bio doit être une démarche globale qui inclut ces aspects, pas uniquement un ensemble de critères techniques de production.
- [Biogarantie](#). C'est le label belge du bio, qui existait avant la réglementation européenne. Il est toujours présent sur de nombreux produits. Il ajoute des critères comme le respect d'une charte de durabilité (qui implique un prix équitable pour le producteur, une utilisation raisonnée des ressources en eau et en énergie, un effort sur le transport, l'emballage, etc.). Il couvre également des domaines non prévus par la législation européenne (catering, culture des chicons, nourriture pour animaux...)

Certains labels combinent des critères bio « classiques » à d'autres aspects. Par exemple [Demeter](#) ajoute les principes de la biodynamie et [Bioéquitable](#) ajoute les critères du commerce équitable, etc.

## 3. Peut-on faire confiance aux labels bio ?

Oui ! Le respect des critères est **vérifié par un organisme indépendant**. Les contrôles se font tout au long de la chaîne : du champ au magasin. Ces **contrôles** peuvent être administratifs (analyse des

factures d'un exploitant pour détecter d'éventuels produits non autorisés), des prélèvements au niveau de la ferme (échantillons de sol, de produits...), des analyses effectuées sur les produits vendus dans les magasins...<sup>[13]</sup>

Le non-respect des critères de l'agriculture bio donne lieu à des sanctions (avertissements, déclassement de produits, retrait de la certification...).

## 4. Est-ce que le bio est toujours bio ?

**L'idée du bio à la base, c'est d'avoir une agriculture meilleure pour l'environnement et la santé.** Avec la mise en avant des petits producteurs, d'une production et consommation locale, ainsi que l'utilisation d'anciennes variétés par exemple. Une sorte d'art de vivre.

Pourtant, le succès du bio et le passage par des circuits de vente traditionnels **poussent de plus en plus l'alimentation bio à changer d'échelle et de rythme** (certains appellent cela le **bio « industriel »**). On trouve donc une variété de produits bio toute l'année. Et aussi des aliments transformés de même nature que les « conventionnels ».

En effet **le règlement européen de l'agriculture bio ne tient pas compte** <sup>[14]</sup> :

- **du lieu de production.** On peut donc très bien acheter des pommes bio qui viennent d'Argentine en pleine saison des pommes belges. <sup>[15]</sup>
- **de la saison.** On peut trouver des fruits ou des légumes bio locaux mais hors saison et produits dans de serres chauffées. <sup>[16]</sup> Par exemple des tomates belges bio en hiver.
- **de l'emballage.** Un aliment bio peut être suremballé. Pire : ils doivent être bien séparés des autres. C'est pour ça qu'en magasin traditionnel, les aliments bio, même frais (fruits, légumes...), sont emballés afin qu'on ne puisse pas les mélanger avec les autres. <sup>[17]</sup>
- **de la santé.** Rien n'empêche de manger de la « junk food » bio. Par exemple des pizzas bio, de la pâte à tartiner pleine d'huile de palme bio... Les additifs sont cependant limités dans les produits bio transformés : il n'y en a que 47 autorisés en bio, contre 338 dans les aliments « conventionnels ».

> Lire aussi [Pourquoi et comment manger moins d'additifs ?](#)

D'où l'intérêt de privilégier certains labels plus exigeants, comme la mention Nature & Progrès.

## 5. Le bio peut-il nourrir tout le monde ?

Oui et non. Selon une étude récente, **il est possible de nourrir toute l'humanité avec l'agriculture bio**, mais à condition :

- de réduire [significativement le gaspillage alimentaire](#) ;
- de manger moins de viande.

> Lire [On pourrait nourrir tout le monde en 100% bio en 2050](#)

## 6. Le bio est-il plus cher ?

Les aliments bio sont **entre 20 et 33% plus cher** que les non bio.<sup>[18]</sup> Ce sont d'ailleurs les ménages les plus aisés qui représentent la majorité des acheteurs de produits bio.<sup>[19]</sup>

Le prix plus élevé s'explique par :

- le besoin de plus de main d'œuvre ;
- le rendement plus faible des cultures ;
- la durée d'élevage des animaux plus longue ;
- ...

Cela dit, **la comparaison avec l'agriculture non bio est biaisée** dès le départ : les coûts de l'impact sur l'environnement (ceux des pesticides par exemple) ne sont pas repris dans le prix des produits non bio. Or, la société (tout le monde, donc) paie l'impact des pesticides (dépollutions, diminution de la biodiversité, pollution des nappes d'eau...).

Certes, les produits bio sont souvent plus cher. Pourtant, **il est tout à fait possible de manger bio à prix raisonnable** ! C'est même [prouvé par une étude du WWF et d'Eco2Initiative](#).

> [Découvrez nos 7 astuces pour manger bio et pas cher](#)

## 7. Où trouver des produits bio ?

Partout ! Principalement dans les magasins bio si on souhaite avoir un panel complet dans un seul lieu. Sinon, de nombreux circuits courts vendent des produits bio comme :

- Les GAC et GASAP ([repris sur la carte du RCR](#))
- [Agricovert](#)
- Le réseau des « [ruche qui dit oui](#) »
- [E-farmz](#)
- [Paysans-artisans](#) (Namur/Floreffe)
- [Topino](#)
- [Bees-Coop](#) (Schaerbeek)
- ...

On peut aussi en [trouver sur les marchés](#) (certains sont 100% bio, d'autres proposent un ou plusieurs stands vendant des produits bio).

Enfin, le site de [l'Apag-W reprend une liste des points de vente qui proposent des produits bio pour la Wallonie](#). Le même guide [existe pour Bruxelles avec le Bioguide](#).

-----  
*[1] Par exemple à cause d'une contamination par un champ non bio lors des pulvérisations, lors du transport... L'analyse des résidus de pesticides n'est pas prévue dans la directive européenne. Mais les pays peuvent légiférer. C'est le cas pour la Belgique. En Wallonie (car cette matière est régionalisée...) le seuil de résidus de pesticides interdits en bio est de 1,5 x la limite technique de détection des pesticides. C'est inférieur au seuil pour l'agriculture conventionnelle. Et dans tous les cas, cette présence de résidus est fortuite : on parle bien ici de résidus de pesticides non autorisés.*

Ce qui veut dire que cette présence de résidus n'est pas due à l'utilisation de pesticides interdits, mais bien causés par une contamination extérieure. Sources : [CRA](#), [Certysis](#).

[2] Voir à ce sujet l'enquête [de la RTS sur les pâtes](#) ou encore les [résultats de l'AFSCA](#) sur les résidus de pesticides sur les fruits et légumes.

[3] Selon diverses études. Une des plus complètes est disponible ici : <http://www.itab.asso.fr/downloads/amenites/amenites-ab-synthese-nov2016.pdf>

[4] Même s'il est difficile de faire un lien direct entre alimentation bio et santé. D'autres facteurs influencent notre santé.

[5] L'agriculture a été radicalement transformée. Elle est devenue très mécanisée, les exploitations se sont spécialisées et la production intensive est devenue la règle. Les pesticides et engrais chimiques font partie de cette transformation qui, depuis les années 50, vise à augmenter les rendements agricoles.

[6] Certains pesticides d'origine naturelle sont autorisés, parfois systématiquement, parfois sur exceptions. Les engrais sont des engrais organiques non minéraux.

[7] À la place, on utilise du fumier, des matières organiques bio, des minéraux naturels ou des engrais verts.

[8] Les OGM sont interdits mais la présence de 0,9% d'OGM -à titre de traces non désirées - dans les aliments bio est autorisée par le label européen de l'agriculture bio. Le cahier des charges de [Nature & Progrès les interdit complètement](#).

[9] Plus de détails dans [cet article de Test-Achats](#).

[10] Le règlement UE définit « l'agriculture biologique » ainsi : « méthode de production agricole basée sur le respect du vivant et des cycles naturels, qui gère de façon globale la production en favorisant l'agrosystème mais aussi la biodiversité, les activités biologiques des sols et les cycles biologiques. Pour atteindre ces objectifs, les agriculteurs biologiques doivent respecter le règlement européen qui exclut notamment l'usage d'engrais chimiques et pesticides de synthèse, ainsi que les organismes génétiquement modifiés. »

[11] Ce n'est cependant pas le cas pour les cosmétiques ou les produits d'entretien par exemple.

[12] Dans les années 60 en Europe, ce sont des associations qui parlent de l'agriculture biologique en premier (Soil Association, Nature & Progrès... ). Elles établissent les premiers cahiers des charges privés et contribuent à la création d'une charte aux objectifs à la fois écologiques, sociaux et humanistes. Cette charte adoptée en 1972, lors de la création de la Fédération internationale des mouvements d'agriculture biologique (IFOAM), repose sur la solidarité et la coopération entre tous les

membres de la filière, l'information sur les conditions de production et de transformation, la transparence dans les pratiques et les contrôles.

[13] Pour Nature & Progrès, le contrôle se fait entre pairs. Sauf bien entendu si les produits sont vendus comme bio, ils doivent alors se conformer à la législation européenne.

[14] L'Europe, quand elle a réglementé l'agriculture bio en 1991 a voulu harmoniser différents cahiers des charges qui existaient au niveau local. Le dénominateur commun trouvé a été purement technique. Exit les critères sur les emplois, l'évolution des fermes, les modes de distribution ou la solidarité entre acteurs...

[15] Sauf pour Nature & Progrès.

[16] Réflexion intéressante sur le [chauffage des serres en bio, par Nature & Progrès](#).

[17] Ce n'est pas le cas pour des magasins qui ne vendent que des produits bio. [En supermarché traditionnel on peut aussi se passer d'emballage comme commence à le faire Delhaize](#).

[18] Un tiers plus cher [selon Biowallonie en 2014, 20% selon cet article citant Biowallonie en 2017](#).

[19] Source et détails dans les [chiffres du bio 2016](#).

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | [info@ecoconso.be](mailto:info@ecoconso.be) | [www.ecoconso.be](http://www.ecoconso.be)

**Source URL:** <https://ecoconso.be/content/les-7-questions-quon-se-pose-sur-le-bio>