



Questions et réponses

| nutrition

Le gibier

Du plomb dans le gibier

Quels problèmes de santé le plomb peut-il provoquer ?

Le plomb, qui est un métal lourd, ne présente aucun avantage nutritionnel. Il est nocif même à faibles doses et s'accumule dans l'organisme. Selon l'état actuel des connaissances, il est impossible d'établir une dose de plomb qui n'ait pas d'effet négatif. Chez les adultes, une exposition chronique se fait sentir avant tout dans les reins. Et chez les enfants jusqu'à sept ans, le plomb est surtout néfaste pour le système nerveux. Mais ceux qui sont particulièrement vulnérables sont les nourrissons et les enfants en bas âge. Une contamination élevée au plomb peut en effet entraîner chez eux des lésions irréversibles du système nerveux, des troubles des fonctions cérébrales ainsi qu'une détérioration des performances cognitives. Cette constatation s'applique aussi aux fœtus. La formation du système nerveux est une phase particulièrement sensible du développement de l'enfant à naître.

Comment le gibier peut-il être contaminé par le plomb ?

Il y a deux possibilités : d'une part par l'ingestion de nourriture comme des champignons et des plantes sauvages qui, selon les particularités géographiques, peuvent contenir des taux plus ou moins importants de plomb. D'où la teneur potentiellement plus élevée en plomb du gibier sauvage par rapport à celle de la viande d'animaux élevés dans des étables ou des enclos. D'autre part, le gibier peut être contaminé par la munition de plomb avec laquelle il est habituellement abattu, car les projectiles se déforment ou se fragmentent à l'impact. De minuscules particules ou éclats de plomb sont alors libérés, qui pénètrent profondément dans la chair et sont quasiment invisibles à l'œil nu. La viande de sanglier, chevreuil et cerf peut donc faire partie des denrées alimentaires les plus fortement contaminées par le plomb.

La viande provenant d'animaux d'élevage est-elle exempte de plomb ?

Le gibier proposé sur le marché suisse des denrées alimentaires provient principalement de chevreuils, cerfs ou sangliers capturés dans la nature ou détenus dans des enclos. Dans les deux cas, les animaux sont abattus avec des fusils de chasse. Il ne peut être exclu que les munitions utilisées pour le gibier d'élevage contiennent aussi du plomb.

Pour qui la consommation de gibier abattu avec de la munition de plomb présente-t-elle un risque pour la santé ?

En Suisse, les consommateurs mangent en moyenne entre un et trois repas à base de gibier par an. Il n'y a aucun risque pour la santé du consommateur moyen adulte. Même en cas d'ingestion de dix portions de gibier par an, ce danger ne serait pas plus élevé. En outre, la consommation de gibier étant plutôt rare, l'absorption de plomb par le biais de cet aliment est insignifiante par rapport à celle qui provient des boissons, céréales, fruits ou légumes. Par contre, le danger est réel pour les enfants à naître et les jeunes enfants jusqu'à sept ans, dont la santé peut être mise

en péril par une ingestion même minime de plomb. Les enfants en bas âge, les femmes allaitantes ou enceintes et les femmes souhaitant avoir des enfants devraient donc, dans la mesure du possible, ne consommer aucun gibier abattu avec de la munition de plomb. La situation est également préoccupante pour les amateurs de gibier, c'est-à-dire les chasseurs et leurs familles, qui en mangent une ou plusieurs fois par semaine.

Pourquoi les femmes allaitantes ou enceintes et celles qui souhaitent avoir des enfants doivent-elles renoncer à consommer du gibier abattu avec de la munition de plomb ?

Le fœtus réagit avec une extrême sensibilité à ce métal lourd. De faibles quantités de plomb suffisent pour nuire au développement de son système nerveux. Pendant la grossesse, une prise unique d'aliments à forte teneur en plomb peut mettre en danger la santé du fœtus, dont le développement du système nerveux peut être affecté. Étant donné qu'une certaine quantité de plomb passe dans le lait maternel et peut donc être absorbée par le nourrisson allaité, il est recommandé, par mesure de précaution, de s'abstenir durant la période d'allaitement de consommer du gibier abattu avec de la munition de plomb.

Les jeunes filles et les femmes en âge de procréer doivent-elles renoncer à consommer du gibier abattu avec de la munition de plomb ?

Le plomb est stocké dans les os, où il s'accumule au fil du temps. Le renouvellement accru de la masse osseuse pendant la grossesse peut entraîner une libération du plomb accumulé dans le squelette et donc augmenter la contamination aussi bien du fœtus que de la mère. C'est la raison pour laquelle l'absorption de plomb doit en principe être aussi faible que possible chez les jeunes filles et les femmes jusqu'à ce qu'elles n'aient plus de désir d'enfant.

Pourquoi les enfants ne doivent-ils pas consommer de gibier abattu avec de la munition de plomb avant l'âge de sept ans ?

Jusqu'à cet âge et du fait de leur faible poids, les enfants absorbent, comparativement aux adultes, davantage de plomb par kilogramme de poids corporel. Ils ont également un métabolisme différent et leur système nerveux est particulièrement sensible pendant cette phase de développement, de sorte que même de petites quantités de plomb peuvent avoir des effets néfastes sur leur santé.

Quels sont les autres aliments qui peuvent contenir du plomb et présenter un risque pour la santé ?

Du plomb peut se déposer sur les fruits et les feuilles par la poussière et les précipitations. Les céréales, les fruits et les légumes ne poussant pas sous terre et ayant une surface étendue constituent donc tout particulièrement des sources d'exposition au plomb. Le gibier abattu avec de la munition de plomb compte toutefois parmi les aliments ayant les plus fortes concentrations de plomb.

Quelles sont les recommandations de l'OSAV ?

Il est impossible d'établir à ce jour une dose de plomb n'ayant aucun effet. L'OSAV estime qu'à titre de précaution, l'absorption de plomb doit en principe être aussi faible que possible pour la population tout entière mais surtout pour les jeunes filles et les femmes en âge de procréer. Tout apport évitable devrait être réduit. Les aliments pouvant présenter de fortes teneurs en plomb, comme le gibier abattu avec de la munition de plomb, devraient donc n'être consommés que de façon modérée.

Pour les enfants jusqu'à l'âge de sept ans, les femmes allaitantes ou enceintes et celles qui souhaitent avoir des enfants, l'OSAV recommande de renoncer à la consommation de gibier abattu avec de la munition de plomb.

Les questions et réponses reposent sur la FAQ de l'Institut allemand d'évaluation des risques (Bundesinstitut für Risikobewertung, BfR) du 19 septembre 2011.