



Déconstruire les idées reçues

Nutrition, environnement, climat... L'élevage est au cœur de nombreux débats, souvent nourris de raccourcis. Dans son intervention à l'assemblée d'Eilyps, Marie-Pierre Ellies-Oury a remis la science au cœur du débat.

ÉLEVAGE

« Les fausses vérités sur l'élevage » : c'est le thème choisi par Marie-Pierre Ellies-Oury, professeure en sciences animales et chercheuse associée à l'Inrae, pour son intervention lors de l'assemblée générale d'Eilyps, fin mai à Pacé (35).

Premier constat : les produits animaux, parfois mis sur la sellette au niveau santé, présentent des atouts nutritionnels difficiles à remplacer. « Pour les végétariens, il est plus difficile d'avoir un régime équilibré. Certaines vitamines, comme la B12, ne sont présentes que dans les produits animaux. Une supplémentation est donc indispensable chez les personnes qui n'en consomment pas », rappelle la chercheuse.

« La viande apporte également des protéines de qualité, contenant tous les acides aminés essentiels ». Plus digestibles que les protéines végétales, elles sont aussi plus riches en lysine. Les protéines issues des végétaux restent intéressantes, mais leur digestibilité est réduite par certains composés naturels, comme les phytates ou les tanins. « Associer céréales et légumineuses permet toutefois une complémentarité. »

Fer et bonne satiété

Même constat pour le fer. La carence en fer demeure la plus fréquente en France. Or, le fer

présent dans les viandes est beaucoup mieux absorbé que le fer d'origine végétale. « Associer viande et légumes favorise l'absorption globale du fer. »

Autre argument souvent oublié : le pouvoir rassasiant de

la viande. Sa richesse en protéines contribue à réguler la faim et procure une satiété durable lorsqu'elle est consommée dans le cadre d'une alimentation équilibrée.

Des émissions et des compensations

Sur le volet environnemental, Marie-Pierre Ellies-Oury invite également à dépasser les idées reçues. Oui, les ruminants émettent du méthane.

Mais les systèmes bovins stockent aussi du carbone. « Les émissions de gaz à effet de serre de l'élevage sont souvent comparées à celles des transports ».

Un parallèle trompeur, car « les deux secteurs sont évalués selon des méthodologies différentes : analyse du cycle de vie pour l'élevage, émissions directes pour les transports ».

De même, le chiffre souvent cité de 15 000 L d'eau pour produire 1 kg de viande bovine mérite d'être expliqué : plus de 14 000 L correspondent à de l'eau 'verte', issue des précipitations et de l'évapotranspiration.

Agnès Cussonneau

« 50 % DE TERRES NON CULTIVABLES »

Marie-Pierre Ellies-Oury rappelle également que près de la moitié des surfaces mobilisées pour l'alimentation animale sont des terres non cultivables, valorisables uniquement par les herbivores. Au-delà de l'alimentation, l'élevage fournit des engrais orga-



