

## Le lait suisse: un aliment durable

La durabilité ne se résume pas au bilan climatique. Les races et le mode de détention des animaux, l'affouragement ou la valeur nutritionnelle des aliments sont des facteurs tout aussi essentiels. Une agriculture adaptée aux conditions locales de la Suisse, pays d'herbages, fait du lait suisse un aliment durable.



Le lait et les produits laitiers sont riches en nutriments et constituent un élément précieux d'une alimentation saine. Le lait et les produits laitiers de production indigène contribuent à une alimentation durable.

Disposer d'aliments bons et sains, tout en ménageant les ressources et en préservant l'environnement pour les générations futures, qui ne le souhaite pas? Bien des milieux prônent, pour le bien de la planète, de renoncer dans une large mesure aux aliments d'origine animale, leur production passant pour plus polluante que celle des denrées d'origine végétale. Ces généralisations mènent toutefois vers une impasse. En effet, elles ignorent non seulement les grandes différences entre les caractéristiques locales, climatiques et géographiques au niveau mondial, et entre les modes de détention et d'affouragement, mais encore le fait que les denrées d'origine animale présentent souvent une densité nutritionnelle supérieure aux aliments végétaux. En Suisse, pays d'herbages, la production laitière jouit d'un avantage naturel considérable résultant de la situation géographique.

## La durabilité n'est pas qu'une question de bilan climatique

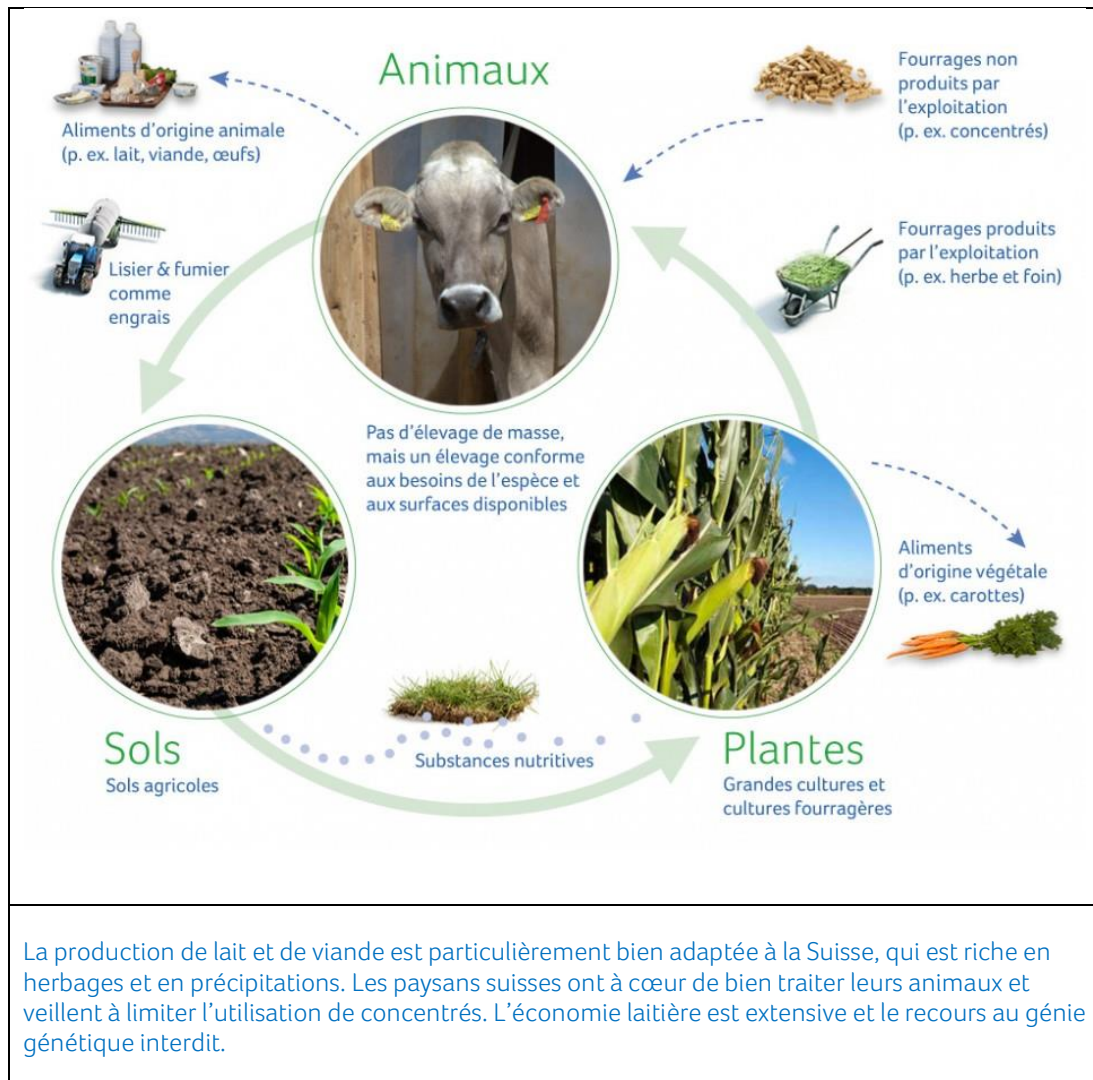
Pour l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO), une alimentation est considérée comme durable d'une part si elle ménage les ressources humaines et l'environnement, mais d'autre part également si elle est abordable, sûre, culturellement acceptée et suffisamment riche en nutriments. Matthias Meier, de l'Institut de recherche de l'agriculture biologique FiBL à Frick, estime aussi que le potentiel de réchauffement climatique ne suffit pas à évaluer la durabilité de la production de denrées alimentaires. Même les écobilans, qui, en plus des émissions de gaz à effet de serre, tiennent compte de l'impact sur les sols, l'air et l'utilisation des ressources, ne sont pas un moyen de mesure parfait de la durabilité. En effet, la plupart du



temps, ni la qualité du sol, ni le système de production ne sont pris en compte pour les produits agricoles (1).

Des erreurs d'estimation peuvent donc survenir, car l'évaluation habituelle se base le plus souvent sur la production intensive. En effet, même si la charge environnementale par litre de lait issu de l'élevage intensif est moins importante que celle du lait d'élevage extensif, c'est souvent au détriment de la santé des animaux. On paie l'avantage environnemental par une plus forte productivité et un besoin accru de concentrés.

Or, la Suisse dispose de grandes surfaces herbagères, qui permettent la production d'un lait de qualité avec des vaches en bonne santé et une utilisation limitée de concentrés. Contrairement à certains pays étrangers, la Suisse ne connaît pas de production laitière industrielle.



Suisse. Naturellement.



[www.swissmilk.ch](http://www.swissmilk.ch)

Dans ce contexte, il convient aussi de considérer le fait qu'en Suisse, une part importante des surfaces est utilisée pour la production laitière pour des raisons naturelles: 71 % de la surface agricole utile est constituée de prairies et de pâturages (2), qui ne conviennent pas aux grandes cultures ou aux cultures spéciales (légumes, vigne, etc.). L'être humain étant incapable d'assimiler l'herbe, ces surfaces ne peuvent être valorisées de manière optimale pour la production de denrées alimentaires qu'au moyen des animaux. Faire pâturer du bétail laitier est donc une utilisation pertinente en termes d'écologie. À cela s'ajoute l'abondance des précipitations caractérisant la Suisse, qui permet à l'agriculture de n'utiliser que très peu d'eau non pluviale.

## La vache n'est pas dangereuse pour le climat

L'agriculture suisse émet quelque 6 millions de tonnes d'équivalents-CO<sub>2</sub> chaque année, soit environ 12 % des émissions totales. Elle n'est responsable que d'un peu plus de 1 % des émissions de CO<sub>2</sub>, qui constitue la plus grande partie des gaz à effet de serre. Les émissions de méthane et de protoxyde d'azote sont plus problématiques, car beaucoup plus nocives pour le climat. Elles proviennent à 75 % de l'agriculture, mais ne représentent que 12 % du total d'équivalents-CO<sub>2</sub> (2).



Le bétail bovin transforme l'herbe en précieuses denrées alimentaires et ne concurrence pas l'alimentation humaine. La vache n'est pas dangereuse pour le climat, mais elle contribue beaucoup au cycle naturel des nutriments.

Les chercheurs de l'institut de météorologie et de recherche sur le climat de Garmisch-Partenkirchen ont découvert que les émissions annuelles de protoxyde d'azote des surfaces non pâturées étaient plus importantes que celles des surfaces pâturées (3). En outre, une gestion des surfaces bien adaptée aux conditions géographiques et climatiques fixe le CO<sub>2</sub> et agit contre l'effet de serre. Les surfaces herbagères et les pâturages riches en humus, notamment, diminuent les émissions de CO<sub>2</sub> (4).

Les plantes emmagasinent le CO<sub>2</sub> de l'air et le transforment en biomasse, qui est ensuite transformée en humus par les organismes du sol. La vétérinaire Anita Idel souligne qu'autrefois, les sols fertiles de toute la planète étaient des steppes pâturées (4). Les animaux apportent bien plus que leur urine et leurs excréments au cycle des nutriments, car la pâture stimule la croissance des plantes. Les racines des graminées fixent elles-mêmes d'énormes quantités de CO<sub>2</sub>,



Suisse. Naturellement.

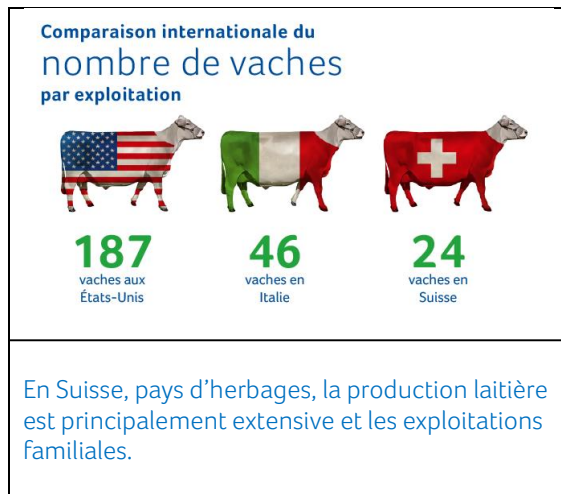


[www.swissmilk.ch](http://www.swissmilk.ch)

contribuant ainsi à la formation d'humus. Pour A. Idel, il est clair que «bien que les bovins produisent du méthane, [...] durant des millénaires ils n'ont pas augmenté, mais bien plutôt diminué la charge climatique.» À cela s'ajoute le fait que les bovins sont des herbivores dont l'alimentation n'est pas en concurrence avec celle des humains. Bien au contraire, c'est grâce à eux que les surfaces herbagères peuvent être utilisées pour la production de denrées alimentaires de grande qualité nutritionnelle.

## Fourrage indigène, élevage extensif et races adaptées

Les vaches suisses consomment 87 % d'aliments de production indigène, dont la plus grande partie est composée de fourrages grossiers, soit de l'herbe, de l'ensilage et du foin d'excellente qualité. En Suisse, on n'utilise donc en moyenne que 100 g de concentré par kilo de lait. Dans d'autres pays européens, cette quantité est trois à quatre fois plus importante (5). En Suisse, l'élevage de bétail laitier est majoritairement fermier (24 vaches en moyenne par exploitation) et dominé par un type de détention extensif et conforme aux besoins de l'espèce. 80 % des 550 000 vaches laitières de Suisse bénéficient du programme de sorties régulières en plein air (SRPA), soit 26 jours par mois durant les mois d'été et 13 jours durant les mois d'hiver (2, 5). À cela s'ajoute une législation des plus strictes sur la protection des animaux et des systèmes de stabulations particulièrement respectueux des animaux qui contribuent aux standards élevés de la Suisse.



Les races à deux fins orientées sur la production laitière émettent certes plus de méthane par kilo de lait que les vaches à haute performance, mais elles vivent nettement plus longtemps et ont en sus un bon rendement boucher. Si l'on prend en compte les rendements laitier et boucher dans le bilan climatique, les premières ne produisent pas plus d'émissions que les secondes (2). La production laitière suisse à base d'herbages comporte des avantages pour les humains, pour les animaux, et pour l'environnement.

## Last but not least: ne pas oublier la valeur nutritionnelle!

Écobilan ou pas, en fin de compte, les humains veulent – et doivent – être nourris et recevoir tous les nutriments nécessaires. Ce serait catastrophique si la discussion sur l'impact environnemental de la production alimentaire devait perdre de vue le but premier de l'alimentation: un

apport nutritif et énergétique approprié. Le fait d'inclure la valeur nutritionnelle dans l'évaluation des denrées alimentaires peut donner un bilan très différent. Ainsi, il a récemment été montré qu'en matière d'émissions de gaz à effet de serre, les aliments d'origine végétale ont de meilleurs résultats pour 100 g que la viande et les produits laitiers. Cependant, si l'on calcule les émissions pour 100 kcal, la différence se réduit de beaucoup. Un échange isocalorique entre de la viande et des fruits et légumes entraînerait une nette augmentation des émissions de gaz à effet de serre en raison de la moindre densité énergétique des végétaux (6).

La production des céréales, de sucreries et de sucre est celle qui produit le moins de gaz à effet de serre. Il est toutefois évident que ces aliments ne permettent pas une alimentation équilibrée: ils présentent une haute densité énergétique, mais en même temps une faible densité nutritive (6). Les considérations sur la durabilité doivent donc impérativement prendre en compte la valeur nutritionnelle. À cet égard, deux indices nutritionnels ont été créés pour le calcul comparatif de 482 aliments. Le premier comprend six nutriments (protéines, potassium, magnésium, calcium, phosphore, vitamine D) et le second 15 nutriments (avec en plus les fibres alimentaires, les vitamines B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, A, C et E, la niacine, l'acide folique et le fer). Il apparaît que le lait et les produits laitiers offrent un excellent compromis: leurs émissions n'augmentent pas avec la teneur en énergie comme pour les denrées végétales, et ils sont nettement plus riches en substances nutritives (6).



Pour que l'évaluation d'un aliment soit complète, les valeurs nutritionnelles doivent être prises en compte dans l'analyse de la durabilité. Le lait suisse – de production extensive, respectueuse des animaux et basée sur les herbages – est compatible avec les préoccupations écologiques.

## Résumé

Contrairement à l'industrie, qui pourrait à l'avenir développer des systèmes de production écologiquement neutres, l'agriculture aura toujours une charge environnementale parce qu'elle se sert d'animaux et de leurs fonctions vitales. Il faut néanmoins invoquer en sa faveur la haute valeur nutritionnelle des denrées alimentaires d'origine animale et la contribution à la protection de l'environnement fournie par des pratiques agricoles adaptées aux conditions locales.

En raison de son élevage majoritairement extensif et basé sur les herbages, de l'utilisation largement établie de races à deux fins, de l'abondance de ses ressources en eau et de ses surfaces de montagne et d'alpages ne pouvant être exploitées d'aucune autre façon, l'économie laitière

suisse possède un énorme avantage lié aux conditions locales, rendant ses produits écologiquement compatibles. En d'autres termes: le lait et les produits laitiers issus de la production suisse contribuent à une alimentation durable.

## Bibliographie

1. Meier, Matthias: Pusch 2015; Ausgabe 3:14-15
2. <http://milch-umwelt.swissmilk.ch/issue/schweizer-land-und-milchwirtschaft/>
3. Wolf, B et al.: Grazing-induced reduction of natural nitrous oxide release from continental steppe. Nature 2010;464:881-884
4. Idel, A: Die Kuh ist kein Klimakiller. metropolis Verlag, Marburg 2011 und Pusch 2015; Ausgabe 3:8-9
5. Bystricky, M et al.: Ökobilanz ausgewählter Schweizer Landwirtschaftsprodukte im Vergleich zum Import. Agroscope Science 2014, Nr 2.
6. Drewnowski, A et al.: Energy and nutrient density of foods in relation to their carbon footprint. American Journal of Clinical Nutrition 2015;101:184-191

## Auteurs

Ulrike Gonder, diplômée en écotrophologie  
Ernährung und Gesundheit kontrovers  
Taunusblick 21, D-65510 Hünstetten  
Téléphone 0049 6126 95 17 95, [mail@ugonder.de](mailto:mail@ugonder.de)

Newsletter pour les professionnels de la nutrition, décembre 2015



Suisse. Naturellement.

[www.swissmilk.ch](http://www.swissmilk.ch)