

Les bienfaits de la viande de ruminant

farmcentre.com 18/1/2006



Quand les travaux de recherche seront terminés et que le verdict sera prononcé sur les bienfaits sur la santé, les éleveurs de bœuf, de vaches laitières et d'autres ruminants espèrent que le mot ALC sera aussi à la mode que oméga 3.

Entre-Temps, des organismes comme le Centre d'information sur le bœuf (CIB) faisant partie du réseau ALC s'affairent à faire connaître les possibilités que recèle l'acide linoléique conjugué (ALC) – un bon gras trans qui se trouve naturellement dans le tractus digestif des animaux, dont la vache et le mouton. Bien que les recherches n'aient pas encore été validées, certains indicateurs laissent croire que ce gras peut être vital pour deux raisons : comme agent de déplacement du mauvais gras et comme agent anticancérogène.

« La recherche n'en est vraiment qu'à ses débuts », précise Marg Thibeault, directrice nationale des communications pour le CIB. « Cela dit, les possibilités découvertes jusqu'à maintenant sont emballantes. Au Canada, nous avons commencé par rassembler chercheurs et partenaires, dont le CIB, et par former le réseau ALC. »

« À ce stade-ci, nous ne pouvons faire aucune promesse définitive du point de vue de la santé en raison des lignes directrices strictes de Santé Canada. Nous avons besoin de plus de preuves. Pour l'instant, les études effectuées sur les animaux et les modèles ont démontré que l'ALC pourrait jouer un grand rôle dans la réduction de la croissance des cellules cancéreuses. Une fois que nous serons capables de vérifier les promesses voulant que la consommation d'ALC puisse aider à protéger les gens contre des maladies chroniques, nous obtiendrons des aliments fonctionnels, comme les œufs oméga-3 et différentes variétés de poisson (comme le saumon) avec de fortes teneurs en oméga-3. »

En plus des recherches approfondies qu'il faut faire afin de prouver les promesses en matière de bienfaits sur la santé, Marg Thibeault ajoute qu'il est essentiel de faire en sorte que les gens se rendent compte que ce ne sont pas tous les gras qui sont mauvais. Il faut que les consommateurs en viennent à comprendre que l'oméga-3 et l'ALC sont des éléments d'un régime alimentaire sain.

Le réseau ALC effectue des études sur des cohortes, en ce sens qu'il examine la consommation de viande et de produits laitiers (provenant des ruminants) auprès d'un grand groupe de personnes, après quoi il fait des comparaisons sur les taux de cancer du sein et du côlon, puis il tire des conclusions.

« Lorsque l'ALC sera devenu synonyme d'oméga-3, vous obtiendrez un genre d'effet de halo, mentionne Mme Thibeault. Ensuite viendront les possibilités de marketing, soit créer du bœuf renfermant de plus grandes teneurs en ALC. Au bout du compte, c'est le consommateur qui dit à l'industrie – aux producteurs et aux transformateurs – ce qu'il veut. »

« Les consommateurs nous diront ce qu'ils veulent acheter et combien ils seront prêts à payer. C'est là que les transformateurs comprendront leur signal et se diront : 'oui, il y a un marché avec de bons débouchés. Maintenant, il faut que nous répondions à la demande du consommateur.' Quand les consommateurs font leur entrée en scène, c'est là que tout se joue. »

D'après Mme Thibeault, il faut que des recherches encore plus approfondies soient effectuées sur le plan humain, en plus d'études en matière de marketing et d'acceptation du grand public.

Grâce au soutien des producteurs en matière de recherche et à la formation du réseau ALC, le CIB distribue de l'information aux consommateurs et à environ 7 000 diététiciens et diététiciennes aux quatre coins du Canada.

Le plus grand avantage, c'est que l'ALC se produit naturellement, car il se trouve en quantités assez considérables seulement dans les aliments provenant des ruminants. Il est produit dans le rumen lorsque certaines bactéries du rumen transforment la structure (conjugaison) de l'acide linoléique libre contenu dans les aliments et les fourrages

Des recherches effectuées au U.S. Dairy Forage Center de Madison, au Wisconsin, ont permis de constater que les teneurs en ALC sont presque quatre fois plus élevées dans le lait des vaches laitières qui broutent de l'herbe et des vaches pour lesquelles de l'huile de soya a été ajoutée au régime alimentaire habituel.

« Nous n'en sommes qu'à nos débuts, conclut Marg Thibeault, mais quand nous nous arrêtons à penser aux aliments fonctionnels qui existent déjà sur le marché, nous entrevoyons toutes sortes de possibilités. »