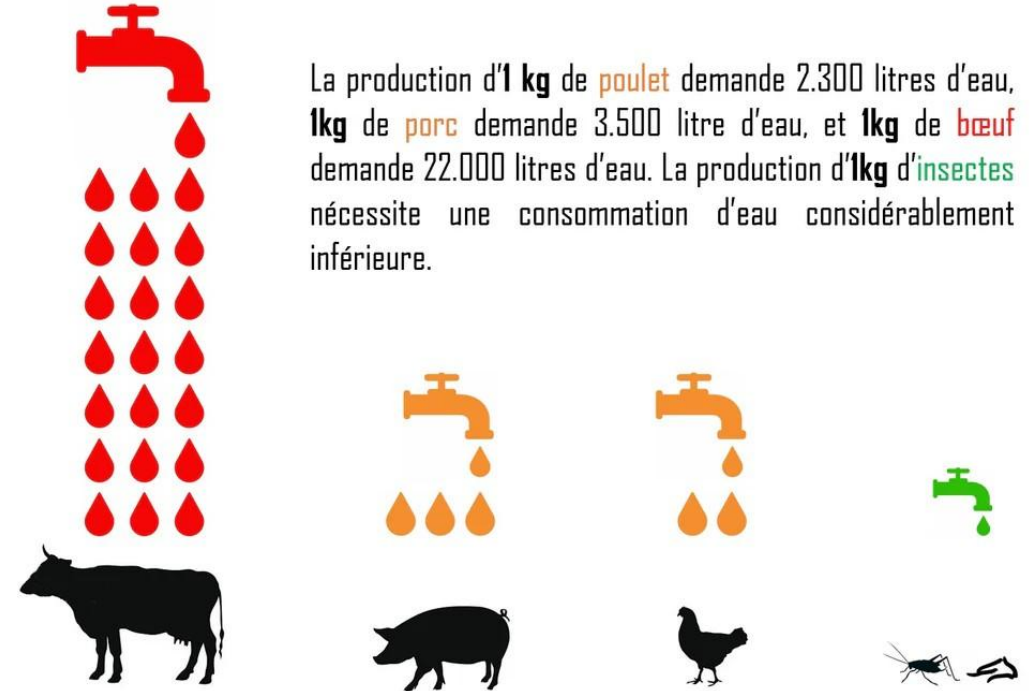


Les bienfaits de l'entomophagie



1. Un impact environnemental très faible

- **Faibles émissions de gaz à effet de serre** comparées à l'élevage bovin ou porcin.
- **Peu de ressources nécessaires** : moins d'eau, moins de terres agricoles.
- **Excellent rendement alimentaire** les insectes transforment très efficacement leur nourriture en protéines.
- Possibilité de les nourrir avec des **coproduits agricoles** (économie circulaire).



2. Une excellente valeur nutritionnelle

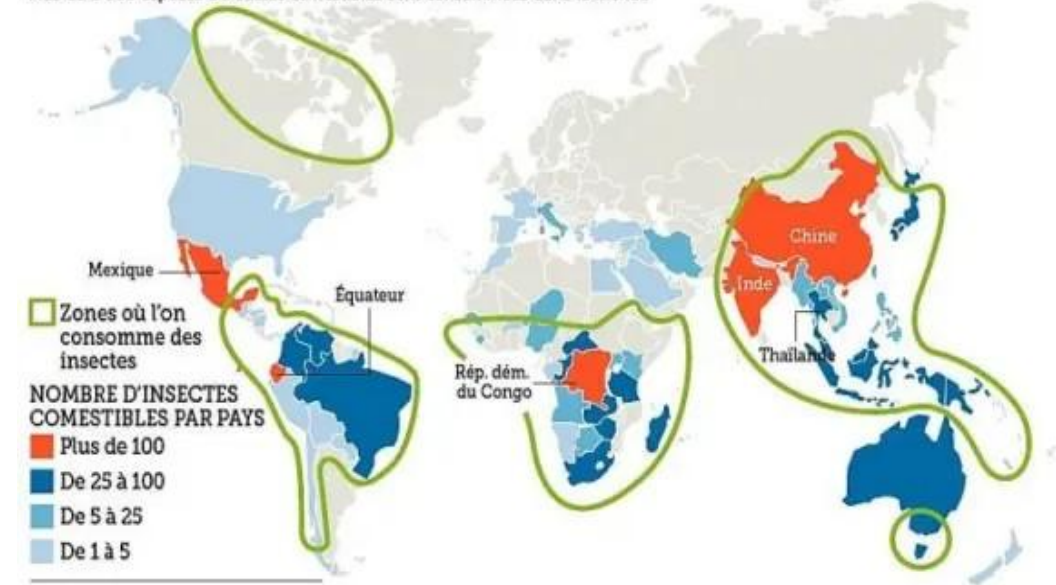
- **Riches en protéines**
(jusqu'à 60–70 % du poids sec pour certaines espèces).
- Contiennent des **acides aminés essentiels**.
- Bonne source de **vitamines** (B12 notamment).
- Riches en **minéraux** : fer, zinc, calcium, magnésium.
- Apport en **lipides insaturés**
(oméga-3 et oméga-6 selon les espèces).



3. Une solution face à la croissance démographique

- La population mondiale augmente : les insectes représentent une **source de protéines durable**.
- Ils peuvent être produits **localement**, même dans des zones pauvres en ressources.
- Réduction de la dépendance à la viande conventionnelle.

Des insectes pour contribuer à la sécurité alimentaire de la planète
Plus de 1 900 espèces d'insectes comestibles sont consommées dans le monde



INSECTES LES PLUS CONSOMMÉS, en %



31%
Coléoptères



18%
Chenilles



14%
Fourmis, guêpes, abeilles



13%
Sauterelles, criquets, grillons



10%
Cigales, chrysomèles, cicadelles, cochenilles, hémiptères

Source : FAO, Atlas mondial des cuisines et gastronomies

17/05/2013

4. Des avantages économiques

- **Coûts de production plus faibles** à long terme.
- Opportunités pour de **nouvelles filières agricoles** et de l'innovation alimentaire.
- Source de revenus pour des **communautés rurales**.



5. Une pratique déjà largement répandue

- Plus de **2 milliards de personnes** consomment déjà des insectes dans le monde (Afrique, Asie, Amérique latine).
- Tradition culinaire dans de nombreuses cultures → ce n'est **pas une nouveauté**, mais une redécouverte.



6. Intérêt pour la transition alimentaire

- Alternative crédible pour réduire la surconsommation de viande.
- Utilisation sous forme de **farines d'insectes**, plus acceptable culturellement.
- Intégration possible dans des produits courants : pâtes, barres protéinées, biscuits.

