

## Champignons vendus sur les marchés suisses

Nous avons été interpellé à la lecture de cette étude réalisée en Suisse, par un laboratoire indépendant, durant l'année 2015. Elle portait sur les 5 produits toxiques les plus courants, fixés par le mycélium et la chair du champignon. Les spécimens étudiés, choisis parmi les espèces les plus consommées, ont été prélevés dans la nature, ou bien sur l'étal de commerçants.

**Cadmium** : très toxique et cumulatif dans l'organisme (reins) → effet doublé par le tabac

**Plomb** : très toxique à petites doses sur une longue période ; cumulatif dans l'organisme (os et dents) → vecteur : carburants → pas cueillir des champignons en bord de route

**Mercure** : neurotoxique très puissant ; certains Gastéromycètes (vesse de loup) le transforment en méthyle mercure, encore trois fois plus dangereux. Dose hebdomadaire tolérable de Hg : 0,005 g/kg, soit 0,3 g (femme de 60 kgs) ou 0,4 g (homme de 80 kgs).

Méthyle mercure → dose hebdomadaire tolérable : 0,0016 g/kg, soit 0,096 g (femme de 60 kgs) ou 0,128 g (homme de 80 kgs)

**Arsenic** : cancérigène, même à très petite dose ; dose létale = 0,763 g/kg, soit 45 g (femme de 60 kgs) ou 61 g (homme de 80 kgs) ; norme autorisée dans l'eau potable : 0,001 g/litre

**Césium 134 et 137** : isotopes radioactifs résultant des essais militaires et de Tchernobyl (1986) ; en 1988, *L. amethystina*, *C. tubaeformis*, *X. badius* dépassaient très largement 600 Bq/kg .... → se méfier de tous les champignons venant de l'Est

Xxx = normes tolérées dans l'alimentation

Xxx = valeurs relevées dans un laboratoire agréé et spécialisé

		Cadmium	Plomb	Mercure	Arsenic	Radiocésium
<b>Es. cultivées</b>	<b>Normes</b>	<b>0,5 mg/kg</b>	<b>1 mg/kg</b>	<b>0,5 mg/kg</b>	<b>0,05g/kg</b>	<b>600 Bq/kg</b>
	Ch. de Paris	0,30 – 0,43	0,08 – 0,7	0,05 – 0,19	0,05 – 1,5	< 10
	Pleurote	0,23 – 2,44	0,1 – 0,3	0,06 – 0,13	< 0,10	< 10 - 30
	Shitake	0,19 – 1,6	<0,1– 0,25	< 0,06	0,05 – 0,40	< 10 - 30
<b>Es. sauvages</b>	<b>Normes</b>	<b>0,5 mg/kg</b>	<b>1 mg/kg</b>	<b>0,5 mg/kg</b>	<b>...</b>	<b>600 Bq/kg</b>
	Cèpes	1,65 – 2,20	1,8 – 3,50	1,55 – 3,32	0,40 – 0,62	45 -60
	Chanterelle	0,5 – 1,25	0,18 – 0,35	0,05 - 0,15	0,08 – 0,36	110
	Pied de mou- ton	0,10 – 0,65	1,7	1,65	0,45	95
	Agaric des prés	0,68 – 3,2	0,5 – 2,70	3,8 – 14,6	1,82 – 2,3	< 10
	Agaric des bois	18 – 54	2,10 – 5	6,7	2,35	20