

SENZA MANGIARE CARNE

STIAMO MEGLIO NOI ED IL NOSTRO PIANETA

Altre volte abbiamo affrontato questi argomenti, ma i dati forniti dalla Fao ci devono far riflettere. L'economista Thomas Robert Malthus due secoli fa ammoniva: "Arriverà il giorno in cui la pressione demografica avrà esaurito la capacità della terra di nutrire l'uomo". E' bene ricordare che ogni volta che viene mangiato un hamburger si perdono venti o trenta specie vegetali, una dozzina di specie di uccelli, mammiferi e rettili. Dal 1960 ad oggi, oltre un quarto delle foreste del Centro-America è stato abbattuto per far posto a pascoli; in Costa Rica i latifondisti hanno abbattuto l'80% della foresta tropicale e in Brasile c'è voluto l'omicidio di Chico Mendes, il raccoglitore di gomma assassinato dagli allevatori per una disputa sull'uso della foresta pluviale, per accorgersi dell'esistenza di una "bovino connection". In Amazzonia la foresta pluviale è stata divorata da 15 milioni di ettari di pascolo. Eppure è in questo habitat che dimora il 50% di specie viventi e da qui deriva un quarto di tutti i farmaci che usiamo. Dove prima c'erano migliaia di varietà viventi ora, ci sono soltanto mandrie. **Più di un miliardo di vacche pascolano nei cinque continenti.** Deforestare per creare pascoli significa desertificare. Dopo tre, al massimo cinque anni, il suolo calpestato da milioni di bovini ed esposto a sole, piogge e vento, diventa sterile e i ruminanti si devono spostare distruggendo altri ettari di foresta. Ci vorranno da duecento a mille anni perché quel terreno ritorni fertile. Ma non basta: un quarto delle terre emerse vengono usate per nutrire il bestiame. Il bestiame è una fonte d'alimentazione altamente idrovora ed energivora. E lo fa per nutrire solo il 20% della popolazione complessiva del pianeta, quel 20% che, per avere la bistecca quotidiana, sfrutta l'80% delle risorse mondiali. "Nel mondo c'è abbastanza per i bisogni di tutti, ma non per l'ingordigia di alcuni", diceva Gandhi. Ingordigia che ha raggiunto livelli esorbitanti.

Dal dopoguerra ad oggi, in Europa, siamo passati da circa 7-15 chili di consumo pro-capite l'anno a 85-90 (110-120 negli USA).

ALCUNI DATI PER RIFLETTERE

1 miliardo 300 mila: le persone che potrebbero essere nutrite con grano e soia destinati ai bovini.

20%: la quota di grano coltivato nel mondo per nutrire persone, 38% per nutrire bestiame.

Il terreno destinato alla coltivazione di vegetali, frutta e semi: 9 milioni di acri, quello destinato a nutrire gli animali da allevamento 56 milioni di acri.

Da 1 acro di terra si ottengono 10 mila chili di patate oppure 63 chili di manzo.

5000 le tonnellate: di antibiotici impiegate negli allevamenti europei.

3 dollari: costo di un chilo di proteine presenti nel frumento.

31 dollari: costo di un chilo di proteine animali.

260 anni: durata delle riserve petrolifere se tutti fossero vegetariani.

13 anni: durata delle riserve petrolifere mondiali se tutti gli umani fossero carnivori

500 mila chili al secondo: produzione di escrementi da parte di tutti gli animali

d'allevamento negli Usa. 120 milioni di chili: i rifiuti tossici prodotti ogni giorno dagli

allevamenti di polli negli USA. Nel bacino del Po ogni anno vengono riversate 190 mila

tonnellate di deiezioni animali. Contengono metalli pesanti, antibiotici e ormoni. Un

allevamento medio produce 200 tonnellate di sterco al giorno. 17 miliardi di dollari spesi ogni anno per dare da mangiare agli animali nella sola Europa.

40 mila: i bambini che muoiono di fame ogni giorno.

CHI NON MANGIA CARNE VIVE SEI ANNI DI PIÙ

Eliminare la carne non è solo un fatto di solidarietà con il mondo, ma anche con se stessi. Gli studi che dimostrano i benefici di una dieta vegetariana sono moltissimi, così come quelli che dimostrano che la carne fa male. Ogni anno, in Italia, muoiono 230 mila persone per patologie legate all'alimentazione. **Malattie cardiovascolari, obesità e**

alcuni tumori sono strettamente connessi all'eccessivo consumo di prodotti di origine animale. Qualche dato: la National Academy of Sciences raccomanda di ridurre di almeno il 12% l'assunzione di proteine, dando priorità a quelle vegetali. L'americano medio (ma noi non siamo da meno), **consuma ogni giorno il doppio delle proteine raccomandate**. Che dire del **colesterolo**? Ogni giorno una persona che mangia carne, uova e latticini ne assume in media 400mg, i latte-ovo-vegetariani circa 200mg e **un vegan (che esclude anche latte e uova) non ne assume proprio**.

Una ricerca pubblicata sulla rivista Preventive Medicine ha stimato che ogni anno i costi sanitari del consumo di carne negli USA ammontano a una cifra compresa tra 30 e 60 miliardi di dollari. Una delle voci più consistenti riguarda i tumori, come quello al colon. Uno studio ha paragonato donne che consumavano carne rossa una volta la settimana con altre donne che non ne consumavano affatto: il rischio di contrarre il tumore al colon era del 38% maggiore nelle prime. Poi c'è la questione obesità che affligge, negli States, il 18% della popolazione generale e solo il 6% dei vegetariani. Il motivo è presto detto: in un burger king ci sono 40 grammi di grassi, in un hamburger vegetale i grammi sono 3. I vegetariani si ammalano meno, ma non solo: vivono di più. In media, hanno sei anni di vantaggio sugli altri. **Per i vegani le possibilità di vita e di non ammalarsi aumentano notevolmente**.

René Andreani