

QUÈ PASSA AMB LA CARN?

Des de la Fundació Futur ens plantejem el consum conscient dels aliments. Un dels productes que més impacte ambiental i social té, i que més arrelat està al concepte de dieta equilibrada és la carn. És necessari per la salut consumir diàriament carn? quin impacte ambiental i social comporta? Existeixen alternatives més saludables i sostenibles?



La carn és una excel·lent font de proteïnes, greixos i ferro biodisponible, d'entre d'altres. És gustosa, aromàtica i, en general, resulta molt atractiva per la majoria d'animals no herbívors. Des d'un punt de vista històric, sempre ha estat molt apreciada i l'elevat cost necessari per produir-la la convertia de manera natural, en un article quasi de luxe per la majoria de cultures.

El desenvolupament de la indústria càrnica va permetre passar d'una ramaderia extensiva

La producció mundial de carn s'ha multiplicat per 4 des del 1960, i la població s'ha multiplicat per 2.

(entorn, alimentació i tractaments sanitaris naturals) a una ramaderia intensiva en la que l'objectiu fonamental és produir molta carn en poc temps. La primera opció té un baix impacte ambiental i afavoreix el manteniment del medi rural. La segona estratègia productiva està deslligada del territori i acostuma a estar associada al patiment animal, contaminació ambiental i desforestació.

Si bé la carn és una bona font de certs nutrients, no és ni molt menys necessari el seu consum diari. El procés productiu de la majoria de carn que trobem habitualment a les grans superfícies i carnisseries comporta un impacte ambiental molt elevat. Aquest impacte ambiental, a més a més, és assumit pels països del tercer món, els quals ni tan sols poden ser consumidor-es.

Per conrear tota la soja que consumeix Catalunya (96% per alimentar al bestiar) la meitat de tota la seva superfície hauria d'estar cultivada.

ALGUNES IDEES PER MENJAR MENYS CARN

- Utilitzar font de proteïnes alternatives: llegums + cereals, fruita seca, ous, peix i làctics.
- Verdures, hortalisses, llegums i cereals haurien de ser la majoria de dies el plat principal, no les carns.
- Reduir la quantitat de carn de la dieta. Plats tradicionals com l'escudella, l'arròs a la cassola o el "cocido madrileño" resulten plats nutricionalment complets i aporten menys pes de carn.
- Consumir carn ecològica