

Moins de viande ?



La consommation moyenne de viande dans le monde est d'environ **120 g par personne et par jour**, en constante augmentation. En France, elle est deux fois plus élevée mais stagne depuis 1998 et tend maintenant à diminuer.

D'après une étude menée en 2015 avec le Centre d'économie de la production alimentaire (CEPAL) d'AgroParisTech à Massy, la moitié des Français ont **réduit**, ou prévoient de réduire, leur **consommation de viande**, et un peu plus de 2%, en majorité des femmes, sont végétariens. Voici **les raisons le plus souvent invoquées pour justifier ces changements**.



Le prix

Pour obtenir une quantité donnée de **protéines**, la viande revient **2 à 4 fois plus cher** que les **céréales et les légumineuses**.

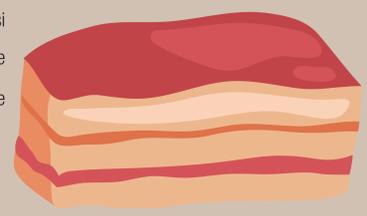
Un argument important en période de crise économique.



La santé

La consommation des **graisses saturées contenues dans la viande** peut entraîner un **excès de cholestérol**, facteur de risque de maladies cardiovasculaires, et un **surpoids**.

Un rapport de l'OMS de 2015 suggère aussi qu'une augmentation de la consommation de viande rouge et de viande transformée augmente le risque de cancer colorectal.



L'éthique

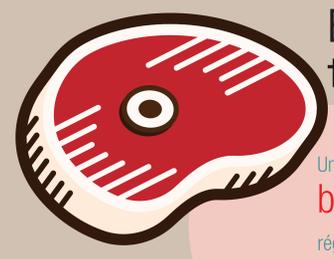
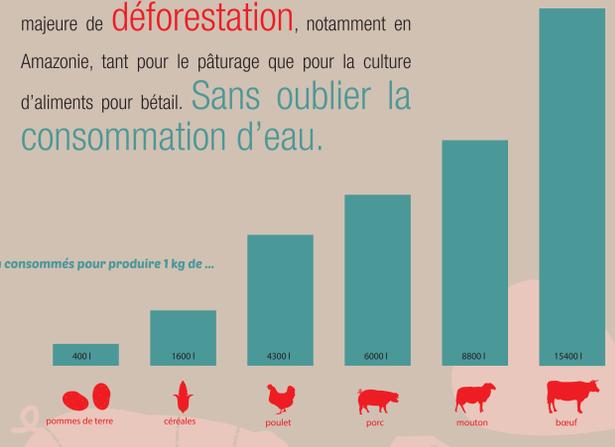
Les défenseurs du **bien-être animal** dénoncent depuis longtemps les souffrances infligées à certains animaux d'élevage, en particulier dans les **élevages intensifs**. Plus récemment, l'attention du public a été attirée sur les conditions de transport et d'abattage des animaux par des reportages comme ceux de l'association L214.



L'environnement

L'élevage est responsable, directement ou indirectement, d'environ **14% des émissions de gaz à effet de serre** liées aux activités humaines. C'est aussi une cause majeure de **déforestation**, notamment en Amazonie, tant pour le pâturage que pour la culture d'aliments pour bétail. **Sans oublier la consommation d'eau.**

Litres d'eau consommés pour produire 1 kg de ...



En manger tout de même

Une consommation **modérée** de viande couvre facilement les **besoins en protéines**, fer et vitamines B, alors qu'un régime végétarien exige une attention particulière pour éviter des carences. Manger de la viande reste **surtout un plaisir** pour ceux qui l'apprécient, un élément de notre culture, et un marqueur du niveau de vie chez nous comme dans les pays émergents.

Le saviez-vous ?

On peut produire de la viande **sans tuer d'animaux !** Un « steak » obtenu en cultivant en laboratoire des **cellules souches de vache** a été présenté en 2013 par l'université de Maastricht (Pays-Bas). La production de ce prototype a coûté près de 300 000 euros et l'industrialisation du procédé pourrait prendre encore 20 ans.

