



# tous végétariens ?

**carnivores ou végétariens ?**

**en ces temps d'insécurité alimentaire, cette question mérite d'être regardée de plus près**

Il faut  $\frac{1}{2}$  hectare pour produire 10 tonnes de pommes de terre et la même surface pour produire 70 kilos de bœuf, et de 7 à 16 kg de céréales, pour produire un kilo de viande.

Il faut 30 000 à 60 000 litres d'eau pour produire 1 kilo de viande de bœuf, et 800 litres seulement d'eau pour produire 1 kilo de blé.

Un boeuf fournit 200 kg de viande, soit 1.500 repas. Les céréales qu'il a mangé auraient pu servir 18.000 repas.

En effet, Près de 50% de toutes les récoltes alimentaires dans le monde sont consommées par le bétail, et 64% des terres cultivables du monde servent à la production de viande (pâturage et fourrage).

Le bétail des pays riches consomme autant de céréales que les Indiens et les Chinois réunis.

Une logique s'impose, si nous voulons que toutes les richesses de notre planète puissent être partagées par tous, il faut commencer peut être à manger moins de viande.

Plus de 50 millions d'enfants meurent de faim chaque année.

Vous allez me rétorquer que les élevages ne sont pas fait pour les chiens.

Mais, savez vous qu'un porc recoit plus de 80 produits différents (antibiotiques & co) avant d'être abattu, et que les producteurs de volailles, de porcs, de bovins et de poissons utilisent au Canada plus de 20.000 tonnes d'antibiotiques par an. Il est à craindre qu'en France nous ne fassions pas mieux, voire pire, puisque malgré tout 80% des animaux élevés en batterie sont malades.

Il y a d'autres conséquences : Les excréments de bétail représentent 110 tonnes par seconde pour les USA et l'Europe : cela entraîne 50% de toute la pollution des nappes phréatiques du monde.

Bien sur, nous pourrions nous tourner vers le poisson, mais il faut se rappeler que les

prélèvements dans nos mers et nos océans en ont fait disparaître de façon drastique les populations. Bien, alors consommons du poisson d'élevage mais ce serait oublier qu'une ferme de saumons de 8 hectares aux USA produit autant de déchets qu'une ville de 100.000 habitants.

En Thaïlande, 120 000 tonnes de crevettes ont été produites en 5 ans en région marécageuse, ce qui a ravagé les marécages en détruisant 800.000 tonnes d'autres espèces.

Bon, imaginons que vous soyez convaincus et américain et que vous deveniez végétarien ?

D'autres problèmes vont surgir car plus de 75% des terres arables qui existaient lorsque les Européens colonisèrent l'Amérique ont disparu, et que 5 espèces végétales sont définitivement perdues chaque jour : environ 97% des variétés de légumes qu'on trouvait habituellement sur la liste du ministère de l'Agriculture des Etats-Unis sont maintenant considérées comme disparues.

Dans le monde une trentaine d'hectares de forêts sont détruites chaque minute.

D'après Richard Beliveau, chercheur en cancérologie, « la consommation de légumes pourrait nous sauver du cancer : tout vient d'un déséquilibre entre oméga 3 et oméga 6. ce dernier étant 20 fois plus présent que le précédent, or ces oméga 3 sont dans les fruits et les légumes ».

A conditions que ces fruits et légumes ne soient pas bourrés de pesticides, nous serions peut être sauvé du pire.

Les choux empêchent les substances cancéreuses, d'attaquer nos cellules, l'oignon diminue le risque de cancers digestifs, le soja contre le cancer du sein, le curcuma contre celui de l'appareil digestif, et de la peau, les fruits rouges contre les tumeurs cérébrales, les poissons gras, les graines de lin, les noix, les tomates contre celui de la prostate, du sein, les agrumes pour éviter cancers de l'œsophage, du larynx, du pharynx, de l'estomac, et le vin rouge contre le cancer du sein, du colon de l'œsophage.

« Allez patron, remettez moi ça ! »

car comme disait un vieil ami africain : « les morts n'ont pas de bouche ».