

Manger trop de viande est une aberration pour l'environnement et la santé

Entre 1950 et 2000, la consommation de viande au niveau mondial a été multipliée par 5 alors que la population a seulement doublé. Une tendance qui devrait se confirmer vu l'élévation du niveau de vie dans de nombreux pays. Dans le même temps, la consommation de végétaux a faibli : 15 g de fibres par jour soit 1/6 de la consommation d'il y a 100 ans. En moyenne mondiale, un être humain consomme moins de 100 g de viande par jour. Dans les pays développés, la consommation est supérieure à 180 g par jour alors que dans les pays en développement elle n'est que de 72 g, avec de fortes disparités régionales (FAO, 2016).



Il faut manger moins de viande et préférer celle issue de l'agriculture biologique !
© [Christophe Magdelaine / www.notre-planete.info](http://www.notre-planete.info)

Comme de nombreux pays développés, c'est à partir des trente glorieuses (1945-1975) que la consommation de viande en France a explosé jusqu'à devenir biquotidienne dans de nombreux foyers. Dans le même temps, la consommation des produits traditionnels de base (légumineuses, céréales, tubercules) a diminué. En 2018, seulement 1/4 des français consomment 5 fruits et légumes par jour. Cependant, depuis le début des années 2000, la consommation totale de viande en France diminue lentement.

En moyenne, un Français consomme plus de 84 kg de viande par an (124 kg par an aux Etats-Unis), cela représente l'abattage de plus d'un milliard d'animaux par an (dont 97 % de volailles). Le cheptel mondial d'animaux terrestres (toutes espèces confondues) s'élève à 75 milliards. Autrement dit, pour un humain il y a 10 animaux d'élevage. Un poids considérable pour l'environnement...

La production mondiale de viande était de 317 millions de tonnes en 2016, en constante augmentation, (FAOSTAT) tandis que la production de lait était de 818 milliards de litres en 2015. Pour entretenir autant d'animaux (61 % de la biomasse des mammifères sur Terre), la demande en céréales augmente de manière considérable, les céréales étant de plus en plus l'aliment de base du bétail, au détriment de l'herbe, des résidus de culture et des déchets alimentaires comme auparavant.

Les pâturages et les terres arables consacrés à la production de fourrages représentent plus de 80 % de l'ensemble des terres agricoles mondiales. Les cultures fourragères occupent un tiers de l'ensemble des terres arables, tandis que la superficie totale des terres utilisées pour le pâturage équivaut à 26 pour cent de la surface terrestre libre de glace." (FAO). Ce n'est guère étonnant puisque pour un kilo de viande de boeuf, il faut 13 kilos de céréales (qui auraient pu nous nourrir directement) et 30 kg de foin. L'élevage engendre une pression insoutenable sur les sols. Leur état est critique, notamment à cause de la déforestation. Par exemple, plus de 80 % de la déforestation dans la forêt amazonienne

s'explique par la libération d'espace pour le pâturage ou la production de soja et céréales qui seront exportés pour nourrir le bétail dans différentes parties du monde (Greenpeace, 2009) ; et notamment en France où le bétail est nourri avec des importations de tourteaux de soja, tournesol ou de maïs, souvent transgéniques et traités à grand renfort de glyphosate.

Près de 75 % du soja produit dans le monde est destiné à l'alimentation animale, et plus d'un million de km² de terres sont consacrés à la culture du soja, une surface presque deux fois plus vaste que la France. Ceci provoque de graves atteintes aux droits humains en raison de l'expulsion des autochtones en Amérique du Sud et une dégradation inquiétante de la santé des populations locales due aux intrants. En France, 26 millions d'hectares sont nécessaires pour nourrir ses habitants. 80 % de cette surface est monopolisée pour la viande et le lait.

L'élevage augmente également la consommation de phosphore : celui-ci est utilisé dans les engrais pour les céréales des animaux, et provient principalement de l'extraction minière ; il constitue donc une ressource non renouvelable qui est, de surcroît, répartie de façon inégale dans le monde.

Ces conséquences environnementales ne sont pas une fatalité puisqu'à surface égale, les cultures produisent 10 à 15 fois plus de protéines que la production de viande. Autrement dit, pourquoi manger de la viande alors que les végétaux, bien plus efficaces, sont à la base des acides aminés dont nous avons besoin pour synthétiser nos protéines ? Enfin, la production animale entre maintenant en concurrence avec les agrocarburants et bientôt les bioplastiques dans l'utilisation de la sole agricole utile.

Le système alimentaire mondial représente environ 30% des émissions mondiales de gaz à effet de serre (GES), c'est le 2e secteur d'émissions, juste après la production d'énergie. Une grande partie des efforts visant à atténuer les émissions de gaz à effet de serre s'est concentrée sur la production d'une énergie décarbonée, délaissant l'agriculture. Les principales sources sont le défrichage et la déforestation pour la production agricole et animale, la production et l'utilisation d'engrais, et les combustibles fossiles dans les chaînes d'approvisionnement. L'élevage est la principale source de méthane (CH₄) et de protoxyde d'azote (N₂O), de puissants GES. En effet, l'élevage est globalement responsable de 65 % du protoxyde d'azote et de 37 % du méthane issus des activités humaines.

En 2013, un rapport de la FAO soulignait que l'élevage était responsable de près de 15% des émissions de GES, une contribution en forte augmentation, qui dépasse maintenant l'ensemble du secteur des transports (environ 14 % selon le GIEC), mais qui reste derrière l'utilisation énergétique. En France, en 2019, l'élevage représentait le 2e secteur d'émissions de GES (19,4 % CO₂e) derrière le transport (30,8 % CO₂e), selon la CITEPA. Ce secteur participe massivement au changement climatique alors que son impact n'est jamais ni souligné ni évoqué par les décideurs...

Le rapport de Foodwatch propose une illustration de l'effet sur le climat de 3 types de régimes alimentaires. Une alimentation sans produits animaux émet de 7 à 15 fois moins de GES qu'une alimentation qui contient de la viande et des produits laitiers. Ce n'est donc pas étonnant que le poids de notre alimentation sur les émissions de GES soit le premier levier d'action individuelle en France selon Carbone 4 (rapport de juin 2019).

Il y a d'autres inconvénients à l'élevage. L'augmentation constante des élevages intensifs en France et surtout en région Bretagne a des conséquences directes sur l'apparition des marées vertes. Ce phénomène se manifeste par la pullulation de certaines algues vertes qui envahissent le littoral au point de dégager de fortes concentrations d'hydrogène sulfuré (H₂S). C'est un gaz toxique lorsqu'il est inhalé et peut être mortel lorsque l'exposition est importante comme en témoigne la mort de nombreux animaux aquatiques et de quelques animaux terrestres (animaux domestiques, sangliers...). L'élevage y contribue de façon directe par les rejets de lisiers et indirecte par l'excès d'engrais.

La déforestation induite par la mise en culture d'espaces pour l'alimentation du bétail entraîne un véritable massacre de la biodiversité. En effet, l'emprise croissante de l'élevage provoque la destruction accélérée des habitats naturels. 60 % de la biomasse terrestre des mammifères provient des animaux d'élevages, 36 % des humains et seulement 4 % des mammifères à l'état sauvage. De même, 70 % de la biomasse des oiseaux est constituée de volailles, 30 % d'oiseaux sauvages (The biomass distribution on Earth). Dit autrement, le vivant sur Terre ressemble davantage à une ferme planétaire qu'à un éden. La réalité a rattrapé la fiction.

Si 94 % de l'eau nécessaire à la production de la viande de boeuf provient de la pluie, elle est inévitablement souillée par le mode d'élevage conventionnel (antibiotiques, pesticides, OGM...). Auxquelles se rajoutent quelque 1500 litres d'eau dépensés en aval pour nettoyer une carcasse à l'abattoir...

La gestion des déjections animales dans les élevages intensifs provoque le lessivage des nitrates et des agents pathogènes dans la nappe aquifère, qui met souvent en péril les réserves d'eau potable. L'élevage est de fait la plus grande source sectorielle de polluants de l'eau : principalement les déchets animaux, les antibiotiques, les hormones, les produits chimiques des tanneries, les engrais et les pesticides utilisés pour les cultures fourragères, et les sédiments des pâturages érodés.

Selon la commission européenne, l'élevage est responsable de 64 % des émissions d'ammoniac (NH₃) ; la volatilisation des déjections des animaux en stabulation constitue la principale source d'émission de NH₃, une des principales causes

des pluies acides. Les précipitations s'acidifient au contact de l'ammoniac présent dans l'air (gaz très soluble dans l'eau), perturbent la photosynthèse et détruisent les éléments nutritifs du sol causant le dépérissement forestier et l'altération des systèmes hydrologiques où on observe une réduction et une disparition d'espèces aquatiques, très sensibles au changement d'acidité. En outre, l'ammoniac participe significativement à la formation de particules qui peuvent perdurer dans l'atmosphère pendant plusieurs jours et ainsi être transportées sur de longues distances (plusieurs centaines de kilomètres). Les émissions d'ammoniac contribuent ainsi à la formation des pics de pollution.

Selon l'Institut Weizmann, étude publiée dans PNAS en juillet 2014, la viande de boeuf détériore environ dix fois plus l'environnement que les autres produits alimentaires d'origine animale, parmi lesquels le porc et la volaille. En effet, ce type de bétail exige en moyenne 28 fois plus de terres et 11 fois plus d'eau d'irrigation ; de plus, il émet 5 fois plus de GES et consomme 6 fois plus d'azote que les œufs et la volaille... Cette étude a montré que le porc, la volaille, les œufs et les produits laitiers affectent dans des proportions équivalentes l'environnement. Ainsi, les produits laitiers sont également préjudiciables pour l'environnement, contrairement à une idée reçue.

La transition alimentaire diminue en moyenne, selon le Dr Joan Sabaté, de l'Université de Loma Linda :

- de 35 % les émissions en GES ;
- de 42 % l'occupation du sol nécessaire pour la production alimentaire ;
- de 28 % l'usage de l'eau pour l'agriculture.

La plupart du temps, les éleveurs (non bio) administrent des antibiotiques de manière préventive à l'ensemble de leur élevage plutôt que de manière curative (aux seuls animaux malades), ce qui augmente considérablement la quantité d'antibiotiques distribués. Ainsi, en France, la consommation d'antibiotiques dans les élevages intensifs est massive, et peine à diminuer : 131 tonnes d'antibiotiques ont été vendues sur l'année 2017 pour les seuls élevages de bovins, contre 124 tonnes en 2016 (Anses, 2018).

Au niveau européen, l'EFSA constate également une forte consommation d'antibiotiques dans les élevages de veaux de boucherie. Elle souligne le risque d'antibio-résistance, et l'augmentation de la mortalité des veaux sur le long terme que cette consommation engendre. Selon elle, les systèmes d'élevage qui augmentent la prévalence de maladies, et de fait la consommation d'antibiotiques, devraient être évités. Parmi ces antibiotiques administrés, un certain nombre (ampicilline, amoxicilline, colistine, benzylpénicilline néomycine par exemple) sont classées d'importance critique par l'OMS pour les risques d'antibio-résistance engendrés pour les consommateurs. Ce sont en effet des antibiotiques couramment utilisés en médecine humaine pour traiter des infections sérieuses, et dont l'effet pourrait décroître si la population consomme des pathogènes résistants.

Considérés comme de simples protéines sur pattes dans l'élevage intensif, les animaux souffrent comme jamais. Rien n'est venu enrayer l'extension de ce modèle effrayant et la toute-puissance des filières agroalimentaires qui le portent. Les conditions d'élevage, de transport et d'abattage, souvent méconnues du grand public, sont trop souvent acceptables. Malheureusement, les associations qui luttent pour le respect des animaux et la transparence se heurtent à de puissants intérêts financiers qui méprisent le bien-être animal et dupent les consommateurs avec leurs publicités rassurantes. Aujourd'hui, l'éthique passe après la viande ; la souffrance et l'environnement après les intérêts économiques. Ce système industriel perdure contre toute raison et contre une partie de plus en plus grande de l'opinion publique, tout en bénéficiant d'importantes subventions et du soutien des pouvoirs publics, comme des décideurs.

Or, il est impossible de produire une telle quantité de viande sans entasser les animaux, les adapter de force par des mutilations à des conditions de vie qui limitent drastiquement leurs comportements. Étendre les ailes, se dresser, fouiner, ronger, explorer, élever ses petits, se déplacer, prendre l'air... La liste des comportements entravés est longue dans la plupart des élevages. Les sélections génétiques se sont faites au détriment des animaux et poussent les organismes au maximum.

En 2018, le nombre d'animaux d'élevage se chiffrait en dizaines de milliards (entre parenthèse la croissance annuelle entre 2008 et 2018 – chiffres FAOSTATS 2020) :

- 24 milliards de poulets (+ 25 %)
- 1,5 milliard de bovins (+ 5 %)
- 1,2 milliard de moutons (+ 10 %)
- 1 milliard de chèvres (+ 16 %)
- 980 millions de cochons (+ 4%)

La Chine produit près de la moitié de la viande de cochon mondiale et les Etats-Unis sont les plus gros producteurs de viande de boeuf et de volaille au monde. En outre, les pratiques actuelles de l'élevage visent à produire des « matières animales » à moindre coût et le plus rapidement possible. C'est pourquoi la durée de vie normale des animaux d'élevage est très fortement réduite. Des hangars immenses, des silos imposants, des dizaines de milliers d'animaux enfermés. Voilà à quoi ressemblent la plupart des fermes professionnelles qui se sont développées depuis les années 1970. En France, plus de 80% des animaux sont élevés en bâtiments fermés, parqués en cage ou sur des caillebotis sans accès à l'extérieur. Les poissons d'élevage sont maintenus à des densités inouïes.

Ainsi :

- 83 % des 800 millions de poulets de chair sont élevés sans accès à l'extérieur ;
- 68 % des 48 millions de poules pondeuses sont élevées en batteries ;
- 99 % des 36 millions de lapins sont élevés en batteries ;
- 95 % des 25 millions de cochons sont élevés sur caillebotis en bâtiments...
-

Il est illusoire d'espérer améliorer le sort d'un si grand nombre d'animaux, nécessairement confinés dans des espaces restreints, et « traités » par un nombre réduit de travailleurs. Il faut donc diminuer significativement sa consommation de produits animaux, et se tourner vers les produits français issus de l'agriculture biologique.

L'élevage est en soi un facteur de risque pour notre santé. Les systèmes industriels de production sont depuis longtemps la norme dans les pays développés et deviennent de plus en plus répandus dans les pays en développement. Le nombre incroyable d'animaux élevés en confinement, dotés d'une variabilité génétique très pauvre, et soumis à une croissance rapide dans des conditions effroyables, crée des conditions idéales pour l'émergence et la propagation de nouveaux pathogènes, comme en témoigne le coronavirus SARS-CoV-2 qui profite des élevages de visons.

Sans oublier les scandales qui ont éclaboussé l'industrie agro-alimentaire : vache folle (encéphalopathie spongiforme bovine), hormones de croissance, grippe aviaire, fièvre aphteuse, traçabilité toujours défaillante avec la vente de viande avariée importée... Les systèmes modernes d'élevage sont des incubateurs à virus, listerias, salmonelles, campylobacters, E. coli, et autres promoteurs de maladies en tous genres. Comme l'indique la FAO : « il n'est pas surprenant que les 3/4 des nouveaux pathogènes ayant affecté les humains dans les dix dernières années proviennent des animaux ou des produits animaux ».

La surconsommation de viande a pour effet d'augmenter la prévalence des affections suivantes : cancers (colon, prostate, intestin, rectum), maladies cardio-vasculaires, hypercholestérolémie, obésité, hypertension, ostéoporose, diabète de type 2, altération des fonctions cognitives, calculs biliaires, polyarthrite rhumatoïde. Des chercheurs de l'Inserm ont montré que des femmes qui ont une alimentation plus riche en viande, fromage et en produits laitiers avaient un risque augmenté de 56 % de développer un diabète par rapport à celles qui avaient un régime alimentaire plus riche en fruits et légumes.

Le Fonds de recherche mondial sur le cancer a présenté en 2010 un examen détaillé de 7000 études cliniques. Il en ressort que les viandes transformées peuvent être dangereuses pour la consommation humaine et sont fortement liée à une augmentation du risque de cancer colorectal. Et en octobre 2015, le CIRC a classé la consommation de viande comme cancérogène.

Le glutamate monosodique ou glutamate de sodium (E 621), additif notoire, exhausteur de goût, est présent dans pratiquement tous les produits de viande transformés ; il serait lié à des troubles neurologiques tels que la migraine, la maladie d'Alzheimer, la perte de contrôle de l'appétit, l'obésité...

Contrairement à une idée reçue, les produits d'origine animale ne sont pas indispensables à la santé humaine. La position conjointe des diététiciens américains et canadiens, émise en 2003, a formulé un bon résumé de cette réalité. Ces deux organisations, qui regroupent maintenant plus de 100 000 diététiciens, ont endossé le fait que « les régimes végétariens (y compris le végétalisme) menés de façon appropriée, sont bons pour la santé, adéquats sur le plan nutritionnel et bénéfiques pour la prévention et le traitement de certaines maladies ». Cette position de l'Association américaine de diététique a été réaffirmée en 2009 et 2016.

De surcroît, la tertiarisation de nos sociétés et notre mode de vie de plus en plus sédentaire ne justifient plus cette surconsommation. Soulignons enfin, qu'il y a plus de 600 millions de végétariens dans le monde. Et que c'est dans les pays riches que la consommation de produits animaux est la plus forte, alors que paradoxalement, nous bénéficions de la plus grande variété alimentaire. Un état de fait qui ne répond à aucune nécessité nutritionnelle devant les dommages environnementaux catastrophiques. Or, l'élevage y est soutenu par des aides publiques conséquentes...

Bruno Bourgeon, AID, <http://aid97400.re>

D'après Notre-Planète.info : <https://www.notre-planete.info/actualites/2202-consommation-viande-sante-environnement>