

Végétarisme : régime alimentaire excluant la consommation de chair animale (viande et poisson)

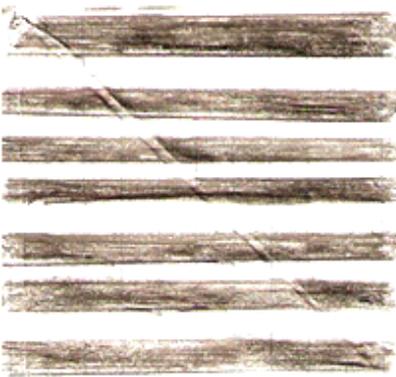
Véganisme : mode de vie refusant toute forme d'exploitation animale excluant ainsi tout produit dérivé des animaux. Le régime alimentaire est donc végétalien (pas de chair animale, ni lait, ni œufs) tout en excluant - entre autres - le cuir, la fourrure, les cosmétiques et les produits testés sur des animaux.

Le saviez-vous ?

-Les poules élevées en batterie ont exactement 750 cm² de surface disponible chacune, un tout petit peu plus qu'une feuille A4 (=624 cm²)

-Plus de 80 produits différents (antibiotiques, hormones...) peuvent être injectés aux cochons modernes avant d'être abattus (en 2002)

-Selon l'OMS, dans le monde 50% des antibiotiques sont consommés pour l'élevage industriel.



Végétarisme-Végétalisme

Contrairement aux idées reçues, le végétalisme ou le végétarisme sont loin d'être nocifs pour la santé. Le rapport de 2009 de l'American Dietetic Association (une association de nutritionnistes) sur ces deux régimes alimentaires a conclu que « les alimentations végétariennes (y compris végétaliennes) bien conçues sont bonnes pour la santé, adéquates sur le plan nutritionnel et peuvent être bénéfique pour la prévention et le traitement de certaines maladies ».

Autre préjugé : si - pour la plupart des omnivores - arrêter la chair animale semble morne et triste, c'est parce qu'on ne mange qu'une infime variété des végétaux existant⁶. Nous avons oublié tout ce qui est légumineuses (pois cassés, haricots...), noix et céréales. Le principal blocage est donc culturel et sociétal. Pour autant, personne n'est légitime pour vous dicter la conduite à tenir. Le contenu de notre assiette est un choix personnel et a des implications politiques. L'important est d'assumer nos décisions.

Pour plus de renseignements sur le rapport de l'ADA : <http://www.vegetarisme.fr/pdfs/PositionAAD.pdf>
Envie d'en savoir plus ? N'hésitez pas à feuilleter « Faut-il manger des animaux ? » de Jonathan Safran Foer, dont nous avons extrait certaines statistiques (voir notes de l'auteur pour le détail des sources)

⁶ Sur plus de 20 000 espèces de plantes comestibles dans le monde, moins d'une vingtaine d'entre elles fournissent 90% de notre consommation de végétaux



Le modèle d'élevage intensif

La méthode d'élevage intensif a à peine 70 ans d'existence. Ses débuts furent dynamisés par l'utilisation d'hormones de croissance dans la nourriture des animaux industriels et la compréhension de la génétique. Depuis 1950 il n'existe essentiellement plus que deux sortes de poulets d'élevage industriel : une pour la viande et l'autre pour les œufs¹.

L'élevage intensif utilise plusieurs pratiques pour maximiser sa production :

- **la concentration des animaux dans des lieux clos** : le bétail voit son cycle quotidien contrôlé par un éclairage artificiel.
- **L'étroitesse de l'espace** pour gagner de la place et les faire engraisser plus vite. Les truies reproductrices sont enfermées dans des stalles individuelles et ne peuvent pas se mouvoir.
- **La croissance accélérée des animaux** à l'aide d'antibiotiques agissants comme des hormones de croissance. Depuis les années 1940, le poids moyen des poulets de chairs obtenu au bout de 42 jours a été multiplié par plus de 5.
- **L'insémination artificielle**. La technique a pour but de manipuler la génétique des animaux d'élevages par la sélection pour optimiser la production.

Aujourd'hui, la ferme familiale avec ses animaux biologiques et élevés en plein air devient une légende du passé. En France, 82% des poulets de chair sont élevés sans aucun accès à l'extérieur et 99% des lapins le sont en cages. Pour ce qui est des labels « plein air² » et « écologique », les normes ne sont pas très contraignantes.

Les animaux ont été sélectionnés génétiquement, suivant les intérêts des industriels, sans considérés leur bien être. On a créé des races³ totalement inadaptées à la survie : 80% des animaux en batterie sont malades. Les animaux sont réduits à la fonction d'outil de production par soucis de rentabilité.

¹ Pour n'avoir que des poules pondeuses, la moitié de poussins, les mâles, sont donc tués, hachés en farine animale.

² Pour les œufs, ce label se résume bien souvent par des poules élevées industriellement qui ont un accès à l'extérieur que 3h par jour.

³ Contrairement à une espèce, une race n'est pas un phénomène naturel. Les races sont entretenues par les éleveurs par accouplements sélectifs



Nous écrire, réagir : escargots.solidaires@yahoo.fr
Mieux nous connaître : escargotssolidaires.noblogs.org

Selon la FAO (Food and Agriculture Organization), le secteur de l'élevage est le premier responsable des émissions de gaz à effet de serre (18%)⁴ – sans prendre en compte le transport des animaux. Deux tiers des surfaces agricoles de la planète - principalement des OGM arrosés de pesticides - sont utilisées pour nourrir ces animaux. Au final un bœuf fournit 200 kg de viande, soit 1 500 repas. Les céréales qu'il a mangées auraient pu servir pour 18 000 repas.

Ainsi, de nombreux points peuvent nous permettre de questionner la consommation massive de viande : considérations éthiques concernant la souffrance animale, implications politiques du système de production, conséquences sociales, aspects écologiques ou diététiques... Au niveau personnel, ces questions peuvent amener un large éventail de réponses allant du refus des produits issus des animaux à la diminution de la consommation de viande. Au niveau global, la consommation des pays occidentaux est trop importante pour pouvoir être universalisée : nous consommons au détriment des autres.

⁴ www.ncifap.org : « Putting Meat on the Table : Industrial Farm Animal Production in America »