

SCHEDA: Carne sì o no?

Da sempre esistono punti di vista differenti sul consumo di carne. Negli ultimi anni il consumo di carne è aumentato, soprattutto nei paesi di nuova industrializzazione, rinfocolando il dibattito tra punti di vista contrastanti. Da un lato si propone di ridurre o eliminare la carne dalla dieta per questioni sociali, ambientali e di salute e dall'altro si sottolinea come un moderato consumo di carne abbia effetti benefici per la salute, fornendo importanti vitamine e nutrienti specifici. Anche se un moderato consumo di carne sembra essere un buon compromesso, qui non si discute se un consumo moderato sia accettabile, ma se la carne vada o meno consumata.

Tesi PRO: “Il consumo di carne non dovrebbe essere eliminato dalla dieta alimentare.”

Tesi CONTRO: “Il consumo di carne dovrebbe essere eliminato dalla dieta alimentare.”

Situazione attuale, scenario, contesto.

Secondo le statistiche della FAO, nel 2010, sono state consumate 286 milioni di tonnellate di carne, ovvero 42 chili annui a testa per ogni abitante del pianeta. Il primato va ai cittadini USA, con una media di 120 chili di carne all'anno, quasi il triplo della media mondiale e quasi il quadruplo della media dei Paesi in via di sviluppo, fermi a 32 chili. Nel rapporto “L’atlante della carne 2014”, pubblicato dalla fondazione ambientalista tedesca Heinrich Böll e l’associazione Friends of the Earth, è stato sottolineato come il consumo di carne abbia raggiunto livelli elevati anche nei paesi poveri. La camera di commercio di Milano conferma che paesi come Cina e India hanno registrato, tra il 2006 e il 2009, un cambiamento nelle loro abitudini alimentari, portando un aumento nei consumi e nella produzione di carne bovina a discapito di quella di cereali. Mentre crescono le preoccupazioni per gli effetti crescenti del consumo di carne sull’ambiente, dall’altra un moderato consumo di carne non solo pare giustificato da abitudini alimentari e culturali diffuse in tutto il mondo, ma sembra avere effetti benefici per la salute. Quali argomenti portano le due tesi contrapposte: Sì alla Carne, No alla Carne?

Argomenti PRO:

- L’Associazione Italiana per la Ricerca sul Cancro (AIRC) precisa che nessuna patologia è causata esclusivamente dal consumo di carne e che non vi è una correlazione netta ed assoluta di tipo causa-effetto tra consumo di proteine animali e sviluppo di una certa malattia.
- Per alcune popolazioni, la carne è parte fondamentale della tradizione alimentare. Imporre l’eliminazione della carne dalla dieta significherebbe non solo chiedere di rinunciare alla loro identità gastronomica, ma potrebbe avere ripercussioni importanti sull’economia.

Argomenti CONTRO:

- Il World Cancer Research Fund e l’American Institute for Cancer Research hanno stimato che il consumo massimo di carne rossa per settimana non dovrebbe superare i 500 grammi, mentre l’Organizzazione Mondiale della Sanità scende addirittura a 300.
- Nel XIX secolo, "proteina" era sinonimo di carne. Ancora oggi questa convinzione è molto diffusa: è vero, la carne è un'importante fonte di proteine: ma queste ultime possono essere reperite anche in altri alimenti: in particolare, le proteine vegetali non vanno considerate proteine "di serie B".

SPUNTI PER APPROFONDIMENTO

- <https://woods.stanford.edu/environmental-venture-projects/consequences-increased-global-meat-consumption-global-environment>
- <http://www.airc.it/cancro/disinformazione/proteine-origine-animale-salute/>