

ASSOCIAZIONE



Anno terzo - n. 12  
Novembre 2004  
Poste Italiane Spa -  
Spedizione in A P -  
D.L. 353/03 (conv. In  
L. 27/02/04 n. 46)  
art. 1, c. 2, DCB Mi  
Editrice: Ass. Progetto  
Gaia - Via Copernico  
41 - 20125 Milano  
Dir. R.: Manlio Massi  
Tribunale di Mi  
n. 104 - 26/02/2001  
Stampa in proprio

# Campagna "IO FACCIO LA MIA PARTE!"

Almeno un giorno alla settimana per  
un consumo equo e sostenibile.

## E' SOLO UNA FAVOLA?

*Durante un incendio nella foresta, mentre tutti gli animali fuggivano, un colibrì volava in senso contrario con una goccia d'acqua nel becco.*

*"Cosa credi di fare!" Gli chiese il leone.*

*"Vado a spegnere l'incendio!" Rispose il piccolo volatile.*

*"Con una goccia d'acqua?" Disse il leone con un sogghigno di irrisione.*

*Ed il colibrì, proseguendo il volo, rispose: "Io faccio la mia parte!"*



## MANIFESTARE NON BASTA PIÙ!

**NON BASTA, SE NON TORNIAMO A CASA DECISI A CAMBIARE UNO  
STILE DI VITA CHE FAVORISCE PROPRIO LE MULTINAZIONALI!**

### COSA SIGNIFICA:

***Almeno un giorno alla settimana per un  
consumo equo e sostenibile?***

Significa una cosa che ormai sappiamo tutti: con il nostro modo di pensare, di vivere, di consumare, noi siamo corresponsabili del sistema sociale in cui viviamo e la cui stupidità e ingiustizia contestiamo. Modificare il nostro stile di vita, cambiare (e limitare!) i nostri consumi non è cosa facile ma... è cosa indispensabile.

Sappiamo che i cambiamenti nella storia avvengono con molta lentezza, ma sappiamo anche che prima o poi bisogna decidersi, se davvero si vuole cambiare. Per questo, per cominciare a cambiare, proponiamo di praticare uno stile di vita corretto almeno per un giorno alla settimana, in quel giorno il primo passo da fare è, a nostro avviso, modificare la nostra alimentazione.

Per nutrirci, noi (letteralmente) consumiamo il mondo, possiamo farlo con intelligenza scegliendo alimenti la cui produzione non distrugga il Pianeta, oppure continuando con la nostra attuale dieta a base di carne e derivati producendo deforestazione, desertificazione, inquinamento chimico, spreco di quantità enormi di energia, di acqua, inquinando le falde, colonizzando i paesi più poveri, strappando loro i cibi vegetali che sarebbero utili per la loro alimentazione, causando il disastro della fame, giustificando le multinazionali che producono OGM, mantenendo gli squilibri tra paesi poveri e paesi ricchi con le conseguenze che tutti siamo in grado di valutare.

E' inutile manifestare per la pace se non costruiamo le condizioni per la pace!

**Eliminare, per un solo giorno alla settimana, i cibi di derivazione animale dalla nostra dieta è solo la condizione di base per aderire alla Campagna "Io faccio la mia parte!",** chi vorrà potrà impegnarsi a consumare in maniera politicamente intelligente anche in altri settori: muoversi con i trasporti pubblici, non comprare nei grandi magazzini, acquistare solo prodotti biologici, ecc.

### PERCHE' LA CAMPAGNA "IO FACCIO LA MIA PARTE!"?

- Perché nessuno dice la verità, tutti parlano di inquinamento, di politica, di elezioni ma nessuno (nessuna organizzazione) dice chiaramente che noi facciamo Politica tutti i giorni con il nostro modo di vivere.

Anche chi si occupa dei consumi non ha il coraggio di indicare l'alimentazione come la causa principale di distruzione del Pianeta, confondendo (ad es.) le confezioni con il contenuto, o i trasporti con ciò che viene trasportato!

- Perché cambiare da soli è difficile e poco utile, se lo facciamo insieme sarà più semplice... e più politico.

- Perché cambiare insieme è più facile: in Internet abbiamo preparato del materiale di informazione che potrà essere stampato e distribuito, cercheremo soluzioni comuni perché la nostra giornata settimanale di consumo equo e sostenibile sia davvero un atto collettivo e... piacevole!

**PER ADERIRE ALLA CAMPAGNA: [WWW.PROGETTOGAIA.ORG](http://WWW.PROGETTOGAIA.ORG)**

## Bistecca e... sviluppo demografico

L'impostazione **politica progressista** pone come causa della povertà e dei conflitti una ingiusta divisione delle risorse e, dando per scontata l'esistenza di risorse sufficienti per tutta la popolazione, si propone come obiettivo la **redistribuzione delle risorse** per il raggiungimento di una maggiore **giustizia sociale**.

E' un impostazione che **non è più valida...** semplicemente perchè **non è vero che ci sono risorse naturali disponibili** per garantire uno standard di vita occidentale a tutta la popolazione mondiale.

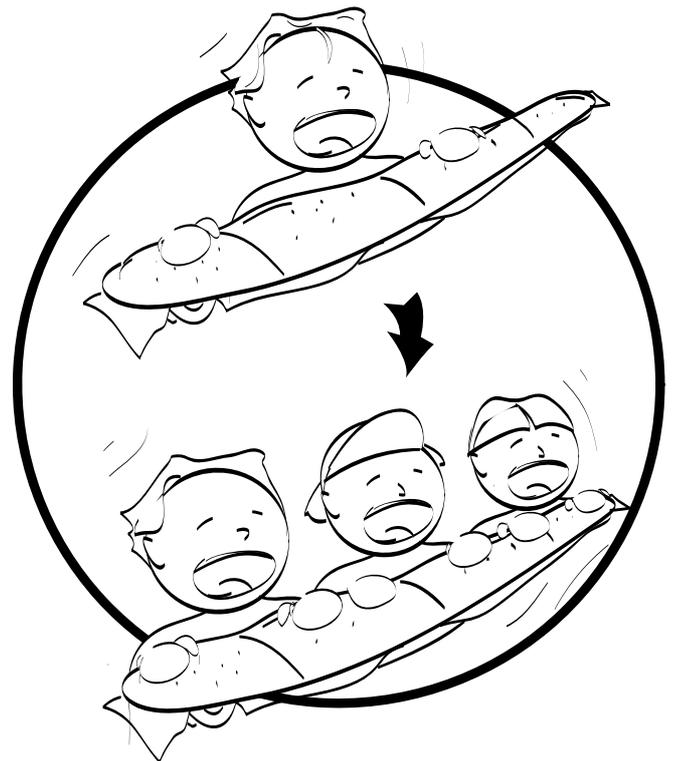
In particolare, la superficie agricola disponibile a livello mondiale si sta riducendo rapidamente a fronte di una popolazione in costante aumento.

Il **picco** di superficie agricola mondiale si è avuto infatti nel **1981 con 732 milioni di ettari**, da allora la superficie è scesa a **656 milioni di ettari**.

Rapportando queste cifre con la popolazione mondiale, si scopre che: **dal 1950** (2,5 miliardi di persone) **al 2000** (6,1 miliardi di persone) **l'area agricola procapite è scesa da 0.23 a 0.11 ettari** (1 ettaro = 10000 mq)

Se le future **carestie di cereali** (base dell'alimentazione sia umana, sia degli animali da allevamento), porteranno a drammatici aumenti dei prezzi, cio' porterà a **destabilizzare** i governi dei paesi piu' poveri **importatori di cereali** e rischierà di rendere vani i progressi economici globali. Quella della **produzione** di cereali, potrebbe diventare una vera e propria questione di **sicurezza** per gli stati.

**Un mondo sempre più affollato deve essere "sfruttato" oculatamente e se quello dei cereali può diventare un problema di sicurezza per gli stati, bisogna sapere che una dieta carnea necessita di una produzione agricola 10 volte superiore di quella richiesta da una dieta vegetariana.**



## Bistecca e... crisi idrica: 1 kg di carne costa 50.000 litri d'acqua!

Il mondo sta viaggiando verso la **crisi idrica**. Si tratta di un fenomeno per lo più invisibile, dato che questo problema si manifesta con un eccessivo prelievo e di un abbassamento del livello delle falde, **non è immediatamente visibile**, e spesso si prende coscienza del problema quando i pozzi sono ormai prosciugati.

Anche in **Italia** il rischio di **desertificazione** è forte, non solo nel sud, ma anche in regioni del centro-nord come **Emilia Romagna** e **Toscana**(1) tant'è vero che l'Italia è significativamente membro del progetto **DISMED** Desertification Information System for the Mediterranean(2) sponsorizzato dall'**ONU**

E' necessario quindi ridurre i nostri consumi di acqua, sia quelli diretti... sia quelli indiretti!

Per il 90% delle città italiane, il consumo **diretto** procapite di acqua si colloca tra i 150 ed i 350 litri/abitante/giorno(4). Per comodità, assumiamo che la media sia di **200 litri/abitante/giorno**.

Ne risulta che il nostro consumo medio diretto di acqua si aggira sui **73000 litri procapite all'anno**.

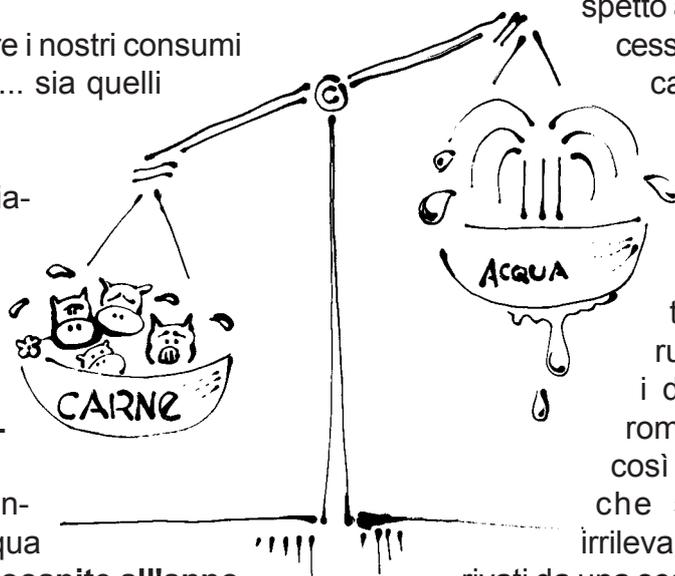
Per quanto riguarda i consumi **indiretti**, la **zootecnia** è un'industria particolarmente avida d'**acqua**. Per la produzione di **1 kg** di carne (per i consumi italiani), sono infatti necessari più di **50000 litri** di acqua, oltre a quella necessaria per la produzione di cibo (cereali e soia), infatti, una mucca beve una vasca piena d'acqua al giorno(5).

In Italia, il **consumo annuo procapite di carne** - 80 kg(6) - equivale ad un consumo indiretto di acqua che si avvicina ai **4 milioni di litri!**

Il dato di 73000 litri annui di **consumo domestico** diretto, è quindi un dato che **impallidisce** ri-

spetto alla quantità d'acqua necessaria alla produzione della carne consumata mediamente in un anno in Italia.

Questo significa che tutti i nostri sforzi più generosi di razionamento dell'acqua (chiudere il rubinetto mentre ci si lava i denti, usare dispositivi rompigitto per i rubinetti e così via), portano a risultati che sono assolutamente irrilevanti rispetto ai risultati derivati da una scelta alimentare corretta!

**FONTI:**

1) Il deserto risale lo stivale. È allarme: la desertificazione minaccia anche la Pianura del Po' e l'Emilia Romagna. [http://www.verdiveneto.it/article.php3?id\\_article=1100](http://www.verdiveneto.it/article.php3?id_article=1100)

2) DISMED [http://dismed.eionet.eu.int/index\\_html](http://dismed.eionet.eu.int/index_html)

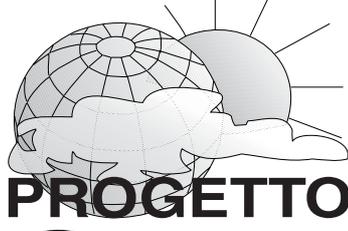
3) Word Watch Institute - Stato del Pianeta 2005

4) Censimento Ecosistema Urbano 2005: Legambiente <http://www.miw.it/Ecosistemaurbano3.htm>

5) Tom Aldrige and Schlubach, "Water Requirements for Food Production," *Soil and Water*, no. 38 (Fall 1978), University of California Cooperative Extension, 13-17; Paul and Anne Ehrlich, *Population, Resources, Environment*, (San Francisco: Freeman, 1972), 75-76

6) Convegno Internazionale Assocarni sulla carne bovina - Roma 7/8 marzo 2003 [http://www.assocarni.it/atti\\_convegno/](http://www.assocarni.it/atti_convegno/)

ASSOCIAZIONE



PROGETTO  
**GAIA**

**Campagna "IO FACCIO LA MIA PARTE!"**

Bistecca e...  
deforestazione, desertificazione

La **carne** consumata annualmente da un italiano medio (circa 80kg), viene nutrita con circa 680 kg di proteine vegetali: grano e soia.

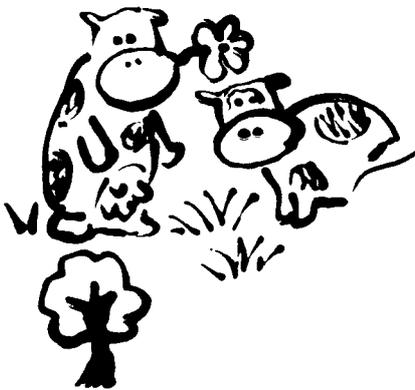
La produzione di questa quantità di proteine vegetali abbisogna di uno spazio complessivo di circa **2800 mq, 0,28 ettari, la metà di un campo di calcio.**

Se questo 'spazio' fosse utilizzato per produrre cibi vegetali, potrebbe dare, ad esempio(1):

15875,3 kg di pomodori

3175,2 kg di fagioli

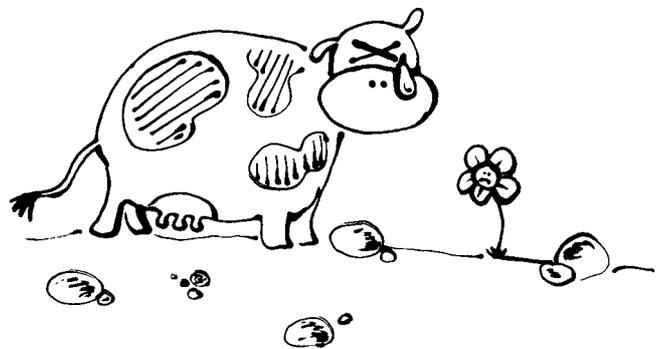
12700 kg di patate



Dal 1960, **più del 25% delle foreste pluviali centroamericane sono state convertite a pascolo**, principalmente destinato alla produzione di carne bovina destinata all'esportazione in europa e negli stati uniti.

**La creazione di vasti pascoli, inoltre, ha avvantaggiato i grandi latifondisti e le multinazionali, lasciando molti contadini senza terra.**

Dopo pochi anni, questo suolo calpestato dagli zoccoli di milioni di bovini ed esposto a sole, piogge e vento, **si avvia verso la desertificazione ed è necessario ricorrere a nuovi territori vergini.**



**FONTI:**

1) Tom Aldrige and Schlubach, "Water Requirements for Food Production," *Soil and Water*, no. 38 (Fall 1978), University of California Cooperative Extension, 13-17; Paul and Anne Ehrlich, *Population, Resources, Environment*, (San Francisco: Freeman, 1972), 75-76

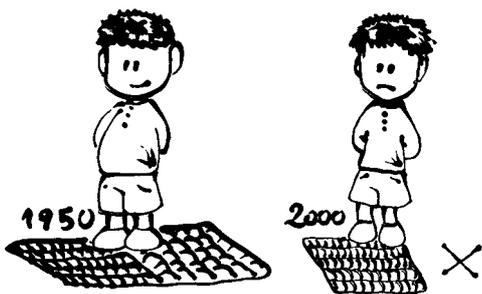
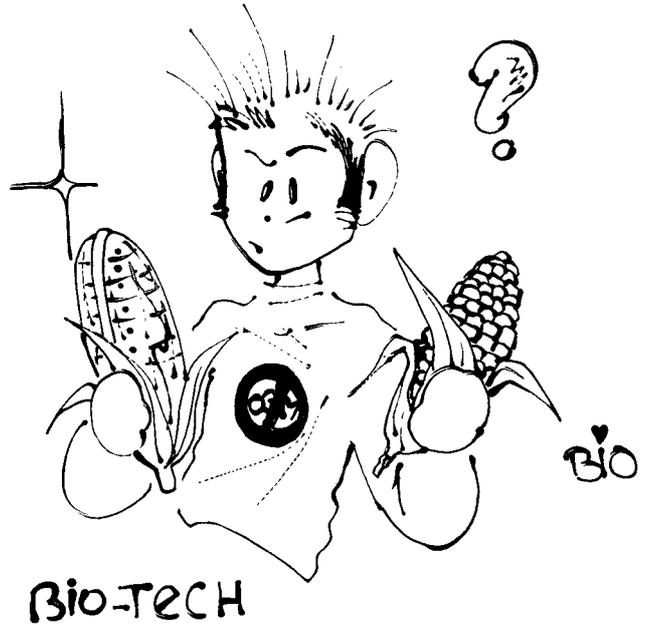


**Bistecca e...  
produzioni Ogm**

Le differenze di posizione nei confronti degli OGM fra Europa e Stati Uniti sono note. In una delle tante occasioni di "attrito", Bush ha dichiarato che: "la diffusione di sementi transgeniche ad alto rendimento aumenterebbe molto la produttività agricola in alcuni dei Paesi più poveri, ma i partner europei hanno bloccato le importazioni di OGM a causa di timori infondati e privi di basi scientifiche."  
"I governi europei dovrebbero sostenere la lotta alla fame in Africa, e non ostacolarla" ha sottolineato ancora Bush.

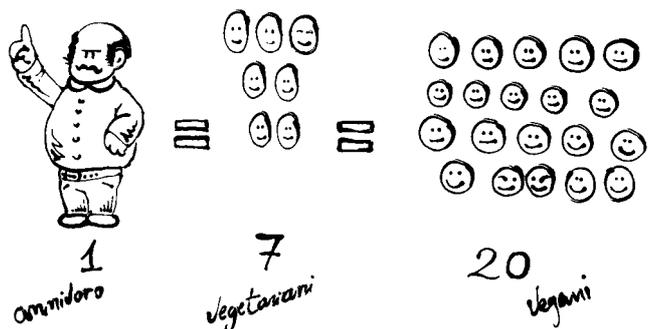
Da questa dichiarazione di Bush, si capisce che la posizione ufficiale di chi vuole propinarci gli OGM a tutti i costi è quella di chi dice che la produzione alimentare mondiale è insufficiente ed è indispensabile aumentare la produttività agricola.

Effettivamente, Secondo dati pubblicati dal Ministero dell'Agricoltura degli Stati Uniti aggiornati al 2003, negli ultimi quattro anni registrati, gli agricoltori di tutto il mondo hanno visto la loro produzione di cereali diminuire di fronte all'aumentare della domanda.

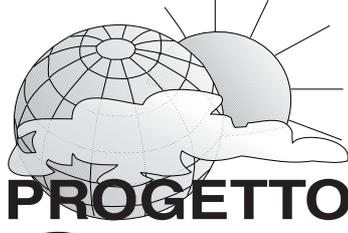


E allora, ha ragione Bush? E noi, dobbiamo preoccuparci? In effetti... sì! L'aumento di popolazione sta affamando il pianeta. Dal 1950 (2.5 miliardi di persone) al 2000 (6.1 miliardi), l'area coltivabile si è ridotta da 0.23 a 0.11 ettari per persona... ma chiaramente, né Bush né le multinazionali del biotech sono interessati alla fame nel mondo.

La realtà è che, con le risorse alimentari consumate da un americano medio onnivoro, si possono nutrire 7 vegetariani o 20 vegani! La lotta alla fame nel mondo, passa per la nostra tavola!



ASSOCIAZIONE



PROGETTO  
**GAIA**

**Campagna "IO FACCIO LA MIA PARTE!"**

Bistecca e...  
metano e piogge acide



Nel bacino del Po vengono riversati le deiezioni di 4 milioni di bovini e di 7 milioni di suini per un totale di 190.000 tonnellate di deiezioni ogni anno. Le conseguenze sono ben note: l'eutrofizzazione dell'Adriatico che causa lo sviluppo abnorme di alghe e la morte della fauna ittica(1).

Gli 1.3 miliardi di bovini presenti sulla terra producono circa 60 milioni di tonnellate di metano che rappresenta circa il 12% (2) di tutto il metano emesso in atmosfera da attività umane e da fenomeni naturali. Il metano è un gas serra che cattura oltre 25 volte più energia solare dell'anidride carbonica

Nel 1992 il Governo tedesco conclude che le emissioni di ammoniaca a livello nazionale, europeo e globale, sono dovute per il 90% all'agricoltura, e nello specifico, per l' 80% agli allevamenti. Le conseguenze sono: iper acidificazione del suolo e piogge acide.

**FONTI:**

1) R. Marcesini; *Oltre il muro: la vera storia di mucca pazza*, Muzzio Ed

2) Fred Pearce, 37; *Methane emissions from livestock from World Resources Institute et al. 1990-91, 346, Table 24.1; Cattle emissions as a percent of livestock emissions from Michael Gibbs and Kathleen Hogan, "Methane", EPA Journal, March/April 1990.*

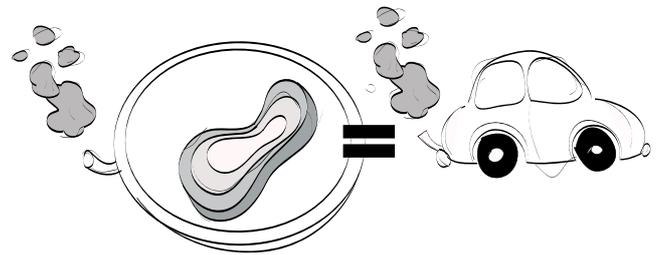
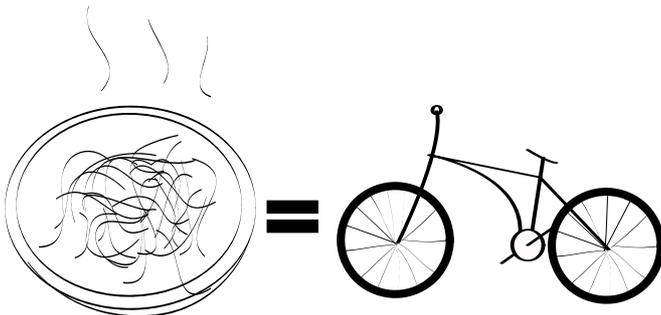
## Bistecca e... riscaldamento globale!

Il clima sta cambiando e il protocollo di Kyoto arranca. Dal punto di vista del cittadino medio, sembrerebbe che la cosa più semplice e importante da fare, sia abbandonare gradatamente l'automobile in favore di mezzi collettivi (abbassando quindi le emissioni procapite), o meglio, della bicicletta (quando possibile).

Ebbene, non è vero che l'automobile è la causa di emissioni di gas serra più evidentemente legata al nostro stile di vita: le abitudini alimentari non sono meno influenti!

La zootecnia è un'industria che in Italia deve soddisfare un consumo annuale medio di circa 80 Kg di carne a persona, equivalente alla combustione di circa 600 litri di carburante fossile, la quale causa un'emissione di circa 1500 Kg di CO<sub>2</sub>.

Si ha, inoltre, che il 20% delle emissioni mondiali di metano (gas serra spesso dimenticato ma dannosissimo), derivano direttamente dagli allevamenti di animali (1).



La domanda che dobbiamo porci ora è: la quantità di gas serra emessa per la produzione di carne (che, come si è visto, è altamente e intrinsecamente inefficiente), è paragonabile in qualche modo alle emissioni di gas serra (anche solo limitandosi alla CO<sub>2</sub>), prodotte dalle automobili private?

Dato che un'auto moderna ha un'emissione media di 167 grammi/kilometro di CO<sub>2</sub>, si trova che per emettere 1500 Kg di CO<sub>2</sub>, bisogna percorrere 8982 km in automobile... valore che si avvicina alla percorrenza media annuale di un'automobile.

**Questo significa che se un automobilista medio diventasse di colpo vegetariano, avremmo un abbattimento di emissioni di CO<sub>2</sub> quasi paragonabile ad una sua conversione alla bicicletta.**

**FONTI:**

1) *Soil Degradation: Effects on Agricultural Productivity, Interim Report Number Four of the National Agricultural Lands Study, 1980, and Fact Book of U.S. Agriculture, U.S. Dept. of Agriculture, Misc. Publication No. 1065, Nov. 1979, table 3, cited in Lappe, Diet for a Small Planet, 76.*

**Altre Fonti:** Società Meteorologica Italiana (SMI) - [www.consumietici.it/ita/articolo\\_popup.asp?IDARTICOLO=9601](http://www.consumietici.it/ita/articolo_popup.asp?IDARTICOLO=9601) - ANPA - Agenzia Nazionale per la Protezione dell'Ambiente - Unità Interdipartimentale Censimento delle Fonti di Emissione. *Analisi delle emissioni nazionali dei gas serra dal 1980 al 1998* [www.taras.it/ecologia/rti\\_amb-emiss\\_2-2000.doc](http://www.taras.it/ecologia/rti_amb-emiss_2-2000.doc)



## Bistecca e... guerra per il petrolio!

*"L'alimentazione per il bestiame americano necessita di talmente tanta energia che la carne potrebbe essere considerata un sottoprodotto del petrolio"* **Questo afferma il World Watch Institute nel 1994(1)**! Un'affermazione che ci riporta violentemente ad una realtà scomoda e troppo spesso ignorata: la zootecnia è un'industria... una delle più importanti (economicamente) a livello mondiale e una delle più assetate di energia.

Alcune cifre per avere un'idea dell'industria **nascosta** dentro una bistecca:

- Per 1Kg di carne, sono necessari 7,5 Litri di benzina(2).
- Per produrre la carne consumata in un anno da un italiano - circa 80 Kg(3) - si bruciano 600 litri di carburante.



**Efficienza energetica:**

**per produrre 1 caloria dalla carne, servono 78 calorie da combustibile fossile(2)**

**per produrre 1 caloria dalla soia, servono 2 calorie da combustibile fossile(2)**

E' evidente il risparmio energetico che si ha nell'adottare una dieta vegetariana, dato che l'efficienza energetica della produzione alimentare di cibi vegetali è di un ordine di grandezza maggiore rispetto a quella di cibi carnei



### FONTI:

1) *The Price of Beef*, WorldWatch Institute , Luglio/Agosto 1994, 39.

2) Pimentel et al., "Food, Energy and Society", "Energy and Land Constraints in Food Protein Production," *Science*, 21 Nov. 1975. Alan B. Durning, "Cost of Beef for Health and Habitat," *Los Angeles Times*, 21 Sept. 1986, 3.90.

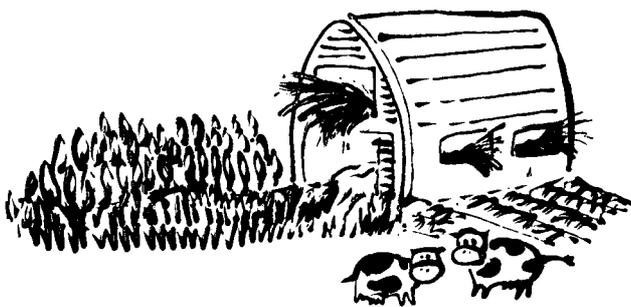
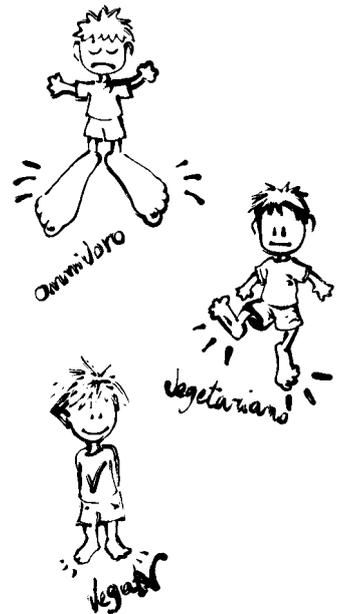
3) *Convegno Internazionale Assocarni sulla carne bovina - Roma 7/8 marzo 2003*

## Bistecca e... Impronta ecologica

La validità dell'impostazione della Campagna "*io faccio la mia parte*" è confermata anche dal calcolo dell'impronta ecologica: un utile strumento di misura al servizio della sostenibilità, che definisce la quantità di superficie terrestre necessaria per produrre i beni che consumiamo e per assimilare i nostri rifiuti.

Un ottimo esempio, per capire di cosa si sta parlando, è quello della città sotto la campana di vetro: immaginiamo Milano sotto una campana di vetro posata sulla tangenziale. E' chiaro il destino di noi cittadini sarebbe la morte per asfissia e per inedia.

Quanto estesa dovrebbe essere questa cupola per permettere la vita a noi milanesi? Quante risaie, campi di grano, fiumi, foreste per l'assorbimento della Co2 e quant'altro dovremmo annetterci per garantirci la sopravvivenza? La superficie risultante, non è altro che l'impronta ecologica di Milano



Sul sito del WWF (<http://www.wwf.it/ambiente/sostenibilita/calcoloimpronta.asp>), è possibile **calcolare la propria impronta ecologica** partendo dai propri consumi mensili di: pane, pasta, carne, pesce, latticini, vegetali, dalle caratteristiche della casa e dagli spostamenti medi.

**E' interessante notare** che, effettuando il calcolo sui valori preimpostati (valori medi), si ottiene un'impronta di 4,54 ettari l'anno (1 ettaro = 10000 mq).

**Eliminando carne e pesce, si ottiene un'impronta di 3,54 ettari, quasi un quarto in meno!**

**Eliminando carne, pesce, latticini, uova, si ottiene un'impronta di 3,14 ettari, il 30% in meno!!**

**FONTI:**

Wackernagel e Rees, *L'impronta ecologica - come ridurre l'impatto dell'uomo sulla terra*; ed. Ambiente.

## Equità, Sostenibilità e... Grande distribuzione

La grande distribuzione si basa sull'economia di scala: volumi di scambio sempre più alti per abbassare il costo unitario di prodotti e lavoro.

**Il supermercato è quindi una struttura economica che, per sua natura, può esistere solo sviluppando il consumismo!**

Non possono esistere supermercati democratici e equi e sostenibili

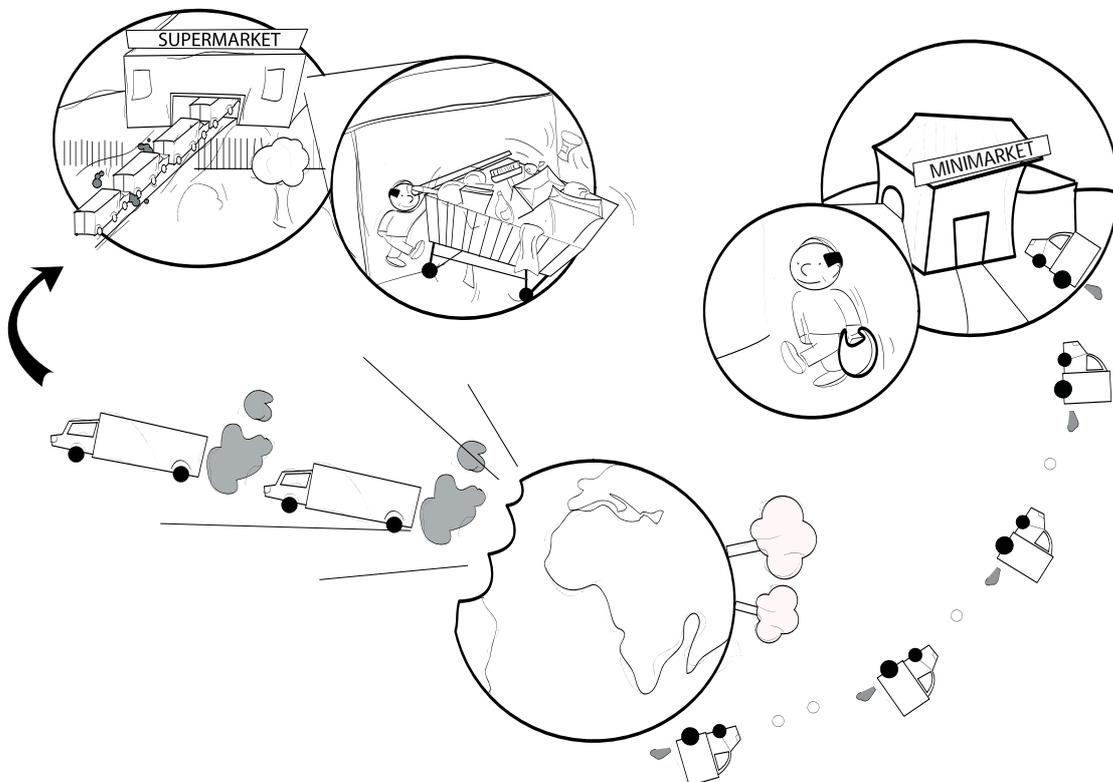
**E' una struttura che bisogna evitare** in favore del negozio di quartiere o meglio ancora, di strutture senza fini di lucro (piccole cooperative, associazioni). Queste strutture sono meno voraci, più sostenibili e non ultimo, sono elementi importanti del tessuto

sociale dei nostri quartieri e dei nostri paesi.

**Sottocosto e tre per due distruggono il pianeta!**

**Bisogna consumare meno e meglio... e bisogna finanziare con i nostri acquisti solo strutture economiche sostenibili!**

La prova che i supermercati sono fonte di spreco? Non si contano i suggerimenti dati ai consumatori nei vari decaloghi (1) come: *"fare la lista della spesa a casa e non acquistare altro"*, *"attenzione agli sconti: anche il più vantaggioso non giustifica l'acquisto del superfluo che andrebbe poi gettato"*, *"restare nei limiti di spesa prefissati"*, *"usare il credito con parsimonia"* eccetera.

**FONTI:**

(1) Un esempio: *Fare la spesa... con attenzione* - Adiconsum, Confconsumatori, MD, Movimento Consumatori - Regione Lombardia: *Commercio fiere e mercati*



## Gli effetti concreti della Campagna

### *"io faccio la mia parte!"*

Partiamo dai dati riguardanti il consumo medio procapite italiano di carne, calcoliamo di quanto mediamente si riduce il consumo di carne rinunciandovi per un solo giorno alla settimana e "scomponiamo" questa quantità di carne nelle varie componenti che caratterizzano tutto il processo produttivo: dalla quantità di cereali ed acqua necessari alla produzione, alle emissioni di Co<sup>2</sup> e metano.

#### GLIEFFETTI SUL CONSUMO DI CARNE

Consumo procapite di carne, in Italia, nel 2002 in kg: Avicola 18,6 - Suina 36,8 - Bovina 24 - Totale 79,4. Un italiano medio che aderisce alla campagna, riduce del 14,25% (52 giorni su 365) il suo consumo annuo di carne, cioè di 11,31 Kg. Per produrre carne, è necessario alimentare gli animali con mangimi proteici: essenzialmente cereali e soia. Per produrre 11,31 Kg di carne, sono necessari 96,7 Kg fra cereali e soia. Questa è la quantità di cibi vegetali che viene risparmiata da ogni aderente alla Campagna. Riducendo in media di 11,31 Kg il consumo di carne, si liberano 400 m<sup>2</sup> di terreno che non devono più fornire mangimi per gli animali. Questo terreno può produrre potenzialmente: Carote: 1.360,7 Kg - Patate: 1.814,3 Kg - Pomodori: 2.267,9 Kg e... molto altro!

#### ACQUA, IL RISPARMIO È ECLATANTE!

La zootecnia è un'industria particolarmente avida d'acqua. Per produrre gli 11,31 Kg di carne risparmiati dalla Campagna sono necessari ben 581.509 Litri d'acqua! Questa quantità d'acqua, potrebbe fornire, alternativamente: Pomodori: 1.356 kg - Patate: 1.308 kg - Frumento: 1.258 kg - Carote: 945 kg.

Per capire effettivamente di quali quantità stiamo parlando, è necessario sapere che il consumo italiano medio di acqua riconducibile esclusivamente alle abitazioni, si aggira sui 73.000 litri procapite all'anno. Un dato che impallidisce rispetto alla quantità d'acqua necessaria alla produzione della carne consumata solamente per un giorno alla settimana nell'arco di un anno! Questo significa che la crisi idrica, da cui l'Italia non è esente, si può governare solo se agiremo anche sulla nostra dieta.

#### ENERGIA FOSSILE NON USATA

L'energia necessaria per produrre 11,31 chili di carne da animali nutriti con grano è quella fornita da 85,5 litri di carburante. Certo, anche l'agricoltura è un'industria basata sul petrolio, ma...

- La percentuale di ritorno energetico (come energia alimentare per energia fossile consumata) del più efficiente allevamento per la produzione di carne è 34.5%

- La percentuale di ritorno energetico (come energia alimentare per energia fossile consumata) della meno efficiente coltivazione di vegetali è 328%

Si può quindi affermare che l'efficienza della produzione di carne è 10 volte inferiore di quella della produzione di vegetali e che rinunciando a consumare 11,31 Kg di carne all'anno, si risparmiano almeno 76,35 litri di carburante. Si ha quindi un aumento di efficienza di circa il 90%! Riassumendo, l'energia consumata per produrre l'equivalente nutrizionale di 11,31 Kg di carne è fornita da 9,15 litri di benzina. Ci troviamo di fronte ad un aumento dell'efficienza del nostro carburante (il cibo) di circa il 90%!

#### RIDUZIONE DEI GAS SERRA

Cosa significa questa riduzione di energia utilizzata per la produzione dei nostri alimenti? La combustione di 1 litro di carburante produce 2,5 kg di anidride carbonica (Co<sup>2</sup>), moltiplicando per i 76,35 litri di carburante che risparmiamo, abbiamo 190,88 Kg di Co<sup>2</sup> che non immettiamo nell'atmosfera. Inoltre, valgono i seguenti dati: Emissione media di Co<sup>2</sup> di un'auto: 167g/Km. Significa che ogni aderente alla Campagna riduce di 190,88 Kg la propria quota di emissione di gas serra, pari alle emissioni di un viaggio di 1143 Km in automobile.

Vengono inoltre ridotte le emissioni di metano di 5,7 Kg.

#### E' TUTTO?

No! Fino ad ora non abbiamo parlato dell'impatto del consumo di latticini e uova. Tutti questi dati sono quindi da considerarsi una stima per difetto della situazione reale!

## TABELLA RIASSUNTIVA

**Effetto sui consumi della Campagna "io faccio la mia parte!"..... Per singolo ..... Per 1000 aderenti**

- Quantità di carne non consumata .....	11,31 Kg .....	11.310 Kg
- Quantità di grano e soia liberati per l'alimentazione umana .....	96,70 Kg .....	96.700 Kg
- Superficie agricola liberata .....	400,00 m <sup>2</sup> .....	400.000 m <sup>2</sup>
- Quantità di patate prodotte con la stessa superficie agricola .....	453,60 Kg .....	453.600 Kg
- Quantità di fagioli prodotte con la stessa superficie agricola .....	1308,00 Kg .....	1.308.000 Kg
- Quantità d'acqua risparmiata (!) .....	581.509,00 Lt .....	581.509.000 Lt
- Consumo medio procapite annuo italiano d'acqua (confronta il risparmio) ...	73.000,00 Lt .....	73.000.000 Lt
- Quantità di carburante risparmiata .....	76,35 Lt .....	76.350 Lt
- Riduzione di CO <sub>2</sub> .....	190,88 Kg .....	190.880 Kg
- Km in auto necessari per emettere questa quantità di CO <sub>2</sub> .....	1.143,00 Km .....	1.143.000 Km
- Riduzione di metano .....	5,70 Kg .....	5.700 Kg

Fonti e bibliografia sono disponibili sui siti: [www.iofacciolamiaparte.org](http://www.iofacciolamiaparte.org) e [www.alimentazioneostenibile.org](http://www.alimentazioneostenibile.org)



## Domande e obiezioni più frequenti

---

### **Nel mio giorno settimanale di consumo equo e sostenibile posso mangiare i derivati animali: latte, formaggio, uova, ecc.?**

In questo caso la carne diventa un sottoprodotto dei derivati perché per ottenerli occorre allevare animali che saranno comunque destinati all'allevamento e ai macelli. Quindi, dal punto di vista della sostenibilità, diventa quasi inutile rinunciare alla carne.

### **Nel mio giorno di consumo equo e sostenibile posso mangiare pesce?**

No, la biodiversità è lo strumento con cui il Pianeta ricicla le proprie energie, nel mare e negli oceani è sempre più limitata.

### **E se mangio pesce d'allevamento?**

Peggio! Per alimentare 1 kg di pesce allevato occorrono 4 kg di pesce selvatico!

### **Se non posso mangiare carne, pesce e derivati animali... che cavolo mangio?**

Non è affatto un problema, se ti iscrivi alla Lista di discussione riservata a coloro che partecipano alla Campagna "Io faccio la mia parte!" potrai ricevere settimanalmente i consigli e le indicazioni necessarie. Intanto ti diamo due indirizzi: [www.progettogaia.it/alimentazione/alimentazione1.htm](http://www.progettogaia.it/alimentazione/alimentazione1.htm) (vedi menù a sinistra), [www.vegan3000.info](http://www.vegan3000.info).

### **Non sarà dannoso per la salute un giorno alla settimana senza nessuna proteina animale?**

Al contrario, tutti gli studi dei maggiori Istituti di ricerca del mondo raccomandano una dieta vegetariana, il 30% delle malattie più diffuse e gravi dei Paesi industrializzati sono dovute all'abuso di carne e derivati (per informazioni: [www.alimentazione sostenibile.org](http://www.alimentazione sostenibile.org) (nel menù a sinistra la voce "carne e medicina"), [www.scienzavegetariana.it](http://www.scienzavegetariana.it)).

### **Non sarebbe sufficiente mangiare solo prodotti animali provenienti da agricoltura biologica?**

Sarebbe ancora peggio, attualmente si valuta che gli animali destinati all'alimentazione umana occupano il 25% del Pianeta (Rifkin), cosa succederebbe se tutti gli animali fossero trattati secondo i principi dell'agricoltura biologica?

### **Non è limitativo concentrarsi solo sull'alimentazione per praticare un consumo equo e sostenibile? Ci sono molte altre abitudini da modificare.**

Sì, siamo d'accordo, se vuoi puoi scegliere tutte le opzioni elencate nel modulo di adesione alla Campagna "Io faccio la mia parte!", però... quella alimentare è la scelta più importante, rinunciare a carne, pesce e derivati diminuisce la tua Impronta ecologica di almeno 1/3. Guarda anche i vari articoli che propone questo sito: [www.alimentazione sostenibile.org](http://www.alimentazione sostenibile.org).

### **Non sarebbe meglio concentrarsi sulla Pace, il Lavoro, la Democrazia, ecc. ?**

Non è lavorare per la Pace proporre di vivere in maniera tale da imporre una redistribuzione delle risorse?! Inoltre, entro la fine di questo secolo il Pianeta su cui viviamo sarà al collasso, come faremo allora ad occuparci di quegli argomenti... senza un Pianeta?

### **Io sono vegetariano/vegan perché dovrei aderire a questa Campagna?**

E perché non dovresti! Noi proponiamo un piccolo passo che tutti possono e dovrebbero fare, è talmente poco e talmente semplice praticare un consumo equo e sostenibile per un solo giorno alla settimana! Se tu fai già di più, potrai aiutare gli altri a risolvere i piccoli problemi che provocherà un comportamento individuale coerente con il proprio impegno politico di chi afferma che... "Un mondo diverso è possibile!"