

ASSOCIAZIONE



Anno primo - suppl.
al n. 4 - Luglio 2001
Spedizione in A. P.
Art. 2 comma 20/c
Legge 662/96 - Mi
Editrice:
Ass. Progetto Gaia
Via Copernico 41
20125 Milano
Dir. Responsabile:
Manlio Massi
Tribunale di Mi
n. 104 - 26/02/2001
Stampa in proprio

LA VERITA' SULLA CARNE!

***Siamo carnivori? Appunti di anatomia.
La carne fa bene! Siamo sicuri?
Le nostre proteine, quelle sane.
La fame nel mondo: solo un imbroglio!***

Nonostante l'uomo si sforzi di nascondere a se stesso la verità, la realtà è una sola (e la dimostreremo successivamente): noi non siamo carnivori. Analizzando con scrupolosità il corpo umano e i suoi processi digestivi, non si può che giungere a questa conclusione.

Per dare un'idea dell'ipocrisia dell'uomo e della commedia che mette in atto per celare la verità, basta ragionare - anche per un solo attimo - sul modo in cui mangia la carne. L'uomo è costretto a camuffare questo cibo - non compatibile con il suo organismo - con una infinita quantità di salse e salsette, non prima di averlo fritto o bollito o invecchiato, e trasformato in mille modi.

Non ci rendiamo conto di essere ridicoli?

Se davvero l'uomo è un carnivoro (come molti, anzi moltissimi, credono), perché non mangia la carne come tutti gli altri veri carnivori, e cioè cruda?

Sarebbe opportuno porsi di tanto in tanto questo genere di domande, senza dare tutto per scontato e senza dare credito alle altrui opinioni a scatola chiusa.

Molti biologi e fisiologi sono d'accordo nell'affermare che l'uomo, in realtà, non è fisiologicamente "costruito" per mangiare carne, e offrono prove estremamente convincenti. Vediamo quali: la classe dei carnivori ha una struttura fisica predatoria (artigli, canini sviluppati), intestino breve (solo 3 volte la lunghezza del tronco) e fortemente acido (10 volte di più di un normale erbivoro); l'intestino breve, lungo 3 volte il tronco, serve ad evitare una sosta troppo prolungata della carne ingerita, in quanto essa è facilmente putrescibile. L'intestino breve, inoltre, è fortemente acido perché deve neutralizzare le sostanze tossiche carnee.

Vediamo come avviene la digestione della carne: una volta giunta nello stomaco la carne ha bisogno, per essere digerita, della secrezione di succhi gastrici ricchissimi di acido idrocloridico. I carnivori, infatti, secernono grandi quantità di acido idrocloridico, atto a sciogliere le ossa. Il tratto intestinale dove avviene l'ultima parte della digestione, che serve a far passare gli elementi nutritivi nel sangue, deve per forza di cose essere meno lungo possibile: si deve considerare, infatti, che il pezzo di carne altro non è che un cadavere in putrefazione che crea velenosi rifiuti all'interno del corpo. Il carnivoro, quindi, deve liberarsene il più presto possibile. Il problema, per i non carnivori, è la lunghezza del tratto intestinale, che a volte è lungo addirittura 20 volte il tronco. Se i non carnivori mangiassero carne, questa rimarrebbe nel loro corpo un tempo troppo lungo, avvelenandoli.

Passiamo alla classe degli erbivori: struttura fisica forte ma non aggressiva, dentatura priva di veri incisivi superiori per addentare frutti, e canini per dilaniare; intestino lungo sino a 20

volte il tronco, enzima digestivo capace di trasformare e assimilare la cellulosa delle piante. Gli erbivori secernono una quantità minima di acido idrocloridico, non sufficiente a digerire del tutto la carne.

Poi c'è la classe degli onnivori, parenti stretti dei carnivori, che conservano una certa aggressività e sono simili in molte caratteristiche fisiche ai carnivori; molti, ad esempio, non collocano il cane tra i carnivori, poiché se nutrito di sola carne esso muore.

Adesso osserviamo l'uomo: struttura fisica non aggressiva, tubo digerente lungo 12 volte la lunghezza del tronco, mandibole deboli e non pronunciate, secrezione salivare idonea (grazie alla ptialina) agli amidi dei cereali, dentatura sviluppata soprattutto negli incisivi per mordere e addentare frutti e nei molari piatti e robusti per macinare semi, stomaco debole e poco acido, che non possiede gli enzimi adatti a neutralizzare le sostanze tossiche prodotte dalla decomposizione della carne; inoltre il suo intestino ha bisogno di stimoli che favoriscano il movimento peristaltico: frutti, cereali ed ortaggi hanno queste capacità, la carne no. L'intestino crasso, inoltre, per ottimizzare la sua funzione deve avere un contenuto acido: i semi, le radici e i frutti lasciano nel crasso residui acidi, mentre le carni lasciano residui alcalini: ammoniaca e basi diverse. Fisiologicamente l'uomo è più simile ai mangiatori di piante e agli animali da pascolo e da foraggio (come le scimmie, gli elefanti e le mucche), che non ai carnivori come tigri e leopardi. I carnivori, ad esempio, non traspirano dalla pelle: la temperatura corporea viene regolata con il respiro accelerato e l'estrusione della lingua.

Gli animali vegetariani, invece, sono dotati di pori sudoriferi per eliminare le impurità e regolare la temperatura.

Tutte coincidenze?

I carnivori devono lambire i liquidi (esempio: i gatti), mentre gli animali vegetariani succhiano i liquidi attraverso i denti, come gli uomini.

Pare proprio che l'uomo non rientri né nella classe dei carnivori, né in quella degli onnivori, anzi per alcune caratteristiche fisiche potrebbe essere accostato ai frugivori (come le scimmie) ed in modo minore ai granivori (scoiattoli e topi). Vediamo perché: l'uomo ha una mano prensile come le scimmie e i roditori, atta ad afferrare e cogliere frutti ed oggetti tondeggianti. Se consideriamo la placenta, quella umana è discoidale, come quella delle scimmie antropoidi. Sembra dunque che l'uomo abbia come cibo elettivo i semi, la frutta, la verdura e gli ortaggi.

Quale conclusione dovremmo dunque trarre da questa breve analisi scientifica?

Esistono prove evidenti del fatto che gli essere umani non

sono adatti a mangiare carne, e chi decide volontariamente di ignorare tali prove, se ne assume tutte le responsabilità.

La carne fa bene! Siamo sicuri?

La carne ha effetti disastrosi sul corpo umano. Effetti che non si materializzano a breve termine, ma negli anni. Più il corpo, col passare del tempo, viene impegnato nell'eliminazione delle scorie tossiche di una alimentazione carnea, meno energia avrà a disposizione per respingere gli attacchi esterni e sarà quindi più esposto alle malattie. Analizziamo gli effetti della carne sull'organismo umano.

Bisogna sapere che quando un animale viene macellato, le sostanze di scarto che normalmente sarebbero eliminate dal flusso sanguigno rimangono nella carne in via di putrefazione. Chi mangia la carne introduce nel proprio corpo rifiuti tossici che normalmente l'animale avrebbe eliminato con l'urina. Il dottor Owen S. Parrett, nella sua pubblicazione "Perché io non mangio carne", osserva che quando si fa bollire la carne di manzo, i rifiuti appaiono sulla superficie nella forma di un estratto solubile, del "tè di manzo", che all'analisi chimica risulta molto simile all'urina. Questo perché, non bisogna dimenticarlo, la carne che l'uomo ingerisce altro non è che un pezzo di cadavere in putrefazione, un cadavere che, quindi, porta con sé rifiuti tossici e altre impurità altamente pericolose. Un'altra indicazione che il consumo di carne non è naturale per l'uomo è data dall'incapacità del suo corpo di assimilare le dosi eccessive di grassi animali contenute nei cibi, mentre gli animali carnivori possono metabolizzare una quantità quasi illimitata di colesterolo e grassi, senza effetti negativi. A tal proposito sono stati effettuati degli esperimenti sui cani: per due anni vennero aggiunti circa 2 etti di grasso animale alla loro dieta quotidiana, senza che ci fosse alcun cambiamento nel loro tasso di colesterolo. Gli animali vegetariani, invece, hanno una limitata capacità di elaborare grassi saturi o colesterolo superiore alla quantità richiesta dal loro corpo; qualora si ecceda per molti anni nel consumo di tali elementi, i depositi grassi (placche) si accumulano nelle pareti interne delle arterie, provocandone l'indurimento, ossia quella malattia conosciuta col nome di arteriosclerosi. Poiché i depositi di grasso impediscono il normale flusso del sangue verso il cuore, ecco che aumentano le probabilità di collassi, attacchi cardiaci e infarti.

Nei paesi industrializzati che praticano l'agricoltura intensiva, la carne è ulteriormente caricata di additivi chimici: DDT, arsenico (usato come stimolante della crescita), solfato di sodio (che dà alla carne il colore rosso) e il DES, un ormone sintetico notoriamente cancerogeno. La carne contiene molti agenti ritenuti cancerogeni o responsabili delle metastasi del cancro: per esempio, un kg scarso di carne alla griglia contiene la stessa quantità di benzopirene di 600 sigarette! Numerosi prodotti chimici potenzialmente dannosi, dunque, vengono aggiunti alla carne, senza che i consumatori lo sappiano. Nel libro "Poison in your Body", Gary e Steven Null offrono una descrizione delle ultime tecniche adottate nelle fattorie per allevamento industriale: "Gli animali sono tenuti in vita e ingrassati con la continua somministrazione di tranquillanti, ormoni, antibiotici e altre 2700 droghe.

Questo trattamento inizia prima della nascita e continua a lungo, anche dopo che gli animali sono morti. E, sebbene queste droghe continuino a essere presenti nella loro carne quando voi la mangiate, la legge non richiede che esse vengano denunciate sulla confezione. Una di queste sostanze è il dietilstilbestrol (DES), un ormone della crescita che si

Fisiologicamente l'uomo è più simile ai mangiatori di piante e agli animali da pascolo e da foraggio (come le scimmie, gli elefanti e le mucche), che non ai carnivori come tigri e leopardi.

Un kg scarso di carne alla griglia contiene la stessa quantità di benzopirene di 600 sigarette!

Se i controlli venissero fatti sul serio, non resterebbe aperta una sola ditta di confezione di carne.

continua ad usare in America anche se si è scoperto che è cancerogeno. Un altro stimolante della crescita è l'arsenico: nel 1972 il Dipartimento Americano dell'Agricoltura riscontrò che la presenza di questo veleno superava il limite legale, fissato nel 15% della produzione nazionale di pollame. Il nitrato e il nitrito di sodio, conservanti chimici per rallentare il processo di putrefazione nelle carni salate e in altri prodotti come prosciutto, pancetta, salame, salsicce e pesce, sono anch'essi nocivi per la salute e vengono usati per dare alla carne quel colore rosso.

Poiché gli animali sono costretti a vivere in condizioni di scarsa igiene e in poco spazio, necessitano di dosi massicce di antibiotici i quali, naturalmente, venendo ingeriti insieme alla carne, creano all'interno dell'organismo umano dei batteri resistenti agli antibiotici. Anche la macellazione violenta determina nella carne la formazione di altri veleni naturali altrettanto forti. Questi veleni, uniti agli stimolanti e alle sostanze nocive rimaste nel sangue dell'animale (come l'acido urico), contaminano ulteriormente la carne destinata ai consumatori. Un quadro davvero rassicurante per i cosiddetti "carnivori". In aggiunta ai veleni chimici, spesso la carne trasporta le malattie degli animali da macello che, stipati tutti assieme in condizioni di scarsa igiene e ipernutriti in modo innaturale, si ammalano molto più spesso degli altri.

Nonostante le ispezioni fatte durante la selezione della carne, questa viene spesso messa sul mercato anche quando è meno sana di quanto gli acquirenti possano immaginare. Nel 1972 l'USDA rilasciò un rapporto sulle carcasse degli animali esaminate dopo che erano state asportate le parti malate. Circa 100.000 mucche presentavano forme di cancro agli occhi e 3.596.302 avevano il fegato malato. Del resto, spiegano gli stessi ispettori, se i controlli venissero fatti sul serio e si mantenesse una rigorosa severità, non resterebbe aperta una sola ditta di confezione di carne.

Forse l'argomento più importante di per sé a favore di una dieta senza carne, almeno per quanto riguarda la salute personale, è l'innegabile e ben documentata correlazione tra il consumo di carne e le malattie del cuore. In America, il paese con il più alto consumo di carne, una persona su due muore di malattie del cuore o dei relativi disturbi cardiovascolari. Queste malattie sono praticamente inesistenti nelle società dove il consumo di carne è basso. Il Journal of the American Medical Association riportava nel 1961 che "la dieta vegetariana può prevenire dal novanta al novantasette per cento delle malattie del cuore." Dato che la dieta vegetariana limita l'assunzione di colesterolo, è logico che non si creino depositi di grasso con i conseguenti decessi per infarto o attacco di cuore. La patologia nota con il nome di arteriosclerosi è virtualmente sconosciuta nel mondo dei vegetariani. Secondo l'Encyclopaedia Britannica: "Le proteine contenute nelle noci, nei legumi, nei cereali e perfino nei prodotti del latte sono considerate relativamente pure comparate alla carne di manzo, che contiene il 66% di acqua impura." Queste impurità non

solo colpiscono il cuore, ma l'organismo intero.

Un'ulteriore prova che l'intestino dell'uomo non è adatto a digerire carne viene fornita da numerosi studi che stabiliscono una stretta relazione tra il cancro del colon e una dieta ricca di carne. Le cause della malattia sono il contenuto di grassi, la mancanza di fibre vegetali nella dieta e il lento transito nel colon dove le sostanze tossiche hanno tutto il tempo di provocare i loro effetti dannosi. D'altro canto è risaputo che la carne, mentre viene ingerita, produce steroidi metabolici in possesso di proprietà cancerogene. La National Academy of Sciences ha riferito nel 1983 che "...si potrebbero prevenire molte forme di cancro comune adottando una dieta meno ricca di grassi e carne, che fosse basata invece su verdure e cereali." Alcuni sorprendenti risultati nella ricerca sul cancro si sono rivelati studiando le nitrosamine, cioè le sostanze derivate dall'incontro di alcune sostanze naturali presenti nella birra, nel vino, nel tè e nel tabacco, con additivi chimici aggiunti alla carne per la sua conservazione.

L'ente Americano Food and Drug Administration ha definito le nitrosamine "...uno dei più potenti gruppi di sostanze cancerogene mai scoperte... il cui studio ha causato grave preoccupazione negli scienziati che se ne sono occupati." Il dottor William Lijinsky condusse alcuni esperimenti introducendo nitrosamine nell'alimentazione di alcuni animali: nel giro di sei mesi egli riscontrò la presenza di tumori nel 100% delle cavie. "Le manifestazioni cancerose", notò in quell'occasione, "sono presenti in ogni parte del corpo: nel cervello, nei polmoni, nel pancreas, nello stomaco, nel fegato e negli intestini. Gli animali sono stati completamente compromessi." Per concludere, il corpo umano è una macchina complessa e, come tutte le macchine, alcuni carburanti sono più indicati per garantire un funzionamento corretto. Le statistiche e le ricerche dimostrano senza tema di smentita che la carne è un carburante poco adatto, che alla fine pagheremo a caro prezzo. Gli esquimesi, ad esempio, che vivono di carne e pesce, muoiono presto; la durata della loro vita non supera i trent'anni. D'altra parte vi sono tribù vegetariane come gli Hunza, o gruppi come gli Avventisti del Settimo Giorno, che tendono a vivere tra gli ottanta e i cento anni. I ricercatori individuano nel vegetarianesimo la principale causa della loro longevità. E' indubbio quindi che una sana e naturale alimentazione contribuisce a vivere serenamente, in salute, in armonia e a lungo.

Il corpo non deve sobbarcarsi lavori improbi per assimilare elementi non compatibili e per debellare sostanze tossiche e velenose, e quindi può lavorare secondo natura e secondo i suoi specifici tempi. Chi si ammala di cancro, di arteriosclerosi, di malattie del cuore, di diabete, di calcolosi renale e di altre mille malattie è colpevole egli stesso della sua malattia e deve accettarlo, anche se è difficile e doloroso, poiché è stato proprio lui a coltivare il terreno della sofferenza e del dolore fagocitando altri esseri viventi; e, si sa, chi semina sofferenza e dolore raccoglierà sofferenza e dolore.

Indice delle malattie

Ipertensione: i valori della pressione sistolica del sangue sono più bassi tra i vegetariani.

Arteriosclerosi e malattie del cuore: i vegetariani hanno in genere un più basso tasso di colesterolo nel siero del sangue, una più bassa concentrazione di lipoproteine a bassa densità (LDL) e di trigliceridi che i non vegetariani. L'incidenza dell'arteriosclerosi e degli infarti è minore nei vegetariani che non nella popolazione in genere.

La dieta vegetariana può prevenire dal novanta al novantasette per cento delle malattie del cuore.

Ridurre la produzione di carne solo del 10% risparmierebbe abbastanza cereali da sfamare 60 milioni di persone.

La fame nel mondo è direttamente collegata al consumo di carne. Se la terra fosse coltivata in modo naturale ed ogni acro fosse coltivato a soia, cereali, grano e verdure si potrebbe sfamare tranquillamente il mondo intero

Diabete mellito, disturbi cardiovascolari: notevole diminuzione dell'incidenza con l'uso della dieta vegetariana.

Diverticolosi intestinale: l'alto contenuto di fibre vegetali della dieta vegetariana aiuta il transito intestinale della massa fecale, impedendo le anormali pressioni, il ristagno e le conseguenti dilatazioni all'interno dell'intestino.

Calcolosi renale: la dieta vegetariana è associata ad una diminuzione di calcoli renali contenenti ossalati di calcio.

Cancro: minore incidenza del cancro al seno, prostata, colon, polmone e bocca, tra i vegetariani. La dieta vegetariana sembra modificare il metabolismo degli ormoni come la prolattina, il testosterone e gli estrogeni, creando un fattore di prevenzione al cancro non trascurabile. Inoltre alcuni vegetali come cavoli, verze, cavolfiori, contengono molecole (ditilioni) che aumentano i livelli di glutazione dell'organismo; questo composto chimico è coinvolto in tappe metaboliche importanti, utili a bloccare la formazione di radicali liberi che danno origine a sostanze potenzialmente cancerogene.

Osteoporosi: (fragilità ossea per maggiore porosità) è molto meno frequente tra i vegetariani, perché un eccesso di proteine inibisce l'utilizzazione del calcio disponibile.

Le nostre proteine, quelle sane!

La domanda che molti si pongono è: senza la carne posso soddisfare il mio fabbisogno giornaliero di proteine? La disinformazione, in questo campo, raggiunge livelli spaventosi e, con un po' di ricerca, si può scoprire che la maggior parte dei luoghi comuni che ogni giorno sentiamo sono soltanto falsità. Prima di tutto, analizziamo la definizione di "proteina". Nel 1838, un chimico olandese, Gerrit Jan Mulder, isolò una sostanza contenente nitrogeno, carbonio, idrogeno, ossigeno e altri elementi in traccia. Egli dimostrò che questo composto chimico è la base della vita e lo battezzò "proteina", che significa primo stadio. In seguito è stato dimostrato che le proteine sono essenziali per la vita: tutti gli organismi ne devono ingerire una certa quantità per vivere perché, si scoprì dopo, le proteine sono composte di amminoacidi, i "mattoni" su cui si costruisce la vita.

Le piante sono in grado di sintetizzare gli amminoacidi, a partire dall'aria, dalla terra e dall'acqua; gli animali, invece, dipendono dalle piante per le proteine, o mangiandole direttamente o indirettamente attraverso la carne di altri animali che le hanno a loro volte mangiate e metabolizzate. Quindi solo il regno vegetale ha la capacità di produrre proteine. Gli uomini hanno la possibilità di scegliere se assumere le proteine direttamente dalle piante oppure indirettamente dalla carne macellata e con costi elevati (uno dei motivi per i quali la carne costa così tanto è che gli animali vengono costretti a ingurgitare spropositate quantità di proteine vegetali prima di raggiungere la stanza da macello).

Non esistono quindi amminoacidi nella carne che non siano derivati dalle piante. Mangiare cibi vegetali ha l'ulteriore van-

taggio di combinare gli amminoacidi con altre sostanze essenziali per la corretta utilizzazione delle proteine: carboidrati, vitamine, sali minerali, enzimi, ormoni, clorofilla e altri elementi che solo le piante possono fornire.

Gli amminoacidi sono 22, di cui 14 "non essenziali" e 8 "essenziali". "Essenziali" perché il corpo non può produrli autonomamente e ha bisogno di assumerli dai cibi. Gli amminoacidi "essenziali" sono: leucina, isoleucina, valina, lisina, triptofano, treonina, metionina, e fenilalanina. Fino agli anni '50 la carne era considerata un'ottima fonte di proteine, in quanto contiene tutti e otto gli amminoacidi "essenziali", ma al giorno d'oggi noi sappiamo che anche molti alimenti vegetali contengono tutti e otto gli amminoacidi (anche se non in proporzioni perfette), e in molti casi sono addirittura superiori, dal punto di vista nutrizionale, della carne.

In parole povere gli amminoacidi "essenziali" esistono in abbondanza in alimenti senza carne. Quali? Il grano, i legumi sono tutti concentrati di proteine; trenta grammi di lenticchie o di arachidi, ad esempio, contengono più proteine di un hamburger o di una bistecca di maiale. Molte autorità in campo medico sono d'accordo nell'affermare che i singoli alimenti vegetariani contengono proteine più che sufficienti. Nel 1954 un gruppo di scienziati dell'università di Harvard intraprese uno studio specifico e scoprì che quando si mangiano insieme una certa varietà di verdure e cereali la combinazione produce più dell'apporto necessario di proteine giornaliere. Il loro rapporto giungeva alla conclusione che, a dire il vero, è piuttosto difficile seguire una dieta vegetariana senza superare il fabbisogno proteico del corpo umano! Più di recente, nel 1972, il dottor F. Stare di Harvard ha condotto una propria ricerca sul consumo di proteine tra i vegetariani. Le sue scoperte sono sorprendenti: la maggioranza dei soggetti osservati assumeva il doppio del proprio fabbisogno giornaliero di proteine. In una serie di prove comparative condotte dal dottor Irving Fisher di Yale, i vegetariani risultavano di gran lunga migliori negli stessi test fisici proposti ai "carnivori". Inoltre il dottor Iotekyo e il dottor Kipani, all'università di Bruxelles, hanno dimostrato che i vegetariani riuscivano a superare alcune prove di potenza fisica, protraendole per un tempo due o tre volte più lungo dei "carnivori" prima di stancarsi, e si riprendevano dalla fatica in un quinto del tempo necessario agli altri. Per concludere, è evidente che il luogo comune, ampiamente diffuso, che soltanto la carne contenga le proteine necessarie alla sopravvivenza dell'uomo è una menzogna derivata dall'ignoranza o dalla mala fede. Legumi come i fagioli, la soia, le lenticchie e i ceci contengono in proporzione addirittura più proteine di una bistecca. I vegetariani, spesso, superano il fabbisogno giornaliero di proteine, e di fatto non hanno alcun problema nutrizionale. Anzi godono di ottima salute, proprio perché non mangiano cadaveri di nessun genere e non costringono l'organismo a lavorare in maniera innaturale. L'unica cosa che si richiede ai vegetariani è una minima conoscenza dei cibi che ingeriscono, e questo per evitare che siano carenti o eccedenti di proteine. Niente altro. Il problema, in realtà, è come al solito l'enorme interesse economico che ruota attorno alla produzione di carne. Il sistema, ormai consolidato, difficilmente potrà cadere. Se l'uomo non vuole sapere, non saprà mai.

La fame nel mondo: solo un imbroglio!

Consideriamo le seguenti statistiche: mille acri coltivati a soia producono 1.124 libbre (circa 500 chili) di proteine utili. Mille acri di riso producono 938 libbre (422 chili) di proteine utili.

Mille acri di mais ne producono 1.009 libbre e mille acri di grano 1.043 libbre. Ora facciamo un'altra considerazione: mille acri di soia, mais, riso o grano, quando vengono utilizzati per nutrire un manzo da carne, produrranno solo 125 libbre (circa 55 chili) di proteine utili.

Queste ed altre statistiche mettono in evidenza una conclusione sgradevole: il consumo di carne è direttamente collegato alla fame nel mondo. Nutrizionisti, ambientalisti e politici hanno fatto notare che se gli Stati Uniti dessero da mangiare alla povera gente che muore di fame la quantità di cereali e di soia comunemente impiegata per ingrassare il bestiame da macello, potremmo cancellare dalla faccia della pianeta la morte per fame e i suoi tragici orrori. La nutrizionista Jean Mayer di Harvard stima che ridurre la produzione di carne anche solo del 10% risparmierebbe abbastanza cereali da sfamare 60 milioni di persone.

E' una semplice questione di numeri: in termini di terra, acqua e risorse, la carne è l'alimento più costoso e inefficiente che esista. Solo il 10% circa delle proteine e delle calorie che vengono date in pasto al bestiame da allevamento tornano indietro nella carne degli animali macellati. Inoltre, milioni di acri di terra coltivabile sono destinati all'allevamento delle bestie da macello. Un acro impiegato per crescere un manzo produce mezzo chilo scarso di proteine; lo stesso acro di terra coltivato a soia produce poco più di otto chili di proteine. In breve, l'allevamento del bestiame da carne è un enorme spreco delle risorse mondiali.

Oltre alla perdita di terra coltivabile, si calcola che allevare il bestiame consumi una quantità d'acqua otto volte maggiore a quella necessaria per coltivare verdure, soia, cereali, perché il bestiame deve bere e anche le messi con cui viene nutrito devono essere irrigate. Ironia della sorte, proprio la carne è il peggiore nemico dell'uomo.

Per concludere, la fame nel mondo è direttamente collegata al consumo di carne. Se infatti la terra fosse coltivata in modo naturale ed ogni acro fosse coltivato a soia, cereali, grano e verdure si potrebbe sfamare tranquillamente il mondo intero, senza sprechi. Come dimostrato dalle statistiche, l'allevamento del bestiame comporta delle spese e degli sprechi enormi, spese che poi non apportano un guadagno adeguato. Quindi l'uomo, oltre a rendere schiavi e ad uccidere degli esseri viventi come lui, spreca delle risorse fondamentali e occupa terreni coltivabili solo per il piacere di poter mangiare un alimento che, pur essendo di gradevole sapore (almeno per molti) lo danneggerà fortemente. Questo è un comportamento assolutamente demete.

Ma la dimensione che più sottolinea la demenza dell'uomo, in questo caso, è quella della fame nel mondo: chiunque, vedendo le immagini dei popoli sofferenti e affamati che abitano questo pianeta, ha provato l'impulso di aiutarli, di fare qualcosa per migliorare la loro situazione; ma la realtà è una sola, inequivocabile: alla società occidentale, in verità, non interessa minimamente risolvere il problema della fame nel mondo, e chi esterna il contrario è solo un ipocrita, o un truffatore che cerca di estorcere denaro agli altri.

Infatti, se si volesse davvero sfamare ogni affamato, basterebbe rinunciare all'inutile e dannosa carne e coltivare la terra a soia, grano, verdure e cereali. Ma chi è disposto a rinunciare alla bontà della carne per salvare un altro suo simile?

Tratto dal sito Internet:

UNA VITA SENZA CARNE

<http://web.tiscalinet.it/vitasenzacarne/>