

### **A kevés húst tartalmazó étrend karbonlábnyoma kisebb, mint a hagyományos tejet-tojást fogyasztó vegetáriánusé egy új amerikai tanulmány szerint.**

Az elegendő és egészséges élelem megtermelése a legtöbb alacsony és közepes bevételű országban ugyanakkor az üvegházhatású gázok kibocsátása, vagyis a karbonlábnyom jelentős növelésével járna a Johns Hopkins Közegészségügyi Egyetem élhető jövőt kutató központjának tanulmánya alapján, amely a Global Environmental Change című szaklap legújabb számában jelent meg.

A Johns Hopkins kutatói az egyének és az országok szintjén is megvizsgálták az éhezés felszámolása és a klímavédelem lehetséges útjait - írta a Phys.org tudományos-ismeretterjesztő portál.

Olyan modellt dolgoztak ki, amely megvizsgálta, hogyan hatnának az étrendi változások az egyes emberek és az országok szintjén az üvegházhatású gázok kibocsátására és az ivóvíz-felhasználásra.

Ezzel a modellel kilenc növényi alapú étrend hatásait elemezték, ezek között volt mások mellett vöröshúsmentes, a halat, valamint a tejet-tojást megengedő (lakto-ovo vegetáriánus) és a csak növényi, vagyis vegán táplálkozás is.

Megállapították, hogy a tápláléklánc alsó részén elhelyezkedő állatokat - kis halakat, puhatestűeket - tartalmazó étrendek majdnem olyan környezetbarátok, mint a kizárólag növényi étrend.

Az is kiderült a modellekből, hogy az állati termékeket kétharmadával csökkentő, úgynevezett "kétharmadvegán" étrendnek kisebb volt az éghajlati és vízfogyasztási hatása, mint a hagyományosabb lakto-ovo vegetáriánusnak.

"Nem találtunk egyetlen, mindenki számára megfelelő étrendet, amely mind a táplálkozási, mind az éghajlatvédelmi kihívásoknak megfelelne, nagyon sok függ az egyes országok körülményeitől" - mondta Keeve Nachman, a tanulmány vezető szerzője, a Johns Hopkins élhető jövőt kutató központja élelmiszertermelési és közegészségügyi programjának igazgatója.

A szerzők a magas jövedelmű országoknak azt ajánlják, hogy a klíma védelmében és a táplálkozással összefüggő betegségek és halálozások megelőzésére támogassák a növényi alapú étrendeket, figyelembe véve azonban többek között a kulturális preferenciákat.

"A karbonlábnyom különbségeit valójában nagyrészt a tejtermékek fogyasztásának eltérései magyarázzák. Ugyanakkor ezek a termékek fontos szerepet játszanak a gyerekek alultápláltságának és növekedési elmaradásának megelőzésében" - mondta Martin Bloem, a Johns Hopkins élhető jövőt kutató központjának igazgatója.

Az élelem származása erősen befolyásolja a klímát a kutatók szerint. Ha ugyanannyi marhahúst Paraguayban állítanak elő, az majdnem 17-szer annyi üvegházhatású gáz

kibocsátásával jár, mintha Dániában termelnék.

A különbség gyakran származik a legelők kialakítása miatti erdőirtásból.

Fontos, honnan származik az étel, a kereskedelemnek nagy hatása van az egyes országok élelmezéssel kapcsolatos karbonlábnyomára és ivóvíz-felhasználására - írták a kutatók.

Forrás: MTI