

Οικολογική επιβάρυνση της Γης από την διατροφή του ανθρώπου

Ο Παναγιώτης Βαραγιάννης, M.Med.Sc., Κλινικός Διαιτολόγος-Διατροφολόγος, Γενικός Γραμματέας του Πανελληνίου Συλλόγου Διαιτολόγων-Διατροφολόγων, έδωσε συνέντευξη στο **Mednutrition** απαντώντας σε ερωτήματα σχετικά με την οικολογική επιβάρυνση της γης από τη διατροφή του ανθρώπου.

Σε λίγες μέρες ξεκινά το 11ο Πανελλήνιο συνέδριο Διατροφής - Διαιτολογίας, όπου θα δώσετε μια ενδιαφέρουσα ομιλία με θέμα την «οικολογική επιβάρυνση της Γης από τη διατροφή του ανθρώπου». Κ. Βαραγιάννη, πείτε μας λίγα λόγια για το θέμα σας.

Πράγματι, στις **24-27 Νοεμβρίου**, ο **Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων** διοργανώνει το καθιερωμένο επιστημονικό συνέδριό του στο **Ίδρυμα Μείζονος Ελληνισμού**, όπου θα αναπτυχθούν ενδιαφέροντα θέματα με αντικείμενο τις τελευταίες εξελίξεις του τομέα της επιστήμης της **διατροφής - διαιτολογίας**. Το συγκεκριμένο θέμα παρουσιάζει εξαιρετικό ενδιαφέρον και αποτελεί μια πρώτη προσέγγιση από την πλευρά του **διαιτολόγου**.

Με ποιο τρόπο θεωρείτε ότι συνδέεται η διατροφή του ανθρώπου με την επιβάρυνση του περιβάλλοντος;

Είναι γνωστό ότι το περιβάλλον και η διατροφή του ανθρώπου είναι δυο συστήματα που αναπτύσσουν ισχυρές και αμφίδρομες σχέσεις εξάρτησης. Πιο συγκεκριμένα, θα λέγαμε ότι το περιβάλλον διαμορφώνει τα **διατροφικά πρότυπα** του ανθρώπου και αντίστροφα η σίτιση επηρεάζει το **οικοσύστημα**. Μάλιστα με την πάροδο των χρόνων η διατροφή του ανθρώπου άρχισε να γίνεται το επίκεντρο αυτή της σχέσης με αρνητικές και ολέθριες για το περιβάλλον επιπτώσεις τόσο για το κλίμα όσο και για τους φυσικούς του πόρους.

Ποιες είναι οι σημαντικότερες εκφάνσεις της οικολογικής επιβάρυνσης από την ανθρώπινη διατροφή;

Οι μεγαλύτερες προκλήσεις για το περιβάλλον από τη διατροφή του ανθρώπου είναι:

- η βιωσιμότητα του περιβάλλοντος λόγω της απρόσκοπτης χρήσης των φυσικών του πόρων,
- το οικονομικό αδιέξοδο σε τοπικό επίπεδο,
- η διατάραξη του κύκλου ζωής των προϊόντων,
- η επιβάρυνση του οικοσυστήματος (μόλυνση των υδάτων και της ατμόσφαιρας) και
- η διαχείριση αποβλήτων.

Συνοπτικά θα λέγαμε ότι οι επιπτώσεις της **διατροφής** του ανθρώπου στο περιβάλλον αντικατοπτρίζουν το «**οικολογικό αποτύπωμα**». Είναι αναγκαία λοιπόν, η καθιέρωση μιας νέας **διατροφικής** πολιτικής - διπλωματίας, η οποία να αποτελεί την αιχμή του δόρατος για μια κατανάλωση βασισμένη σε βιώσιμα **καταναλωτικά πρότυπα** μιας υγιεινής και οικολογικής συμπεριφοράς καταλήγοντας στην όσο το δυνατόν καλύτερη δυνατή διατήρηση της ευζωίας και ευημερίας της κοινωνίας.

Αναφερθήκατε στον όρο «οικολογικό αποτύπωμα». Πως ορίζεται;

Αν και υπάρχουν πολλές προσεγγίσεις για τον όρο 'οικολογικό αποτύπωμα', ο πιο κοινός εκφράζει το βαθμό κατανάλωσης των πόρων της **Γης** σε εκτάρια παραγωγικής γης από τους ανθρώπους. Με πιο απλά λόγια, αποτελεί ένα χρήσιμο εργαλείο που μετρά την επίπτωση του καθενός μας στη **γη** βάσει του τρόπου χρήσης των πόρων της (έδαφος, αέρας, νερό, ενέργεια) στην καθημερινή του ζωή (τροφή, μετακίνηση, ένδυση, κατοικία, απορρίμματα κ.α). Στην ουσία είναι ένας δείκτης του

υπερκαταναλωτισμού και της επιβάρυνσης του περιβάλλοντος από την ανθρώπινη παρουσία ως προς τη βιωσιμότητα των φυσικών πόρων. Σήμερα, το μέσο παγκοσμίως **οικολογικό αποτύπωμα** υπολογίζεται στα 2,2 εκτάρια παραγωγικής γης, ενώ δε θα έπρεπε να υπερβαίνει τα 1,8! Δυστυχώς, για την **Ελλάδα** τα νούμερα είναι απογοητευτικά.

Ποιες ομάδες τροφίμων θεωρούνται περισσότερο 'επιβλαβείς' για το περιβάλλον;

Η **κατανάλωση** κρέατος και των λοιπών ζωικών προϊόντων φαίνεται να είναι η πιο κοστοβόρα για το περιβάλλον. Ενδεικτικά αναφέρουμε ότι το οικολογικό αποτύπωμα για την παραγωγή 1kg μοσχαριού ισοδυναμεί με το αντίστοιχο που προκύπτει από τη χρήση ενός ηλεκτρονικού υπολογιστή για 45 ημέρες! Οι **διατροφικές οδηγίες** που προτείνει η Μεσογειακή Διατροφή μοιάζει να οδηγούν σε μονοπάτια με μικρό οικολογικό αποτύπωμα.

Από όσα λέτε, είναι σαφές ότι θα πρέπει να αλλάξουμε τη φιλοσοφία και τη στάση μας απέναντι στη διατροφή. Ποιες κατευθύνσεις / συστάσεις θα μας δίνετε στο πλαίσιο μιας πιο 'οικολογικής διατροφής';

Οι επιλογές των **καταναλωτών** θα πρέπει να προσανατολίζονται προς τροφές περισσότερο υγιεινές, θρεπτικότερες, γευστικότερες οι οποίες παράγονται με μεθόδους που σέβονται περισσότερο το περιβάλλον και βελτιώνουν το εμπορικό και αγροτικό ισοζύγιο. Η μείωση **κατανάλωσης** του κρέατος και των λοιπών ζωικών προϊόντων, η στροφή προς βιολογικά προϊόντα, εποχικά και τοπικά προϊόντα και η αγορά 'τίμιας' τροφής θεωρούμε ότι αποτελούν τους τέσσερις πυλώνες για μια 'οικολογική διατροφή'. Από αυτή την οπτική, σε παγκόσμιο επίπεδο έμφαση θα πρέπει να δοθεί στην προώθηση προτύπων κατανάλωσης (π.χ. φυτοφαγία) και μοντέλων παραγωγής τα οποία να μειώνουν τις περιβαλλοντικές πιέσεις / απόβλητα και να ικανοποιούν τις βασικές ανάγκες της ανθρωπότητας.

Ποια τα οφέλη από την υιοθέτηση της 'οικολογικής διατροφής';

Η **οικολογική διατροφική συμπεριφορά** παρουσιάζει οφέλη σε πολλά επίπεδα. Η **παραγωγή** και η **κατανάλωση** τοπικών, βιολογικών, εποχικών και γνήσιων προϊόντων στον τόπο παραγωγής (από κατοίκους αλλά και από γαστρονομικό τουρισμό) μειώνει το κόστος μεταφοράς, την **παραγωγή** ενέργειας, με απώτερη επιδίωξη την προστασία του αγροτικού τοπίου και γενικότερα την εξυγίανση της Γης και την επιβίωση του ανθρώπινου είδους.

Συνοψίζοντας, ποιο θα λέγατε ότι είναι το σύνθημα των σύγχρονων καιρών;

Η **οικολογική επιβάρυνση** της **Γης** ως απόρροια της **διατροφής** του ανθρώπου συνιστά ένα καίριο πρόβλημα που χρήζει ιδιαίτερης επιστημονικής προσέγγισης και απαιτεί άμεση κινητοποίηση και στοχευμένη στρατηγική για τη βιώσιμη επίλυσή του και την επαναφορά του στην αρχική έννοια της **διατροφής**. Σε παγκόσμιο επίπεδο είναι αναγκαίο, η **διατροφική δημοκρατία** να χτίζεται παράλληλα με τη περιβαλλοντική δημοκρατία. Το πιο δυναμικό μοτο είναι: 'σκέψου σφαιρικά δράσε τοπικά'.

[Ημερομηνία καταχώρησης: 16.11.2011 | Ημερομηνία τελευταίας τροποποίησης: 17.11.2011]

Source URL: <http://www.mednutrition.gr/oikologiki-epibarynsi-tis-gis-apo-tin-diatrofi-toy-anthropoy>