

گوشت، ماده غذایی لازم ولی مسئله ساز



گوشت یکی از مواد غذایی است که در جهان با نامها و در اشکال گوناگون به عنوان صبحانه، ناهار و شام خورده می شود.

گوشت یکی از مواد غذایی است که در جهان با نامها و در اشکال گوناگون به عنوان صبحانه، ناهار و شام خورده می شود. مصرف بیش از حد این ماده غذایی نه تنها سرطانزا، بلکه برای محیط زیست هم زیان آور است.

بدن انسان، به گوشت نیاز دارد. آهن و انواع ویتامینهای "B"ی که در گوشت وجود دارد، برای خون سازی، تکامل اعضا و آرامش اعصاب بسیار مفید است.

کارشناسان غذایی خوردن گوشت را به میزان ۳۰۰ تا ۶۰۰ گرم در هفته توصیه می کنند. بیش از این مقدار، سبب عوارض منفی گوناگون می شود که خطرناکترین آنها، سرطان روده ی بزرگ و کوچک است.

علاقه فزاینده به خوردن گوشت

مصرف گوشت در ۵۰ سال گذشته افزایش چشم گیری داشته است. بر اساس یک گزارش بین المللی، انسانها در سراسر جهان سالانه ۲۸۳ میلیون تن گوشت مصرف می کنند. این میزان در مقایسه با ۵۰ سال پیش ۴ برابر شده است.

بر اساس آمار این گزارش، مردان بیش از زنان علاقه به خوردن گوشت دارند. در آلمان، مردان به طور متوسط در هفته ۲٫۱ کیلوگرم و زنان نیمی از این مقدار گوشت مصرف می کنند.

زیان های گوشت و محیط زیست

پرورش حیوانات که گوشت آنها به مصرف تغذیه ی انسان می رسد، خالی از ایراد نیست و موانع بسیاری در راه حفظ محیط زیست ایجاد می کند. بیش از هر چیز، تامین خوراک حیوانی برای این جانوران، با دشواری های زیادی همراه است.

از آنجا که زمین قابل کشت در سراسر جهان محدود است، شرکت هایی که در بخش تولید خوراک حیوانی سرمایه گذاری می کنند، برای کشت این نوع گیاهان با کمبود زمین روبرو می شوند. بیش از ۳۰ درصد زمین های زیرکشت جهان برای تولید مواد خوراکی حیوانی بکار گرفته می شود.

هواداران محیط زیست معتقدند که زمین قابل کشت در جهان اصولاً باید برای بهره برداری در جهت محصولات غذایی مورد نیاز انسان استفاده شود و نه تولید خوراک حیوانی.

"نخوردن گوشت هم لذت دارد".

آب، مایع حیاتی

در روند تولید گوشت، مصرف آب به عنوان عاملی تعیین کننده نیز بحث برانگیز است. برای تولید یک کیلو گوشت، تا ۴۰ هزار لیتر آب مصرف می شود.

هواداران محیط زیست معتقدند با توجه به این که در حال حاضر بیش از ۷۸۳ میلیون انسان از نعمت داشتن آب پاکیزه محرومند، اختصاص ۴۰ هزار لیتر آب برای تولید یک کیلو گوشت، عادلانه نیست.

تولید گوشت در دگرگونی های جوی نیز بی تاثیر نیست. بر اساس آمار سازمان ملل، نگهداری و پرورش حیوانات در مکان های

سرپوشیده ۱۸ درصد تولید گازه‌های گلخانه‌ای جهان را که بر گرمایش زمین می‌افزاید، سبب می‌شود.

پیشنهاد روز "فقط غذای گیاهی"

از این رو هواداران محیط زیست در آلمان، و با توجه به پیامدهای منفی تولید و مصرف گوشت برای انسان و محیط زیست، توصیه می‌کنند که یک روز در هفته در مدارس، دانشگاه‌ها و ناهارخوری‌های ادارات دولتی، روز "فقط غذاهای گیاهی" اعلام شود و در آن روز تنها غذاهای طبیعی بدون گوشت در اختیار دانش‌آموزان، دانشجویان و کارمندان قرار گیرد تا "آنها هم بتوانند تجربه کنند که خوردن گوشت هم لذت دارد".

توماس فوگلزنگ، مدیر "اتحادیه‌ی صنعت گوشت آلمان"، با پیاده کردن این طرح به دلیل آن که یک "شیوه‌ی تربیتی اجباری" است، مخالفت می‌کند.