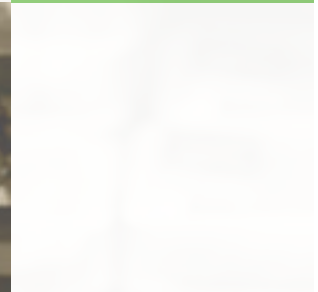
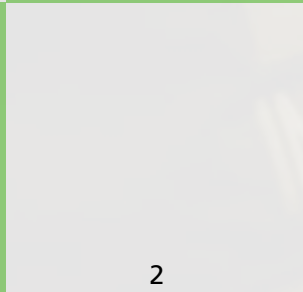


WIĘCEJ PIENIĘDZY, WIĘCEJ MIĘSA

**Dlaczego kraje o wysokich
dochodach muszą zmienić
swoją dietę**

SPIS TREŚCI

03	Wstęp	11	Wielka transformacja żywnościowa	21	Polityka roślinna i wytyczne dietetyczne w Danii opracowane przez Dansk Vegetarisk Forening (Duńskie Towarzystwo Wegetariańskie)
04	Streszczenie	13	Najwięksi konsumenci żywności pochodzenia zwierzęcego	22	Wnioski i zalecenia
06	(Nie)zdrowa planeta	17	Umożliwienie redukcji w krajach o wysokiej konsumpcji, wysokim i wyższym-średnim dochodzie	23	Literatura
07	Środowisko	18	Niewykorzystany potencjał		
09	Zdrowie ludzkie	19	Wytyczne żywieniowe		
10	Dobrostan zwierząt	20	Postępy		



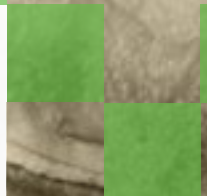
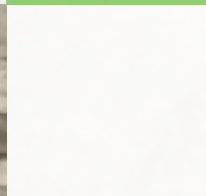
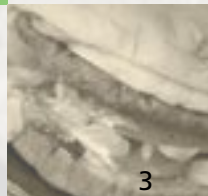
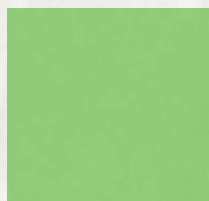
WSTĘP

Nasz nadmierny apetyt na żywność pochodzenia zwierzęcego – mięso, ryby, nabiał i jaja – szkodzi nam, niszczy naszą planetę i pozbawia zwierzęta hodowlane godnego życia. Należy pilnie podjąć zakrojone na globalną skalę działania zmierzające do zmiany diety i sposobu produkcji żywności dla naszego zdrowia, zwierząt i środowiska.

W 2019 r. ponad 11 000 światowych naukowców wydało ostre ostrzeżenie przed kryzysem klimatycznym, stwierdzając, że ograniczenie spożycia żywności pochodzenia zwierzęcego jest jednym z najskuteczniejszych sposobów ograniczenia emisji gazów cieplarnianych i zapobieżenia kryzysowi klimatycznemu, przynoszącym ponadto inne korzyści dla środowiska, zdrowia ludzi i różnorodności biologicznej⁽¹⁾. W tym samym roku komisja EAT-Lancet ds. planetarnej diety prozdrowotnej (Planetary Health Diet) przedstawiła oparte na przesłankach naukowych globalne cele dla zdrowej diety bazującej na zrównoważonych systemach żywnościowych

ukierunkowane na znaczne zmniejszenie spożycia żywności pochodzenia zwierzęcego⁽²⁾.

Niniejszy raport, jako pierwszy na świecie, zawiera szczegółowe obliczenia dotyczące ilości żywności pochodzenia zwierzęcego spożywanej przez 103 kraje o wysokim i średnim dochodzie opublikowane przez FAO w 2018 r. Porównuje się w nim spożycie z ilościami zalecanymi w planetarnej diecie prozdrowotnej wg EAT-Lancet i podaje dla każdego kraju procentowe obniżenie spożycia wszystkich produktów spożywczych pochodzenia zwierzęcego niezbędne do tego, aby zapewnić zdrową przyszłość ludziom, zwierzętom i naszej planecie.



STRESZCZENIE

Istnieją przytłaczające dowody naukowe na to, że konieczne jest podjęcie pilnych działań w celu ograniczenia naszego nadmiernego apetytu na żywność pochodzenia zwierzęcego taką jak mięso, ryby, nabiał i jaja^(1,3-5). Produkty te szkodzą nam, niszczą naszą planetę i są źródłem cierpienia miliardów zwierząt gospodarskich.

● Międzyrządowy Zespół ds. Zmian Klimatu (International Panel for Climate Change – IPCC) stwierdził: „Tam, gdzie kalorie i żywność pochodząca od przeżuwaczy są spożywane w ilościach przekraczających wytyczne zdrowotne, ograniczenie nadmiernego spożycia mięsa (i nabiału) jest jednym z najskuteczniejszych środków ograniczania emisji gazów cieplarnianych i niesie ze sobą wiele dodatkowych korzyści dla środowiska, zdrowia, bezpieczeństwa żywnościowego, różnorodności biologicznej i dobrostanu zwierząt (solidne dowody, wysoki stopień zgody)”⁽³⁾.

● Bez szybszego tempa ograniczania spożycia tych produktów w krajach o wysokich dochodach i wysokiej konsumpcji oraz przy spodziewanym jej wzroście w krajach o niskich

dochodach i niskiej konsumpcji, świat znajduje się na niebezpiecznej ścieżce zmierzającej w kierunku załamania wielu funkcji globalnego ekosystemu, od których ludzkość jest krytycznie zależna^(6,7).

● Wśród 25 największych konsumentów żywności pochodzenia zwierzęcego znajduje się 15 z 27 krajów UE (Dania, Estonia, Finlandia, Francja, Grecja, Irlandia, Włochy, Łotwa, Litwa, Luksemburg, Malta, Holandia, Portugalia, Hiszpania i Szwecja), pięć innych krajów europejskich (Islandia, Norwegia, Rosja, Szwajcaria i Wielka Brytania), Ameryka Północna (Kanada, USA), Izrael, Australia i Nowa Zelandia.

● Polska zajmuje 3 miejsce wśród krajów UE i 4 w Europie pod względem spożycia mięsa, a 48 miejsce na liście krajów, gdzie niezbędna jest redukcja spożycia wszystkich produktów pochodzenia zwierzęcego. Określony dla Polski cel redukcji spożycia mięsa jest jednym z najwyższych i wynosi 73%, dla nabiału jest to 49%, a dla jaj 34%. Jednak spożycie ryb i innych zwierząt wodnych wynosi średnio 16,68 gramów na osobę dziennie, czyli poniżej 28 g zalecanych w diecie.

Tabela 1. 4 europejskie kraje z największym spożyciem mięsa i potrzebnym % redukcji.

Kraj europejski	Spożycie mięsa w gramach na osobę dziennie	Wymagany % redukcji
1. Hiszpania	191,90 g	78%
2. Portugalia	173,90 g	75%
3. Islandia (poza EU)	170,29 g	75%
4. Polska	159,99 g	73%



 Mięso jest najczęściej spożywanym produktem zwierzęcym. Pięć krajów o największej konsumpcji mięsa i potrzebny % jego redukcji do spełnienia zaleceń planetyarnej diety prozdrowotnej wg EAT-Lancet to:

**USA (82%),
Australia (80%),
Argentyna (80%),
Izrael (78%),
Hiszpania (78%).**

 Pierwsza piątka dla nabiału (i potrzebny % redukcji) wygląda następująco:

**Finlandia (74%),
Czarnogóra (74%),
Albania (71%),
Holandia (69%),
Szwajcaria (68%).**

 Pierwsza piątka pod względem ryb i innych zwierząt wodnych (i potrzebny % redukcji) to:

**Islandia (77%),
Malediwy (76%),
Seszele (64%),
Republika Korei (63%),
Malezja (63%).**

 Pięciu największych konsumentów jaj (i potrzebny % redukcji) to:

**Meksyk (76%),
Chiny (76%),
Japonia (75%),
Holandia (74%),
Malezja (73%).**

STRESZCZENIE

- Pomimo przekonujących dowodów, kraje nie uwzględniają ograniczenia żywności pochodzenia zwierzęcego w swoich krajowych planach działania lub strategiach dotyczących żywności, klimatu i środowiska. Na przykład brytyjska strategia National Food i unijne strategie „od pola do stołu” nie uwzględniają pilnie potrzebnej redukcji spożycia żywności pochodzenia zwierzęcego.
- Dania znajdująca się na dziewiątym miejscu na liście największych konsumentów podejmuje znaczące działania, publikując niedawno jedno z najbardziej ekologicznych wytycznych żywieniowych na świecie pod hasłem „dobre dla zdrowia i klimatu” i uzgodniła „Krajowy plan działania na rzecz żywności roślinnej” poparty znacznym finansowaniem.
- W dokumencie „Wkład krajowy” omawiającym podejście poszczególnych państw do zmian klimatu, Niemcy poczyniły postępy zobowiązując się do odejścia od szkodliwych dotacji. Planują również promować zrównoważoną produkcję i konsumpcję poprzez inwestycje w badania, zachęcanie do stosowania

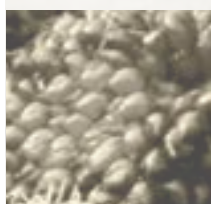
alternatywnych źródeł białka oraz działania mające na celu zwiększenie wiedzy na temat zdrowia i diety.

- Oczywiście jest, że cele w zakresie klimatu i bioróżnorodności nie zostaną osiągnięte bez transformacji systemu żywnościowego, w tym ograniczenia produkcji i konsumpcji żywności pochodzenia zwierzęcego. Redukcja musi dotyczyć intensywnych, przemysłowych systemów produkcji szkodzących środowisku i naszemu zdrowiu oraz powodujących niepotrzebne cierpienie zwierząt gospodarskich.
- Ograniczenie spożycia żywności pochodzenia zwierzęcego może przywrócić ziemię naturze. Utrzymywanie mniejszej liczby zwierząt gospodarskich w systemach korzystnych dla przyrody, agroekologicznych lub regeneracyjnych może doprowadzić do regeneracji gleby, przywrócić i zwiększyć różnorodność biologiczną, zbudować odporność na zmiany klimatu, zmniejszyć poziom zanieczyszczenia gleby, wody i powietrza, utrzymując jednocześnie w centrum uwagi wysoki poziom dobrostanu zwierząt gospodarskich.



KLUCZOWE ZALECENIA

- Wyznaczenie jasnych celów w zakresie ograniczenia konsumpcji żywności pochodzenia zwierzęcego umożliwiających osiągnięcie założeń Porozumienia paryskiego i Globalnych ram bioróżnorodności Kunming-Montreal.
- Cele powinny zostać osiągnięte przy wprowadzeniu kompleksowej strategii transformacji żywnościowej lub spójnego planu działania. Plan ten musi oznaczać współpracę między resortami rządowymi, które zapewnią środki do realizacji celów.
- Dostosowanie wytycznych żywieniowych do zasad planetarnej diety prozdrowotnej wg EAT-Lancet w zakresie zdrowej żywności ze zrównoważonych systemów produkcyjnych i zapewnienie porad dotyczących zdrowej diety roślinnej.
- Brak dotowania intensywnej produkcji zwierzęcej lub stosowanej w takich systemach pasz. Wspieranie zamiast tego producentów owoców, warzyw, produktów pełnoziarnistych, roślin strączkowych i orzechów, a także producentów utrzymujących zwierzęta przeznaczone na żywność w systemach przyjaznych dla przyrody, z uwzględnieniem wysokich standardów ochrony środowiska i dobrostanu zwierząt.



(NIE)ZDROWA PLANETA

Zdrowie planetarne, mówiąc najprościej, to „zdrowie ludzkiej cywilizacji i stan systemów naturalnych, od których jest ona zależna”

Komisja Rockefeller Foundation-Lancet ds. zdrowia planetarnego⁽⁸⁾

Nadmierny apetyt na żywność pochodzenia zwierzęcego jest nie tylko szkodliwy dla zdrowia ludzi i środowiska, ale także powoduje cierpienie miliardów zwierząt gospodarskich. Spożywane przez nas jedzenie kształtuje naszą przyszłość na tej planecie, a zdrową przyszłość zapewnimy sobie pilnie podejmując zakrojone na globalną skalę działania zmierzające do zmiany sposobu odżywiania się i produkcji żywności⁽⁴⁾.

ŚRODOWISKO

„Tam, gdzie kalorie i żywność pochodząca od przeżuwaczy są spożywane w ilościach przekraczających wytyczne zdrowotne, ograniczenie nadmiernego spożycia mięsa (i nabiału) jest jednym z najskuteczniejszych środków ograniczania emisji gazów cieplarnianych i niesie ze sobą wiele dodatkowych korzyści dla środowiska, zdrowia, bezpieczeństwa żywnościowego, różnorodności biologicznej i dobrostanu zwierząt (solidne dowody, wysoki stopień zgody)”

Międzyrządowy Zespół ds. Zmian Klimatu⁽³⁾



ŚRODOWISKO

Gazy cieplarniane ogrzewają planetę, a systemy żywnościowe odpowiadają za prawie jedną trzecią ich łącznej emisji spowodowanej przez człowieka⁽³⁾. Żywność pochodzenia zwierzęcego odpowiada za aż 60% emisji, dwa razy więcej niż żywność pochodzenia roślinnego⁽⁹⁾. Bez szybkich i ambitnych zmian w systemach żywnościowych osiągnięcie celu paryskiego porozumienia klimatycznego, jakim jest ograniczenie wzrostu średniej globalnej temperatury do 1,5° powyżej poziomu sprzed epoki przemysłowej jest niemożliwe, a nawet cel na poziomie 2° stanowił będzie ogromne wyzwanie⁽¹⁰⁾.

Na potrzeby produkcji zwierzęcej wykorzystuje się ponad trzy czwarte dostępnych nam gruntów rolnych. Na około 40% gruntów wykorzystywanych do uprawy roślin produkuje się pasze dla zwierząt⁽¹¹⁾, a tymczasem zwierzęta dostarczają tylko 18% kalorii i 37% białka w naszej diecie⁽¹²⁾. Ponieważ zwierzęta bardzo nieefektywnie przetwarzają zboża, ze zbóż jadalnych dla ludzi, a używanych do karmienia

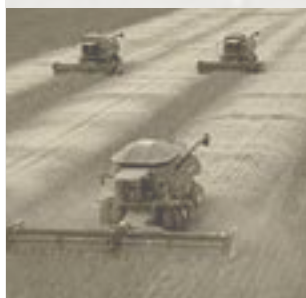
zwierząt, odzyskujemy zaledwie 3–40% kalorii i 5–43% białka w postaci mięsa i mleka⁽¹³⁾.

Coraz większa część akwakultury prowadzona jest w systemach intensywnych i opiera się na wysokiej jakości paszach mających w składzie surowce pozyskane z dziko żyjących ryb, a także z upraw roślinnych⁽¹⁴⁾. Podobnie jak w przypadku lądowych zwierząt gospodarskich szacuje się, że odzyskujemy 14–28% wysokiej jakości białka i 6–25% kalorii wykorzystywanych w paszach przeznaczonych dla zwierząt wodnych⁽¹⁵⁾, co jest skrajnym marnotrawstwem, biorąc pod uwagę, że szacunkowo 90% dzikich ryb przerabianych na pasze mogłoby być zamiast tego spożywane bezpośrednio przez ludzi⁽¹⁶⁾. Powoduje to stratę netto żywności⁽¹⁷⁾.

Nieefektywne wykorzystanie kalorii i białka oznacza, że wyżywienie globalnej populacji mającej rosnący apetyt na żywność pochodzenia zwierzęcego wywiera ogromną presję na ograniczone cenne naturalne zasoby Ziemi. Nadmierne spożycie żywności pochodzenia

zwierzęcego zwiększa erozję gleby⁽¹⁸⁾, wylesianie, utratę bioróżnorodności⁽¹⁹⁾ i zwiększa ślad wodny żywności⁽²⁰⁾.

Azot (N) i fosfor (P) są niezbędnymi składnikami odżywczymi do produkcji żywności, ale ich naturalne pozyskiwanie i recykling nie są już wystarczające, aby zaspokoić nasze zapotrzebowanie⁽²¹⁾. Produkcja żywności w coraz większym stopniu opiera się na nadmiernych ilościach energochłonnych, produkowanych przemysłowo nawozów azotowych i fosforowych. Średnio 80% azotu i 25–75% fosforu trafia do środowiska, co przyczynia się do emisji gazów cieplarnianych, utraty bioróżnorodności oraz zanieczyszczenia powietrza, wody i gleby⁽²¹⁾. Produkty zwierzęce mają znacznie większy ślad azotowy i fosforowy, niż produkty roślinne, powodując więcej zanieczyszczeń⁽²²⁾. Rosnący apetyt na żywność pochodzenia zwierzęcego przyczynił się do ponad dwukrotnego zwiększenia globalnego obiegu azotu i fosforu na lądzie, poważnie zaburzając równowagę tych składników⁽⁴⁾.



ZDROWIE LUDZKIE

Ale to nie koniec konsekwencji. Rosnący popyt na żywność pochodzenia zwierzęcego i nie zrównoważona intensyfikacja rolnictwa są kluczowymi czynnikami powodującymi pojawianie się nowych chorób u ludzi – możemy spodziewać się kolejnych pandemii⁽²³⁾.

Około **70%** wszystkich antybiotyków na świecie jest podawanych zwierzętom hodowlanym⁽²⁴⁾ co przyczynia się do wykształcenia oporności na te leki. Przewiduje się, że do 2050 r. będzie ona zabijać 10 milionów ludzi rocznie⁽²⁵⁾. To zbliża nas do epoki postantybiotykowej⁽²³⁾.

Zanieczyszczenia pochodzące z produkcji zwierzęcej szkodzą zdrowiu ludzkiemu również bezpośrednio. Na całym świecie rolnictwo – głównie produkcja zwierzęca – emituje **81%** amoniaku, który reagując z innymi związkami chemicznymi w powietrzu tworzy cząstki stałe (PM_{2,5})⁽²⁶⁾. PM_{2,5} wnika głęboko do płuc powodując przewlekłe choroby, takie jak przewlekła obturacyjna choroba płuc (POChP) i rak płuc.

Spożywanie żywności pochodzenia zwierzęcego, w szczególności czerwonego i przetworzonego mięsa, zwiększa ryzyko wystąpienia niektórych nowotworów, choroby wieńcowej, udaru mózgu i cukrzycy typu II, a także otyłości⁽⁴⁾.

„Szczególnym celem krytyki była industrializacja i intensyfikacja produkcji zwierzęcej («produkcja przemysłowa») zdająca się traktować zwierzęta jako towar, a nie czujące istoty”

Profesor John Webster⁽²⁷⁾

DOBROSTAN ZWIERZĄT

Wysoki popyt na żywność pochodzenia zwierzęcego oznacza produkcję na skalę przemysłową powodującą masowe cierpienia zwierząt. Zwierzęta lądowe są narażone na stłoczenie i poważne ograniczenie możliwości ruchu (często w postaci klatek). W takich warunkach choroby są powszechne i szybko się rozprzestrzeniają. Są one

narażone na jałowe środowisko nie zaspokajające ich naturalnych instynktów. W rezultacie są one często okaleczane, aby ograniczyć występowanie i nasilenie szkodliwych zachowań w warunkach niespełniających norm (np. kurom przycina się dzioby, a świniom ogony). Są one hodowane w celu produkcji nienaturalnych ilości mięsa, mleka i jaj, czego skutkami ubocznymi są głód, wyczerpanie, przewlekłe choroby,

niepełnosprawność i ból.

Często mają do czynienia z długim, uciążliwym transportem i są zabijane w niehumanitarny sposób.

Ryby hodowlane są przetrzymywane w sposób sprzeczny z ich naturalnym zachowaniem, narażone na choroby wywołujące ból i infekcje pasożytnicze, niehumanitarny transport i ubój.



WIELKA TRANSFORMACJA ŻYWNOŚCIOWA

Dwie często badane alternatywy dla przyszłości produkcji żywności to:

1) dalsze zwiększanie produktywności i wydajności przy zachowaniu dotychczasowej konsumpcji lub

2) ograniczenie strat i marnotrawstwa żywności oraz stosowanie zdrowej diety opartej na zrównoważonych systemach żywnościowych (np. diety „fleksytariańskiej”)⁽⁴⁾.

W krajach o wysokich dochodach, będącymi również krajami o wysokiej konsumpcji, produkcja żywności bez konkurencji między paszą dla zwierząt a żywnością dla ludzi jest sposobem na osiągnięcie zrównoważonego systemu żywnościowego. Według tych założeń, zwierzęta gospodarskie powinny być karmione produktami niejadalnymi dla ludzi, m.in. trawami z pastwisk nienadających się do produkcji roślinnej, odpadami żywnościowymi i produktami ubocznymi powstającymi podczas wytwarzania żywności dla ludzi⁽²⁸⁾. Wymaga to stosowania diety fleksytariańskiej polegającej na dużym ograniczeniu spożycia produktów pochodzenia zwierzęcego, przy jednoczesnym zwiększeniu spożycia owoców, warzyw i białka pochodzenia roślinnego (roślin strączkowych, orzechów i nasion), jako elementu zdrowego sposobu odżywiania się.

Przy założeniu niepodjęmowania żadnych działań, wykorzystanie gruntów uprawnych wzrośnie o 8,4 mln km² (67%) do 2050 r. w porównaniu z 2010 r.⁽⁷⁾ — co odpowiada wielkości Brazylii. Natomiast przejście na dietę fleksytariańską doprowadziłoby do zmniejszenia wykorzystania gruntów uprawnych o 2,3 mln km², a scenariusz „żywność nie pasza” o 4,3 mln km^{2(7,28)}. Biorąc pod uwagę skutki, potrzeba ograniczenia produkcji i konsumpcji żywności pochodzenia zwierzęcego jest oczywista i pilna.



W 2019 r. Komisja EAT-Lancet złożona z 37 naukowców z 16 krajów zajmujących się różnymi dziedzinami takimi jak zdrowie ludzkie, rolnictwo, nauki polityczne i zrównoważony rozwój środowiska, opublikowała opracowanie znane jako „planetarna dieta prozdrowotna”^(2,4). Na podstawie badań wyznaczyli globalne cele do osiągnięcia do roku 2050 w zakresie zdrowej diety opartej na zrównoważonych systemach żywnościowych. Wraz z innymi środkami takimi jak zmniejszenie o połowę strat i marnotrawstwa żywności oraz poprawa praktyk produkcji żywności, mają za zadanie umożliwić osiągnięcie celów zrównoważonego rozwoju i realizację paryskiego porozumienia klimatycznego.

Planetarna dieta prozdrowotna określa wartości docelowe, wraz z możliwymi zakresami tolerancji, dla grup żywności przy założeniu optymalnego spożycia kalorii wynoszącego około 2500 kcal dziennie. Składają się na nią różnorodne pokarmy pochodzenia roślinnego, uwzględnia mało pokarmów pochodzenia zwierzęcego, preferuje tłuszcze nienasycone wobec nasyconych oraz ogranicza spożycie wysoko przetworzonej żywności i cukru.

PLANETARNA DIETA PROZDROWOTNA WG EAT-LANCET

Poniżej pokazano tę dietę w skali tygodnia



1
Warzywa



2
Owoce



3
Pokarmy białkowe



4
Pełne ziarno i bulwy



5
Dodatkowe tłuszcze i cukry



6
Nabiał

1) 2100 g jadalnych warzyw; 2) 1400 g jadalnych owoców; 3) pokarmy białkowe: 525 g roślin strączkowych, 350 g orzechów, 203 g kurczaka (średniej wielkości pierś z kurczaka), 196 g zwierząt wodnych (98 g jadalnych ryb - złocicy europejskiej i 98 g wędzonych ostryg), dwa małe jaja (około 91 g); 4) 1624 g produktów pełnoziarnistych i 350 g bulw; 5) 363 g dodatkowego tłuszczu i 217 g dodatkowego cukru; 6) 1750 g nabiału: 750 g mleka, 550 g sera, 225 g jogurtu, 125 g masła i 100 g śmietany.

NAJWIĘKSI KONSUMENTCI ŻYWNOŚCI POCHODZENIA ZWIERZĘCEGO

Niniejszy raport zawiera obliczenia dotyczące żywności pochodzenia zwierzęcego spożywanej przez 103 kraje o wysokim i średnio-wysokim dochodzie uwzględnione w bilansach żywności FAO na 2018 r.⁽²⁹⁾ Kalorie dostępne z produktów zwierzęcych są obliczane jako

procent całkowitej ilości dostępnych kalorii. Ilości spożywane wyrażone w gramach na osobę dziennie są obliczane dla mięsa, nabiału, ryb i innych zwierząt wodnych oraz jaj na podstawie danych dotyczących dostępności żywności (szczegółowe informacje — [patrz Załącznik I Metodologia](#)).

Porównaliśmy spożywane ilości i procent kalorii pochodzących z produktów zwierzęcych z wartościami docelowymi dotyczącymi spożycia żywności pochodzenia zwierzęcego określonymi w planeternej diecie prozdrowotnej wg EAT-Lancet wynoszącymi:

12% KALORII Z PRODUKTÓW ZWIERZĘCYCH,
PRZY ZAŁOŻENIU SPOŻYCIA



250g
NABIAŁU



43g
MIĘSA



28g
RYB
I INNYCH
ZWIERZĄT WODNYCH



13g
JAJ

NA OSOBĘ DZIENNIE



Kraje są wymienione w kolejności od tych, które mają najwięcej do zrobienia w zakresie zmniejszenia spożycia żywności pochodzenia zwierzęcego, aby osiągnąć wartości docelowe planeternej diety prozdrowotnej wg EAT-Lancet w poszczególnych grupach żywności pochodzenia zwierzęcego (mięso, jaja, nabiał oraz ryby i inne zwierzęta wodne) oraz według odsetka dostępnych kalorii pochodzących z produktów zwierzęcych (Załącznik II zawiera pełną listę 103 krajów o wysokim i wyższym-średnim dochodzie).

25 NAJWIĘKSZYCH KONSUMENTÓW

Wśród 25 krajów, gdzie wymagane jest największe ograniczenie spożycia żywności pochodzenia zwierzęcego do spełnienia zaleceń planeternej diety prozdrowotnej wg EAT-Lancet znajduje się 15 z 27 krajów UE (Dania, Estonia, Finlandia, Francja, Grecja, Irlandia, Włochy, Łotwa, Litwa, Luksemburg, Malta, Holandia, Portugalia, Hiszpania i Szwecja), pięć innych krajów europejskich (Islandia, Norwegia, Rosja, Szwajcaria i Wielka Brytania), Ameryka Północna (Kanada, USA), Izrael, Australia i Nowa Zelandia (Tabela 2).

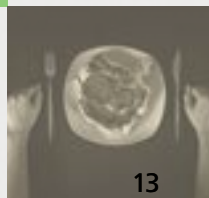
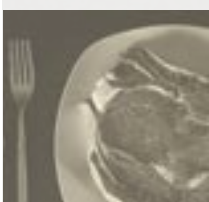


Tabela 2. 25 największych konsumentów żywności pochodzenia zwierzęcego w kolejności od największego do najmniejszego

KRAJ	Spożycie w gramach na osobę dziennie i % redukcji (lub niewielki wzrost +) wymagany do spełnienia założeń planetarnej diety prozdrowotnej w g EAT-Lancet				% kalorii z produktów zwierzęcych w diecie	% redukcji niezbędny do osiągnięcia wartości docelowej w g EAT-Lancet wynoszący 12% produktów pochodzenia zwierzęcego
	MIĘSO	NABIAŁ	ZWIERZĘTA WODNE	JAJA		
1. Islandia	170,3 g 75%	595,0 g 58%	123,2 g 77%	30,7 g 58%	45	73
2. Finlandia	138,9 g 69%	967,4 g 74%	45,0 g 38%	28,7 g 55%	40	70
3. Hiszpania	191,9 g 78%	434,1 g 42%	57,0 g 51%	37,3 g 65%	26	54
4. Norwegia	128,0 g 66%	479,4 g 48%	68,4 g 59%	31,8 g 59%	33	64
5. Portugalia	173,9 g 75%	395,3 g 37%	76,5 g 63%	27,4 g 52%	30	60
6. Szwecja	133,0 g 68%	522,6 g 52%	43,8 g 36%	37,5 g 65%	33	64
7. Francja	146,7 g 71%	518,0 g 52%	45,2 g 38%	31,4 g 59%	32	62
8. Włochy	140,7 g 69%	529,2 g 53%	40,0 g 30%	30,7 g 58%	24	50
9. Dania	144,4 g 70%	671,5 g 63%	35,7 g 22%	40,6 g 68%	37	68
10. Łotwa	127,8 g 66%	520,5 g 52%	32,8 g 15%	34,2 g 62%	30	60
11. USA	233,3 g 82%	622,5 g 60%	29,9 g 6%	43,0 g 70%	28	58
12. Holandia	107,9 g 60%	807,0 g 69%	29,5 g 5%	50,9 g 74%	34	64
13. Izrael	194,2 g 78%	471,5 g 47%	34,3 g 18%	33,5 g 61%	24	50
14. Australia	214,8 g 80%	600,1 g 58%	35,5 g 21%	22,0 g 41%	32	63
15. Luksemburg	149,0 g 71%	316,5 g 21%	42,4 g 34%	43,8 g 70%	34	65
16. Litwa	152,8 g 72%	316,8 g 21%	43,1 g 35%	37,3 g 65%	29	58
17. Nowa Zelandia	167,6 g 74%	371,7 g 33%	33,2 g 16%	29,3 g 56%	29	59
18. Malta	139,0 g 69%	285,3 g 12%	43,8 g 36%	32,2 g 60%	28	57
19. Kanada	171,4 g 75%	461,2 g 46%	29,6 g 5%	39,8 g 67%	26	54
20. Irlandia	148,7 g 71%	760,0 g 67%	31,0 g 10%	23,4 g 44%	29	58
21. UK	148,5 g 71%	566,7 g 56%	25,0 g +12%	30,0 g 57%	29	59
22. Rosja	141,1 g 70%	385,3 g 5%	27,0 g +4%	43,6 g 70%	25	53
23. Grecja	142,0 g 70%	634,9 g 61%	26,2 g +7%	24,3 g 47%	24	51
24. Szwajcaria	127,1 g 66%	783,7 g 68%	22,6 g +24%	27,0 g 52%	33	64
25. Estonia	122,9 g 65%	769,5 g 68%	19,7 g +42%	34,1 g 62%	35	65

Wszystkie 25 krajów z czołówki musi ograniczyć spożycie nabiału, mięsa i jaj, ale spożycie ryb i innych zwierząt wodnych jest bardziej zróżnicowane, z koniecznością redukcji w 16 krajach (Islandia, Finlandia, Hiszpania, Norwegia, Portugalia, Szwecja, Francja, Włochy, Dania, Łotwa, Izrael, Australia, Luksemburg, Litwa, Nowa Zelandia i Malta), sześciu krajach spożywających mniej więcej zalecaną ilość (USA, Holandia, Kanada, Irlandia, Rosja i Grecja)

oraz trzech krajach spożywających o ponad 10% mniej niż zalecenia dietetyczne (Wielka Brytania, Szwajcaria, Estonia). Ponieważ we wszystkich krajach występuje już nadmierne spożycie mięsa, nabiału i jaj, należy zachęcać do dywersyfikacji diety poprzez zwiększenie ilości białka pochodzenia roślinnego, a nie ryb i innych zwierząt wodnych biorąc pod uwagę szczególnie wpływ rybołówstwa i akwakultury na środowisko⁽³⁰⁾.

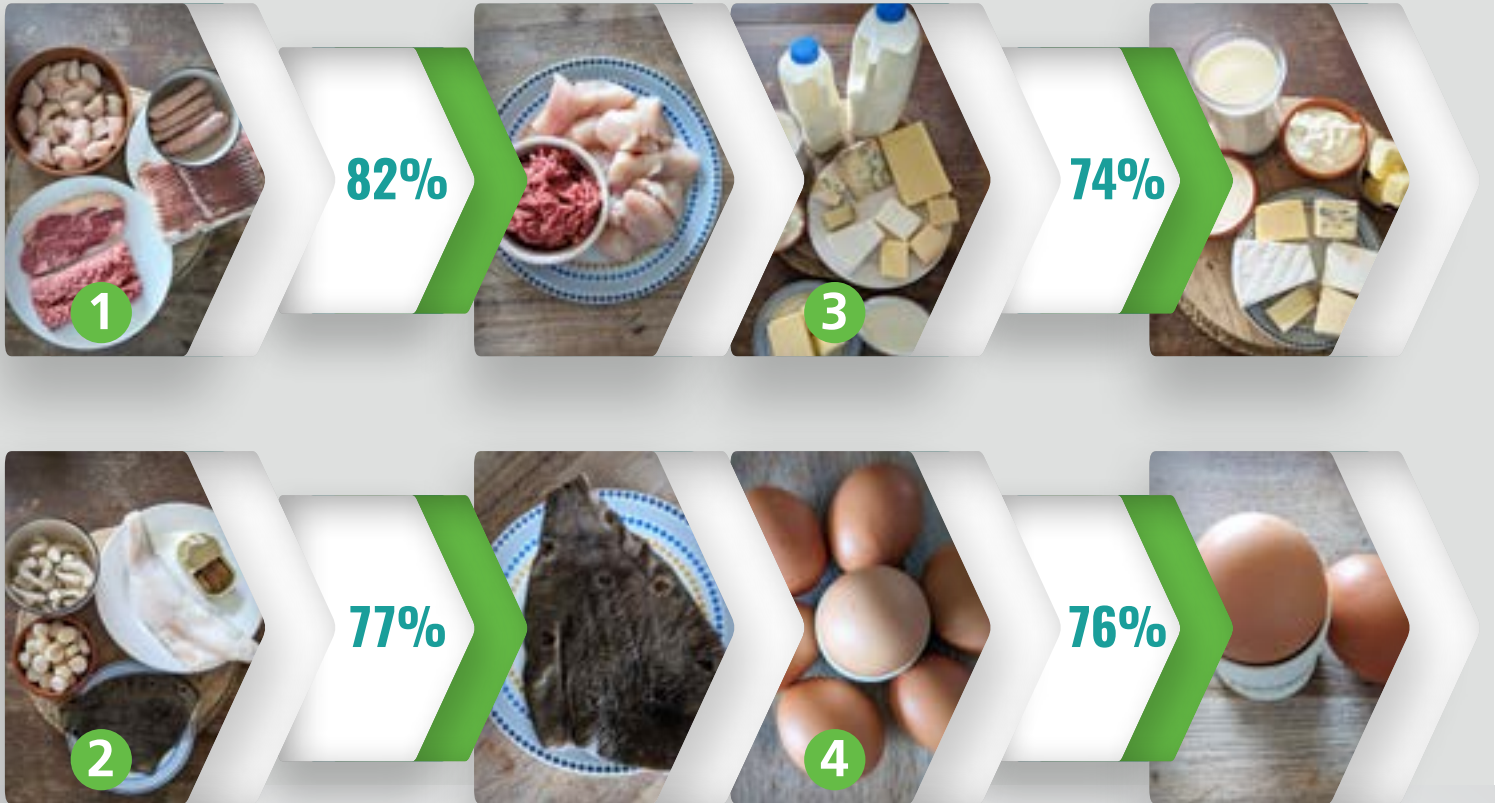
Spośród 103 krajów o wysokich i wyższych-średnich dochodach, największym konsumentem mięsa są Stany Zjednoczone, gdzie niezbędna jest ogromna redukcja o 82%, aby spełnić założenia planetarnej diety prozdrowotnej EAT Lancet. Finlandia znajduje się w czołówce pod względem spożycia nabiału ze średnim wynikiem ponad 6,5 kg produktów mlecznych na osobę na tydzień. Islandia znajduje się na szczycie listy pod względem spożycia ryb i innych zwierząt wodnych z wynikiem ponad 850 g jadalnych ryb na osobę na tydzień. I wreszcie Meksyk będący największym konsumentem jaj, ze spożyciem na poziomie siedmiu dużych jaj na osobę na tydzień. Kraj ten musiałby zmniejszyć tę liczbę do dwóch małych jaj, aby spełnić założenia planetarnej diety prozdrowotnej wg EAT-Lancet.

Tabela 3. Pięć krajów o największej konsumpcji mięsa, nabiału, ryb i innych zwierząt wodnych oraz jaj spośród 103 krajów o wysokim i wyższym-średnim dochodzie z uwzględnieniem % redukcji spożycia niezbędnej do osiągnięcia wartości docelowych wskazanych w planetarnej diecie prozdrowotnej wg EAT Lancet

	Mięso		Nabiał		Zwierzęta wodne		Jaja	
	Kraj	%	Kraj	%	Kraj	%	Kraj	%
1	USA	82	Finlandia	74	Islandia	77	Meksyk	76
2	Australia	80	Czarnogóra	74	Malediwy	76	Chiny	76
3	Argentyna	80	Albania	71	Seszele	64	Japonia	75
4	Izrael	78	Holandia	69	Republika Korei	63	Holandia	74
5	Hiszpania	78	Szwajcaria	68	Malezja	63	Malezja	73



Tygodniowe spożycie wg wagi: **1** mięso w USA (1633 g), **2** ryby i inne zwierzęta wodne w Islandii (861 g), **3** nabiał w Finlandii (6772 g) i **4** jaja w Meksyku (siedem dużych jaj) w zestawieniu z założeniami planetarnej diety prozdrowotnej wg EAT-Lancet z podaniem wymaganej redukcji spożycia wyrażonej w procentach.



UMOŻLIWIENIE REDUKCJI W KRAJACH O WYSOKIEJ KONSUMPCJI, WYSOKIM I WYŻSZYM-ŚREDNIM DOCHODZIE

Elementem niezbędnym do zmiany diety i transformacji systemu żywnościowego jest współpraca obejmująca różne polityki takie jak rolnictwo, żywienie, zdrowie, handel, klimat i środowisko^(3,31). Strategie lub plany działania mogące wywołać zmiany, muszą łączyć te obszary polityki, angażować interesariuszy i obejmować wiele środków, aby transformacja nastąpiła na dużą skalę. Możliwe rozwiązania polityczne obejmują:

1 Wytyczne dietetyczne oparte na zrównoważonej żywności: Przyjęcie zdrowej diety proroślinnej (fleksitariańskiej)⁽²⁾ i różne opcje diet roślinnych⁽³²⁾.

2 Podatki i dotacje (np. podatek od cukru): Olivier De Schutter, były specjalny sprawozdawca ONZ ds. prawa do żywności, stwierdził, że „każde społeczeństwo, w którym zdrowa dieta jest bardziej kosztowna niż dieta niezdrowa musi naprawić obowiązujący system cen”⁽³³⁾. Można opodatkować przemysłowo produkowane

mięso i produkty mleczne, a cały uzyskany dochód wykorzystać do obniżenia cen zdrowej, głównie roślinnej żywności pochodzącej ze zrównoważonych systemów żywnościowych.

3 Zamówienia publiczne: Organy publiczne powinny zapewniać posiłki (np. w szkołach i szpitalach) produkowane zgodnie z wysokimi standardami żywieniowymi, środowiskowymi i dobrostanu zwierząt.

4 Obowiązkowe etykietowanie żywności: Etykiety żywności uwzględniające wpływ na środowisko, zdrowie i dobrostan zwierząt oraz metodę produkcji.

5 Przepisy dotyczące żywności: Coroczne raporty składane przez przedsiębiorstwa branży spożywczej według wskaźników dotyczących sprzedaży białka w rozbiciu na rodzaj i pochodzenie — z mięsa, ryb, nabiału, roślin i źródeł alternatywnych (zalecenie nr 2 w⁽³⁴⁾).

6 Zaprzestanie inwestycji w przemysłową produkcję zwierzęcą: Banki i inne instytucje finansowe powinny zaprzestać finansowania przemysłowej produkcji zwierzęcej, a zamiast tego wspierać przejście na rolnictwo regeneracyjne.

7 Inwestycje w badania i innowacje: Alternatywne białka, takie jak białka roślinne, białka pochodzące z fermentacji i mięso hodowlane.

8 Polityka handlowa: Zwiększenie świadomości faktu, że zasady Światowej Organizacji Handlu (WTO) pozwalają już krajom na zakazywanie sprzedaży żywności niezdrowej, szkodliwej dla środowiska lub wytworzonej przy niskim poziomie dobrostanu zwierząt, przy czym zakaz taki może mieć zastosowanie zarówno do żywności importowanej, jak i produkowanej w kraju. Dostosowanie polityki handlowej do krajowych/regionalnych celów redukcji żywności pochodzenia zwierzęcego.

9 Przepisy dotyczące marketingu: Przepisy regulujące promowanie niezdrowej żywności wśród dzieci.

10 Zachęcanie konsumentów: Uczynienie zdrowej diety najbardziej atrakcyjnym wyborem.

11 Edukacja dotycząca żywności/odżywiania: Świadomość konsumentów na temat zrównoważonych systemów żywnościowych i promowanie wiedzy na temat żywności/odżywiania.



NIEWYKORZYSTANY POTENCJAŁ

Globalny Sojusz na rzecz Przyszłości Żywności przeprowadził ocenę dostosowania systemu żywnościowego do wkładów określonych na poziomie krajowym (Nationally Determined Contributions — NDC)⁽³⁵⁾. Zgodnie z porozumieniem paryskim, NDC określają podejście poszczególnych krajów do zmian klimatu, w tym w jaki sposób i w jakim stopniu kraje te zamierzają ograniczyć emisje gazów cieplarnianych. Pomimo możliwości ograniczenia spożycia żywności pochodzenia zwierzęcego w celu znacznego zmniejszenia emisji gazów cieplarnianych, żaden z 14 ocenianych krajów nie przedstawił celów redukcji. Francja, Niemcy i USA stosują środki promujące zdrową, zrównoważoną dietę, a Francja stosuje kompleksowe środki mające na celu ograniczenie strat i marnotrawstwa żywności.

Wielka Brytania (znajdująca się obecnie na 21 miejscu wśród największych konsumentów) uwzględniła w swojej krajowej strategii żywnościowej kilka pozytywnych działań, na przykład inwestycje w badania i innowacje, edukację konsumentów,

zwiększenie środków na zrównoważoną żywność w zamówieniach publicznych, inwestowanie w alternatywne białka i ograniczenie marnotrawstwa żywności⁽³⁶⁾. Kraj ten wykazuje się również intensywną współpracą między poszczególnymi obszarami polityk w zakresie opracowywania strategii dotyczących żywności. W raporcie, którego głównym autorem jest Henry Dimbleby, mającym służyć za podstawę opracowania brytyjskiej strategii żywnościowej zalecono zmniejszenie spożycia mięsa o 30%, a także zmniejszenie spożycia żywności o wysokiej zawartości tłuszczu, soli i cukru o 25%, zwiększenie spożycia owoców i warzyw o 30% oraz zwiększenie spożycia błonnika o 50%, aby spełnić zobowiązania Wielkiej Brytanii w zakresie klimatu i przyrody⁽³⁴⁾. Pomimo, że 30% redukcja spożycia mięsa jest znacznie mniej ambitną wartością niż 71% potrzebne Wielkiej Brytanii do dostosowania się do zaleceń planetarnej diety prozdrowotnej wg EAT-Lancet, to cel ten nie został włączony do Narodowej Strategii Żywnościowej Wielkiej Brytanii.

Strategia UE „od pola do stołu” uwzględnia również środki na rzecz zdrowej, zrównoważonej diety⁽³⁷⁾. Obejmują one etykietowanie mające pomóc konsumentom w dokonywaniu zdrowych wyborów czy kryteria w zakresie zrównoważonego rozwoju w zamówieniach publicznych takie jak wprowadzanie produktów ekologicznych do szkół i ograniczenie marnotrawstwa żywności. Jednak również strategia „od pola do stołu” nie wspomina o ograniczeniu produkcji i konsumpcji żywności pochodzenia zwierzęcego, co jest niezbędnym warunkiem zdrowej i zrównoważonej diety. Dopiero okaże się, czy działania zawarte w brytyjskiej Narodowej Strategii Żywnościowej i unijnej strategii „od pola do stołu” mogą doprowadzić do ograniczeń niezbędnych do spełnienia zobowiązań klimatycznych i przyrodniczych bez jasno wyznaczonych celów w zakresie redukcji spożycia żywności pochodzenia zwierzęcego.

WYTYCZNE ŻYWIENIOWE

Krajowe wytyczne żywieniowe (Food-Based Dietary Guidelines według FAO) zawierają porady dotyczące żywności, jej grup i diet zapewniających składniki odżywcze służące osiągnięciu dobrego ogólnego stanu zdrowia i zapobieganiu chorobom przewlekłym. Stanowią one wkład do publicznej polityki żywnościowej i żywieniowej, zdrowotnej i rolnej oraz programów edukacji żywieniowej ukierunkowanych na wypracowanie zdrowych nawyków żywieniowych i stylu życia. Kraje coraz częściej uwzględniają określone aspekty zrównoważonego rozwoju w swoich wytycznych żywieniowych, w tym wskazówki w zakresie diet roślinnych i substytutów żywności pochodzenia zwierzęcego^(32, 38).

Do krajów podkreślających korzyści zdrowotne lub środowiskowe wynikające z diety wegetariańskiej zalicza się 10 spośród państw o największej konsumpcji żywności pochodzenia zwierzęcego (Australia, Dania, Finlandia, Holandia, Nowa Zelandia, Norwegia, Portugalia, Hiszpania, Szwecja i USA)^(32,39).

Podczas gdy niektóre kraje koncentrują się na zagrożeniach, a nie na korzyściach (w tym Francja, Włochy, Izrael, Luksemburg i Szwajcaria), inne dają neutralne zalecenia bez podkreślania pozytywów lub negatywów (Islandia, Łotwa, Malta, Wielka Brytania, Grecja), a niektóre nie zajmują żadnego stanowiska i nie dostarczają informacji na temat diety wegetariańskiej lub wegańskiej (Kanada i Irlandia). Należy zauważyć, że Kanada uwzględnia alternatywy roślinne, dzięki czemu możliwe jest wybranie diety opartej wyłącznie na roślinach z opcji podanych w wytycznych⁽³²⁾.

Jak widać na przykładzie 25 krajów o największej konsumpcji żywności pochodzenia zwierzęcego, wytyczne żywieniowe mają niewielki wpływ na dietę, ponieważ spożycie znacznie przekracza zalecenia⁽⁴⁰⁾. Aby zwiększyć oddziaływanie wytycznych żywieniowych, potrzebne są skoordynowane działania — resorty rządowe muszą działać zbieżnie i nie zaprzeczać zaleceniom dotyczącym zdrowej diety

w innych obszarach polityki. Środki zachęcające do wdrażania wytycznych żywieniowych obejmują te wymienione powyżej, a w szczególności należą do nich zamówienia organizacji/publiczne zgodne z tymi wytycznymi, obowiązkowe etykietowanie żywności oraz podatki i dotacje zachęcające do zdrowego odżywiania.

Wskaźnik zrównoważonych wyborów żywieniowych opracowany w celu oceny wytycznych żywieniowych pod kątem zaleceń obejmujących szerokie spektrum diet roślinnych (z lub bez produktów odzwierzęcych), wykazał, że Holandia uzyskała najwyższy wynik 94/100, a Australia, Szwajcaria, Nowa Zelandia i Wielka Brytania powyżej 80 punktów⁽³²⁾. Analiza tego wskaźnika w odniesieniu do priorytetyzacji polityki środowiskowej i znaczenia produkcji mięsa wykazała, że jego wartość rosła wraz z wysiłkami podejmowanymi przez kraj na rzecz ekologii i spadała wraz z ekonomicznym znaczeniem produkcji mięsa.



POSTĘPY

W krajach o wysokich dochodach takich jak Niemcy, konsumpcja spada wraz ze wzrostem dochodów. Obawy o dobrostan zwierząt i środowisko mogą być czynnikiem stojącym za tą zmianą⁽⁶⁾. Poparcie społeczne dla podatku od mięsa było tam większe, jeśli dochody z niego miałyby być wykorzystane do poprawy dobrostanu zwierząt hodowanych na żywność⁽⁴¹⁾. W ocenie integracji systemu żywnościowego z krajowymi

planami działania Niemcy były jedynym krajem, który wyraźnie zobowiązał się do odejścia od szkodliwych dotacji. Obejmuje to również plany promowania zrównoważonej produkcji i konsumpcji poprzez zwiększenie inwestycji w badania, zachęcanie przy pomocy instrumentów cenowych do stosowania alternatywnych źródeł białka oraz działania mające na celu zwiększenie wiedzy na temat zdrowia i diety⁽³⁵⁾.

W niedawnej ankiecie

51%

Niemców zadeklarowało ograniczenie spożycia mięsa w ciągu ostatniego roku, 10% określiło się jako wegetarianie lub weganie, a 30% jako „fleksitarianie”

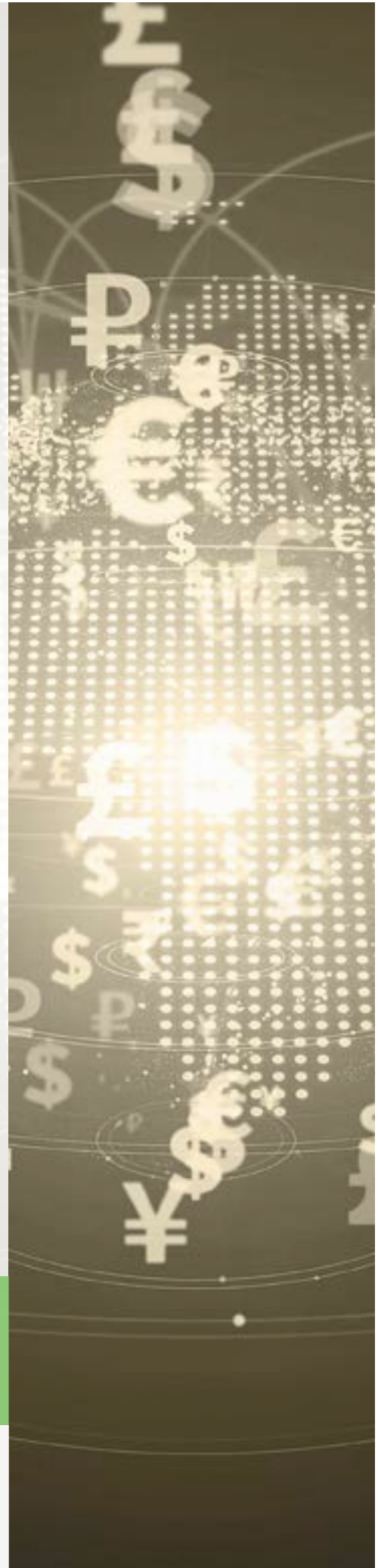
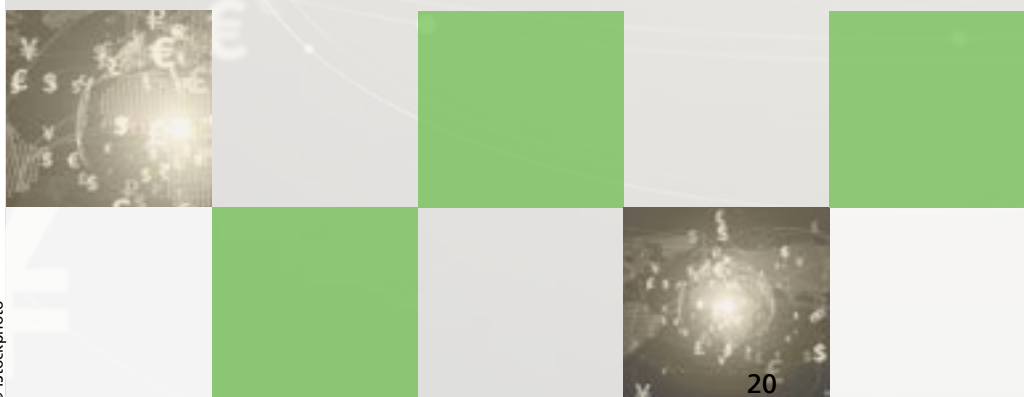
„Czasami jem mięso, ale staram się ograniczyć spożycie mięsa i często wybieram zamiast tego żywność pochodzenia roślinnego”⁽⁴²⁾.

Niemiecki minister zdrowia, prof. dr Karl Lauterbach, wzywa do zmniejszenia spożycia mięsa o

80%

A dane pokazują spadek tego wskaźnika o 12,3% w latach 2011-2021. Chociaż 10% Niemców

określiło się jako wegetarianie lub weganie, niemieckie wytyczne żywieniowe nie zawierają zaleceń dotyczących diet roślinnych, zamiast tego koncentrując się na zagrożeniach dla zdrowia wynikających z takich diet⁽³²⁾. Oczekuje się, że niemieckie wytyczne zostaną zaktualizowana w tym roku.



POLITYKA ROŚLINNA I WYTYCZNE DIETETYCZNE W DANII OPRACOWANE PRZEZ DANSK VEGETARISK FORENING (Duńskie Towarzystwo Wegetariańskie)

Najbardziej zielone wytyczne żywieniowe na świecie?

W styczniu 2021 r. Dania opublikowała nowe oficjalne wytyczne żywieniowe pod hasłem „dobre dla zdrowia i klimatu”. Mówiły one o konieczności znacznego ograniczenia spożycia wszystkich rodzajów mięsa z wyjątkiem ryb do 350 g tygodniowo oraz dziennego spożycie roślin strączkowych na poziomie 100 g. Średnio każdy Duńczyk spożywa 5 g roślin strączkowych dziennie, więc jest jeszcze sporo do zrobienia.

Nowe wytyczne żywieniowe składają się z siedmiu zaleceń, z których pierwsze i nadrzędne brzmi: „Jedz dużo roślin, jedz pokarmy zróżnicowane i nie jedz za dużo”.

Nowe wytyczne żywieniowe opierają się na „Skandynawskich zaleceniach żywieniowych 2012” oraz zaleceniach naukowców z Narodowego Instytutu Żywności DTU, którzy dokonali obliczeń na temat diety Duńczyków w dużej

mierze na podstawie raportu Komisji EAT-Lancet.

Krajowy plan działania na rzecz żywności pochodzenia roślinnego — i znaczne finansowanie

W październiku 2021 r. duński rząd i parlament (prawie wszystkie partie) uzgodniły reformę duńskiego rolnictwa i produkcji żywności. Przełomowym elementem porozumienia była decyzja o:

- stworzeniu Krajowego planu działania na rzecz żywności pochodzenia roślinnego,
- utworzeniu Funduszu na rzecz roślinnych produktów spożywczych o wartości 675 mln DKK w ciągu 8 lat.

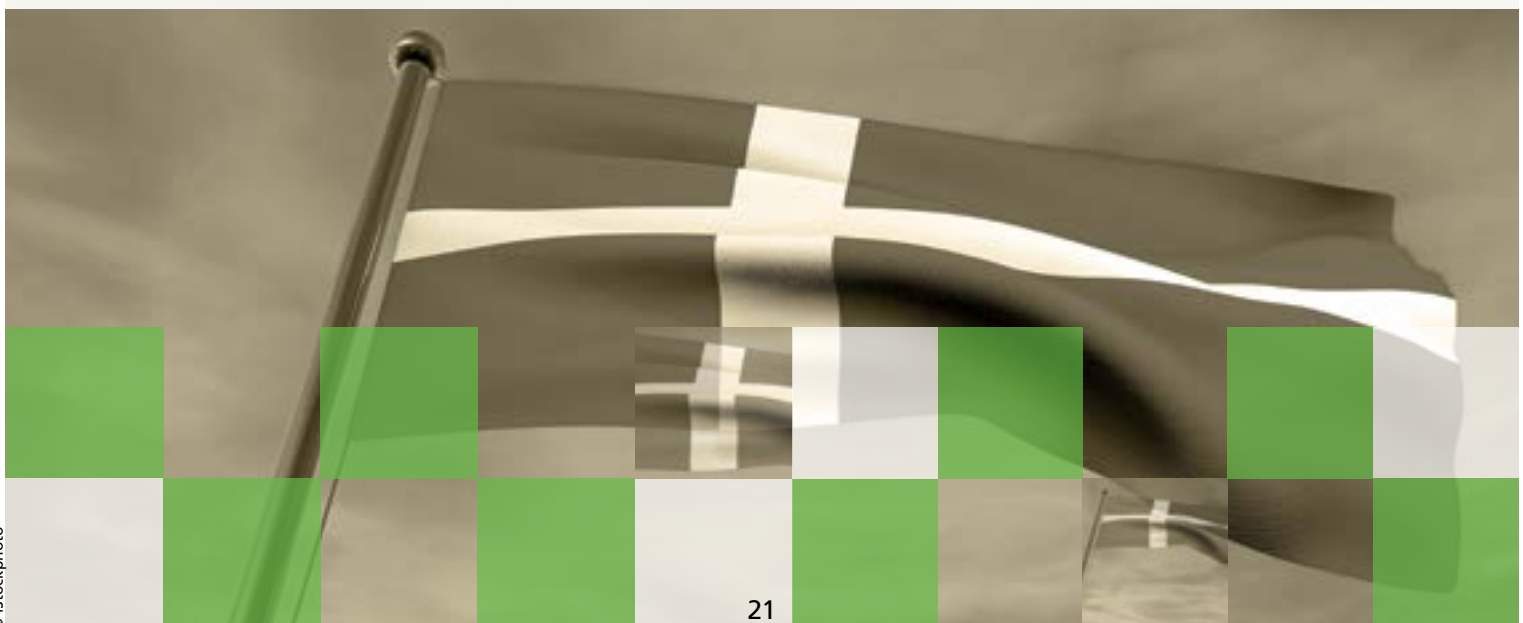
Krajowy plan działania określi cele i działania na rzecz rozwoju produkcji i konsumpcji żywności pochodzenia roślinnego w Danii w nadchodzących latach.

Fundusz na rzecz roślinnych produktów spożywczych będzie

wspierał różnorodne inicjatywy od pola do stołu: opracowywanie metod wytwarzania i przetwarzania produktów, testy nasion, sposoby promowania eksportu, edukację i rozpowszechnianie wiedzy. Fundusze pochodzą bezpośrednio z istniejących źródeł, w większości ukierunkowanych na wsparcie produktów pochodzenia zwierzęcego.

Dlaczego Dania jest ważnym krajem w globalnej transformacji w kierunku zmniejszenia produkcji zwierzęcej i zwiększenia produkcji roślinnej?

Przez lata Dania charakteryzowała się największą produkcją zwierzęcą na mieszkańca, przy czym dwa gigantyczne podmioty (Danish Crown i Arla) eksportowały duże ilości mięsa wieprzowego i produktów mlecznych. Jeśli taka transformacja może nastąpić w Danii, daje to nadzieję reszcie świata, że może ona nastąpić wszędzie.



WNIOSKI I ZALECENIA

Bez szybszego tempa ograniczania spożycia produktów pochodzenia zwierzęcego w krajach o wysokich i wyższych-średnich dochodach oraz wysokiej konsumpcji i przy spodziewanym jej wzroście w krajach o niskich dochodach i niskiej konsumpcji, świat znajduje się na niebezpiecznej ścieżce zmierzającej w kierunku załamania wielu funkcji globalnego ekosystemu, od których ludzkość jest krytycznie zależna^(6, 7).

„Według słów Sekretarza Generalnego Organizacji Narodów Zjednoczonych, świat znajduje się «bardzo daleko od celu», jakim jest osiągnięcie Celów zrównoważonego rozwoju, w tym tych związanych z rolnictwem”

Organizacja Narodów Zjednoczonych ds. Wyżywienia i Rolnictwa⁽³¹⁾

„Po prostu nie damy rady zredukować emisji metanu do bezpiecznego poziomu ani uwolnić gruntów potrzebnych do pochłaniania dwutlenku węgla, bez zmniejszenia ilości spożywanego przez nas mięsa”

Henry Dimbleby⁽³⁴⁾

Bez zmiany diety nie jesteśmy w stanie osiągnąć celów żywieniowych określonych w Celu zrównoważonego rozwoju nr 2, czyli wyeliminować głód, osiągnąć bezpieczeństwo żywnościowe i poprawić sposób odżywiania oraz promować zrównoważone rolnictwo. Nadwaga u dzieci poniżej piętego roku życia i otyłość u dorosłych wzrastają⁽⁴³⁾.

Zmiana diety to potrójna korzyść — dla zdrowia ludzi, zmian klimatu i środowiska oraz dobrostanu zwierząt⁽⁵⁾. Aby te korzyści osiągnąć, kraje o wysokiej konsumpcji muszą:

- wyznaczyć jasne cele w zakresie ograniczenia konsumpcji żywności pochodzenia zwierzęcego umożliwiające osiągnięcie założeń Porozumienia paryskiego i Globalnych ram bioróżnorodności Kunming-Montreal.

Cele powinny zostać osiągnięte przy wprowadzeniu kompleksowej strategii transformacji żywnościowej lub spójnego planu działania. Plan ten musi oznaczać współpracę między resortami rządowymi, które zapewnią środki do realizacji celów,

- dostosować wytyczne żywieniowe do zasad planetarnej diety prozdrowotnej EAT-Lancet w zakresie zdrowej żywności

ze zrównoważonych systemów produkcyjnych i zapewnić doradztwo dotyczące zdrowej diety roślinnej,

- zaprzestać dotacji do przemysłowej produkcji zwierzęcej lub stosowanych w takich systemach pasz. Wspierać zamiast tego producentów owoców, warzyw, produktów pełnoziarnistych, roślin strączkowych i orzechów, a także producentów utrzymujących zwierzęta przeznaczone na żywność w systemach przyjaznych dla przyrody, z uwzględnieniem wysokich standardów ochrony środowiska i dobrostanu zwierząt.

Nie możemy kontynuować aktualnych praktyk — to oczywiste. Cele w zakresie klimatu i bioróżnorodności nie zostaną osiągnięte bez transformacji systemu żywnościowego, w tym ograniczenia produkcji i konsumpcji żywności pochodzenia

zwierzęcego. Redukcje muszą nastąpić po stronie niezrównoważonych, intensywnych i przemysłowych systemów produkcji. To one wykorzystują do uprawy pasz dla zwierząt grunty, które mogłyby skuteczniej wykarmić ludzi, szkodzą środowisku i naszemu zdrowiu, a także pozbawiają zwierzęta gospodarskie godnego życia. Redukcje takie mogą przywrócić ziemię naturze i zwiększyć różnorodność żywności pochodzenia roślinnego. Utrzymywanie mniejszej liczby zwierząt gospodarskich w systemach korzystnych dla przyrody, agroekologicznych lub regeneracyjnych może doprowadzić do regeneracji gleby, przywrócić i zwiększyć różnorodność biologiczną, zbudować odporność na zmiany klimatu, zmniejszyć poziom zanieczyszczenia gleby, wody i powietrza, dając jednocześnie zwierzętom gospodarskim największe możliwości osiągnięcia dobrej jakości życia.

LITERATURA

1. Ripple WJ, Wolf C, Newsome TM, Barnard P, Moomaw WR. World Scientists' Warning of a Climate Emergency. *Bioscience* [Internet]. 2019 Nov 5;70(1). Available from: <https://academic.oup.com/bioscience/advance-article/doi/10.1093/biosci/biz088/5610806>
2. EAT-Lancet Commission. Food Planet Health Healthy Diets from Sustainable Food Systems Summary Report of the EAT-Lancet Commission. 2019.
3. Babiker M, Berndes G, Blok B, Cohen B, Geden O, Ginzburg V, et al. Cross-sectoral perspectives. In: Shukla PR, Skea J, Slade R, Al Khourdajie A, van Diemen R, McCollum D, et al., editors. *Climate Change 2022: Mitigation of Climate Change Contribution of Working Group III to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change* [Internet]. Cambridge, UK and New York, NY, USA: Cambridge University Press; 2022. p. 1245–354. Available from: www.ipcc.ch
4. Willett W, Rockström J, Loken B, Springmann M, Lang T, Vermeulen S, et al. Food in the Anthropocene: the EAT–Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. Vol. 393, *The Lancet*. Lancet Publishing Group; 2019. p. 447–92.
5. Scherer L, Behrens P, Tukker A. Opportunity for a Dietary Win-Win-Win in Nutrition, Environment, and Animal Welfare. *One Earth*. 2019 Nov 22;1(3):349–60.
6. Parlasca MC, Qaim M. Meat Consumption and Sustainability. *Annu Rev Resour Economics* [Internet]. 2022 Oct 5;14(1):17–41. Available from: <https://www.annualreviews.org/doi/10.1146/annurev-resource-111820-032340>
7. Springmann M, Clark M, Mason-D'Croz D, Wiebe K, Bodirsky BL, Lassaletta L, et al. Options for keeping the food system within environmental limits. *Nature*. 2018 Oct 25;562(7728):519–25.
8. Whitmee S, Haines A, Beyrer C, Boltz F, Capon AG, De Souza Dias BF, et al. Safeguarding human health in the Anthropocene epoch: Report of the Rockefeller Foundation-Lancet Commission on planetary health. Vol. 386, *The Lancet*. Lancet Publishing Group; 2015. p. 1973–2028.
9. Xu X, Sharma P, Shu S, Lin TS, Ciais P, Tubiello FN, et al. Global greenhouse gas emissions from animal-based foods are twice those of plant-based foods. *Nat Food*. 2021 Sep 1;2(9):724–32.
10. Clark MA, Domingo NGG, Colgan K, Thakrar SK, Tilman D, Lynch J, et al. Global food system emissions could preclude achieving the 1.5° and 2°C climate change targets. *Science* (1979) [Internet]. 2020 Nov 6;370(6517):705–8. Available from: <https://www.science.org/doi/10.1126/science.aba7357>
11. Mottet A, de Haan C, Falcucci A, Tempio G, Opio C, Gerber P. Livestock: On our plates or eating at our table? A new analysis of the feed/food debate. Vol. 14, *Global Food Security*. Elsevier B.V.; 2017. p. 1–8.
12. Poore J, Nemecek T. Reducing food's environmental impacts through producers and consumers. *Science* (1979) [Internet]. 2018 Jun;360(6392):987–92. Available from: <https://www.science.org/doi/10.1126/science.aaq0216>
13. Cassidy ES, West PC, Gerber JS, Foley JA. Redefining agricultural yields: From tonnes to people nourished per hectare. *Environmental Research Letters*. 2013;8(3).
14. Guenard R. The State of World Fisheries and Aquaculture 2020 [Internet]. Vol. 32, *INFORM*. FAO; 2020. 6–10 p. Available from: <http://www.fao.org/documents/card/en/c/ca9229en>
15. Fry JP, Mailloux NA, Love DC, Milli MC, Cao L. Feed conversion efficiency in aquaculture: Do we measure it correctly? *Environmental Research Letters*. 2018 Feb 1;13(2).
16. Cashion T, Le Manach F, Zeller D, Pauly D. Most fish destined for fishmeal production are food-grade fish. *Fish and Fisheries*. 2017 Sep;18(5):837–44.
17. Compassion in World Farming. Rethinking EU aquaculture: for people, planet, and animals [Internet]. 2023 [cited 2023 Apr 17]. Available from: https://www.ciwf.org/media/7452964/ciwf_rethinking-eu-aquaculture_online.pdf
18. Pimentel D, Burgess M. Soil erosion threatens food production. *Agriculture (Switzerland)*. 2013;3(3):443–63.
19. Benton TG, Bieg C, Harwatt H, Pudasaini R, Wellesley L. Food system impacts on biodiversity loss Three levers for food system transformation in support of nature. 2021.
20. Hoekstra AY. *The Water Footprint of Modern Consumer Society*. Routledge; 2019.
21. Sutton MA, Bleeker A, Howard CM (Clare), Erisman JW, Abrol YP, Bekunda M, et al. Our nutrient world: the challenge to produce more food and energy with less pollution. Centre for Ecology & Hydrology on behalf of the Global Partnership on Nutrient Management (GPNM) and the International Nitrogen Initiative (INI); 2013. 114 p.
22. Metson GS, MacDonald GK, Leach

LITERATURA

AM, Compton JE, Harrison JA, Galloway JN. The U.S. consumer phosphorus footprint: Where do nitrogen and phosphorus diverge? *Environmental Research Letters*. 2020 Oct 1;15(10).

23. United Nations Environment Programme. Preventing the Next Pandemic Zoonotic diseases and how to break the chain of transmission [Internet]. 2020. Available from: <https://www.un.org/Depts/Cartographic/>

24. Van Boeckel TP, Pires J, Silvester R, Zhao C, Song J, Criscuolo NG, et al. Global trends in antimicrobial resistance in animals in low- And middle-income countries. *Science* (1979). 2019 Sep 20;365(6459).

25. O'Neill J. Antimicrobial Resistance: Tackling a crisis for the health and wealth of nations [Internet]. 2014 [cited 2022 Oct 3]. Available from: https://amr-review.org/sites/default/files/AMR%20Review%20Paper%20-%20Tackling%20a%20crisis%20for%20the%20health%20and%20wealth%20of%20nations_1.pdf

26. Wyer KE, Kelleghan DB, Blanes-Vidal V, Schauburger G, Curran TP. Ammonia emissions from agriculture and their contribution to fine particulate matter: A review of implications for human health. Vol. 323, *Journal of Environmental Management*. Academic Press; 2022.

27. Webster J. Green Milk from Contented Cows: Is It Possible? *Frontiers in Animal Science*. 2021 Jun 7;2.

28. Schader C, Muller A, El-Hage Scialabba N, Hecht J, Isensee A, Erb KH, et al. Impacts of feeding less food-competing feedstuffs to livestock on global food system sustainability. *J R Soc Interface*. 2015 Dec 6;12(113).

29. FAO. Food Balance Sheets. License: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. 2022.

30. Troell M, Jonell M, Crona B. The role of seafood in sustainable and healthy diets - The EAT-Lancet Commission report through a blue lens.

31. FAO. The future of food and agriculture – Drivers and triggers for transformation. In: *The Future of Food and Agriculture* [Internet]. FAO; 2022. Available from: <http://www.fao.org/documents/card/en/cc0959en>

32. Klapp AL, Feil N, Risius A. A Global Analysis of National Dietary Guidelines on Plant-Based Diets and Substitutions for Animal-Based Foods. Vol. 6, *Current Developments in Nutrition*. Oxford University Press; 2022.

33. De Schutter O. Human Rights Council Nineteenth session. Agenda item 3. Promotion and protection of all human rights, civil, political, economic, social and cultural rights, including the right to development [Internet]. 2011 [cited 2023 Mar 31]. Available from: https://www.ohchr.org/sites/default/files/Documents/HRBodies/HRCouncil/RegularSession/Session19/A-HRC-19-59_en.pdf

34. Dumbleby H. National Food Strategy Independent Review - The Plan. 2021.

35. Global Alliance for the Future of Food. Untapped Opportunities for Climate Action: An Assessment of Food Systems in Nationally Determined Contributions. 2022.

36. Department for Environment F& RA. Government food strategy. 2022.

37. European Union. Farm to Fork Strategy. 2020.

38. Herforth A, Arimond M, Álvarez-Sánchez C, Coates J, Christianson K, Muehlhoff E. A Global Review of

Food-Based Dietary Guidelines. *Advances in Nutrition* [Internet]. 2019 Jul 1;10(4):590–605. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S2161831322004033>

39. AESAN Scientific Committee. (Working Group)., López García E, Bretón Lesmes I, Díaz Perales A, Moreno- Arri-bas V, Portillo Baquedano MP, et al. Report of the Scientific Committee of the Spanish Agency for Food Safety and Nutrition (AESAN) on sustainable dietary recommendations and physical activity recommendations for the Spanish population. *Revista del Comité Científico de la AESAN*. 2022; 36:11–70.

40. Springmann M, Spajic L, Clark MA, Poore J, Herforth A, Webb P, et al. The healthiness and sustainability of national and global food based dietary guidelines: Modelling study. *The BMJ*. 2020 Jul 15;370.

41. Perino G, Schwickert H. Animal welfare is a stronger determinant of public support for meat taxation than climate change mitigation in Germany. *Nat Food*. 2023 Feb 16;4(2):160–9.

42. ProVeg. Plant-based food in Germany. market and consumer insights. Based on research from the Smart Protein project, a European Union's Horizon 2020 research and innovation programme (No 862957). 2022.

43. FAO, IFAD, UNICEF, WFP, WHO. The State of Food Security and Nutrition in the World 2022. Repurposing food and agriculture policies to make healthy diets more affordable. *The State of Food Security and Nutrition in the World 2022*. Rome: FAO; 2022.

WIĘCEJ PIENIĘDZY, WIĘCEJ MIĘSA

Dlaczego kraje o wysokich dochodach muszą zmienić swoją dietę



Fundacja Compassion in World Farming Polska
ul. Marszałkowska 28A/15
00-576 Warszawa
Polska

Email: kontakt@ciwf.pl
Strona: ciwf.pl

COMPASSION
in world farming
ciwf.pl



Compassion in World Farming Polska jest organizacją pożytku publicznego z potwierdzonym wpisem w Krajowym Rejestrze Sądowym [nr 0000484066] i uprawnienia do otrzymania 1,5% podatku w Polsce.