

## Už nikdy rezeň?

„Prečo tak málo pri riešení klimatickej krízy hovoríš o vegetariánstve či vegánstve?“

Otázka o tom, či by ľudia mali v rámci individuálnej snahy o riešenie klimatickej zmeny prestať jesť mäso, sa skôr či neskôr dostane na stôl. Ak chceme hovoriť o znižovaní emisií spôsobených ľudskou činnosťou a dosiahnutí uhlíkovo neutrálnej budúcnosti, nemôžeme obísť ani zmenu v spôsobe, akým neustále rastúce ľudstvo zabezpečuje svoju obživu.

Úprimne, dnes nie som vegetarián. Hoci som v minulosti približne desatinu svojho života nejedol mäso, musím priznať, že som sa k nemu vrátil. Napriek tomu si uvedomujem dôležitosť zmeny v našom stravovaní. Vedecké fakty totiž nepustia.

Poľnohospodárstvo, do ktorého sa radí aj obhospodarovanie pôdy a lesov, zodpovedá až za štvrtinu globálnych emisií. Samotná živočíšna výroba podľa OSN tvorí 14,5 percenta globálnych emisií skleníkových plynov<sup>1</sup>, teda nielen oxidu uhličitého, ale aj ďalších, predovšetkým metánu. V prípade zahrnutia celého dodávateľského reťazca, teda nielen chovu, ale aj spracovania, prepravy a skladovania, číslo rastie až k 18 percentám. Najväčšou mierou – až 62 percentuálnymi bodmi – sa na množstve skleníkových plynov v živočíšnej výrobe podieľa chov hovädzieho dobytká.

Výskum Wynesa a Nicholasovej o individuálnych opatreniach zaradil prechod na vegetariánstvo po vzdaní sa auta a lietania ako tretí najefektívnejší krok. V závislosti od toho, v akej krajine človek žije a aké má doterajšie stravovacie návyky, tak dokáže ročne znížiť svoju uhlíkovú stopu o 0,3 až 1,6 tony oxidu uhličitého.

Jedna z najkomplexnejších štúdií publikovaná v magazíne Science, ktorá sa zaoberala environmentálnymi dosahmi výroby potravín, prepočítala klimatické vplyvy na úroveň proteínov prijatých zo stravy.

Výroba 100 gramov proteínov z hovädzieho dobytká vytvorí viac ako 50 kilogramov emisií, rovnaké množstvo z bravčového mäsa iba 7,6 kilogramu a pri hydine 5,7 kilogramu. Naproti tomu produkcia 100 gramov proteínov zo strukovín zaťaží planétu iba 0,8 kilogramu emisií.<sup>2</sup>

Rastlinná strava teda zaťažuje planétu menej ako živočíšna. A preto hromadný prechod na vegetariánstvo alebo vegánstvo sa javí ako logický krok. Je však vykonateľný?

### Flexitariánstvo budúcnosti

Rovnako ako je nemožné predpokladať, že sa všetci okamžite a úplne vzdajú áut, je ťažké predpokladať, že väčšina ľudí prejde na vegetariánsku alebo vegánsku stravu. Čo ak jednoducho majú radi mäso a nie sú pripravení tak zásadne zmeniť svoj jedálny lístok?

Ak odhliadneme od iných etických či zdravotných faktorov, tak na otázku, či sa musíme definitívne a úplne vzdať mäsa pre klímu, nie je nevyhnutné odpovedať nekompromisne áno. Určite však bude musieť dôjsť k prehodnoteniu toho, ako často a v akých množstvách ho konzumujeme.

Tým, ako by mal vyzerať jedálny lístok budúcnosti, sa zaoberá výskum o možnostiach udržateľného systému produkcie potravín publikovaný v magazíne Nature.<sup>3</sup> Nazývajú ho flexitariánska diéta. Aj vedci však pripúšťajú, že bez zásadného zníženia produkcie mäsa, najmä hovädzieho, to nepôjde.

Znamená to jesť prevažne ovocie, zeleninu, strukoviny a celozrnné výrobky, zameranie sa na rastlinné namiesto živočíšnych bielkovín, obmedzenie cukru a sladidiel a občasné začlenenie mäsa alebo živočíšnych produktov. Ak sa vám zbiehajú slinky na hamburger alebo na rezeň a pýtate sa, čo to znamená, jednoznačná odpoveď závisí od toho, ako veľmi chceme k ochrane klímy prispieť.