



Si l'acteur Liam Hemsworth fait parler de lui en ce moment, ce n'est pas pour ses histoires de cœur. C'est parce qu'il vient d'être élu végétarien le plus sexy de la planète ! Exclure la viande de son assiette devient à la mode. Pourquoi mange-t-on des animaux ? De quel droit l'homme les tue-t-il ? Nous t'invitons à réfléchir à toutes ces questions.

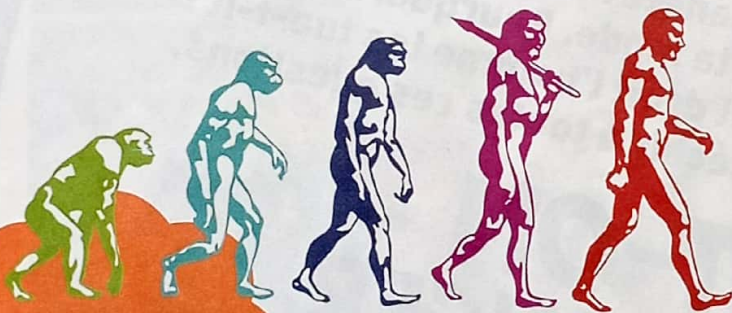
# PEUT-ON ENCORE MANGER DE LA VIANDE ?



Photos dossier : © Fotolia

# POURQUOI MANGE-T-ON DES ANIMAUX?

L'homme a commencé à manger de la viande il y a des milliers d'années. Et c'est devenu une habitude...



L'homme, un carnivore-né ?

> Un être qui dévore à pleines dents de la chair fraîche, voilà ce que l'on imagine être l'homme préhistorique. La réalité est tout autre ! Il y a environ 5 millions d'années, les australopitèques se nourrissaient de végétaux et de racines. Petit à petit, les êtres humains se sont intéressés à la viande, d'abord en mangeant les charognes, puis en chassant. Il y a 10 000 ans, avec la sédentarisation et l'élevage, l'homme a intensifié ses besoins en viande et est devenu, peu à peu, omnivore : il mange de tout.

Que préfèrent les Français ?



> Un Français dévore 90 kg de viande par an, surtout du porc (saucisson, jambon...), de la volaille (poulet, dinde, canard) et du bœuf (steak haché). C'est trois fois plus qu'en 1930. En effet, à cause de son coût, la viande a longtemps été un produit de luxe. Ce n'est qu'au début des années 1950 qu'elle s'est invitée au menu, plusieurs fois par semaine. La raison est mathématique : les progrès industriels permettant d'élever plus de bêtes, et donc d'en tuer plus, son prix a baissé.



> L'intérêt principal de la viande est de fournir des protéines : ces grosses molécules composées d'acides aminés qui assurent la construction et le renouvellement des cellules. Elles jouent aussi un rôle fondamental dans le fonctionnement des organes. En plus des protéines, la viande contient du fer. Ce minéral est un constituant essentiel du sang. C'est lui qui assure le transport de l'oxygène depuis les poumons jusqu'aux cellules de l'organisme.

## À quoi sert la viande dans l'alimentation ?

## Pourquoi fait-on la différence entre les protéines animales et les protéines végétales ?

> Animales ou végétales, les protéines contiennent 22 sortes d'acides aminés. Mais seules les **protéines animales**, issues des animaux – viande, œufs, laitages, poissons –, apportent les huit acides aminés dits "essentiels" que le corps est incapable de fabriquer. Les **protéines végétales** – les céréales (riz, maïs, blé) ou les légumineuses (pois chiches, quinoa, haricots, lentilles) – sont privées d'un ou de plusieurs de ces huit acides.

**NE SOYEZ PAS VACHE AVEC NOUS !**

## D'où viennent les animaux que l'on mange ?

> L'homme n'étant plus qu'un chasseur du dimanche, il achète désormais sa viande. Les animaux que tu consommes naissent et grandissent dans des élevages dans lesquels on les fait grandir le plus vite possible. Ensuite, ils sont transportés vers des abattoirs pour être tués. En France, l'élevage concerne plus de 1 milliard d'animaux par an.

**64 MILLIARDS D'ANIMAUX SONT TUÉS POUR LEUR VIANDE CHAQUE ANNÉE**



**COMBIEN DE KILOS DE VIANDE CONSOMME UN HABITANT PAR AN ?**

Un Indien  
**5 KG**

Un Français  
**90 KG**

Un Américain  
**126 KG**

## ZOOM SUR...

### ET DANS LE MONDE ?

Si un Terrien consomme 42 kg de viande chaque année, la situation est très différente d'un pays à l'autre.

**1.** La consommation de viande dépend du niveau de vie. Dans les pays industrialisés, on mange plus de viande que dans les pays en voie de développement.

**2.** Les croyances et les religions ont une grande influence sur les habitudes alimentaires. En Inde, où l'hindouisme prône le végétarisme – les hindouistes croient en la réincarnation des hommes en des animaux –, 40 % des Indiens ne mangent pas de viande. Et surtout pas de bœuf car la vache est un animal sacré !

# ET L'ANIMAL DANS TOUT ÇA?

Longtemps, les animaux ont été considérés au service de l'homme. Heureusement, ils ont acquis des droits. Mais tout n'est pas gagné !



Comment a-t-on traité les animaux ?

## 17<sup>e</sup> SIÈCLE : L'ANIMAL EST UNE MACHINE

> Même si tous les penseurs s'accordent sur le fait que les animaux souffrent quand ils sentent la mort approcher et qu'on les tue, les points de vue diffèrent quant à savoir s'ils ont des droits. Comme l'explique le philosophe Pierre-François Dupont-Beurier, au 17<sup>e</sup> siècle, sous l'influence de Descartes, l'animal était considéré comme une machine. À ce titre, il ne pense pas et n'est donc pas doté de raison. Par conséquent, il ne peut pas revendiquer de droits.

## 20<sup>e</sup> SIÈCLE : L'ANIMAL A DES DROITS

> Les philosophes Jeremy Bentham (1748-1832) ou, plus près de nous dans les années 1970, Peter Singer ont défendu l'idée d'une "libération animale" (en référence aux luttes de libération des peuples ou des femmes). Parce qu'elles souffrent et qu'elles ressentent du plaisir, les bêtes ont des droits.

## > CE SONT LES CONDITIONS DE VIE DES ANIMAUX DE BOUCHERIE

qui posent problème. Une association comme "L214 Éthique et animaux" s'est donné comme objectif de dénoncer les cas de maltraitance. Elle n'hésite pas à diffuser sur Internet des images et des vidéos choquantes où l'on voit des animaux entassés dans des cages, mutilés (becs ou queues coupées) ou des employés faire du mal à des animaux avant de les tuer.

> "L214 ÉTHIQUE ET ANIMAUX" agit en justice quand elle juge que les actes envers les animaux sont cruels (ils sont passibles d'une peine d'emprisonnement). Mais elle milite aussi pour dénoncer certaines règles pourtant légales. Par exemple, elle dénonce le gavage (le fait de nourrir de force) des oies et des canards, une pratique pourtant autorisée (article L654-27-1), mais qui, sur le plan moral, est discutable.

Pourquoi la production de viande est-elle critiquée ?

## ZOOM SUR...

### LES MESURES EN FAVEUR DES ANIMAUX

Au printemps, de terribles vidéos de l'association L214 ont obligé le gouvernement à réagir. Pour la première fois en France, une commission d'enquête parlementaire a été créée pour faire la lumière sur les conditions d'abattage. Après six mois d'enquêtes, les députés proposent des mesures, dont l'installation de caméras dans les 263 abattoirs du pays.



## Qui protège les animaux d'élevage ?

> **TUER LES ANIMAUX A ÉTÉ LONGTEMPS L'AFFAIRE DES BOUCHERS** : jusqu'au 18<sup>e</sup> siècle, ils abattaient eux-mêmes les bêtes. Au 19<sup>e</sup> siècle, ces "tueries" ont été remplacées par des abattoirs parfois énormes : l'abattoir parisien de la Villette a été l'un des plus grands d'Europe. C'est dans ce contexte que s'impose peu à peu la nécessité de mieux traiter les animaux d'élevage : naître et grandir dans de bonnes conditions (avoir suffisamment d'espace, par exemple), être transporté dignement à l'abattoir, mourir sans souffrance.

> **C'EST LE CODE RURAL ET DE LA PÊCHE MARITIME**, créé en 1955, qui dicte les pratiques en France. L'article L214-1 affirme que "tout animal étant un être sensible doit être placé par son propriétaire dans des conditions compatibles avec les impératifs biologiques de son espèce". En clair, les éleveurs doivent s'assurer que les animaux mangent à leur faim et boivent à leur soif, les soigner quand ils sont malades, leur offrir un espace suffisant. Depuis 2009, toutes les bêtes doivent être rendues inconscientes avant d'être tuées. Cela suffit-il à garantir le "bien-être animal" ? Pas sûr...

La Bretagne est la région en France où il y a le plus grand nombre de poulets, poules pondeuses et dindes élevés.



## Ce que l'homme doit aux animaux

> "La moindre des choses, c'est de traiter les bêtes avec humanité", insiste Pierre-François Dupont-Beurier. On peut s'en contenter... ou aller plus loin comme le suggère une éleveuse dans un livre de l'écrivain américain Jonathan Safran Foer : "Parce que nous prenons leur vie pour nous nourrir, je pense qu'elles [les bêtes] ont le droit de connaître les plaisirs simples de la vie – comme se dorer au soleil, se reproduire, élever leurs petits." Pour elle, seule cette forme d'échange rend acceptable le fait d'avoir un steak dans son assiette.

> Selon Matthieu Ricard, ce n'est pas suffisant. Pour ce moine bouddhiste, le temps est venu de considérer les animaux comme nos concitoyens et non plus comme des objets. C'est pourquoi, dans son ouvrage *Plaidoyer pour les animaux* (éd. Pocket), il réclame la fin de la souffrance animale.

QUI SUIS-JE ?  
UNE LIMOUSINE,  
BIEN CONNUE POUR  
SA VIANDE.



## LE SAIS-TU ?

Dans les campagnes, il est toujours permis de tuer le cochon, le mouton, les volailles (pas les bovins), à la ferme pour sa consommation personnelle.

**DOSSIER**

# QUEL MANGEUR ES-TU?

Voici comment t'y retrouver dans la jungle des comportements alimentaires...

Le burger végétarien est à la mode. Ne dis plus "hamburger" puisque ham signifie "jambon", en anglais!



> **LES VÉGÉTARIENS** : ils ne mangent pas de chair animale (viande, poisson). Ils conservent les œufs, les laitages, les fromages.

> **LES VÉGÉTALIENS** : ils refusent tout ce qui est issu des animaux : pas de viande, pas de poisson, pas de lait, pas d'œufs et même pas de miel (car il est produit par les abeilles!).

> **LES VEGANS** : ils refusent tout produit issu des animaux et s'abstiennent de les utiliser pour se vêtir ou se chausser. Ils ne portent pas de cuir, pas de laine et n'achètent pas de cosmétiques, qui ont été testés sur des animaux.

> **LES FLEXITARIENS** : ils pratiquent le végétarisme ou le véganisme au gré des circonstances. Ils ne s'interdisent pas totalement la viande ou les produits issus d'animaux mais essaient d'en réduire leur consommation.

## Une décision réfléchie

> Si renoncer à la viande ou la limiter est ton choix, cette décision ne doit pas être prise à la légère. À ton âge, tu dois absorber chaque jour entre 0,8 et 1 g de protéines par kilo de poids corporel. Exemple : si tu pèses 45 kg, tu auras à ingérer 45 g de protéines (soit une escalope de dinde de 180 g)...  
> Pour fournir à ton corps les huit acides aminés dits essentiels (voir p. 19), il te faut absolument conserver un apport suffisant en protéines d'origine animale (œufs, poissons, fromages). Sinon, tu t'exposes à des carences avec des conséquences graves sur ta santé. Le mieux est donc de prendre conseil auprès d'un nutritionniste.

**+ d'infos**



Le 1<sup>er</sup> novembre, c'est la journée mondiale sans viande.

✓ À partir d'histoires, tu es invité à réfléchir sur des questions philosophiques, ici la spécificité de l'homme par rapport à l'animal. Drôle et pertinent.

■ *L'homme et l'animal*, de François Dupont-Beurier et Brigitte Labbé, éd. Milan, 10 €.

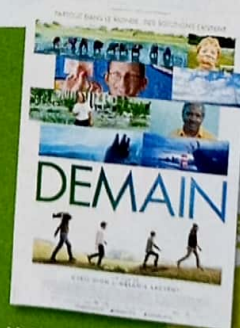
✓ Pour voir qu'il y a des solutions afin de rendre le monde meilleur. Un film

joyeux et optimiste !

■ *Demain*, film français de Cyril Dion et Mélanie Laurent, en DVD.

✓ À cœur vaillant... rien d'impossible ! Un joli livre qui aborde d'une façon légère (et sérieuse) les questions écologiques.

■ *Écolo en herbe, pour une planète au top*, d'Élise Rousseau et Dorothee Jost (ill.), éd. de La Martinière Jeunesse, 9,95 €.



100% "BIO"

