Manger plus sain réduirait l'importante empreinte hydrique de la consommation alimentaire française

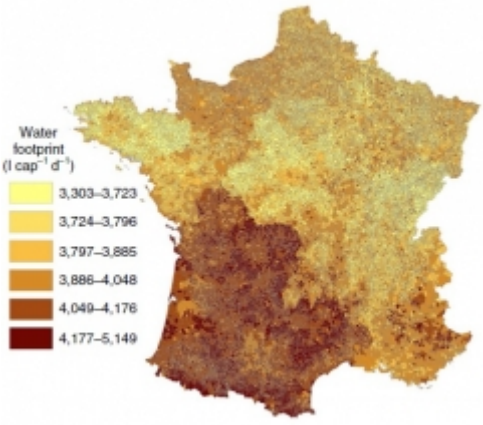
12 octobre 2018

L'eau est une ressource essentielle pour la sécurité alimentaire et énergétique, mais elle se raréfie en certains endroits, du fait de prélèvements trop importants, notamment par l'agriculture. Des chercheurs du Centre commun de recherche de la Commission européenne ont évalué la quantité totale d'eau prélevée (empreinte hydrique) pour produire les biens alimentaires consommés en France, au Royaume-Uni et en Allemagne. Ils ont également analysé ses variations locales. Les résultats ont été publiés, en septembre, dans la revue *Nature Sustainability*.

L'empreinte hydrique d'un pays prend en compte sa consommation de biens, qu'ils soient produits et transformés sur le sol national ou à l'étranger. Pour la mesurer, les auteurs ont combiné des informations socio-démographiques locales avec des données sur l'empreinte hydrique nationale de différents produits et sur les régimes alimentaires des régions administratives étudiées (enquête INCA 2 pour la France).

Avec 3 861 litres utilisés par personne et par jour, les Français consomment plus d'eau que les habitants du Royaume-Uni (2 757 L/p/j), les Allemands (2 929 L/p/j) ou la moyenne mondiale (3 167 L/p/j). Ce résultat s'explique par des différences de régimes alimentaires et de modes de production. Par exemple, produire un kilogramme de blé nécessite 412 L au Royaume-Uni contre 582 L en France. Les Français consomment également plus que leurs voisins de la viande et du vin, dont la production nécessite beaucoup d'eau. De plus, des différences importantes existent au sein de chaque pays. Ainsi, en France, l'empreinte hydrique varie de 3 303 à 5 149 L/p/j selon les communes (figure ci-dessous), du fait de caractéristiques socio-économiques variées (âge, genre, niveau d'éducation) et de préférences alimentaires distinctes.

Empreinte hydrique totale de la consommation alimentaire française

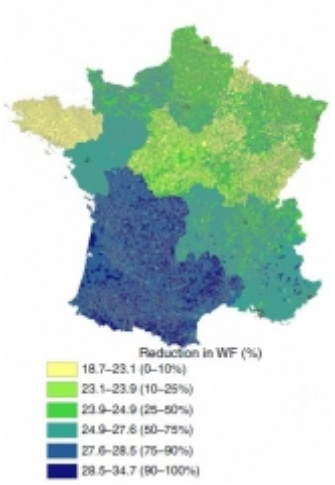


Source : Nature Sustainability

Pour les trois pays, les auteurs montrent que l'adoption d'un régime omnivore sain (suivant les recommandations publiques) réduirait l'empreinte hydrique de la consommation alimentaire de 11 à 35 %, tandis que les régimes pesco-végétariens et

végétariens la diminueraient d’environ 35 à 55 % (figure ci-dessous). Ces baisses s’expliquent par la surconsommation actuelle, de sucres, matières grasses, viande rouge, fromages et lait. Pour les auteurs, en France, encourager la transition vers des régimes alimentaires plus sains pourrait donc constituer une solution doublement avantageuse.

Répartition géographique de la réduction de l’empreinte hydrique découlant de l’adoption d’un régime alimentaire omnivore sain



Source : Nature Sustainability

Estelle Midler, Centre d’études et de prospective

Source : *Nature Sustainability*