

Des changements de régime alimentaire spécifiques à chaque pays pour répondre aux enjeux climatiques et de disponibilité en eau

15 octobre 2019

Si la nécessité d'adopter des régimes alimentaires moins carnés pour répondre aux défis environnementaux planétaires fait consensus, la proportion dans laquelle cette réduction doit se faire est encore débattue. Une étude publiée dans la revue *Global Environmental Change* modélise, pour 140 pays, les conséquences de neuf régimes alimentaires sur le climat (empreinte carbone, mesurée par les émissions de gaz à effet de serre) mais également sur la disponibilité en eau, qu'il s'agisse d'eau douce superficielle et souterraine (« eau bleue ») ou d'eau stockée dans le sol provenant des précipitations (« eau verte »).

Ces neuf scénarios de consommation plus ou moins carnée prennent en compte les besoins nutritionnels des populations tels que définis par l'OMS et la FAO (apports caloriques, équilibre en macronutriments). Ils sont comparés, pour chaque pays, avec un scénario de référence (*baseline*) établi à partir des bilans alimentaires de la FAO (données 2011-2013). Dans les calculs des empreintes environnementales nationales, l'étude intègre aussi l'impact environnemental des produits importés en fonction du pays d'origine, et le gaspillage alimentaire. En revanche, les étapes de transformation, transport et distribution des denrées ne sont pas comprises.

Détail des neuf régimes alimentaires modélisés

	Scaled to 2500 kcal	Red meat ^a	Healthy	Acquatic animals	Dairy ^b	Eggs	Pulses & soy	Cereals, roots, tubers & starchy crops	Nuts, seeds, oils	Active ingredients	Insects
Baseline	no										
OECD average	no										
Baseline adjusted	yes	P	P	P	P	P	P	P	P		
Meatless day ^c	yes		P	P	P	P	P	P	P		
Healthy low red meat	yes	⬇	P	P	P	P	P	P	P		
No red meat	yes		P	P	P	P	P	P	P		
No dairy	yes		P	P		P	P	P	P		
Pescatarian	yes			P			P	P	P		
Lacto-ovo vegetarian	yes				P	P	P	P	P		
2/3 vegan ^d	yes	P				P	P	P	P		
Low food chain ^e	yes						P	P	P		
Vegan	yes						P	P	P		

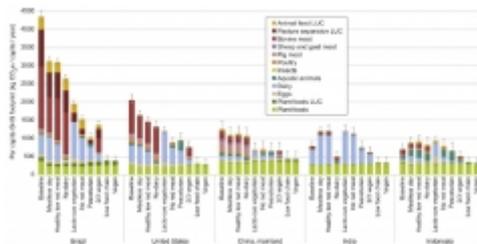
Included in diet
 Capped at ceiling
 Minimum number of servings per day
 Removed from diet
 Scaled to protein floor
 Not considered
 Energy staple

Source : *Global Environmental Change*

Les résultats détaillés présentent les performances environnementales (GES et eau) par produit, puis par types de régime alimentaire. Des différences considérables entre pays sont attribuables aux modèles de production. Ainsi, l'empreinte carbone du bœuf paraguayen est 17 fois plus élevée que celle de la viande danoise. L'étude confirme qu'un alignement global des consommations sur le régime alimentaire moyen des pays de l'OCDE n'est pas soutenable, augmentant de 135 % l'empreinte en GES et de 47 % les empreintes hydriques. Mais en Inde ou au Pakistan, par exemple, une hausse des consommations en calories ou protéines, actuellement en deçà des recommandations nutritionnelles, peut entrer en tension avec les contraintes environnementales. L'étude insiste alors sur l'intérêt d'une approche par pays, en

soulignant les performances environnementales et sanitaires de régimes flexibles tels que ceux aux 2/3 végétarien ou basés sur des produits animaux du bas de la chaîne alimentaire (insectes, petits poissons et crustacés).

Empreinte carbone (kg CO2eq/pers/an), pour une sélection de pays et pour chaque type de régime alimentaire modélisé



Source : *Global Environmental Change*

Claire Bernard-Mongin, Centre d'études et de prospective

Source : [Global Environmental Change](#)