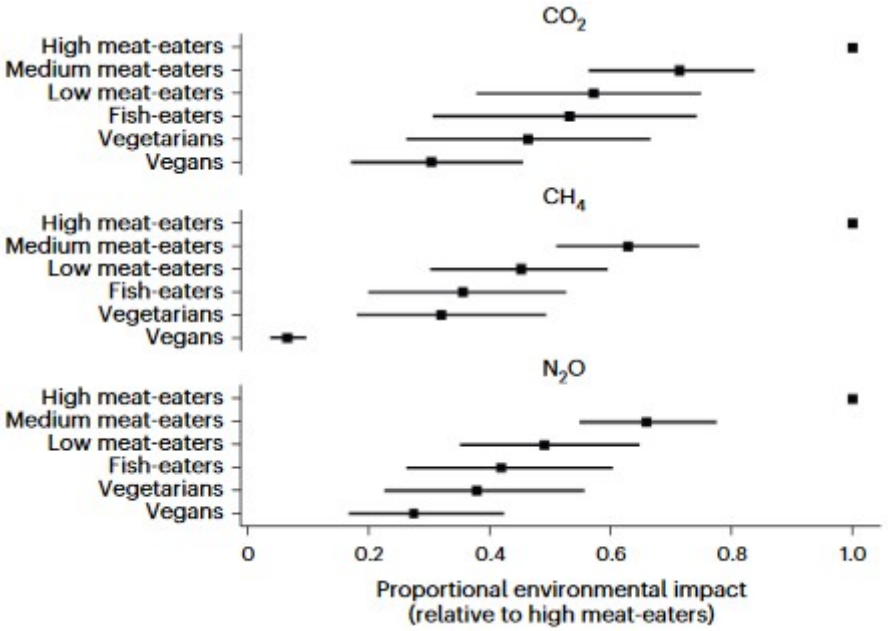
Impacts environnementaux contrastés de différents régimes alimentaires au Royaume-Uni

26 septembre 2023

Des chercheurs publient dans *Nature Food* les résultats d'une étude menée sur l'alimentation d'un échantillon de 55 504 personnes au Royaume-Uni. Les participants ont été classés en six groupes en fonction de leurs habitudes alimentaires : véganes, végétariens, mangeurs de poisson, mangeurs de viande en quantité faible (moins de 50 g/j), moyenne (entre 50 et 99 g/j) ou élevée (plus de 100 g/j). Ces informations ont été croisées avec celles sur l'impact environnemental de 57 000 produits, tirées de l'examen de 570 analyses du cycle de vie issues de la base « Poore et Nemecek ». Ce travail permet d'évaluer les émissions de gaz à effet de serre (GES), l'utilisation des terres et de l'eau, l'eutrophisation et la perte de biodiversité associées à chaque régime alimentaire. L'intérêt de ces données est qu'elles tiennent compte des modes et lieux de production des aliments (production locale, importée, sous serre, de plein champ, etc.). Cette approche permet ainsi la comparaison directe d'indicateurs environnementaux pour chaque régime alimentaire.

Selon les chercheurs, un régime alimentaire végane ne représenterait que 30 % des émissions de CO2 d'un régime riche en viande (figure ci-dessous). Au sein même des régimes contenant de la viande, ceux avec de faibles quantités ne représenteraient que 57 % des émissions de CO2 de ceux avec des quantités élevées. Les émissions de protoxyde d'azote (N2O) de ce dernier groupe sont 3,6 fois plus importantes que celles des régimes véganes, principalement en raison des émissions liées aux fourrages.

Empreinte environnementale de différents régimes alimentaires en termes d'émissions de GES : dioxyde de carbone (CO_2), méthane (CH_4), protoxyde d'azote (N_2O)



Source : *Nature Food*

En matière d'utilisation des terres et d'eutrophisation, le régime alimentaire le plus riche en viande a un impact plus élevé que tous les autres. Concernant l'utilisation de l'eau et les impacts sur la biodiversité, l'écart se creuse encore plus entre les régimes riches en viande et véganes (figure ci-dessous).

Données d'utilisation des terres, de consommation d'eau, d'eutrophisation et d'impact en termes de biodiversité des différents régimes alimentaires, standardisés à 2 000 kcal/j, par âge et genre

Diet group	Land use ($m^2 d^{-1}$)	Water use ($m^3 d^{-1}$)	Eutrophication ($gPO_4 e d^{-1}$)	Biodiversity impact ($\times 10^{-12}$ species extinction per day)
Vegans	4.37 (3.59, 5.90)	0.41 (0.26, 0.77)	10.70 (8.61, 16.28)	1.12 (0.73, 2.55)
Vegetarians	6.01 (5.04, 9.32)	0.53 (0.38, 0.89)	17.27 (14.36, 22.09)	2.08 (1.19, 5.38)
Fish-eaters	6.31 (5.20, 9.68)	0.71 (0.48, 1.63)	21.09 (17.36, 26.52)	2.10 (1.24, 5.51)
Low meat-eaters	8.31 (5.91, 12.95)	0.71 (0.48, 1.70)	23.55 (19.17, 28.88)	2.29 (1.34, 5.90)
Medium meat-eaters	11.28 (7.38, 26.32)	0.78 (0.54, 2.02)	29.61 (23.96, 36.62)	2.77 (1.56, 6.78)
High meat-eaters	16.78 (10.31, 60.84)	0.89 (0.63, 2.04)	40.80 (31.26, 52.27)	3.69 (1.92, 8.92)

Results presented for all adults (N=55,504). All results are presented as median (2.5th percentile, 97.5th percentile) from a Monte Carlo analysis with 1,000 iterations.

Source : *Nature Food*

Ces résultats montrent que la quantité de viande consommée est un élément crucial de l'impact environnemental d'un régime alimentaire. Au-delà du végétarisme ou du véganisme, les émissions de GES, l'eutrophisation et l'utilisation des terres des régimes faibles en viande sont au moins 30 % inférieures à celles des régimes riches en viande. Les auteurs concluent que, même en prenant en compte l'origine et les méthodes de production des aliments (qui auraient pu compenser une partie de l'impact environnemental des régimes carnés), ces derniers restent encore plus nocifs que les régimes à base de plantes. Toutefois, la quantité de viande consommée resterait une variable importante pour les émissions des régimes à base de viande.

Marie Martinez, Centre d'études et de prospective

Source : *Nature Food*