



IDÉES

Manger sain et équilibré est-il bon pour le climat ?

Les circuits courts et la réduction de la consommation de viande sont réputés « bons pour l'environnement ». C'est un peu plus compliqué qu'il n'y paraît

PAR VINCENT RÉQUILLART



La chaîne alimentaire, de la fourche à la fourchette, est responsable d'environ 30 % des émissions de gaz à effet de serre (GES) en France, soit un peu plus que les émissions de l'ensemble du secteur des transports. Plus de la moitié de ces émissions sont liées à la production agricole, essentiellement sous forme de méthane provenant des activités d'élevage et de protoxyde d'azote provenant de la fertilisation des sols. Le reste des émissions provient de la transformation, de la distribution et, aussi, des déplacements des clients jusqu'aux magasins. Réduire sensiblement les émissions tout au long de la chaîne est un défi important qui ne passera pas uniquement par une amélioration de l'efficacité de la chaîne de production.

Un certain nombre d'ONG militent pour un changement radical de nos habitudes alimentaires, notamment en diminuant drastiquement notre consommation de viande. En effet, on émet environ dix fois plus de GES quand on produit un kilo de viande que quand on produit un kilo de fruits ou légumes. De plus, il est reconnu que, du point de vue de la santé, les régimes alimentaires des pays occidentaux comportent trop de produits animaux, viande notamment, trop peu de produits végétaux

et trop de produits gras ou sucrés.

Cette proposition de changement de nos habitudes alimentaires semble donc concilier les enjeux de santé liés à notre alimentation et les défis environnementaux.

Hélas, ce n'est pas si simple : les régimes « sains nutritionnellement » ont un impact sur l'environnement, mesuré par les émissions de GES, similaire voire plus élevé que celui des régimes « malsains nutritionnellement », comme le montre une recherche de Florent Vieux, Louis-Georges Soler, Djilali Touazi, Nicole Darmon, « *High nutritional quality is not associated with low greenhouse gas emissions in self-selected diets of French adults* », publiée le 30 janvier 2013 dans *American Journal of Clinical Nutrition*. Ces régimes « sains » comportent, en fait, une quantité plus importante de fruits et légumes, une quantité plus faible de produits sucrés, une quantité relativement proche de viande et, in fine, une quantité plus grande de nourriture, moins calorique.

UNE TAXE D'UN NIVEAU ÉLEVÉ

Or, si le rapport des émissions de GES entre un kilo de viande et un kilo de fruits et légumes est de un à dix, il n'est que de un à deux entre 100 calories de viande et 100 calories de fruits et légumes. Ainsi, adéquation aux recommandations nutritionnelles ne signifie pas automatiquement

meilleure adéquation à l'environnement. Manger local non plus, d'ailleurs ! Tout dépend des conditions de production. Pour les Bretons, manger une tomate du Maroc émet moins de GES que manger une tomate locale produite sous serre !

Pour autant, des régimes alimentaires peuvent concilier santé et environnement. Ces régimes comportent un peu moins de produits gras/sucrés, un peu moins de viande et un peu plus de produits végétaux. Ils correspondent aussi à un apport calorique plus faible. Opter pour ces régimes ferait baisser en moyenne de 20 % les émissions. Cela va dans le bon sens, mais nous sommes loin des objectifs globaux de réduction des émissions des gaz à effet de serre pour les pays occidentaux (une réduction de 75 % des émissions d'ici à 2050).

Comment favoriser l'adoption de tels régimes ? Ni les campagnes d'information ni les taxes ne semblent capables de modifier de façon radicale les modes d'alimentation. Autrement dit, les travaux économiques indiquent que même un accroissement significatif du prix des viandes relativement aux produits végétaux n'entraînerait pas un basculement fort des consommations au détriment de la viande et au profit des produits végétaux.

Il est difficile de modifier significativement les habitudes alimentaires,



qui font partie de nos identités : les modifications ne sont, donc, que graduelles. Quiconque a voyagé à l'étranger a sûrement ressenti cette envie irrésistible de retrouver son plat favori ou sa petite baguette du matin ! De même, la campagne d'information pour manger 5 fruits et légumes par jour n'aurait rehaussé que de 5 % la consommation de ces aliments.

La solution à suivre est de ne pas chercher à provoquer des basculements importants entre grandes familles de produits alimentaires, mais plutôt des changements moins radicaux, privilégiant au sein d'une même famille de produits les éléments les plus sains et les moins coûteux pour l'environnement. Par exemple, au sein des viandes, substituer la consommation de viandes rouges par la consommation de viandes blanches permettrait une amélioration des régimes sur les deux dimensions, santé et environnement.

Il suffirait pour cela d'une taxe sur les émissions de GES, comme cela est recommandé par la plupart des économistes. Des simulations indiquent que les régimes alimentaires s'adapteraient dans la bonne direction, tant sur le plan environnemental que sur celui de la santé, à condition que la taxe soit d'un niveau élevé (au minimum 100 euros la tonne de CO₂).

Encore faudrait-il que les politiques qui touchent l'alimentation soient cohérentes entre elles. C'est loin d'être le cas, dans la mesure où la politique agricole commune n'est pensée ni en fonction des enjeux de santé ni en fonction des enjeux du changement climatique... ■

POUR LES BRETONS, MANGER UNE TOMATE DU MAROC ÉMET MOINS DE GAZ À EFFET DE SERRE QUE MANGER UNE TOMATE LOCALE PRODUITE SOUS SERRE !



Vincent Réquillart

*est directeur
de recherche à l'INRA
et chercheur
à l'École d'économie
de Toulouse*