

VEGETARIANISMUL ÎNTRE SĂNĂTATE ȘI ECOLOGIE

Lăcrămioara PETRE¹, Tiberiu STAN²

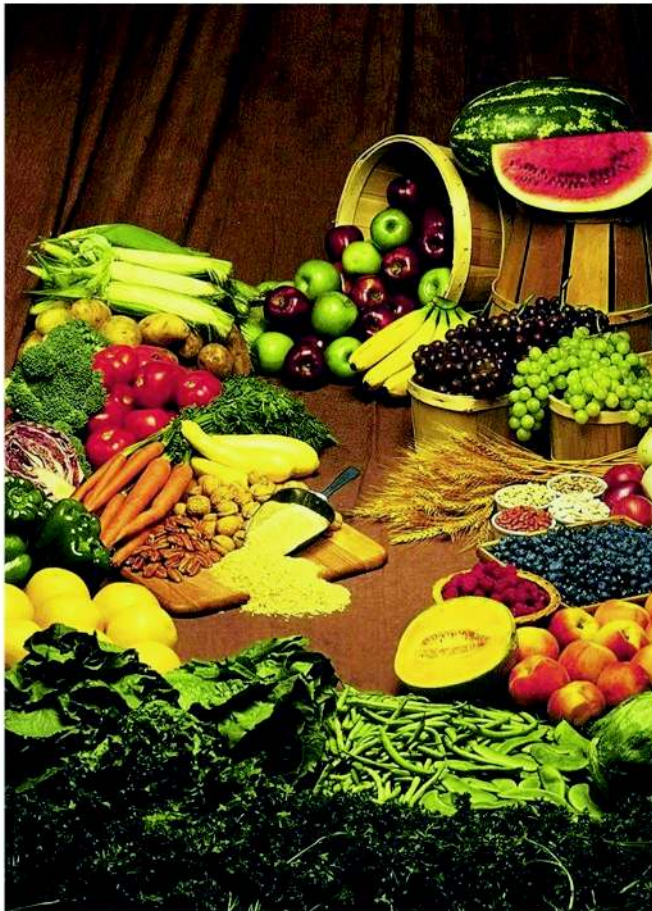
¹Institutul de Antropologie al Academiei Române, București, ²Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Institut für Neurophysiologie und Pathophysiologie

Abstract: Vegetarianism between health and ecology. From the nutritional behaviours, the vegetarianism is a phenomenon relatively new but very well known and appreciated for its nature friendly message but also for some medical reasons. Having diverse motivations but also diverse types of manifestation according to the residential cultural medium, vegetarianism is in fact a way of fighting against pollution, excessive industrialisation, disrespect of animal rights and wasting the planet resources. The aim of this paper is to point out some of the ecological aspects of the vegetarians beliefs, lifestyle and nutritional behaviour.

Key words: nutritional behaviours, vegetarianism, ecology

Scurt istoric

În ultimul timp, în lume dar și în țara noastră a luat amploare un fenomen antropologic izvorât din dorința unei sănătăți mai bune, dar care a devenit aproape un curent ecologist, cu accente uneori extremiste. Este vorba de o facțiune a curentului vegetarian, care recomandă vegetarianismul pur (cunoscut și ca vegan, veganism sau raw veganism), dar și un stil de viață specific, pro natură și pro sănătate.



Deși au existat curente vegetariene în multe țări și multe persoane care au adoptat acest regim alimentar încă din secolul al XVIII-lea, abia în secolul al XIX-lea s-a pus problema înființării unei mișcări vegetariene. Intenția a fost materializată în 1847, la 30

septembrie, când s-au pus bazele Societății Vegetariene în Northwood Villa, Marea Britanie, președinte fiind James Simpson. În septembrie 1849 a apărut și primul ziar, Vegetarian Messenger cu un tiraj de 5000 de copii care dorea să susțină și să facă cunoscută cauza și problematica vegetarianismului. În 1875 la Londra fost înființată o altă societate, Dietetic Reform Society cu caracter laic care susținea abținerea de la alcool, tutun și alimentația carnată. După mai multe schimbări de nume, în 1888 s-au stabilizat două societăți vegetariene naționale engleze: London Vegetarian Society și Vegetarian Society. Acesta a fost primul pas spre organizarea unui for al vegetarienilor la nivel național. A urmat apoi formarea unor societăți naționale vegetariene în Statele Unite ale Americii (1850), Germania (1867), Austria (1878), Franța (1879), Elveția (1880), Noua Zeelandă (1882), Ungaria (1884), Australia (1886), India (1889), Irlanda (1890), Cehoslovacia (1891), Chile (1891), Olanda (1894), Suedia (1895), Danemarca (1896), Belgia (1897), Italia (1899), Rusia (1901), Norvegia (1903), Spania (1905), Grecia (1906) (84). Formarea unei uniuni internaționale devenise necesară și aceasta a și fost formată în 1908, primind numele de International Vegetarian Union. Aceasta se constituie acum în forul superior al mișcărilor vegetariene din întreaga lume, susține cauza vegetarianismului și urmărește răspândirea mesajului comun al filozofiei care stă în spatele acestui comportament. [4] [5]

După aceasta în multe alte țări au fost înființate asociații ale vegetarienilor, afiliate la IVU. Există o serie de publicații internaționale cu specific vegetarian, sunt ținute congrese naționale și internaționale în diferite țări și chiar sunt susținute sau chiar realizate cercetări medicale, demografice și culturale referitoare la regimul vegetarian și efectele sale asupra stării de sănătate a organismului uman, dar și referitoare la calitatea alimentelor și la starea de sănătate a planetei.

Vegetarianismul și mediul inconjurător

Este adevărat că termenul de vegetarianism acoperă acum o gamă mai largă de comportamente alimentare, de la pollo-vegetarianism, care acceptă și carne de pui în alimentație, chiar dacă nu este unanim acceptat ca vegetarianism de către organizațiile de vegetarieni din lume [1], la fruitarism, care este de departe cel mai drastic comportament alimentar vegetarian, care nu doar că elimină orice produs de origine animală din alimentație, însă elimină și o parte din alimentele de origine vegetală, folosind ca hrană doar fructele și semințele plantelor, considerând că acestea oferă oamenilor și celorlalte viețuitoare fructele lor, dar nu și tulpinile, frunzele sau rădăcinile și că doar astfel, lăsând în viață acele plante care ne oferă surse de hrană, respectăm într-adevăr natura și viața. [3] Bineînțeles însă că cei mai răspândiți și cei mai cunoscuți vegetarieni sunt vegetarienii puri sau vegan care mănâncă doar alimente de origine vegetală, indiferent dacă sunt frunze, tulpini, rădăcini sau fructe. [2]

Însă chiar dacă unii adoptă o formă sau alta de vegetarianism, de la pescetarian (se permite și consumul cărnii de pește) la fruitarist și chiar dacă principiile pentru care luptă unele societăți sunt mai permissive (acceptă pollo- și pescetarianismul) sau mai radicale (pe lângă faptul că sunt strict vegan, recomandă și un comportament social specific), chiar dacă motivele principale pro-vegetarianism mai diferă de la o țară la alta sau de o la o societate la alta, în principiu toate luptă pentru drepturile tuturor viețuitoarelor la viață, pentru un comportament uman responsabil față de mediul ambiant și pentru o alimentație care să nu însemne uciderea altor viețuitoare.

Vegetarianismul, ca fenomen social, a pornit din grija pentru sănătatea proprie, militând împotriva excesului de carne în

alimentație, a aditivilor alimentari, antibioticelor, hormonilor de creștere, insecticidelor, erbicidelor și tuturor substanțelor chimice industriale folosite de către toți crescătorii de animale, dar și de agricultori pentru a spori producția sau pentru a-și proteja animalele sau plantele de diferite boli sau dăunători. Toate acestea sunt acumulate în produsele de origine vegetală sau animală și sunt dăunătoare sănătății celor care folosesc astfel de produse în alimentație. Însă toate aceste substanțe artificiale rămân în sol, se acumulează, poluează apele, aerul și apoi ceea ce a fost creat pentru a proteja culturile, animalele sau oamenii ajunge să dăuneze chiar acestora, în timp creând un climat din ce în ce mai artificial, mai poluat și mai greu de suportat de către viețuitoare. Iar aceste lucruri au fost conștientizate de către vegetarienii care căutau un mod de viață mai sănătos și mai natural, responsabilizându-i față de celelalte viețuitoare, față de natură, față de Pământ în general și făcându-i să devină din oameni preocupați și responsabili pentru propria sănătate în oameni preocupați și responsabili pentru întregul mediu ambiant.

Astfel, de la grija pentru sănătatea proprie s-a ajuns la grija pentru sănătatea planetei, la atitudini ecologiste, la promovarea culturilor ecologice și, nu în ultimul rând, la protejarea animalelor, devenind susținători fervenți ai dreptului tuturor animalelor la o viață decentă, normală, într-un spațiu protejat, natural, fără suferințe cauzate de testele pe animale realizate în diferitele laboratoare medicale sau cosmetice. Păstrarea unui habitat natural normal pentru animale dar și pentru om și crearea unor condiții optime de viață pentru toate viețuitoarele, chiar și pentru cele folosite de om în alimentație, sunt împărtășite în egală măsură de organizațiile ecologiste, de asociațiile de vegetarieni și de organizațiile specializate în protecția animalelor, acestea făcând front comun împotriva defrișărilor, poluării mediului prin deversarea dejecțiilor rezultate din industrie și a maltratării și chinuirii animalelor în orice mod.

Mai mult chiar, asociațiile pur vegetariene, care sunt mai radicale din punct de vedere al mesajului transmis, recomandă ferm și un comportament social specific asociat acestei alimentații și anume ridicarea împotriva oricărei forme de maltratare sau chinuire a animalelor. De aceea aceștia nu cumpără și nu folosesc produse în care au fost incluse substanțe de origine animală de nici un fel, nici alimentare, nici igienice, nici cosmetice etc. Se poate spune deci că vegetarianismul în acest caz este doar o consecință a unei filozofii și a unui stil de viață mult mai complex. Practicanții și adepții vegan nu folosesc nici un fel de aliment în care există vreo substanță de origine animală, inclusiv proteine lactate, gelatină sau miere; nu poartă haine de piele sau blană naturală; nu folosesc produse cosmetice care au fost testate pe animale sau folosesc substanțe de origine animală precum rujurile care pot conține lanolină sau ceară de albine, oăă care conține șelac (produs obținut din insecte), parfumuri cu zibetă (secreția anală a zibetei), mose (secreție de cerb), castoreum (secreție a glandei sexuale a castorului), ambră (provenită de la balenă) sau șampoane, creme care conțin chitină sau cherațină etc. [3] [4] [5] Publicațiile vegan și paginile de web ale acestor asociații furnizează liste detaliate ale produselor animale folosite în diferite produse de uz uman și chiar firmele sau fabricile care le folosesc pentru a fi evitate. De asemenea, luptă cot la cot cu asociațiile pentru drepturile animalelor și pentru închiderea grădiniilor zoologice care sunt considerate închisori pentru animale și denunță metodele brutale de dresaj prin înfometare sau bătaie practicate de către cei care dau spectacole de circ cu animale. Se cunoaște faptul că aceștia luptă de mulți ani și pentru interzicerea coridelor în care se consideră că taurii respectivi sunt înfomețați, apoi chinuiți și uciși în mod brutal în public.

De asemenea, vegetarienii afiliați la UIV susțin protejarea mediului ambiant, prin reducerea consumului exagerat al resurselor naturale ale pământului pentru a crește animale de fermă care consumă anual energie, furaje etc. și produc deșeuri organice în cantități impresionante, care determină dezvoltarea unei industrii poluante de producere a tot felul de aditivi, insecticide, antibiotice, hormoni artificiali care, la rândul lor, se produc cu consum energetic și generează poluare, chimizare, distrugerea mediului etc. Concluzii

Indiferent de motivele inițiale sau pe care le-au împrumutat pe parcurs din diferite domenii și indiferent de multiplele forme de

manifestare ale filozofiei lor de viață, vegetarienii în ansamblu formează o comunitate destul de mare în lume, al cărei mesaj se face auzit din ce în ce mai mult în contextul social și cultural al societății noastre moderne și de care ar trebui să ținem cu toții cont: mediul ambiant cu plantele și animalele lui face parte din viața noastră, iar protejând mediul ne protejăm pe noi înșine și viitorul copiilor noștri.

Bibliografie

1. Laty Dominique - *Regimurile alimentare*, Ed. Corint, București, 2002, p. 126
2. Săndulache Sorin - *Filosofia creștină despre sănătate*, vol. II, Ed. Card, București, 2001, p. 136
3. www.beyondveg.com
4. www.ivu.org
5. www.vegsoc.org

Date de contact

¹ Institutul de Antropologie al Academiei Române, str. Eroii Sanitari, nr. 8, sector 5, 050471, București, România, e-mail: lacrimuresan@yahoo.com

² Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Institut für Neurophysiologie und Pathophysiologie, Martinistraße 52, 20246 Hamburg, Deutschland, e-mail: tiberiu80@yahoo.com

