

Tenemos que hablar de la carne

Ignacio Fernández Vidaurreta (Medicina Familiar y Comunitaria), Servicio de Urgencias. Hospital de Torrejón de Ardoz, Madrid.

Lancet. 2018 Nov 24;392(10161):2237

[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)32971-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)32971-4)

La historia del ser humano se ha visto influida por su relación con el ganado, vinculada a la producción de carne para su consumo. Ha desempeñado un papel primordial en la dieta, como aporte nutricional y fuente de proteínas y ha dado forma además a diferentes identidades regionales y flujos demográficos.

Dejando aparte el debate sobre la idoneidad ética del consumo de carne, tanto el impacto climático de la cría de ganado, como los problemas nutricionales y de salud causados por su consumo, se han convertido en una preocupación apremiante. Se cuestiona la sostenibilidad ecológica global de los hábitos agrícolas, ya que su producción tiene efecto directo en el ecosistema por la emisión de gases, el uso global de agua dulce, el cambio en el uso de la tierra o la acidificación del océano. Un artículo reciente de Science afirma que la carne de menor impacto causa mucho más impacto ambiental que las formas menos sostenibles de producción vegetal.

Los esfuerzos de los gobiernos para frenar la obesidad y el aumento de peso en los países desarrollados aún no han tenido un efecto significativo, y la mayoría de estos esfuerzos se centran en el azúcar o la grasa. Los costes relacionados con la salud, directamente atribuibles al consumo de carne roja y procesada, serán de 285.000 millones de dólares en 2020, cerca del 3% del PIB mundial. El 4,4% de todas las muertes en el mundo serán causadas por la carne roja o procesada. En 2015 la OMS clasificó a algunas carnes rojas como carcinógenos, demostrando una fuerte asociación, basándose en la evaluación de la Agencia Internacional para la investigación del Cáncer.

Los países deberían tratar de limitar el consumo de carnes de cría intensiva, tanto por razones sanitarias como medioambientales. La fiscalidad selectiva ha dado resultados positivos en otros ámbitos de gran preocupación para la salud, como el tabaco. Lo más probable es que se tengan que adoptar medidas de mayor alcance, hasta cambiar de forma progresiva los hábitos de los consumidores a largo plazo, posiblemente a través del uso de impuestos selectivos, pero sin duda a través de un debate equilibrado. Cada vez parece confirmarse que la cantidad saludable de carne roja o procesada, tanto para el planeta como para el ser humano, es muy pequeña, a pesar de su profundo arraigo cultural. Tenemos la capacidad de equilibrar el deseo de comer lo que queramos con nuestra necesidad de preservar el ecosistema del que dependemos para mantenernos. El debate para abordar este tema debería comenzar lo antes posible.