

CARNE VERMELHA: VILÃ DO MEIO AMBIENTE?

Biologia & Ciências

Enviado por: _aquiasvalasco@seed.pr.gov.br

Postado em:04/03/2008

Aquele churrasquinho pode custar mais caro do que se imaginava. Os vegetarianos muitas vezes são vistos como chatos por pregarem que não devemos comer carne.Saiba mais...

Os vegetarianos muitas vezes são vistos como chatos por pregarem que não devemos comer carne. Com a recente divulgação do impacto que estes animais que comemos causam no nosso meio ambiente, os vegetarianos mostram que tem forte argumento.Estudos sobre os ruminantes (alguns destes animais que no nosso prato chamamos de "carne vermelha") mostram que eles liberam grande quantidade de gás metano (gás do efeito estufa) no meio ambiente devido à flatulência que a digestão da celulose provoca. Além disto, a demanda por carnes impulsiona a derrubada de florestas para dar lugar a pastagens. Para piorar o quadro, o carvão vegetal você já deve saber de onde vem. E a queima do carvão também contribui para o aquecimento global.De qualquer modo, nutricionalmente, não devemos desprezar o valor da carne: é uma boa fonte de ferro e aminoácidos essenciais.Você não precisa fazer como os vegetarianos, mas é aconselhável moderar o consumo das carnes, não ultrapassando a quantidade de 170 gramas/dia, dando preferência à carne magra.postado por Marco Pozzana. <http://www.biologo.com.br>