

i grubego, choroby układu krążenia i udary mózgu, cukrzyca, a także ryzyko nadwagi oraz otyłości. W związku z tym, jak wcześniej wspomniano, zgodnie z najnowszymi zaleceniami Narodowego Centrum Edukacji Żywnościowej (NCEZ) spożycie mięsa czerwonego i przetworów mięsnych powinno być ograniczone. Zmniejszenie spożycia mięsa i jego zrównoważona konsumpcja poprawiłoby stan zdrowia ludzkości w zakresie chorób dietozależnych oraz zmniejszyłyby skorelowane z tym wydatki na opiekę zdrowotną.

W celu redukcji konsumpcji mięsa i jednoczesnego zmniejszenia emisji gazów cieplarnianych proponuje się m.in. wprowadzenie podatku węglowego, co w konsekwencji przyczyniłoby się do wzrostu cen produktów mięsnych, a więc i do zwiększenia zainteresowania konsumentów alternatywnymi produktami, których produkcja wiąże się z mniejszą intensywnością emisji dwutlenku węgla, czyli np. substytutami mięsa. Występują jednak obawy, że zastosowanie takiej procedury mogłoby pogorszyć standardy żywieniowe w państwach o najniższych dochodach – przypuszcza się, że w tych populacjach pogłębiłoby się stosowanie niedoborowej (m.in. w białko) diety opartej w głównej mierze na produktach zbożowych, które są po prostu tańsze. Taka sytuacja doprowadziłaby zapewne do gorszego stanu odżywienia oraz niedożywienia wśród tamtejszej ludności. Jako alternatywę rozważa się obniżenie cen substytutów mięsa, które mają zbliżoną do niego wartość odżywczą i są wizualnie podobne. Takie rozwiązanie mogłoby jednocześnie poprawić stan zdrowia populacji. Według badania Ritchie, Reaya i Higginsa stosowanie fleksitarianizmu, czyli diety opartej głównie na produktach zastępujących mięso, a tylko okazjonalne spożywanie mięsa i ryb, mogłoby spowodować redukcję emisji gazów cieplarnianych do 583 mln ton ekwiwalentu dwutlenku węgla (MtCO_2e) rocznie, a także przyczynić się do uniknięcia ok. 52,7 tys. przedwczesnych zgonów w ciągu roku. Bardzo ważne jest więc podejmowanie wszelkich działań edukacyjnych mających na celu rozpropagowanie tej grupy produktów w społeczeństwie.