

Quelles dynamiques de transition vers des régimes alimentaires durables ?

“Modelling the drivers of a widespread shift to sustainable diets” est un article rédigé par Eker *et al.* en 2019 et publié par la revue Nature. Son intérêt réside dans l'analyse comportementale des ressorts des habitudes alimentaires, l'identification des leviers de transformation associés et leurs conséquences sur le système alimentaire mondial. De cet article, La Fabrique Écologique retient trois points essentiels :

#1 Concentrant près d'un quart des émissions mondiales de gaz à effet de serre selon l'Institut Polytechnique de Paris, et contribuant à une déforestation massive, l'agriculture constitue un enjeu majeur de la transition écologique. De nombreuses études démontrent qu'une réduction mondiale de la consommation de viande atténuerait les impacts du système alimentaire sur la raréfaction des réserves en eau douce, l'acidification des océans, la dégradation des écosystèmes et le changement climatique. Limiter la consommation de viande rouge à un repas par semaine et celle de viande blanche à une demi-portion par jour, en moyenne à l'échelle mondiale, suffirait à réduire de moitié d'ici à 2050 la quantité de CO₂ émise par le secteur agricole, et le nombre d'hectares alloués à la production pour l'alimentation animale au profit de celle liée à l'alimentation humaine. Cela pourrait mener à une baisse de la quantité totale d'hectares cultivée et réduire ainsi la destruction des habitats naturels.

#2 Si la consommation de viande rouge diminue dans certains pays, des résistances sociales empêchent d'atteindre le niveau de consommation bénéfique à l'environnement. Parmi celles-ci figurent des préférences en matière de goût, d'héritage culturel, des positionnements idéologiques ou un manque d'acculturation aux enjeux entourant le régime alimentaire et le changement climatique. L'étude révèle pourtant que le cœur de la problématique réside dans la transition des populations consommatrices de viande vers des régimes alimentaires plus durables : même si une large partie de la population adoptait un régime végétarien, les baisses des émissions de CO₂ ou d'utilisation d'azote associées seraient moins

importantes qu'avec une diminution de la consommation de viande au sein des régimes carnés.

#3 À travers quatre scénarios de régime alimentaire, les aut.eur.rice.s ont analysé les facteurs qui influent le plus sur la variance du pourcentage de végétarien.ne.s dans la population globale, et les variables associées à une part élevée de végétarien.ne.s. Les résultats issus des modélisations montrent que les principaux leviers de transformation sont les normes sociales et l'auto-efficacité, soit la confiance de l'individu dans sa capacité à atteindre les objectifs fixés. Ces facteurs auraient ainsi plus d'influence que la santé ou la perception du risque climatique. D'autre part, selon les modèles, les jeunes apparaissent plus enclins à changer de régime alimentaire, et peuvent donc constituer la clé de voûte de la transition vers des régimes alimentaires durables.

Les habitudes alimentaires en France

D'après le *Baromètre 2024 Sobriétés et Modes de vie* réalisé par l'ADEME, 3% des françai.s.es se déclarent végétarien.ne.s ou végan.e.s, 16% flexitarien.ne.s, 30% consomment de la viande de 3 à 5 fois par semaine, et 21% tous les jours. Plus d'un quart des personnes interrogées prévoient une baisse de leur consommation de viande dans les années à venir. Selon une étude menée par l'IFOP et FranceAgriMer en mai 2021, nous retrouvons dans les régimes alimentaires sans viande une sur-représentation des femmes (67%), des moins de 35 ans (41%), des personnes avec un niveau d'étude supérieure au bac (45%) et des CSP+ (47%). Certaines initiatives telles que la loi EGalim (2019), qui impose un repas végétarien par semaine pour la restauration scolaire témoigne d'une progression sur ces sujets. Mais les résultats restent très mitigés et l'essentiel reste à faire.

L'avis de Pauline Bureau, Vice-présidente de LFE

Le sujet de la consommation de viande nous met face aux limites d'une approche techno-centrée de la transition écologique : ici ce sont les stratégies de communication qu'il faut travailler, et les normes sociales qui sont en jeu. Et celles-ci ne sont pas immuables !