

¿Sera posible salvar el planeta si dejamos de consumir carne de res?

Análisis escrito por [Dr. Joseph Mercola](#)

✓ Datos comprobados

HISTORIA EN BREVE

- › Un análisis destinado a evaluar el cambio en las emisiones de carbono y el uso de agua de un solo sustituto alimenticio descubrió que reemplazar un alimento de carne de res con pavo podría reducir las emisiones de carbono en un 9.6 % y el uso de agua en un 5.9 %
- › Un segundo anuncio en la industria de alimentos falsos demostró que los investigadores de Israel pueden producir leche de vaca sin animales a partir de un proceso de "fermentación de precisión" que utiliza microflora. La pieza de precisión se basa en insertar el ADN generado por IA en los microorganismos
- › La FDA le otorgó a las proteínas lácteas transgénicas que se utilizan en el helado Perfect Day el estado reconocido como seguro (GRAS por sus siglas en inglés). Sin embargo, los datos demuestran que las prácticas agrícolas regenerativas tienen una huella de carbono más baja que la agricultura CAFO y la producción de carne falsa
- › Los defensores de la comida falsa promueven la idea de que eso crea una fuente de alimentos sostenible. Pero el proceso involucra crear una mayor ganancia financiera para las personas que la poseen o invierten mucho dinero, lo que permite que algunos controlen las poblaciones a través de la producción y distribución de alimentos

Un estudio publicado en el *American Journal of Clinical Nutrition*¹ trató de evaluar el impacto en los recursos de carbono y agua cuando se incluyó solo un sustituto en la alimentación de una persona. Los investigadores analizaron muchos alimentos y

descubrieron que los alimentos de mayor impacto podrían reducir la huella de carbono y el uso de agua. Sin embargo, los sustitutos sugeridos podrían tener problemas adicionales.

Casi todos los sustitutos que los investigadores quieren que pruebe también tienen niveles más altos de ácidos grasos omega-6 en forma de ácido linoleico (LA). Las grasas omega-6 son esenciales para gozar de una buena salud. Sin embargo, la dieta occidental incluye una gran cantidad de grasas omega-6 y no tiene suficientes grasas omega-3.

Estas dos grasas se deben equilibrar en una proporción lo más cercana posible a 1 a 1.² En mi opinión el LA es una de las principales causas de la disfunción metabólica. Creo que este veneno está detrás del aumento de las tasas de enfermedades crónicas.

Lo que planeo abarcar en mi próximo libro es que el LA provoca una disfunción mitocondrial severa, niveles bajos de NAD+, obesidad, resistencia a la insulina y reduce de forma significativa la capacidad de producir energía. Al considerar los sustitutos que sugieren los investigadores, es importante que también considere el contenido de nutrientes y el impacto que tiene en su salud a largo plazo. De hecho, existen mejores opciones.

Sustituir un solo alimento podría reducir la huella de carbono

En enero de 2022, investigadores de la Universidad de Tulane³ publicaron un análisis del recordatorio de 24 horas recopilado de la Encuesta Nacional de Examen de Salud y Nutrición (NHANES por sus siglas en inglés) realizada entre 2005 y 2010. El análisis estaba destinado a evaluar el cambio en la huella de carbono o el uso del agua si se sustituyera un solo producto en el grupo de 16 800 adultos encuestados.⁴

Los investigadores utilizaron el Índice de Alimentación Saludable (HEI por sus siglas en inglés)⁵ para evaluar la calidad de cada alimento y después colocaron los alimentos con el mayor impacto en las emisiones de gases de efecto invernadero en la parte superior

de la lista. La huella de carbono de los participantes se calculó en función de su alimentación actual y después con el alimento que se sustituyó.

Los datos demostraron que los alimentos con el mayor impacto en las emisiones de gases de efecto invernadero son los productos de carne de res que se producen de forma convencional. El ganado se cría de manera convencional en operaciones concentradas de alimentación animal (CAFO), que son conocidas por producir grandes cantidades de carbono y metano.⁶ Además, en un estudio publicado por Johns Hopkins en 2019, se observaron problemas adicionales con las CAFO:⁷

- Las CAFO operan con los impuestos de los contribuyentes
- Los alimentos que producen utilizan 12 veces la energía necesaria para producir alimentos fuera de una CAFO
- Existen casi 20 000 CAFO en los Estados Unidos donde cada año se crían y sacrifican más de 9 mil millones de animales
- Por lo general, las CAFO se encuentran en comunidades de bajos recursos

Los animales criados en las CAFO consumen alimentos que no consumirían de forma natural, lo que afecta la calidad de la carne.⁸ Los investigadores sugirieron que sustituir un alimento de alto impacto por otro con un puntaje HEI similar podría tener un impacto en las emisiones de gases de efecto invernadero. La intención era proporcionar un sustituto que no cambiara la calidad del alimento que había elegido el participante.

Casi el 20% de los encuestados reportaron consumir al menos una porción de carne de res al día. Los investigadores estimaron que, si este 20 % sustituyera una porción de carne de res por una porción de carne de pavo molida, el impacto de las emisiones de gases de efecto invernadero podría disminuir un promedio del 48 % y el uso del agua podría reducir un 30 %.⁹

Los investigadores analizan el efecto que esto tendría si solo el 20 % de las personas que consumen carne de res todos los días sustituyeran una comida con carne de res diario. Los datos demostraron que podría reducir la huella de carbono en un 9.6 % y el uso de agua en un 5.9 %.

Diego Rose, profesor de nutrición y seguridad alimentaria en la Facultad de Salud Pública y Medicina Tropical de la Universidad de Tulane, comentó que sus datos demostraron que hasta los pasos más simples pueden ayudar a marcar una diferencia en el cambio climático.¹⁰ Otra de sus recomendaciones es sustituir la leche de vaca por productos lácteos a base de soya.¹¹

Leche falsa

También se publicó un segundo anuncio sobre alimentos falsos en febrero de 2022. Después de 15 años de investigación en la Universidad de Tel Aviv, Imagindairy anunció que ya existía una nueva forma de producir proteínas a base de leche sin animales. Se promociona como “leche real con proteínas lácteas. Pero sin vacas”.¹²

El resultado de quince años de trabajo fue que la empresa Imagindairy terminó con una inversión inicial de \$13 millones para comercializar la producción de proteínas lácteas sin animales. El director ejecutivo de la empresa cree que el mercado busca más comida falsa basada en proteínas sin animales.¹³

La producción utiliza microorganismos en un proceso que ellos llaman “fermentación de precisión”. Los científicos afirman que el proceso produce suero y caseína, que son dos de los componentes más importantes de la leche de vaca ya que son responsables de propiedades específicas, como el sabor y la textura. Los científicos utilizan la microflora para producir caseína y suero después de proporcionarle a los microorganismos la secuencia de ADN para producir estas proteínas.

La compañía afirma que este proceso no requiere ninguna vaca. En cambio, el modelo de ADN que se le da a los microorganismos se produce por un software. La microflora se agrega a un tanque con agua, nutrientes y azúcar. Debido a que los organismos cuentan con el modelo de ADN, durante la fermentación se producen las dos proteínas.

Luego, los científicos separan las proteínas de la microflora y después se filtra, purifica y seca. El polvo resultante se puede utilizar para hacer leche, queso crema, yogur y queso. La empresa promueve la diferencia en las emisiones de gases de efecto

invernadero entre la producción de leche falsa y la producción de ganado lechero CAFO. Eyal Afergan, cofundador y director ejecutivo de Imagindairy, comentó para Food Ingredients:¹⁴

“Los consumidores quieren la sensación de la leche real, pero al mismo tiempo, no quieren lastimar a los animales. Nuestra visión es permitir que todos los amantes de los lácteos del mundo disfruten del sabor y los nutrientes de los productos lácteos mientras preservan el medio ambiente y protegen a los animales. Juntos, podemos crear un mundo en el que una vaca lechera sea solo una vaca que alimenta a su becerro”.

No obstante, si nota, el factor más importante para producir leche falsa parece ser la sensación de la leche real sin decir que es un producto que se produce al inyectar el ADN en microorganismos que fermentan el agua, azúcar y nutrientes desconocidos para proporcionar lo que su cuerpo necesita para gozar de una buena salud. Les gustaría ya no ocupar a las vacas para nada.

Un laboratorio crea helado hecho con hongos GE

En una medida similar, la compañía Perfect Day en 2019, recibió la aprobación para crear helados¹⁵ con proteína sin animales hecha de hongos transgénicos.¹⁶ El proceso para elaborar proteínas de leche de laboratorio está muy lejos de ser natural, pero Perfect Day trató de eludirlo al describir el proceso como una "colaboración con la naturaleza",¹⁷ que es otra forma de describir que el ADN se manipula dentro de los microorganismos.

La compañía Perfect Day fomenta un futuro de alimentos falsos al "colocar nuevos productos en el mercado".¹⁸ Crearon Urgent Company como la "modalidad misma del sentido de urgencia de nuestra generación de utilizar la ciencia y la tecnología para hacer cosas mejores y más sostenibles para todos".¹⁹

La FDA le otorgó a las proteínas GE el estado reconocido como seguras (GRAS),²⁰ aunque se desconoce cuáles serán las consecuencias a largo plazo de consumir este

nuevo alimento falso. Perfect Day también afirma que las proteínas que se utilizan para fabricar sus productos son "algunas de las proteínas más puras de la industria alimentaria".

La industria de alimentos falsos impulsa las proteínas que se crean en laboratorio al señalar lo obvio, que la producción de lácteos y de carne de res convencionales y en granjas industriales no es buena para los animales ni para el planeta. Sin embargo, la idea de que la única alternativa es crear alimentos sintéticos en el laboratorio es falsa.

Las prácticas agrícolas regenerativas contribuyen a un medio ambiente limpio

El estudio de la Universidad de Tulane no consideró el daño al medio ambiente y la salud humana mientras buscaban sustitutos de alimentos. En otras palabras, sustituyeron la carne de res de CAFO por pollo o pavo de CAFO y la leche de vaca por leche de soya.

Impossible Foods, una empresa que se encarga de fabricar carne, pescado y productos lácteos a partir de plantas,²¹ trató de demostrar que tenían una mejor huella de carbono que las granjas de animales vivos. Contrataron a Quantis para hacer un análisis,²² que es un grupo de científicos y estrategias que ayudan a sus clientes a tomar acciones basadas en evidencia científica. De acuerdo con el resumen ejecutivo, su producto reduce el impacto ambiental entre un 87 % y un 96 % en las categorías estudiadas.

Estos incluyeron el potencial de calentamiento global, la ocupación del suelo y el consumo de agua, dos de los factores que se consideraron en el estudio de la Universidad de Tulane.²³ Impossible Foods comparó el producto de carne falsa con la carne que se produce en las CAFO, mientras que una opción más saludable y sostenible es la carne que se produce por vacas alimentadas con pastura. Sin embargo, existe una opción más limpia y saludable para su salud y el medio ambiente.

White Oak Pastures en Bluffton, Georgia,²⁴ crea productos de animales alimentados con pastura de alta calidad y además utiliza prácticas de pastoreo regenerativo. Solicitó el

mismo análisis de Quantis y publicaron su estudio de 33 páginas²⁵ que demuestra las comparaciones de las emisiones de White Oak Pastures frente a la producción cárnica CAFO convencional.

Aunque fabricar carne falsa disminuyó la huella de carbono en un 96 % , White Oaks en comparación con la carne producida por CAFO, tuvo una emisión total neta en números negativos. Además, la carne de res de animales alimentados con pastura de White Oak Pastures tenía una huella de carbono que era un 111 % menor que la de CAFO y su sistema regenerativo capturó de manera efectiva el carbono del suelo, lo que compensó la mayoría de las emisiones que se relacionan con la producción de carne de res.

La industria de alimentos falsos también depende de la producción de monocultivos de soya, que daña el medio ambiente.²⁶ Vale la pena señalar que gran parte de esto es soya transgénica que contiene glifosato, el cuál es un ingrediente del Roundup.²⁷

Además de la soya, la investigación también advirtió que el aceite de soya, que es uno de los aceites de cocina que más se consume en Estados Unidos²⁸ puede causar cambios neurológicos y metabólicos relacionados con el autismo, Alzheimer, diabetes tipo 2 y la obesidad.²⁹

Bill Gates quiere que los países ricos consuman alimentos sintéticos

Los defensores de los alimentos sintéticos de laboratorio promueven la idea de que se trata de crear un suministro de alimentos sostenible o tomar una decisión "verde" que ayude al planeta. Sin embargo, en un artículo publicado a principios de septiembre de 2021,³⁰ el crítico gastronómico del Financial Times defendió que la carne de laboratorio tiene una relación con la propiedad intelectual (PI) y la creación de ganancias financieras inesperadas para quienes la poseen o han invertido en ella.

Desde una perspectiva histórica, analizó las patentes que se han presentado para proteger los cereales para el desayuno, bebidas carbonatadas, vacunas, medicamentos, plantas transgénicas y los pesticidas. En cada caso, la propiedad intelectual de Kellogg,

Coca-Cola, McDonald's, grandes compañías farmacéuticas y agroquímicas fue el elemento vital de su éxito financiero. Escribió lo siguiente:³¹

"En la actualidad, no hay mucha propiedad intelectual en la industria cárnica. Salvar la vida de los animales, prevenir la tala de la selva tropical, incluso reducir las emisiones de metano no entusiasma a los inversores porque esos cambios no se pueden traducir en ganancias.

Ahora, su objetivo es remplazar la carne que consumimos con un producto patentado y así obtener la propiedad intelectual de la carne. Coca-Cola y McDonald's lograron convertir productos alimenticios patentados en dos de las principales compañías de alimentos del mundo por capitalización de mercado, pero incluso esto no se compararía con las ganancias que podría generar una patente de "carne" sin productos de origen animal".

Por lo tanto, no debería sorprender que Bill Gates promueva la idea de producir y distribuir carne de vacuno 100 % sintética para luchar contra el cambio climático.³² A pesar de que los datos han demostrado que las estrategias de agricultura regenerativa son más saludables para el medio ambiente que los alimentos sintéticos, y a pesar de que posee miles de hectáreas de tierras de cultivo,³³ al parecer la comida sintética es el tema de su libro para eliminar las emisiones de gases de efecto invernadero.³⁴

Vale la pena señalar que este libro lo escribió un hombre que construyó una casa de 6131 metros cuadrados (65 993 pies cuadrados) con garaje para 23 autos, cine para 20 personas y 24 baños.³⁵ También posee otras cinco casas, una granja de caballos, cuatro aviones privados y varios helicópteros.

De acuerdo con un estudio publicado en Business Today, la huella de carbono anual de Gates es de 7493 toneladas métricas de carbono, gran parte de las cuales son producidas por su avión. En este caso, también debe analizar el dinero. En un artículo publicado en Forbes el 22 de marzo de 2021, un reportero de finanzas escribió:³⁶

"Ahora, no estoy de acuerdo con Gates. Y odio la idea de que los gobiernos decidan qué deben comer sus ciudadanos (que parece ser lo que sugiere

Gates). Pero mi trabajo es ayudarlo a ganar dinero. Y no hay duda de que se pueden ganar miles de millones con la tecnología detrás de la carne de origen vegetal”.

Durante la entrevista de Gates con MIT Technology Review, dijo:³⁷

“Así que no, no creo que los 80 países más pobres vayan a comer carne sintética. “Creo que todos los países ricos deberían cambiar a carne de res 100 % sintética. Puede acostumbrarse a la diferencia de sabor, y aseguran que lo mejorarán con el tiempo. Con el tiempo, esa fórmula será lo suficiente modesta como para que pueda cambiar el [comportamiento de] las personas o usar la regulación para cambiar la demanda por completo.

Considere la última oración en ese párrafo y analice como Gates y otros tecnócratas tienen como objetivo controlar a la población a través de la producción y distribución de alimentos. Es importante comprender que la idea de promover las proteínas de laboratorio no se trata de sostenibilidad, sino de riqueza y poder.

Al utilizar la propiedad intelectual, las empresas de tecnología esperan reemplazar los animales vivos con alternativas patentadas derivadas de plantas y animales, y de esta forma, controlar el suministro de alimentos. Y las 242,000 hectáreas de tierras de cultivo de Gates por todo Illinois, Luisiana, California, Iowa y casi una docena de otros estados³⁸ parecen estar destinadas a cultivos de soya y maíz transgénicos.³⁹ En otras palabras, tienen los cultivos básicos necesarios para la carne falsa (de origen vegetal) y los alimentos procesados.

Fuentes y Referencias

- ^{1, 4} [American Journal of Clinical Nutrition, 2022;115\(2\)](#)
- ² [Biomedicine and Pharmacotherapy, 2002;56\(8\)](#)
- ^{3, 9, 10, 11, 23} [Science Daily, January 13, 2022](#)
- ⁵ [US Department of Agriculture Food and Nutrition Service](#)
- ⁶ [Action for the Climate Emergency, August 6, 2021](#)
- ⁷ [Johns Hopkins, December 10, 2019](#)
- ⁸ [Alliance for Natural Health, September 3, 2020](#)

- ^{12, 15} Food Safety News, February 21, 2022
- ¹³ Food Safety News, February 21, 2022, para 5
- ¹⁴ Food Ingredients, June 9, 2021, para 1 above company history
- ¹⁶ Popular Science December 2, 2020 Perfect Day
- ¹⁷ Perfect Day Foods, Process
- ¹⁸ Perfect Day, The Future Can't Wait
- ¹⁹ Perfect Day, Urgent Company
- ²⁰ Food Safety News, February 21, 2022, What about food safety
- ²¹ Impossible Foods, July 22, 2021 Mission
- ²² Impossible Food, Environmental Life Cycle Analysis: Impossible Burger 2.0, March 20th, 2019 Table 1
- ²⁴ White Oaks Pastures
- ²⁵ Quantis, Carbon Footprint Evaluation of Regenerative Grazing at White Oaks Pastures
- ²⁶ One Green Planet, How the Growth of Monoculture Crops Is Destroying our Planet and Still Leaving us Hungry
- ²⁷ FDA, February 17, 2022
- ²⁸ Neuroscience News, January 17, 2020
- ²⁹ UC Riverside News, January 17, 2020
- ^{30, 31} The Financial Times, Lab-Grown Meat Isn't About Sustainability, It's Big Business
- ³² TechCrunch, March 23, 2021
- ³³ The Guardian, April 5, 2021
- ^{34, 37} MIT Technology Review, February 14, 2021
- ³⁵ Business Today, February 23, 2021
- ³⁶ Forbes, March 22, 2021
- ³⁸ New York Post, February 27, 2021
- ³⁹ Organic Consumers Association, September 20, 2021