

# III TUŠTI NARVAI

Socialiai atsakingoms Lietuvoje veiklą vykdančioms įmonėms vis daugiau dėmesio skiriant aplinkosaugai, darbuotojų sveikatai bei skatinant sveiką gyvenimo būdą, rekomenduojame įprastą karvių pieną pakeisti augaliniu: sojų, įvairių riešutų, kviečių, ryžių, kanapių, avižų, kokosų, etc.

## ► APLINKOSAUGA

Jungtinės Tautos įvardija gyvulininkystę, kurios didelę dalį sudaro pieno pramonė, kaip vieną didžiausių klimato kaitos, miškų kirtimo, biologinės įvairovės nykimo, vandens ir oro taršos bei kitų aplinkosauginių problemų priežastį. Nemažai šių problemų sukelia pesticidų ir herbicidų gamyba, jų naudojimas pašarams auginti, didelės ploto ir vandens sąnaudos.

Įskaičiuojant vandenį, naudojamą pašarų gamybai, karvėms girdyti, išmatoms valyti ir kitoms veikloms, 100 karvių auginančiam ūkiui reikia apie 2 milijonų litrų gėlo vandens per parą. Dideli karvių išmatų ir šlapimo kiekiai dažnai tampa šalia esančių gėlo vandens telkinių ir požeminių vandenų užterštumo priežastimi.

Galvijų laikymas siejamas su klimato kaita ir oro užterštumu: bendras metinis išmetamų dujų kiekis yra didesnis nei visų transporto rūšių kartu sudėjus. Gyvulininkystė yra pagrindinis į atmosferą išmetamo metano šaltinis: 86 milijonai tonų išmetami vykstant galvijų virškinimo procesams, dar 18 milijonų tonų į atmosferą patenka iš galvijų išmatų, kartu tai sudaro net iki 40% viso į atmosferą išmetamo metano. Gyvulininkystė ir visa su tuo susijusi veikla yra atsakinga už 65% viso į atmosferą išmetamo azoto oksido – didžiausią įtaką klimato kaitai turinčių dujų. Jos sudaro net 80% viso žemės ūkio išmetamo azoto oksido dujų. Gyvulininkystės pramonė kasmet į atmosferą išmeta iki 32 000 milijonų tonų anglies dvideginio, skirtingi šaltiniai nurodo, kad tai sudaro nuo 18% iki 51% viso žmonijos išskirto anglies dvideginio per metus.

## ► SVEIKATA

Pienas yra vienas didžiausių žinomų alergenų, dalis žmonių netoleruoja laktozės, nors to net nežino. Laktozė gali sukelti žarnyno problemas, pykinimą, viduriavimą ir kitas sveikatos problemas. Pienas taip pat siejamas su išsėtine skleroze, įvairiais vėžiniais susirgimais.

Piene gausu cholesterolio, sukeliančio širdies ir kraujagyslių ligas, tokias kaip: aterosklerozė, aukštas kraujo spaudimas, infarktas, nuo kurio Lietuvoje kasdien miršta apie 20 žmonių.

Pienas nepadedą stiprinti kaulų: šalyse, kuriose suvartojama daugiausia pieno, registruojama ir daugiausia su kaulais susijusių problemų, tarp jų ir osteoporozės atvejų.

## ► DAUGIAU INFORMACIJOS:

<http://www.fao.org/docrep/012/k7930e/k7930e00.pdf>

<http://www.fao.org/newsroom/en/News/2006/1000448/index.html>

[http://ohioline.osu.edu/aex-fact/pdf/Water\\_Use\\_Dairy.pdf](http://ohioline.osu.edu/aex-fact/pdf/Water_Use_Dairy.pdf)

<http://waterfootprint.org/media/downloads/Hoekstra-2012-Water-Meat-Dairy.pdf>

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1291895>

<http://www.bmj.com/content/349/bmj.g6015>

<ftp://ftp.fao.org/docrep/fao/010/a0701e/a0701e03.pdf>

