**Według ekspertów wkrótce ludzkość będzie potrzebować 1,75 planety[[1]](#footnote-2)**

Pierwszy raport powołanego przez DANONE think tanku „Żywność dla Przyszłości”

**Diety ograniczające spożycie mięsa i produktów odzwierzęcych nadal nie są w Polsce popularne, a Polacy nie wiążą swoich wyborów żywieniowych z wpływem na stan środowiska. Są jednak skłonni zmienić dietę w trosce o zdrowie – wynika z raportu „Talerz przyszłości”, opracowanego przez Interdyscyplinarne Centrum Analiz i Współpracy Żywność dla Przyszłości. Platforma badawcza zainaugurowała swoją działalność podczas IV Szczytu Klimatycznego TOGETAIR. Inicjatorem powołania unikatowego think tanku, zrzeszającego liderów z różnych dziedzin nauki, jest grupa spółek DANONE, prowadząca w Polsce od ponad 30 lat działania na rzecz poprawy żywienia milionów Polaków i ograniczania skutków kryzysu klimatycznego.**

**Żywność dla Przyszłości** to pionierska platforma badawczo-ekspercka, która łączy tematy zdrowia i odpowiedniego żywienia z troską o środowisko i bezpieczeństwo żywnościowe. – *W ramach naszej misji dążymy do zapewnienia bezpieczeństwa żywnościowego, czyli powszechnego dostępu do smacznej, zdrowej żywności, której produkcja nie zagraża środowisku naturalnemu, a w konsekwencji zarówno obecnym, jak i przyszłym pokoleniom. Dobrostan ludzi i równowaga planety stanowią wspólny ekosystem: zdrowe ciało potrzebuje wartościowej żywności, a wartościowa żywność jest zależna od kondycji planety. Jesteśmy przekonani, że tylko holistyczne spojrzenie na tę kwestię, od strony wielu dziedzin, może przynieść korzystne zmiany* – wyjaśnia **dr hab. inż. Zbigniew Karaczun**, jeden z członków-założycieli think tanku „Żywność dla Przyszłości”.

**W trosce o zdrowie i kondycję planety**

Wśród założycieli think tanku, oprócz **dr. hab. inż. Zbigniewa Karaczuna**, specjalizującego się w tematyce ochrony środowiska, klimatu, sozologii, polityki ekologicznej, są także **prof. dr hab. Ewelina Hallmann,** zajmująca się naukami rolniczymi, szczególnie w zakresie technologii żywności i żywienia, przede wszystkim żywności ekologicznej oraz **Monika Borycka**, ceniona badaczka trendów, analityczka innowacji i specjalistka w zakresie studiów nad przyszłością. Konsultantką merytoryczną jest **dr Katarzyna Wolnicka**, ekspertka w zakresie żywności i żywienia. Eksperci prowadzą interdyscyplinarne badania w obszarze przyszłości żywienia i jego wpływu na zdrowie Polaków i środowisko naturalne. Pierwszym rezultatem ich wspólnych działań jest raport ***Talerz przyszłości***, którego premiera również nastąpiła podczas IV Szczytu Klimatycznego TOGETAIR. Eksperci koncentrują się w opracowaniu na diagnozie zależności pomiędzy wyborem tego co znajduje się na naszym talerzu a stanem planety oraz wskazują kluczowe trendy, które kreują przyszłość żywności i jej produkcji.

**Jak jedzą Polacy dziś, a jak będą jeść jutro**

***Talerz przyszłości*** powstał m.in. na bazie wyników badań przeprowadzonych przez agencję badawczą Zymetria. Najpierw Polacy zostali zapytani o to, jak jedzą dziś: – *Jak pokazują m.in. wyniki badań przedstawionych w naszym raporcie,* ***nawyki żywieniowe Polaków znacząco odbiegają od aktualnych krajowych zaleceń zdrowego żywienia oraz założeń korzystnej dla zdrowia i środowiska diety planetarnej****. Poziom świadomości i chęć zmian w tym zakresie również nie napawają optymizmem* – komentuje **dr Katarzyna Wolnicka**.

**Jak wynika z raportu Talerz przyszłości, diety ograniczające spożycie mięsa i produktów odzwierzęcych nadal nie są w Polsce popularne.** Najczęściej wskazywana jest dieta śródziemnomorska – jej stosowanie deklaruje co dwudziesty dorosły. Przeważnie mówią o niej trzydziestolatkowie i osoby w wieku 50 lat i więcej. Wśród młodszych respondentów, zwłaszcza do 29. roku życia, dość często deklarowany jest fleksitarianizm (9%), a nieco rzadziej wegetarianizm (5%) – podczas gdy w populacji ogółem fleksitarianizm deklaruje 4%, a wegetarianizm 1%. **Łącznie różne odmiany diety wegetariańskiej deklarowane są przez 6% Polaków, a łącznie z dietą fleksitariańską – 10%.** Stosowanie diety wegańskiej deklaruje 1% populacji. Respondenci zostali też zapytani m.in. o chęć spożywania białka na bazie protein owadów jadalnych. Zdecydowanie na tak było 5% respondentów i raczej na tak – 15%. 45% polskiego społeczeństwa nie jest w tej chwili gotowa na spożywanie tego typu produktów.

**Zdrowie – tak, ale tylko w deklaracjach, środowisko – niekoniecznie**

Rola zmian w diecie Polaków jest nie do przecenienia, bo z nieprawidłową dietą wiąże się m.in. ryzyko chorób układu krążenia, cukrzycy typu II, niektórych nowotworów oraz otyłości. Szacuje się, że jeśli utrzymają się obecne trendy, **do 2035 r. 51% światowej populacji (czyli ponad 4 miliardy ludzi) będzie żyć z nadwagą lub otyłością**, a 1 na 4 osoby (prawie 2 miliardy) będzie miała otyłość[[2]](#footnote-3). Do czołówki krajów, w których dynamika przyrostu masy ciała jest wysoka, należy Polska. Szacuje się, że na nadciśnienie tętnicze choruje blisko 10 milionów dorosłych Polaków – prawie 1/3 dorosłej populacji naszego kraju. Cukrzycę typu II odnotowuje się u 3 milionów dorosłych. Najczęstszą przyczyną śmiertelności w Polsce są choroby układu krążenia i nowotwory odpowiedzialne odpowiednio za 40,5% i 24,5% ogółu zgonów[[3]](#footnote-4). Nie dziwi zatem fakt, że głównym motywatorem do wprowadzenia zmian w diecie jest troska o zdrowie, lepsze odżywianie się. Tę motywację podało aż 56% dorosłych respondentów. Na drugim miejscu znalazły się uwarunkowania ekonomiczne – konieczność zmniejszenia wydatków (45%), a na trzecim dostępność produktów (30%). Jedynie 22% respondentów wskazało na „troskę o środowisko”.

**Z zaprezentowanych w raporcie danych wynika, że ekologia nie jest istotną motywacją przy wyborze diety, nawet wśród osób deklarujących wysokie zaangażowanie w kwestie ochrony zasobów planety.** Co więcej, w przekonaniu większości produkcja żywności ma pozytywny lub neutralny wpływ na środowisko i podobnie jest z konsekwencjami stosowanej diety – tylko 32% badanych wskazuje, że jest ona raczej lub bardzo (tylko 6%!) szkodliwa, 24% respondentów uważa, że jest obojętna, 17% wybrało odpowiedź „trudno powiedzieć”, a 26% uważa, że produkcja ta ma korzystny lub zdecydowanie korzystny wpływ na środowisko. – *Wyniki badania wskazują* *na niską świadomość społeczną o wpływie produkcji żywności na środowisko przyrodnicze i klimat.* ***Tymczasem, gdyby wszyscy ludzie na Ziemi chcieli spożywać tyle mięsa, ile co roku zjada statystyczny Polak, to w 2050 r. na produkcję rolną musielibyśmy przeznaczyć 95% wszystkich obszarów lądowych, a gdyby ilość zjadanego mięsa była taka, jak dziś w Stanach Zjednoczonych, to byłoby to 1,75 powierzchni planety****. Utrzymanie dotychczasowej diety z wysokim udziałem mięsa spowoduje, że nie uda się do 2050 r. osiągnąć neutralności klimatycznej, wzrost średniej temperatury Ziemi nie zostanie zahamowany na poziomie poniżej 2oC. Będzie to oznaczać radykalne obniżenie bezpieczeństwa żywnościowego świata* – tłumaczy **dr hab. Zbigniew Karaczun**.

**Talerz przyszłości**

Zmniejszenie wpływu wytwarzania i konsumpcji żywności na środowisko powinno stać się jednym ze wspólnych celów społeczeństwa. Tymczasem, jak wynika z deklaracji znacznej części badanych, **mają oni wątpliwości czy dieta przyjazna dla środowiska i planety może być w ogóle zdrowa i pożywna.** Taka percepcja ma związek z dużą rolą przyzwyczajeń, przekonań i stereotypów. 26% respondentów wskazuje też na przyzwyczajenie do smaku mięsa i wędlin, jednocześnie uznając, że produkty bardziej przyjazne środowisku są niesmaczne. Dlatego tak ważne jest promowanie założeń **diety planetarnej**, przyjaznej zarówno dla zdrowia, jak i środowiska.

Rekomendowana przez ekspertów dieta planetarna jest dietą fleksitariańską. Zakłada **zmniejszenie o połowę spożycia czerwonego mięsa i cukru oraz podwojenie spożycia owoców, warzyw i nasion roślin strączkowych**. Zastosowanie tej diety może zapobiec nawet 11,6 miliona przedwczesnych zgonów na świecie, gdyż zmniejsza ryzyko chorób, m.in. dietozależnych, przynosząc jednocześnie korzyści dla planety[[4]](#footnote-5).– *Warto zwracać także uwagę na źródła produktów wykorzystywanych w przetwórstwie spożywczym. Powinniśmy wybierać te lokalne, sezonowe, pochodzące np. z gospodarstw regeneratywnych czy ekologicznych, m.in. dlatego, że ich produkcja nie wpływa negatywnie na stan środowiska* – dodaje **prof. Ewelina Hallmann**.

**Co dalej?**

Spoglądając w przyszłość widzimy jeszcze większy udział produktów z gospodarstw stosujących założenia rolnictwa regeneratywnego i wertykalnego (uprawa pionowa) w diecie czy rozwój inicjatyw łączących drobnych producentów z konsumentami. Istotną rolę w budowaniu nawyków żywieniowych odegra także tzw. healthy hedonism, czyli powiązanie diety z dobrostanem fizycznym i psychicznym. – *Przyszłość systemu żywieniowego będą kształtować sprzeczne siły i nurty. Wpłynie to na pogłębianie zjawiska, określanego mianem* ***(Nie)świadomości konsumenckiej.*** *Z jednej strony będziemy coraz bardziej świadomymi uczestnikami systemu żywieniowego, oczekującymi od innych jego uczestników transparentności i oferty wspierającej nowe wartości, jakimi będziemy kierować się w wyborach żywieniowych jutra, np. troska o zdrowie, a także neutralizacja wpływu naszych wyborów żywieniowych na stan planety; z drugiej – ze względu na coraz bardziej skomplikowany krajobraz otaczających nas zmian – będziemy równocześnie bardziej zagubieni, chociażby w ocenie wpływu rozwoju systemu żywieniowego na nasze zdrowie czy planetę* – wyjaśnia **Monika Borycka**.

Właśnie dlatego potrzebne są wiarygodne i zrozumiałe dla konsumentów narracjewokół przyszłości żywności, działania edukacyjne, które pomogą uświadomić im, że proces produkcji żywności wpływa nie tylko na ich zdrowie, ale także na kondycję i przyszłość planety – te trzy elementy stanowią sieć naczyń połączonych**. Nie da się powstrzymać kryzysu klimatycznego bez istotnych zmian zarówno w dotychczasowych praktykach rolnych jak i w wyborach żywieniowych, za którymi kryje się konkretny wpływ.**

**Wspólnymi siłami w słusznym celu**

Inicjatorem powołania think tanku jest grupa spółek DANONE, która dostarcza wiedzę w zakresie żywieniowych zachowań konsumenckich. Połączenie sił biznesu i nauki, ma przełożyć się na konkretne korzyści społeczne. – *Interdyscyplinarne Centrum Analiz i Współpracy Żywność dla Przyszłości zapewni zupełnie nową jakość w debacie publicznej w zakresie zagwarantowania bezpieczeństwa żywnościowego, przeciwdziałania skutkom kryzysu klimatycznego, a także wpływu żywienia na zdrowie człowieka i kondycję planety obecnie i w przyszłości. Integracja środowiska naukowego i biznesowego, wymiana doświadczeń i wiedzy, a także wskazywanie kierunków na przyszłość, dają nadzieję na zapewnienie obecnemu i przyszłym pokoleniom żywności odpowiedniej jakości, produkowanej w zrównoważony sposób* – komentuje **Paweł Piątek, Dyrektor Generalny grupy spółek DANONE w Polsce,** który deklarację o powołaniu think tanku złożył w listopadzie ubiegłego roku.

Zaangażowanie w rozwój tej inicjatywy, to kolejny etap realizacji przez spółki DANONE podwójnego zobowiązania na rzecz zrównoważonego rozwoju gospodarczego i społecznego, w tym pozytywnego wpływu na zdrowie ludzi i kondycję planety, a także strategii One Planet. One Health, w ramach której firma zachęca konsumentów do podejmowania właściwych wyborów żywieniowych – dobrych zarówno dla zdrowia, jak i środowiska.

**Raport można pobrać tu:** [**https://danone.pl/assets/interdyscyplinarne/RAPORT\_otwarcia\_think\_tanku\_2023\_04.pdf**](https://eur01.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fdanone.pl%2Fassets%2Finterdyscyplinarne%2FRAPORT_otwarcia_think_tanku_2023_04.pdf&data=05%7C01%7Caleksandra.debska%40247.com.pl%7Cdfd098cb5bbe48178ca708db40fd7e64%7C6b306b82367b4012b72dfbd444368682%7C1%7C0%7C638175230095622569%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C3000%7C%7C%7C&sdata=%2BO%2FuZ38uvPEULhgIsj8AntfT2i97B%2FEQslUvZ0v15IY%3D&reserved=0)

**O grupie spółek DANONE:**

DANONE to światowy lider na rynku żywności, któremu we wszystkich działaniach przyświeca dbanie o zdrowie. W Polsce DANONE działa w 3 obszarach istotnych dla prawidłowego żywienia: produkty mleczne oraz pochodzenia roślinnego (Danone), woda i napoje (Żywiec Zdrój), żywienie specjalistyczne, obejmujące żywność dla niemowląt i małych dzieci oraz żywność specjalnego przeznaczenia medycznego (Nutricia). Wszystkie spółki DANONE łączy podwójne zobowiązanie na rzecz zrównoważonego rozwoju gospodarczego i społecznego oraz misja niesienia zdrowia poprzez żywność tak wielu ludziom, jak to możliwe. Poprzez oferowane produkty oraz realizowane projekty i programy - w myśl wspólnej wizji One Planet. One Health - spółki DANONE zachęcają do podejmowania właściwych wyborów żywieniowych na co dzień, a także przyczyniają się do zdrowia kolejnych pokoleń i lepszego stanu naszej planety. W 10 lokalizacjach w kraju zatrudnienie znajduje ponad 3 000 osób, rozwijających się zawodowo w bezpiecznym i przyjaznym środowisku pracy.

**Dodatkowych informacji udziela:**

**Martyna Węgrzyn**

Kierowniczka Działu Komunikacji Zewnętrznej, grupa spółek DANONE

Martyna.wegrzyn@danone.com, tel. 509 058 025

**Autorzy raportu**

**Prof. Ewelina Hallmann** jest profesorem nauk rolniczych w zakresie technologii żywności i żywienia, specjalizuje się w tematyce żywności ekologicznej. Jako pracownik Instytutu Nauk o Żywieniu Człowieka SGGW, Katedry Żywności Funkcjonalnej i Ekologicznej drobiazgowo bada różnice pomiędzy żywnością ekologiczną oraz tą pochodzącą z produkcji konwencjonalnej. Szczególną uwagę poświęca także wpływowi żywności ekologicznej na zdrowie ludzi i zwierząt, rozwojowi rolnictwa ekologicznego oraz promowaniu wiedzy na temat żywności ekologicznej. Pomysłodawczyni nowoczesnych metod analizy żywności. W pracy dydaktycznej stara się pokazywać studentom, że dobór odpowiednich narzędzi, technik i metod badawczych jest kluczowy dla otrzymania rzetelnych informacji o analizowanym surowcu czy produkcie. Profesor Ewelina Hallmann jest współrealizatorką krajowych i międzynarodowych projektów badawczych oraz autorką ponad 240 naukowych i popularnonaukowych publikacji.

**Dr hab. inż. Zbigniew Karaczun** jest profesorem w Katedrze Ochrony Środowiska i Dendrologii SGGW w Warszawie. Prowadzi badania w zakresie polityki klimatycznej i ekologicznej, integracji ich celów do polityki rolnej i strategii rozwoju gospodarczego, a także dotyczące procesu europeizacji polskiej polityki ochrony środowiska oraz zarządzania ochroną środowiska. Jest współzałożycielem Climate Action Network Central and Eastern Europe (CAN CEE) i Koalicji Klimatycznej. Był m.in. doradcą ds. integracji europejskiej w Ministerstwie Środowiska oraz kierownikiem merytorycznym w zespole przygotowującym Program Ochrony Środowiska dla m.st. Warszawy. Współpracuje m.in. z FAO, US AID, Bankiem Światowym i Komisją Europejską. Autor i współautor ponad 350 publikacji.

**Dr Katarzyna Wolnicka** jest specjalistką dietetyki, autorką krajowych zaleceń żywieniowych w postaci „Talerza zdrowego żywienia” i materiału „W 3 krokach do zdrowia”. Współtworzyła wiele publikacji i poradników dotyczących roli żywienia w profilaktyce i terapii chorób dietozależnych. Wieloletnia ekspertka Instytutu Żywności i Żywienia włączonego do Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego PZH – PIB i koordynatorka Narodowego Centrum Edukacji Żywieniowej; kierowniczka Zakładu Edukacji Żywieniowej. Zajmuje się m.in. opracowywaniem i upowszechnianiem zaleceń żywieniowych, koordynacją projektów z zakresu edukacji żywieniowej, oceną stanu odżywienia i sposobu żywienia.

**Monika Borycka** jest badaczką trendów, analityczką innowacji, założycielką i CEO TrendRadar, pod szyldem którego przybliża wiedzę o przyszłości i trendwatchingu. Pomaga firmom i organizacjom zrozumieć przyszłość i przygotować się na nadchodzące zmiany. Wykładowczyni, opiekunka merytoryczna studiów Trendwatching & Future Studies na Akademii Górniczo-Hutniczej w Krakowie. Przez ponad 13 lat pracowała w zespołach digitalowych największych ogólnopolskich stacji telewizyjnych, gdzie zajmowała się m.in. trendwatchingiem, a także analizą i wdrażaniem innowacji.

1. Gdyby wszyscy ludzie na Ziemi chcieli spożywać tyle mięsa, ile co roku zjada statystyczny Polak, to w 2050 r. na produkcję rolną musielibyśmy przeznaczyć 95% wszystkich obszarów lądowych, a gdyby ilość zjadanego mięsa była wówczas taka, jak dziś w Stanach Zjednoczonych, to musielibyśmy na produkcję rolną przeznaczyć 1,75 powierzchni planety. [↑](#footnote-ref-2)
2. Raport Światowy Atlas Otyłości, World Obesity Federation 2023 r.  [↑](#footnote-ref-3)
3. Wojtyniak, B. i in., Długość życia i umieralność ludności Polski, w: Wojtyniak, B., Goryński, P., „Sytuacja zdrowotna ludności Polski i jej uwarunkowania” 2020, s. 69–202. [↑](#footnote-ref-4)
4. Willett, W. i in., *Food in the Anthropocene: the EAT-Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems*, „Lancet” 2019, Vol. 393, s. 447–492, DOI: 10.1016/S0140-6736(18)31788-4. [↑](#footnote-ref-5)