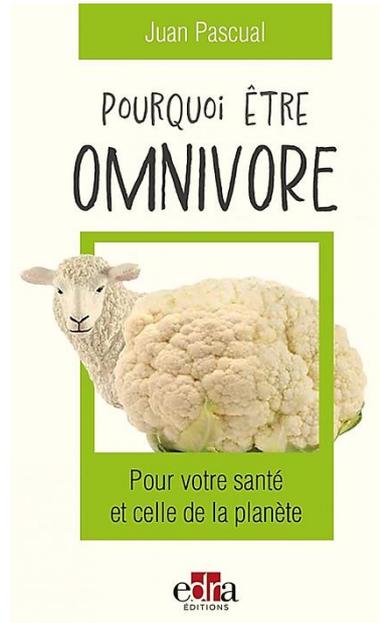


**Juan Pascual**

**Pourquoi être omnivore**  
**Pour votre santé et celle de la planète<sup>1</sup>**

**Préfaces de**  
**Bernard Vallat<sup>2</sup> et Manuel Pimentel Siles<sup>3</sup>**



**Présentation par**  
**Jean-Michel Lecerf<sup>4</sup>**

Juan Pascual est né à Barcelone en 1967. Il est vétérinaire. C'est un spécialiste reconnu des questions liées à l'élevage, au bien-être animal et à la santé animale et bien sûr un ami des animaux.

Il nous offre ici un remarquable ouvrage sur la place, le rôle et l'utilité des animaux pour l'environnement et la santé de la planète. Ce réquisitoire est argumenté et documenté de façon extrêmement précise. Il montre comment les thèses prônant la promotion du véganisme sont non seulement dangereuses sur le plan de la santé humaine mais reposent le plus souvent sur des arguments faussés et sont une impasse sur le plan environnemental.

Son travail est divisé en plusieurs grands chapitres :

Il montre d'abord que le statut des animaux d'élevage et de compagnie est infiniment plus confortable que celui de la plupart des animaux sauvages et à quel point les services rendus sont réciproques entre

---

<sup>1</sup> Editions Edra Media, 2024, ISBN : 9782487269002, 195 pages, 29,00 € en format papier, 19,99 € en e-book.

<sup>2</sup> Directeur général honoraire de l'Organisation Mondiale de la Santé Animale.

<sup>3</sup> Ex ministre du travail et des affaires sociales du gouvernement de l'Espagne.

<sup>4</sup> Ancien Chef de service à l'Institut Pasteur de Lille, Membre de l'Académie d'agriculture de France (section 8, Alimentation humaine).

l'homme et les animaux d'élevage ou de compagnie ; et comment la domestication a été un processus évolutif dynamique positif. Les animaux ont toujours eu une place dans la société mais celle-ci est moins connue et reconnue dans des sociétés de plus en plus urbaines.

D'emblée il dénonce la soi-disant supériorité morale de l'animalisme avant d'accorder à cette idéologie son chapitre le plus ardu reposant sur une fine analyse philosophique. Loin d'être indifférent à la sensibilité des animaux il montre de façon très précise que le bien-être animal est largement pris en compte par les éleveurs même si des progrès restent à faire. L'animalisme consiste d'après ses fondateurs, Tom Regan et Peter Singer, à défendre l'idée que des animaux non humains valent autant que les « *animaux humains* » que nous sommes, voire plus que certains « *animaux humains* » handicapés ou déments par exemple. Il développe avec une expertise talentueuse les notions de sensibilité, de douleur et de souffrance chez l'animal non pas pour les minimiser mais pour en montrer la complexité objective et subjective. Ces mouvements animalistes conduisent donc à l'antispécisme c'est-à-dire à considérer l'homme comme une espèce non différente des autres espèces animales, ce qui revient à abaisser l'homme au rang des animaux. Il développe l'idée que nous avons des devoirs envers les animaux (les soigner, les nourrir, ne pas les faire souffrir), mais il réfute l'idée qu'ils aient des droits.

Un chapitre non moins important analyse de façon très précise les arguments qui attribuent à l'élevage une responsabilité majeure sur le réchauffement climatique via la production de gaz à effet de serre. Il n'est responsable directement que de 5% de ces émissions via la production de méthane. Or l'impact de ce gaz est certes plus puissant que celui du CO<sub>2</sub> mais dans l'atmosphère il n'a une durée de vie que de 10 ans tandis que le CO<sub>2</sub> a une durée de vie de plus d'un millier d'années. En outre le méthane d'origine animale devient du CO<sub>2</sub> utilisé par les plantes et les prairies pour leur croissance, stockant ainsi ce carbone qui rentre dans un cycle, ce qui n'est pas le cas du CO<sub>2</sub> d'origine fossile. Il rapporte également que le nombre total de ruminants (sauvages principalement) n'a pas augmenté par rapport au nombre de ruminants qui ont peuplé autrefois les différents continents. Il montre enfin que les animaux, tant les monogastriques que les herbivores recyclent des déchets non consommés par les hommes ou utilisent des végétaux non consommables par l'homme et provenant très souvent de terres non cultivables.

Le chapitre suivant traite des risques sanitaires du véganisme, un mode alimentaire qui ne peut pas couvrir les besoins nutritionnels sans supplémentation en fer, zinc, iode, calcium, acides gras oméga 3 et surtout vitamine B12. Il rappelle que celle-ci, bien que pouvant être produite par les bactéries coliques, n'est absorbée qu'au niveau de l'iléon en présence de facteur intrinsèque d'origine gastrique et n'est donc pas biodisponible (c'est pourquoi la plupart des rongeurs mangent leurs excréments). Il rappelle que la totalité des sociétés savantes mettent en garde contre les régimes végétaliens chez les êtres humains en croissance, les femmes enceintes et allaitantes et les personnes âgées.

Le dernier chapitre, le moins fouillé, aborde la question de la suppression de la viande dans les religions, et celui-ci vient un peu en écho d'un court chapitre du début de l'ouvrage montrant le véganisme comme une religion.

Ce livre, agrémenté de 411 références, mérite une large diffusion pour apporter de solides arguments nécessaires pour contrer un flot d'idées reçues fausses et dangereuses autour des soi-disant bienfaits de la suppression des animaux d'élevage.

\*\*\*