

**Élise Desaulniers**

**PENSAR ABANS  
D'OBRIR LA BOCA**

**Les conseqüències de  
les nostres tries alimentàries**

**Traducció de Maria Llopis Freixas**



**V I E N A**  
E D I C I O N S

# PREFACI

---

Un amic que arriba tard et pot canviar la vida? En el meu cas, la resposta és que sí. Era l'any 2008, un dia ben bonic de primavera. Havia arribat la primera on havíem quedat i vaig trobar lloc a la terrassa, al carrer Ontario. Al cap d'un moment, vaig recordar que portava uns llibres a la bossa. Duia una comanda que havia recollit per al meu company, el professor de filosofia. Entre dos títols foscos, hi havia un gran llibre negre que feia oloreta de nou i tenia un goril·la a la coberta: *Éthique animale*.<sup>1</sup> Allò seria més interessant que veure passar els estudiants d'institut del vell Mont-real sortint de classe! Vaig fullejar-ne unes pàgines i em vaig aturar en un capítol sobre la cria industrial. Quan va arribar el meu amic, al cap de vint minuts, vaig haver de tancar el llibre sense haver-lo acabat de llegir. Però ja n'havia llegit prou. Ja no volia tornar a menjar carn.

## **Què menjo?**

«Què menjo?» Potser és la pregunta que més vegades m'he fet a la vida. «Què em poso avui?» va molt més enrere. Però és que durant tota la secundària vaig dur uniforme! A més, durant la secundària, tampoc em feia gaires preguntes sobre la meva alimentació. Els meus pares em donaven una paga de 30 dòlars a la setmana per als àpats a la cafeteria. Com moltes amigues de la meva edat, sabia que si menjava una bossa de patates fregides amb una Coca-cola m'estalviava uns quants dòlars al dia, i al final de cada setmana em podia comprar un CD amb els diners que havia estalviat.

A la universitat, vivia sola en un apartament. I en adonar-me que el menjar se'm feia malbé a la nevera, vaig descobrir que no sabia

cuinar. La pregunta «què menjo?» va passar al davant. Amb tota la bona intenció del món, em vaig afanyar a comprar *Qu'est-ce qu'on mange?*, editat per Les Cercles de Fermières du Québec. Aquell gran llibre verd (que encara es pot trobar a les llibreries per 10 dòlars menys del que vaig pagar-ne en aquella època) recollia receptes classificades per tipus d'aliment: porc, pollastre, verdures, pasta, etc.

Esperava ser capaç de cuinar uns plats calents i gustosos com aquells als quals m'havia acostumat la mare. Però aviat em vaig desanimar: especejament del pollastre, temps de cocció interminables («Però com? Això trigarà una hora a estar cuit? Però si jo tinc gana ara!»), fracassos desmoralitzadors (les magdalenes sense llevat no s'aixequen gens), sense parlar de les piles i piles de plats bruts. Vaig adoptar unes quantes receptes de pastes i vaig completar el meu règim amb plats congelats i àpats al restaurant. Així va ser com, durant força anys, vaig contestar a la pregunta: «què menjo?». Llevat, evidentment, de quan calia impressionar alguna visita. Per a aquelles ocasions, demanava consell a Josée di Stasio. En resum, menjava qualsevol cosa que no em semblés gaire dolenta per a la salut ni gaire complicada de preparar.

Però, després d'haver llegit aquelles poques pàgines al carrer Ontàrio, em vaig adonar que ja no em podria menjar innocentment un plat de carn. Acabava d'entendre una cosa molt senzilla: **les meves tries alimentàries tenien conseqüències**. «Què menjo?», aquesta pregunta banal i diària, acabava d'adoptar tot un altre significat.

Quan et comences a interessar per un tema, et preguntes com l'has pogut evitar durant tants anys. Amazon em proposava desenes de títols —la majoria, *best-sellers* en anglès— dels quals mai no havia sentit a parlar. Em vaig llençar de cap a l'aventura. I, a poc a poc, em vaig adonar que els problemes vinculats a l'alimentació no es limitaven a les qüestions d'ètica animal. L'escalfament climàtic, la malnutrició, l'explotació dels treballadors o la degradació del medi am-

bient, tots aquests temes, tenien un denominador comú: es podien considerar conseqüències de les nostres tries alimentàries.

Des de fa prop de dos anys, comparteixo les meves lectures i les meves reflexions a les xarxes socials a través del meu blog (*Penser avant d'ouvrir la bouche*) i en els sopars amb amics. Ràpidament he constatat que n'hi ha molts que, com jo, intenten entendre les conseqüències de les seves tries alimentàries.

Per tant, aquest llibre és el fruit d'una recerca personal; no la d'una agrònoma, la d'una ramadera, la d'una nutricionista o la d'una periodista. És més aviat la d'una dona de trenta anys que simplement es pregunta què ha de menjar per sopar i que, com una nena de tres anys, no deixa de preguntar-se «per què?» quan se li donen respostes convencionals. I, tot i que sóc pràcticament vegetariana, o vegetariana estricta, aquest llibre no és *sobre* el vegetarianisme. S'hi parla de carn, de peix, de productes lactis i cadascú hi podrà agafar el mos que vulgui. Aquesta obra es pot llegir de manera lineal, però també de manera desordenada, saltant-se algunes seccions, com si es consultés una obra de referència arran de les qüestions que suscita. Una mica com un llibre de receptes..., però sense receptes.

## NOTES

1. Jean-Baptiste Jeangène Vilmer, *Éthique animale*, Presses Universitaires de France, 2008.

# ÍNDEX

---

<b>Prefaci</b> .....	11
<b>Gràcies mil vegades</b> .....	15
<b>Pensar abans d'obrir la boca</b>	
<i>Les tries alimentàries com a tries ètiques</i> .....	17
<b>Visita a la granja</b>	
<i>Els costos amagats de la carn barata</i> .....	23
<b>El peix és especial?</b>	
<i>La indústria a l'aigua: sobrepesca i aqüicultura</i> .....	61
<b>Li ha fet mal, a la gallineta?</b>	
<i>El patiment animal explicat a la Maé</i> .....	81
<b>Un sopar a casa de Sarah Palin</b>	
<i>Deu bones raons per menjar carn?</i> .....	97
<b>La fam justifica els mitjans?</b>	
<i>Adobs, pesticides, i altres «amics» dels camps</i> .....	127
<b>Plats reescalfats</b>	
<i>Les conseqüències mediambientals de l'alimentació</i> .....	157

<b>Acaba't el plat!</b>	
<i>El malbaratament alimentari</i> .....	169
<b>L'ètica de les etiquetes</b>	
<i>Saludable, vegetal, ecològic, just i local</i> .....	185
<b>Pensar abans d'obrir la boca</b>	
<i>Confessions d'una exomnívora</i> .....	207
Bibliografia seleccionada.....	217