
少吃牛肉=节约用水？

作者：writer 来源：爱科学

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/13523.html>

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

少吃牛肉=节约用水？。



把牛肉换成鸡肉可以减少饮食中的水资源消耗。图片来源：EyeWolf/Getty Images

对饮食结构做一些简单改变可能有助于节约用水。在与气候变化有关的干旱面前，如果不更明智地使用水资源，到2050年，全球将有50亿人面临水资源短缺。近日，发表在《自然—食品》的一项针对美国消费者的研究表明，可以通过饮食选择来改善水资源短缺状况。

为研究食物选择是如何影响水资源的，美国密歇根大学Martin Heller及其同事研究了16800名美国人的饮食。他们根据每个人消费的食物种类、生产这些食物所用的灌溉水以及他们所在地区的水资源短缺情况，计算了每个人对水资源短缺的影响。

研究人员发现，在美国的平均饮食中，牛肉消费是导致水资源短缺的主要原因。其他需要大量消耗水资源的食物包括杏仁、腰果、核桃、鳄梨、芦笋、西兰花和花椰菜，而通常对水资源影响较小的食物包括鸡肉、花生、卷心菜、甘蓝、球芽甘蓝和新鲜豌豆。

研究人员表示，这些发现提示，工业化社会的人们可以通过改变饮食来节约用水。例如，他们计算出，如果把100g牛肉换成鸡肉，美国人日常饮食对水资源短缺的影响将减少16%，而以100g球芽甘蓝代替芦笋，最多可减少45%。

Heller特别提到，食物生产对水供应的影响可能因地理位置的不同而显著不同。例如，生长在加州干旱多发地区的番茄与生长在降雨频繁的路易斯安那州的番茄相比，需要大量的灌溉。

澳大利亚联邦科学与工业研究组织Brad Ridoutt表示，澳大利亚的牛肉生产对水资源的影响远低于美国。他说：我不认为节约用水是要避免食用某种食物，而是要鼓励并促使在食物生产过程中进行转变。

但Heller认为，思考如何改变饮食结构也很重要，我们既需要改善食物生产，也需要调整饮食。

他说：水资源的部分成本取决于种植粮食区域的水资源情况，计算饮食中的消耗水资源的情况并不意味着我们需要完全消除‘昂贵的’食物，但这可能意味着我们需要节约地消费它们。（来源：中国科学报辛雨）

相关论文信息：<https://doi.org/10.1038/s43016-021-00256-2>

版权声明：凡本网注明来源：中国科学报、科学网、科学新闻杂志的所有作品，网站转载，请在正文上方注明来源和作者，且不得对内容作实质性改动；微信公众号、头条号等新媒体平台，转载请联系授权。邮箱：shouquan@stimes.cn。

作者：Martin Heller 来源：《自然—食品》

更多 科学进展 请访问 <https://www.iikx.com/news/progress/>

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，[爱科学iikx.com](https://www.iikx.com)转发