

ID : 1084

Catégorie : FLM

Nombre de mots : 770

L'alimentation et la nouvelle génération

De racines à légumes, de légumes à petits-gibiers et de petits-gibiers à gros-gibiers, des milliers d'années se sont écoulées. Je ne peux imaginer le temps de changement entre toutes ces phases, mais ce que je sais, c'est que notre manière de s'alimenter ne fait que se modifier et il en sera ainsi pour encore bien des décennies. En tant qu'adolescente, je suis bien placée pour répondre à la question : dans un futur où tout est possible, comment imagines-tu que notre alimentation aura changé? À mon avis, il est fort probable que celle-ci s'améliore, tant grâce aux nouvelles études faites sur le sujet qu'à l'éducation qu'on donne aux nouvelles générations.

Premièrement, une étude de l'université de Dalhousie, a prouvé que 40% des canadiens avaient changé sa manière de s'alimenter, de façon à améliorer sa santé, celle des animaux et/ou réduire leurs impacts environnementaux. En effet, de nombreuses personnes passent d'une alimentation basée sur l'exploitation du bétail, au véganisme; un moyen de se nourrir, qui exclue tous produits dérivés des animaux tel que les œufs, le lait et la viande. D'autres deviennent végétariens, ils suppriment donc la viande et le poisson de leur alimentation. Contrairement aux véganes, ceux-ci continuent à consommer les produits dérivés des bêtes. Ces manières de s'alimenter sont devenues si répandues que celles-ci se sont presque transformées en mode. Les personnes se privant de viande ou tout autres dérivés sont fiers d'affirmer que leur alimentation ne nuit plus à la santé ou à l'environnement. Certains pourraient croire qu'un tel changement crée des manques pour notre organisme, mais détrompez-vous, ceux-ci n'ont aucun effet néfaste sur notre santé. De plus, il est assez impressionnant de remarquer que ceux qui se sont lancés dans un ajustement de leur manière de s'alimenter, ne veulent, en général, plus le quitter, contrairement à ceux qui ne se sont pas aventurés dans des changements d'une telle ampleur et qui n'arrivent pas à faire le premier pas. Et il est sans grand étonnement que les plus difficiles à convaincre sont les personnes qui ne se sont pas faites éduquer sur le sujet, soient ceux de 30 ans et plus. C'est pourquoi je pense que le changement d'alimentation va continuer à augmenter jusqu'à ce que les dernières générations prennent de plus en plus de place dans la société. Après qu'une majorité de citoyens aient changé leur alimentation pour manger plus sainement, garder la vie des animaux ou réduire leur empreinte écologique, les plus âgés seront obligés d'admettre que l'adaptation a raison d'être.

Deuxièmement, les jeunes sont de plus en plus éduqués sur les sujets tel que la malnutrition. Ils sont alors plus exposés aux problèmes de notre société et il est fort probable qu'ils tentent d'améliorer leur alimentation en conséquence. En effet, à l'époque nous apprenions à survivre avec les moyens du bord. Aujourd'hui, manger est un plaisir quotidien pour la majorité de la population de notre planète.

Pourquoi manger a autant changer au cours de notre évolution? Simplement parce que, de nos jours, s'alimenter est devenu un passe-temps, un moment pour socialiser autour d'une table et d'alourdir notre livre de recettes des nouveaux plats découverts. Ce n'est plus le quotidien qui décide de quand on a faim. Maintenant, celle-ci décide comment la journée va s'orienter. Va-t-elle commencer avec un bon café ou un simple thé? Un brunch fera-t-il parti du déroulement de notre matinée? Un barbecue s'organisera-t-il, question de socialiser avec les nouveaux voisins de la maison du coin de la rue? Mais revenons au vif du sujet; la nourriture évoluera-t-elle dans le bon sens? À mon avis, oui! Je suis bien placée pour affirmer que celle-ci a énormément changée dans 10 dernières années. En effet, uniquement en regardant les recettes de la cafétéria, il y a une amélioration. On ne mange plus que des repas avec beaucoup trop d'huiles ou de sel. Maintenant, notre assiette est remplie de légumes, de viande et bien d'autres choses. On a même le choix de plats végétariens ou même végétaliens. Évidemment, il y a du peaufinage à faire, mais les éléments essentiels sont là et si on y met tous du sien, il ne sera pas difficile de changer les choses.

Pour conclure, la nourriture a un impact que peu de gens acceptent de reconnaître. Au niveau social, de la santé ou bien de l'empreinte environnementale, celle-ci change nos manières de vivre. Maintenant que les jeunes sont plus instruits sur de tels sujets et que la population en connaît davantage sur les différents aspects de la consommation de notre société, je pense que notre alimentation va évoluer de façon positive dans un futur plus ou moins rapproché.