# Malbaratament d'aliments



## PENSA



Segons l'Índex de deixalles d'aliments 2021, el Programa de les Nacions Unides per al Medi Ambient (PNUMA) i l'organització britànica sobre residus WRAP, el 2019 hi va haver 931 milions de tones d'aliments desaprofitats. El 17% de la producció total d'aliments al món va anar a parar a les escombraries. És a dir, 23 milions de camions de 40 tones completament carregats d'aliments, que posats en fila farien set voltes a la Terra. Això té un fort impacte:

- **Mediambiental:** D'acord amb l'ONU, s'estima que entre el 8 i el 10% de les emissions globals de gasos amb efecte d'hivernacle estan associades amb menjar que no es consumeix. Per la qual cosa, desaprofitar aliments alimenta el canvi climàtic.
- **Social:** si es considera la gran quantitat de gent que no té accés a aliments de qualitat al món. Segons la FAO, 690 milions de persones van passar gana el 2019, un nombre que s'espera que augmenti dràsticament arran de la pandèmia de coronavirus. A més, 3.000 milions de persones no es poden pagar

una dieta saludable.

- **I econòmic:** afecta la butxaca del consumidor (perquè està pagant per un producte que no s'està menjant), sinó també el mercat en general.

# SABIES QUE...

La major part del malbaratament d'aliments, un 61%, prové de les llars; un 26% pertanyen als serveis d'aliments (restaurants, hotels o menjadors); i finalment, un 13% prové del comerç (supermercats, etc.). Tots podem contribuir a posar-hi fi.

## QUÈ PUC FER JO...?

**A LA**

-  No rebutgis aliments només perquè no són atractius a la vista. Per exemple, pots fer batuts o postres amb la fruita madura o una mica "lletja".
- A l'hora de comprar, fes una llista d'allò que necessites tenint en compte el que ja tens a casa.
- Cuina i serveix al plat només la quantitat que mengis.
- Desenvolupa la creativitat, aprofita les sobres per fer noves receptes.
- 
- Aprèn la diferència entre consum preferent i data de caducitat. Un cop superada la data de consum preferent, l'aliment pot consumir-se perquè no representa un risc per a la salut; pots trobar que hagin disminuït algunes de les seves qualitats (color, olor, textura, sabor). La data de caducitat es fa servir per

advertir el consumidor que després de la data marcada, el consum de l'aliment pot ocasionar-nos un risc per a la salut.
No llencis els aliments que hagin superat la data de consum preferent. Per exemple:

-La llet oberta, conservada a la nevera, es pot beure fins a una setmana després.

-La mantega sense obrir es pot consumir fins a un mes després.

-l formatge sense obrir, fins a 6 mesos.

- a farina blanca dura a la nevera fins a 2 anys.

-L'oli d'oliva obert, fins a 2 anys.

No obstant això, a més de guiar-te per la data de caducitat o la data de consum preferent, pots recolzar-te en els teus sentits: observa, olora, toca l'aliment per determinar si es troba en bon estat. A la mínima sospita, no el consumeixis, sobretot si ha sobrepassat l nta a un adult.



**AL RESTAURANT**

- Si és bufet lliure, serveix-te només la quantitat que mengis.
- Pregunta al cambrer la mida de les racions. Demana racions més petites per als més petits.
- Demana que et posin en una carmanyola el menjar que ha sobrat.

# PARA SABER MÁS...

- Ministeri de Consum: Deixalles
- Ministeri d'Agricultura, Pesca i Alimentació: Aquí no es llença res.
- Saps la diferència entre la data de caducitat i la data de consum preferent?
- Documental. El escándalo del despilfarro alimentario
- Documentales. Con la comida no se juega
- Yonodesperdicio