Malgasto de alimentos

PENSA

Segundo o Índice de desperdicio de alimentos 2021, o Programa das Nacións Unidas para o Medio Ambiente (PNUMA) e a organización británica sobre residuos WRAP, en 2019 desperdiciáronse 931 millóns de toneladas de alimentos. Isto significa que o 17 % da produción total de alimentos no mundo foi parar ao lixo. É dicir, 23 millóns de camións de 40 toneladas completamente cargados de alimentos, que postos en fila darían sete voltas á Terra. Isto ten un forte impacto:

- **Ambiental:** de acordo coa ONU, estímase que entre o 8 e o 10 % das emisións globais de gases de efecto invernadoiro están asociadas coa comida que non se consome. Polo que desperdiciar alimentos, alimenta o cambio climático.
- **Social:** se se considera a gran cantidade de xente que non ten acceso a alimentos de calidade no mundo. Segundo a FAO, 690 millóns de persoas pasaron fame en 2019, un número que se espera que aumente drasticamente despois da pandemia de coronavirus. Ademais, 3 000 millóns de persoas non poden pagar unha dieta saudable.

- **E económico:** pois non só afecta o peto do consumidor, que está a pagar por un produto que non está comendo, senón tamén o mercado en xeral.

SABÍAS QUE...

A maior parte do desperdicio de alimentos, un 61 %, provén dos fogares, un 26 % ten a súa orixe nos servizos de alimentos (restaurantes, hoteis ou comedores) e o 13 % restante procede do comercio (supermercados, etc.). Todos podemos contribuír a acabar con el.

QUE PODO FACER

NA COMPRA E NA CASA

- Non rexeites alimentos polo mero feito de non resultar atractivos á vista. Por exemplo, podes facer batidos ou sobremesas coa froita madura ou un pouco “fea”.
- Á hora de comprar, fai unha lista do que necesitas tendo en conta o que xa tes na casa.
- Cociña e serve no prato só o que vaias comer.
-
  idade, aproveita as sobras para facer novas receitas.
- Aprende a diferenza entre consumo preferente e data de caducidade.
- Unha vez superada a data de consumo preferente, o alimento pode consumirse porque non representa un risco para a saúde; tan só podes atopar que diminuísen algunhas das súas calidades (cor, cheiro, textura, sabor). A data de

caducidade úsase para advertir ao consumidor de que despois da data marcada, o consumo do alimento pode ocasionarnos un risco para a saúde.

- Non tires os alimentos que superaron a data de consumo preferente. Por exemplo:
    - O leite aberto, conservada no frigorífico, pódese beber ata unha semana despois.
    - A manteiga sen abrir pódese consumir ata un mes despois.
    - O queixo sen abrir, ata 6 meses.
    - A fariña branca dura no frigorífico ata 2 anos.
    - O aceite de oliva aberto, ata 2 anos.

Con todo, ademais de guiarte pola data de caducidade ou a data de consumo preferente, podes apoiarte nos teus sentidos: observa, cheira, toca o alimento para determinar se se atopa en bo estado. Á mínima sospeita, non o consumas, sobre todo se excedeu a [illegible] pregunta a un adulto.

NA HOSTALARÍA

- Se é bufete libre, sírve soamente a cantidade que vaias consumir.
- Pregunta ao camareiro o tamaño das racións. Pide racións máis pequenas para os máis pequenos.
- Pide que che poñan a comida que sobrou.

PARA SABER MÁIS...

- Ministerio de Consumo: Desperdicios
- Ministerio de Agricultura, Pesca e Alimentación: Aquí non se tira nada

- ¿Sabes la diferencia entre la fecha de caducidad y la fecha de consumo preferente?
- Documental. El escándalo del despilfarro alimentario
- Documentales. Con la comida no se juega
- Yonodesperdicio