Comisión interfranciscana de
Justicia y Paz
e integridad de la Creación

EL DESPERDICIO DE ALIMENTOS Y LA DESNUTRICIÓN

DICIEMBRE 2022

¿TIRAMOS COMIDA QUE NOS SOBRA?

"Cuando hemos comido hasta hartarnos y nos sobra comida, podemos guardarla hasta el día siguiente, pero también podemos decidir tirarla"

Hoy en día, ¿cuántos de nosotros no tenemos un plato de comida para poner en la mesa? y si me sobra ¿Qué hago? Esta es la pregunta que nos tenemos que hacer.

En tiempos pasados, la gente se cuidaba mucho de no desperdiciar alimentos, pero en nuestra época, en los países llamados desarrollados, hemos perdido la costumbre de pensar en el desperdicio de los alimentos.

Hemos tenido una época en la que la investigación, la tecnología y su aplicación han conseguido que los alimentos fueran abundantes y a un coste menor, por lo que la frase "No desperdicies" habría sido sustituida por el "Cuanto más, mejor".

Pero hay que distinguir entre el desperdicio de alimentos (intencionada) y la pérdida de alimentos (no intencionada). El desperdicio lo provocan quienes no tienen que preocuparse porque tienen más de los que necesitan, y forma parte de ese desperdicio todo aquello que nosotros mismos desechamos y tiramos a la basura. La cantidad de comida que se tira es asombrosa; en la Unión Europea se calcula que se desperdician un total de 80 millones de toneladas al año.

Este es el resultado de la actitud "selectiva" de muchos de nosotros, respecto a lo que "nos gusta comer y lo que no", "lo que tiene buena presencia o no".

A UNOS NOS SOBRA Y A OTROS LES FALTA

Tenemos que ser conscientes de que nuestra relación con la comida y el desperdicio de alimentos, afecta a las vidas de otros, muchos de los que viven -no tan lejos de nosotros- pasan hambre, mientras que muchos de nosotros tenemos la despensa llena.



Si nos fijamos en el plato de comida que tenemos delante de nosotros, hoy a la hora de comer, ¿puedes imaginar cual ha sido su recorrido hasta el plato? ¿Cuánto desperdicio ha habido en todo el proceso de recogida, almacenamiento, distribución y venta hasta que ha llegado a nuestra mesa? ¿Cuánta agua se ha necesitado para cultivar o para producir algunos alimentos? ¿Cuántos recursos se han necesitado? Y en este proceso también hay desperdicios.

Muchos de los recursos naturales que se utilizan para producir alimentos, van directos al vertedero. Cada alimento desperdiciado resulta una oportunidad perdida en la lucha contra el hambre.

A muchos de nosotros, nos preocupa hoy "¿qué hay para comer?", pero a muchos millones de personas les preocupa hoy *"¿hay algo para comer?"*

El desperdicio que muchos de nosotros hacemos con la comida es un signo de injusticia y desigualdad. Recordad que nuestra fe nos dice que seremos juzgados si no alimentamos a los hambrientos y a los pobres, y como nos dice el Papa Francisco "cada vez que se tira comida es como si se robara de la mesa de los pobres" (LS 50)

OBESIDAD Y DESNUTRICIÓN

Hoy día tenemos en nuestra sociedad el problema del sobrepeso, tanto en adultos como en niños. El 40% de los adultos tiene sobrepeso y el 15% obesidad. Pero en otras partes de nuestro planeta, de nuestra casa común, el número de personas que padecen hambre alcanza a 828 millones de personas en 2021, lo que supone un aumento de 46 Millones más que en el 2020 y 150 millón de personas desde el brote de la pandemia COVID-19; de estos hay 149 millones de niños y niñas menores de 5 años, que padecen desnutrición crónica y 45 millones desnutrición aguda, datos recientes de Junio de 2022. Pero el problema, de dar datos es que solo son datos, no les ponemos cara.

Cuando hoy nos sentemos a la mesa, y pongamos el plato de comida, pongamos cara a esos números.

Tomar conciencia del desperdicio de comida requiere una comprensión global del impacto que la producción alimentaria tiene en el medio ambiente. Recursos naturales, como el agua y la energía, utilizados en la producción de alimentos son cada vez más escasos.

Los efectos del cambio climático, que incrementan la demanda de alimentos, unida a la presión demográfica y al uso insostenible de los recursos disponibles, están empujándonos a una situación crítica, más allá de la cual las consecuencias sociales y medioambientales podrían ser irreversibles.

Estos problemas son universales y están interconectados, y sólo pueden ser afrontados desde el compromiso cooperativo de todos los poderes públicos y privados, junto con toda la ciudadanía, y, especialmente de todos nosotros

PERO, ¿QUÉ PODEMOS HACER?

Lo primero es tener presente que hasta el 50% de los alimentos producidos se pierden o desperdician, antes y después de llegar a nuestra mesa, por lo que tenemos que empezar a pensar en cómo luchar contra el desperdicio de alimentos.

Luchar contra el desperdicio de alimentos, es también luchar contra la desnutrición

Ya hemos dicho más arriba los millones de personas que pasan hambre en el mundo. Mientras, 7,7 millones de toneladas de alimentos son desperdiciados al año en España, 21 millones de tone-

ladas al día. Solo 1 de cada 5 hogares españoles consumen todo lo que compran, sin tirar nada.

Muchos recursos naturales son usados para producir alimentos que al final van a la basura. Cada alimento desperdiciado, es una oportunidad perdida como hemos dicho antes, en la lucha contra el hambre.

Frente al desperdicio de la comida, derecho a la alimentación y soberanía alimentaria

La producción mundial de alimentos crece, aunque sigue el problema de su distribución pues 1/3 de los alimentos producidos no son consumidos. No sufrir hambre y tener una alimentación adecuada es un derecho fundamental. La soberanía alimentaria es una herramienta para conseguir un desarrollo sostenible y la seguridad alimentaria de los pueblos. La soberanía alimentaria es el derecho a elegir cómo, qué y dónde producir nuestros alimentos.

Contra el desperdicio de comida, elige alimentos de temporada

Cómo llenar nuestra cesta de la compra, es una decisión que conlleva una gran responsabilidad. El actual modelo alimentario, genera un importante derroche de recursos. Compra y cocina estrictamente lo que necesites. Nosotros somos los protagonistas a la hora de reducir el desperdicio.

No elijamos productos por criterios estéticos. Consumamos productos cercanos y de temporada, una alimentación del campo a la mesa. Reducir el recorrido de la cadena alimentaria, ahorra gran cantidad de energía y agua al planeta.

Contra el desperdicio de comida, modifica tus conductas cotidianas

El 60% del desperdicio de alimentos es evitable con pequeños gestos:

- ordenar nuestros alimentos con un menú semanal permite ajustar una compra más responsable
- tirar solo lo que no sea aprovechable, guardar las sobras para otras comidas,
- colocar mejor los productos en la nevera, lo que caduque antes debe estar más visible,
- reducir el consumo abusivo del agua. Todo se resume en Reducir, Reutilizar, Reciclar.

Contra el desperdicio de comida, es importante el etiquetado

Los hogares españoles tiran al año 1,5 millones de toneladas de alimentos válidos para el consumo. Hay que prestar más atención al etiquetado. La fecha de caducidad y la de consumo preferente no son lo mismo.

- **La fecha de «consumo preferente»** indica el momento hasta el cual el alimento conserva la calidad prevista. Es la fecha hasta la cual el alimento conserva sus propiedades. Se indica mediante la mención:
  - *"Consumir preferentemente antes del..."* seguido del *día/mes/año*

  o
  - *"Consumir preferentemente antes del fin de..."* seguido del *mes/año* o solo del *año*.
- **La fecha de «caducidad»** indica el momento hasta el cual el alimento puede consumirse de forma segura. La fecha de caducidad aparece en productos muy perecederos, como el pescado fresco o la carne picada. Se indica mediante la mención:
  - *"Fecha de caducidad..." seguido del día/mes y eventualmente el año.*

Consumir alimentos fuera de su fecha preferente NO es perjudicial para la salud.

Si las etiquetas mostrasen más cosas como la cantidad de energía y agua usada hasta llegar la comida a la mesa. ¿Irían tan fácilmente a la basura? Porque un consumo más responsable puede hacer mucho más de lo que crees.

"*El que tenga dos capas dele una al que no tiene, y el que tenga alimento, comparta con el que no tiene*" (Lucas, 3-11).

Para profundizar

Cuadernos Cristianismo y Justicia, https://www.cristianismeijusticia.net/es/el-desperdicio-de-alimentos

UNICEF, https://www.unicef.es/blog/desnutricion/5-formas-de-acabar-con-la-desnutricion-infantil

FAMSI http://www.andaluciasolidaria.org/noticias/item/671-luchar-contra-el-desperdicio-de-alimentos-es-tambien-luchar-contra-la-desnutricion

Para la reflexión personal y en grupo

1. ¿Qué sentimientos te produce este tema?
2. ¿Cómo actúas tú, tu familia, tu Fraternidad o tu grupo en este campo?
3. ¿Qué estás/estáis dispuestos a mejorar al respecto?

y no olvides...

